

# VOIMAANTUMISTA TUKEVA TAIDETOIMINTA

Eveliina Kuukasjärvi ja Janica Moilanen

# VOIMAANTUMISTA TUKEVA TAIDETOIMINTA

Eveliina Kuukasjärvi ja Janica Moilanen  
Opinnäytetyö, syksy 2014  
Diakonia-ammattikorkeakoulu  
Sosiaalialan koulutusohjelma  
Sosiaali- ja kasvatustieteiden  
suuntautumisvaihtoehto  
Sosionomi (AMK)

## TIIVISTELMÄ

Kuukasjärvi, Eveliina & Moilanen, Janica. Voimaantumista tukeva taidetoiminta. Syksy 2014, 55 s., 11 liitettä. Diakonia-ammattikorkeakoulu, sosiaalialan koulutusohjelma, sosiaali- ja kasvatusalan suuntautumisvaihtoehto, sosionomi (AMK).

Tämän opinnäytetyön tarkoitus oli suunnitella ja toteuttaa taidetoimintaa sosionomin resurssein Mielipaletti-projektin kohderyhmälle. Opinnäytetyön tavoitteena oli tukea taide-toimintaan osallistuneiden voimaantumista. Opinnäytetyön virallinen yhteistyökumppani oli Hyvän mielen talo ry ja erityisesti Hyvän mielen talon Mielipaletti-projekti. Toisena yhteistyökumppanina oli Kirjavaa kulttuuria -tapahtumakokonaisuus.

Opinnäytetyön toiminnalliseen osuuteen kuului Uniikki-maalauspujan ja Uniikit kuvat -näyttelyn suunnittelu ja toteutus. Uniikki-maalauspujassa oli voimaantumista tukevia tekijöitä. Uniikki-maalauspuja ja Uniikit kuvat -näyttelyä voidaan edelleen kehittää erilaisille kohderyhmille sopiviksi.

Asiasanat: luovuus, maalaaminen, näyttely, taidetoiminta, voimaantuminen

## ABSTRACT

Kuukasjärvi, Eveliina & Moilanen, Janica. Art activity that aids empowerment. Autumn 2014, 55p., 11 attachments. Diaconia University of Applied Sciences. Degree Programme in Social Services. Option in Social Services and Education. Degree: Bachelor of Social Services.

The aim of this study was to plan and execute art activities for the target group of the project Mielipaletti using the resources of a bachelor of social services. The purpose was to aid the empowerment of participants with art activity. The main partner in this study was Hyvän mielen talo ry and especially the project Mielipaletti. Another partner was the event Kirjavaa kulttuuria.

The functional part of this study was to plan and execute the painting workshop Uniikki and the exhibition Uniikit kuvat. There were factors that aid empowerment in the painting workshop Uniikki. The painting workshop Uniikki and the exhibition Uniikit kuvat can be developed for different target groups.

Key words: creativity, painting, exhibition, art activity, empowerment

## SISÄLTÖ

TIIVISTELMÄ .....	3
ABSTRACT .....	4
1 JOHDANTO .....	5
2 TAIDE SOSIONOMIN TYÖVÄLINEENÄ .....	7
3 VOIMAANTUMINEN .....	10
4 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITE .....	12
5 UNIIKKI-MAALAUSPAJA JA UNIIKIT KUVAT -NÄYTTELY .....	13
5.1 Yhteistyökumppanit .....	13
5.2 Suunnittelu ja valmistelu .....	14
5.3 Toteutus .....	17
6 OPINNÄYTETYÖN ARVIOINTI .....	20
6.1 Uniikki-maalauispaja .....	20
6.1.1 Osallistujien palaute .....	22
6.1.2 Osallistujien voimaantumista tukevat tekijät .....	23
6.2 Uniikit kuvat -näyttely .....	26
7 OPINNÄYTETYÖN EETTISYYS .....	28
8 OPINNÄYTETYÖN LUOTETTAVUUS .....	30
9 POHDINTA .....	31
LÄHTEET .....	33
LIITE 1: Uniikki-maalauispajan ja Uniikit kuvat -näyttelyn tarvikelista .....	38
LIITE 2: Uniikki-maalauispajan ohjelma ohjaajalle .....	39
LIITE 3: Palautelomake .....	40
LIITE 4: Lupalomake .....	41
LIITE 5: Lupalomake alaikäisen huoltajalle .....	42
LIITE 6: Kuvia Uniikki-maalauispajan toteutuksesta .....	43
LIITE 7: Uniikki-maalauispajan mainosjuliste .....	50
LIITE 8: Uniikit kuvat -näyttelyn juliste .....	51
LIITE 9: Kuvia Uniikit kuvat -näyttelystä .....	52
LIITE 10: Palautekysely opinnäytetyön työelämäohjaajalle .....	54
LIITE 11: Voimaantumisen osaprosessit .....	55

# 1 JOHDANTO

Suomalaisten hyvinvointi on parantunut, mutta sosioekonomisten ryhmien väliset erot ovat kasvaneet. Lisäksi huono-osaisuus, työttömyys, pienituloisuus, yksinäisyys ja heikko terveys nivoutuvat usein yhteen. Koska ihmisen hyvinvointi syntyy monista eri tekijöistä, tarvitaan eri sektoreiden yhteistyötä, riskiryhmille suunnattua vaikeuksia ehkäisevää työtä sekä vaikeuksissa oleville korjaavaa työtä. Sektorirajat ylittävä ehkäisevä työ ja varhainen tuki ovat taloudellisesti ja eettisesti kannattavia. (Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskus 2012, 9.)

Hyvinvoinnin edistämiseksi tarvitaan uskallusta, luovuutta ja tahtoa kehittää toimintamuotoja. Taide on yksi ala, jota voidaan soveltaa hyvinvointityöhön. Kävimme Pohjois-Pohjanmaan hyvinvointifoorumissa 2014 kuuntelemassa ajankohtaisia puheenvuoroja aiheesta. Monet puhujat toivat esille, että taiteen hyvinvointivaikutuksia on laajasti tunnustettu. Vaikutusten mittaaminen on kuitenkin haastavaa, sillä ihmisten kokemus hyvinvoinnista on subjektiivinen. Erityisesti ennaltaehkäisevän toiminnan vaikutusten mittaaminen on ongelmallista. Jos ymmärrystä ja tieteellistä näyttöä taiteen vaikutuksista olisi enemmän, mahdollisesti taidetoiminta hyvinvointialoilla lisääntyisi. Esimerkiksi Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitoksen ohjelmakoordinaattori painotti puheenvuorossaan, että taiteen ja kulttuurin tulisi olla pysyvä osa sosiaali- ja terveystieteiden palveluita ja että hankkeista saatuja hyviä kokemuksia ei tulisi unohtaa (Lajunen 2014, 22).

Tämä opinnäytetyö toteutettiin yhteistyössä Mielipaletti-projektin kanssa ja osana Kirjataan kulttuuria -tapahtumakokonaisuutta. Opinnäytetyön tarkoituksena oli suunnitella ja toteuttaa taidetoimintaa Mielipaletin kohderyhmälle eli 17–29-vuotiaille nuorille aikuisille. Opinnäytetyön tavoitteena oli tukea taidetoimintaan osallistuneiden voimaantumista. Toiminnaksi kehitettiin Uniikki-maalaukspaja, jonka maalauksista koottiin Uniikit kuvat -näyttely. Toiminnan suunnittelun, toteutuksen ja arvioinnin tukena oli Siitosen (1999) teoria voimaantumisen. Halusimme antaa osallistujille kokemuksen, joka antaa heille voimavaroja elämään. Omien voimavarojen löytäminen ja huomioiminen elämässä tukee hyvinvointia (Siitonen 1999, 189). Haimme tällä opinnäytetyöllä myös vahvistusta ajatukselle, että taiteellinen ja luova toiminta lisää ihmisen hyvinvointia. Opinnäytetyöllä

haluamme rohkaista ammattilaisia ja kaikkia omasta tai muiden hyvinvoinnista kiinnostuneita ihmisiä kokeilemaan ja kehittämään erilaista luovaa toimintaa ja tekemään siitä omannäköistä.

Selkeyden vuoksi tässä opinnäytetyön raportissa maalausajalla tarkoitetaan Uniikki-maalausajaa ja näyttelyllä Uniikit kuvat -näyttelyä. Hyvän mielen talo tarkoittaa Hyvän mielen talo ry:tä ja Mielipaletti Hyvän mielen talo ry:n Mielipaletti-projektia. Kirjavaa kulttuuria -tapahtumakokonaisuus on lyhennetty Kirjavaksi kulttuuriksi. Sosionomista puhuttaessa tarkoitetaan tässä opinnäytetyössä ammattikorkeakoulusta valmistunutta sosionomia (AMK).

## 2 TAIDE SOSIONOMIN TYÖVÄLINEENÄ

Sosionomin työn tavoitteena on ihmisten ja yhteisöjen hyvinvoinnin lisääminen (International federation of social workers 2010). Hyvinvointi tarkoittaa ihmisen hyvää oloa, joka rakentuu eri tekijöistä (Sosiaali- ja terveysministeriö 2007, 11; Liikanen 2010, 37). Yhteiskunnallisesta näkökulmasta tarkasteltuna näitä tekijöitä ovat riittävä elintaso, yhteisöön kuuluminen, arvostuksen saaminen ja itsensä toteuttaminen (Ahola ym. 2010, 62). Hyvinvoivalla ihmisellä voidaan ajatella olevan riittävästi voimavaroja ja mahdollisuuksia sekä pakollisten tarpeidensa tyydyttämiseen että virkistytymiseen, lepoon ja sosiaalisten suhteiden ja itsensä toteuttamiseen (Sosiaali- ja terveysministeriö 2007, 11; Liikanen 2010, 37). Hyvinvointi on kuitenkin myös subjektiivinen asia, sillä ihmiset painottavat eri tekijöiden vaikutuksia omaan hyvinvointiinsa (Mäkinen, Raatikainen, Rahikka & Saarnio 2009, 67).

Sosionomi pyrkii tukemaan ihmisten jaksamista ja voimaantumista elämän eri vaiheissa (Mäkinen ym. 2009, 64; Jyty i.a, 5; Tuomainen 2014.) Työtä ohjaa voimavara- ja ratkaisukeskeinen ajattelutapa, jossa yritetään löytää ihmisen voimavaroja ja ratkaisuja ongelmien sijaan. Ongelmat nähdään kuitenkin elämän luonnollisena osana, eikä niiden olemassaoloa tai niistä puhumista kielletä. Voimavara- ja ratkaisukeskeisessä ajattelutavassa keskeistä on, että ihminen tulee kohdatuksi ja kuulluksi omassa elämäntilanteessaan sellaisena kuin kokee olevansa. Sosionomin tehtävänä on saada ihmisen voimavarat esiin niin, että hän pystyy ratkaisemaan omia ongelmiaan ja suhtautumaan myönteisesti ja realistisesti tulevaisuuteensa. (Mäkinen ym. 2009, 118–119.)

Sosionomi voi käyttää työssään erilaisia toiminnallisia menetelmiä. Toiminnallisista menetelmistä voi olla hyötyä haasteellisten asioiden jäsentämisessä ja työstämisessä. Niitä voidaan soveltaa monissa yhteyksissä ja sekä yksilö- että ryhmätyöskentelyssä. Toiminnalliseksi menetelmäksi voidaan soveltaa esimerkiksi musiikkia, taidetta tai liikettä. (Mäkinen ym. 2009, 157–158.) Tässä opinnäytetyössä toiminnalliseksi menetelmäksi on sovellettu taidetta. Taidetta soveltavista menetelmistä käytetään monia käsitteitä, jotka kuvaavat samaa ilmiötä eri näkökulmista (Korhonen i.a). Tässä opinnäytetyössä käytetään käsitettä taidetoiminta.



Taiteen määritelmä on moniselitteinen (Bardy 2007, 21; Strandman 2007, 160–161). Erään määritelmän mukaan taide on ihmisen keino ilmaista itseään luovalla tavalla (Rankanen, Hentinen & Mantere 2007, 9; Liikanen 2003, 28). Luovuus voidaan määritellä aidoksi ja rohkeaksi itsensä toteuttamiseksi (Ahola ym. 2010, 63). Luovuutensa avulla ihminen pystyy antamaan asioille mielen ja merkityksen sekä etsimään omaa tapaansa elää ja vaikuttaa ympäristössään (Liikanen 2010, 36). Luovuutta ei voida mitata numeroin. Luovuuden pohja kehittyy lapsena, ja sen kehittymistä voidaan joko tukea tai häiritä erilaisilla teoilla ja sanoilla. Kuitenkin ihminen, jonka luovuus on piilossa, voi löytää sen missä tahansa elämänsä vaiheessa. Olennaista on, että luovuudesta ei koskaan saisi tulla pakollista. Jos niin käy, luovuus menettää merkityksensä ja ajatus sen pakollisuudesta muuttuu luovuutta estäväksi tekijäksi. (Uusikylä & Piirto 1999, 7.)

Taiteen kautta ihminen voi välittää ja vastaanottaa sekä tietoisia että alitajuisia viestejä (Aulio, Girard & Laine 2008, 46; Girard & Laine 2008, 68; Hautala 2012, 10–11). Taiteessa ihmisenä olemisen kysymyksiä käsitellään kokonaisvaltaisesti. Taide syntyy vuorovaikutuksessa ympäristön ja kulttuurin kanssa – lisäksi taiteeseen vaikuttavat ihmisen taidot, aistimukset, tunteet ja ajatukset. (Mantere 2007, 12–13; Hautala 2012, 10; Liikanen 2010, 36.) Kun ihminen keskittyy tekemään taidetta, hän voi saavuttaa flow:n. Flow voidaan ymmärtää tilaksi, jossa luovuus virtaa ja ihmisen minätietoisuus katoaa hetkeksi. (Mantere 2007, 17.) Taiteen tehtävästä on monenlaisia näkemyksiä. Sen tehtävänä voidaan pitää esimerkiksi hyvinvoinnin edistämistä tai viihde-elämysten ja teollisen pääoman tuottamista. (Strandman 2007, 161.)

Taiteella on yhteys ihmisen hyvinvointiin ja kuntoutumiseen (Ahola ym. 2010, 8; Liikanen 2003, 48). Taide koskettaa ihmisen aisteja ja tarjoaa mahdollisuuden tunteiden käsittelylle turvallisen välimatkan päästä (Rankanen 2007, 42; Ahola ym. 2010, 8–9). Tunteiden käsittely voi lisätä ihmisen itseymmärrystä ja antaa työkaluja esimerkiksi psyykkisistä kriiseistä selviytymiseen (Hautala 2012, 11). Se voi auttaa myös esimerkiksi masennuksesta toipumisessa – yksinkertaiseenkin omaehtoiseen ilmaisuun keskittyminen voi vähentää toivottomuuden tunteita (Mantere 2007, 17). Taidetoiminnalla voidaan ehkäistä syrjäytymistä, tukea voimaantumista ja vahvistaa elämäntunnetta (Ahola ym. 2010, 9; Van Lith, Fenner & Schofield 2010, 658).

Taidetoiminnan avulla pyritään usein saamaan aikaan muutosta ihmisten ajattelussa ja toiminnassa (Rantala & Jansson 2013, 8). Tällöin tavoitteena on ihmisen sisäisen maailman vahvistaminen ja hyvinvoinnin tukeminen. Taidetta soveltamalla sosionomi voi syventää asiakkaiden kohtaamista ja antaa heille uusia näkökulmia itsensä ja elämän tarkasteluun. Taidetoiminta voi tuoda asiakkaan arkeen tekemisen riemua ja uskallusta. Taide voi toimia ryhmätoiminnan teemana, jolloin sen avulla lisätään myös osallisuuden ja yhteisöllisyyden kokemuksia. Keskeistä taiteen soveltamisessa on tietoisuus siitä, että tekemisen prosessi on toiminnan tulosta oleellisempaa. Taide antaa tällöin mahdollisuuden asioiden tarkastelulle ja pohdinnalle. (Nietosvuori 2008, 136; 141.) On kuitenkin tärkeää muistaa, ettei taidetoiminta vaikuta kaikkiin ihmisiin samalla tavalla (Liebmann & Koskinen 2002, 3).

### 3 VOIMAANTUMINEN

Käsitteelle empowerment on useita eri käännöksiä suomen kielessä, kuten voimaantuminen, sisäinen voimantunne, voimaistuminen, valtaistuminen ja voimavaraistuminen (Siitonen 1999, 6; Rosilo 2012, 133; Kuronen 2004, 277; Mäkinen ym. 2009, 133). Eri suomennotukset viittaavat yleensä erilaisiin teoreettisiin ja ideologisiin sitoumuksiin sekä toiminnallisiin tavoitteisiin (Kuronen 2004, 277). Tässä opinnäytetyössä käytetään käännöstä voimaantuminen, mikä lienee yleisin suomen kielessä käytetty käännös (Mäkinen ym. 2009, 133).

Voimaantuessaan ihminen luo aiempaa myönteisempää tapaa määritellä itseään, omaa tilannettaan ja suhdettaan ympäristöön (Hokkanen 2009, 331). Voimaantuneella ihmisellä tai yhteisöllä on mahdollisuuksia vaikuttaa elinolosuhteisiinsa ja muuttaa niitä, saavuttaa haluamiaan asioita, kohentaa elämänsä laatua ja auttaa myös toisia näissä pyrkimyksissä (Adams 1996, 5; Webb 2006, 57). Voimaantuneista ihmisistä heijastuu myönteisyyttä ja positiivista latausta (Siitonen 1999, 59–61). Voimaantuminen vaikuttaa myönteisesti ihmisen itsetuntoon ja mahdollisesti myös toimijuuteen sekä sitoutumiseen (Hokkanen 2009, 334; Siitonen 1999, 158). Voimaantuminen ilmenee myös oman elämän ja muutosprosessin hallinnan tunteena sekä toiveikkuutena tulevaisuutta kohtaan (Siitonen 2004). Elämään merkitystä, sisältöä ja laatua tuottavalla voimaantumisprosessilla nähdään olevan yhteys myös hyvinvoinnin kokemiseen (Hokkanen 2009, 334; Siitonen 1999, 189).

Voimaantuneisuus ei ole pysyvä tila. Tietyissä olosuhteissa ihminen voi kokea voimaantuvansa, mutta jos olosuhteet muuttuvat, tunne voimaantumisesta voi kadota. Ajoittainen väsymys ja voimavarojen kadottaminen kuuluu elämään, mutta voimavarat on mahdollista löytää yhä uudelleen. (Siitonen 1999, 164.) Voimaantuminen lähtee ihmisestä itsestään, eikä voimaa voi antaa toiselle (Rosilo 2012, 133; Siitonen 1999, 117). Ulkoiset tekijät voivat tukea voimaantumista, mutta eivät yksistään voi tehdä ihmisestä voimaantunutta – siihen tarvitaan aina ihmisen oma halu voimaantua. Siitonen (1999) jäsentää voimaantumiseen vaikuttavia tekijöitä osaprosessien avulla. Nämä osaprosessit ovat päämäärät, kykyuskomukset, kontekstiuskomukset ja emootiot. (Siitonen 1999, 118, 162.)

Voimaantumiseen vaikuttavat osaprosessien lisäksi merkittävästi niiden keskinäiset yhteydet ja moniulotteiset merkityssuhteet (Siitonen 1999, 157). Voimaantumisen osaprosesseihin (liite 11) tutustuminen auttaa voimaantumisen mahdollistavan kontekstin suunnittelussa (Siitonen 1999, 189).

#### 4 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITE

Tämän opinnäytetyön tarkoitus oli suunnitella ja toteuttaa taidetoimintaa sosionomin resurssein Mielipaletti-projektin kohderyhmälle eli 17–29-vuotiaille nuorille aikuisille. Opinnäytetyön tavoitteena oli tukea taidetoimintaan osallistuneiden voimaantumista.

## 5 UNIIKKI-MAALAUSPAJA JA UNIIKIT KUVAT -NÄYTTELY

Opinnäytetyön lähtökohtana oli oma kiinnostuksemme luovaan ja taiteelliseen toimintaan. Etsimme sopivaa yhteistyökumppania ja otimme yhteyttä Hyvän mielen talon Mielipaletti-projektiin. Mielipaletin kävijät olivat toivoneet Hyvän mielen talolle kuvataide-toimintaa, jota ei ollut vielä suunnitteilla keväälle 2014. Näistä lähtökohdista kehitettiin Uniikki-maalauispaja ja Uniikit kuvat -näyttely. Toiminta suunniteltiin tammi–touko-kuussa 2014 ja toteutettiin touko–syyskuussa 2014. Opinnäytetyön virallinen yhteistyökumppani oli Hyvän mielen talo ry:n Mielipaletti-projekti. Mielipaletin kautta Uniikit kuvat -näyttelystä tuli myös osa Kirjavaa kulttuuria -tapahtumakokonaisuutta.

### 5.1 Yhteistyökumppanit

Hyvän mielen talo ry toteuttaa ennaltaehkäisevää, korjaavaa ja vahvistavaa mielenterveystyötä. Toiminta on Raha-automaattiyhdistyksen tukemaa ja pääosin osallistujille ilmaista. (Hyvän mielen talo ry i.a.) Hyvän mielen talo toteuttaa vuosina 2013–2016 nuorille suunnatun Mielipaletti-projektin. Toiminnan päätavoite on tarjota Oulun seudulla yksilö- ja ryhmämuotoisesta tuesta hyötyville 17–29-vuotiaille nuorille mahdollisuus lisätä omia voimavarojaan ja selviytymiskeinojaan, opettaa mielialan itsehoitotaitoja masennuksen ehkäisemiseksi ja lievittämiseksi sekä mahdollisuus oppia uusia taitoja toteuttamalla luovien toimintojen työpajoja, leirejä, pitempikestoisia kursseja, Depressiokoulu-kursseja sekä nuorten vertaistuki- ja vapaaehtoistoimintaa. Yhtenä tavoitteena on kehittää yhteistyössä nuorten kanssa uusia toimintamalleja nuorten hyvinvoinnin edistämiseksi. Projektityöntekijät ovat koulutukseltaan sosionomi (AMK)/valokuvaaja ja yhteisöpedagogi/artesaani. (Pantsar & Sohlo 2013; Pantsar & Sohlo 2014.)

Kirjavaa kulttuuria -tapahtumakokonaisuus on Oulun kaupungin aluekulttuurin ja kolmannen sektorin toimijoiden yhteinen projekti, joka järjestettiin ensimmäisen kerran syksyllä 2013. Vuonna 2014 tapahtumakokonaisuuteen kuuluu näyttelyitä Oulun kirjastoissa ja kulttuuritalo Valveella sekä koululaisesitykset ja päätapahtuma Haukiputaan teatteri-kuopalla. Mukana on teatteria, musiikkia ja tanssia sekä runoja, maalaustaidetta ja valokuvausta. Tapahtumilla halutaan tarjota näkyvyyttä erityisryhmien taiteelle sekä korostaa

kulttuurin roolia kaikille kuuluvana hyvinvoinnin välineenä. Tarkoitus on tuoda tietoa, hälventää epäluuloja ja levittää suvaitsevaisuuden sanomaa. Kirjavan kulttuurin toiminnan tarkoituksena on toimia positiivisena asennekasvattajana mahdollistamalla eritaustaisten nuorten luonteva kohtaaminen: kun erilaisuus tulee tutuksi, yhdenvertaisuus korostuu ja ennakkoluulot taittavat. (Potkonen 2014.)

## 5.2 Suunnittelu ja valmistelu

Taidetoiminnaksi valittiin maalaaminen ja toimintamuodoksi yhden kerran pajatyöskentely. Uniikki-maalauspajan kohderyhmä oli Mielipaletin kohderyhmä eli 17–29-vuotiaat nuoret aikuiset. Uniikki-maalauspaja oli kaikille kohderyhmään kuuluville avoin ja osallistujamääräksi suunniteltiin korkeintaan kymmentä ihmistä. Toimimme itse Uniikki-maalauspajan ohjaajina. Sosionomin ammatillisen osaamisen lisäksi meillä oli kiinnostusta luovaa ja taiteellista toimintaa kohtaan, mutta ei ammatillista osaamista taidealalta. Maalauspajan sisällön suunnittelimme ja toteutimme itsenäisesti. Tueksi saimme vinkkejä Mielipaletin projektityöntekijöiltä, joista toinen nimettiin opinnäytetyön työelämäohjaajaksi. Maalaaminen oli meille ohjaajille tuttu taidemenetelmä ja sen oletettiin olevan myös osallistujille tuttu ainakin koulun kuvataidetunneilta. Maalaustyöskentelyn oli tarkoitus olla voimaantumista tukevaa taidetoimintaa, jota voi ohjata taiteen tai ohjausalan ammattilainen mutta myös vapaaehtoinen (Liikanen 2010, 27–28). Tarkoituksena ei ollut opettaa maalaamista, sillä taidetoiminnan ohjaajan tehtävä on ennen kaikkea kannatella prosessia ja olla läsnä tilanteessa (Honkanen & Laitinen 2012, 26).

Yhteistyösopimus tehtiin Diakonia-ammattikorkeakoulun mallin mukaisesti (Diakonia-ammattikorkeakoulu 2010, 44). Yhteistyösopimuksesta on kappaleet sen kaikilla osapuolilla. Maalauspajan osallistujien oikeusturvan ja yksityisyyden suojaamiseksi tehtiin lupalomakkeet (liite 4). Lupalomakkeen avulla osallistuja pystyi kirjallisesti määrittämään luvan maalauksensa julkaisemisesta näyttelyssä sekä luvan maalauspaikassa otettujen kuvien käyttämisestä opinnäytetyössä ja Mielipaletin toiminnassa. Alaikäisiä osallistujia varten tehtiin lupalomakkeet (liite 5), joissa nuoren vanhempi määrittää edellä mainitut luvat. Alaikäisten lupalomakkeita varten hankittiin kirjekuoria ja postimerkkejä. Palaut-

teen keruuta varten tehtiin palautelomake (liite 3), johon otettiin mallia Mielipaletin käyttämistä palautelomakkeista. Palautelomakkeiden tarkoitus oli arvioida maalauspujan vaikutuksia ja onnistumista sekä kehittää Mielipaletin toimintaa.

Maalauspujan tilaksi varattiin Hyvän mielen talon Vilja-sali. Tila sopi tarkoitukseen hyvin: se on esteetön ja siellä on pöytiä ja patjoja sekä keittiönurkkaus. Maalauspujaan hankittiin taidetarvikkeita noin 60 eurolla Mielipaletin budjetista. Osa tarvikkeista (liite 1) oli valmiina Hyvän mielen talolla. Väliapatarvikkeita ostettiin noin 40 eurolla. Vaihtokehykset näyttelyä varten saatiin Mielipaletti-projektilta. Maalauspujan kestoksi päätettiin neljä tuntia, mikä on todettu sopivaksi tämänkaltaiselle toiminnalle. Aikaa tilan järjestelylle ja siivoamiselle varattiin kaksi tuntia. Maalauspujan ympäristö suunniteltiin mahdollisimman viihtyisäksi ja ohjelma rentouttavaa ilmapiiriä tukevaksi. Ympäristön viihtyisyys edistää osallistujien rentoutumista sekä turvallisuuden, paineettomuuden ja osallisuuden tunteita (Van Lith ym. 2010, 652–659). Rentoutunut tunnelma edistää myös taiteellisen ilmaisun syntymistä (Mantere 2007, 13.) Esimerkiksi pöytien asettelua pohdittiin suunnitteluvaiheessa. Harkittiin yhtä isoa pöytäryhmää, jonka äärellä kaikki olisivat. Tilaan päätettiin kuitenkin järjestellä neljä pienempää pöytäryhmää. Tämän ajateltiin antavan tilaa erilaisille persoonallisuuksille ja työskentelytavoille.

Maalauspujaan suunniteltiin ohjelma ohjaamisen tueksi (liite 2). Ohjelma alkoi kahvitteilla ja tutustumiskierroksella. Kahvitteilla ja tutustumiskierroksen tarkoituksena oli tukea osallistujien rentoutumista sekä kuulluksi ja hyväksytyksi tulemisen tunteita. Osallistujien kokemus turvallisuudesta edistää myös taidetuotoksen luomista sekä omien ajatusten käsittelyä ja sanoittamista (Honkanen & Laitinen 2012, 25). Luovaan tilaan pääseminen lähtee ihmisestä itsestään, ja lämmittelyn tarkoitus on avata ovi ihmisen omiin tunteisiinsa ja mielikuvitukseensa (Hentinen 2007, 110). Taidetoiminnan lämmittelyksi suunniteltiin orientoiva keskustelu, jonka tarkoitus oli saada osallistujat uskomaan omaan luovuuteensa. Luovaan tilaan pääsemistä helpottamaan ja maalaamisen tueksi valittiin myös erilaisia kuva- ja mietelausekortteja sekä rentouttavaa taustamusiikkia jamendo.com-sivustolta. Jamendon musiikki on teostovapaata (Jamendo SA i.a). Keskustelun jälkeen vuorossa oli taidetoiminta, joka oli akryylimaaleilla paperille maalausta omavalintaisesta aiheesta. Maalauksille ei annettu valmista aiheita, jotta osallistujien luovuudelle ja mielikuvitukselle jäisi enemmän tilaa. Maalaamisen jälkeen ohjelmassa oli taidetoiminnan purku. Työskentelyprosessin läpikäyminen turvallisessa ryhmässä luo



osallistujille kuulluksi ja ymmärretyksi tulemisen tunteita ja vahvistaa hallinnantunnetta (Honkanen & Laitinen 2012, 25). Lopuksi ohjelmassa oli palautteiden suullinen ja kirjallinen keruu sekä lupalomakkeiden täyttäminen ja maalauspajan päättäminen.

Uniikki-maalauspajan mainostusta varten tehtiin mainosjuliste (liite 7). Mainosjulisteesa ilmoitettiin tapahtuman nimi, luonne, ajankohta, paikka, ilmoittautumisohjeet sekä järjestäjien ja yhteistyökumppaneiden tiedot. Mainosjulistetta jaettiin Hyvän mielen talolle, Oulun alueen kirjastoihin, keskustan kahviloihin, Tyttöjen talolle, Poikien talolle, Kulttuurikeskus Valveelle, Klubitalo Pönnkään sekä Kumppanuuskeskukselle, Diakonia-ammattikorkeakoululle ja Diakonia-opistolle. Lisäksi tapahtumasta lähetettiin sähköpostiviesti Mielipaletin kävijöille ja Uniikki-maalauspaja lisättiin Mielipaletin sähköiseen toimintakalenteriin. Maalauspajasta luotiin Facebookiin tapahtumasivu ja sitä mainostettiin myös suullisesti. Osallistujien ilmoittautumista varten luotiin sähköpostiosoite, johon ilmoittautumiset pyydettiin kahta viikkoa ennen maalauspajaa. Maalauspajaan ilmoittautui 11 osallistujaa, joista viisi perui osallistumisensa ennen maalauspajaa. Perumisten syynä olivat yllättävät menot.

Uniikit kuvat -näyttelyä suunniteltiin yhteistyössä myös Kirjavan kulttuurin suunnittelutiimin kanssa. Uniikit kuvat -näyttelylle varattiin tilat Kiimingin kirjastolta heinäkuuksi ja Kulttuuritalo Valveen kahvila Mintusta syyskuun kahdeksi ensimmäiseksi viikoksi. Näyttelyn ajankohtiin vaikuttivat näyttelypaikkojen varaustilanteet, vaihtokehysten saatavuus ja yhteistyökumppaneiden suunnitelmat. Näyttelyä varten tehtiin juliste (liite 8), jossa kerrottiin Uniikki-maalauspajasta. Julisteen tehtävänä oli toimia esitteenä näyttelyn kävijöille. Mielipaletin työntekijät ehdottivat osallistujien kutsumista mukaan taulujen kehystämiseen ja näyttelyn pystyttämiseen. Osallistujat päädyttiin kutsumaan sähköpostitse pystyttämään ja purkamaan Kulttuuritalo Valveen näyttelyä. Uniikit kuvat -näyttelyä mainostettiin Kirjavan kulttuurin mainoksissa.

### 5.3 Toteutus

Uniikki-maalauspaaja toteutettiin 26. toukokuuta 2014 kello 14.00–18.00 Hyvän mielen talolla. Tilaa menttiin valmistelemaan tuntia ennen alkamisaikaa. Välipala laitettiin esille, pöydät järjestettiin ryhmiin, kortit aseteltiin pöydille ja musiikki laitettiin soimaan. Patjat asetettiin piirimuodostelmaan alku- ja loppukokouksia varten. Rentoutumista varten patjoista ja tyyneistä koottiin rentoutumiskeidas. Tarvittavat lomakkeet ja ohjelma laitettiin helposti saataville. Maalaustarvikkeet laitettiin esille. Ikkunaverhot avattiin ja tilan valaistus säädettiin sopivaksi. Herkästi pilaantuvat ruokatarvikkeet nostettiin esille vasta osallistujien saavuttua.

Maalauspaajaan saapui kuusi osallistujaa. Osallistujia kehoitettiin ottamaan välipalaa ja menemään piiriin. Uniikki-maalauspaajan idea ja Mielipaletti-projekti esiteltiin, käytännön asioita ja ohjelma aikatauluineen kerrottiin. Tutustumiskierroksella kaikki osallistujat esittelivät itsensä ja kertoivat, miksi olivat tulleet Uniikki-maalauspaajaan. Suurin osa kertoi myös suhteestaan maalaamiseen sekä päivän odotuksista. Kaikki osallistujat kertoivat pitävänsä maalaamisesta, ja monet kertoivat odottavansa maalaamisen aloittamista. Useat osallistujat toivat esiin, että maalaavat nykyään harvoin. Syitä olivat kiireinen arki ja se, ettei yksin vain tule jostain syystä maalattua.

Tutustumiskierroksen jälkeen keskusteltiin ohjaajan johdolla. Osallistujat kertoivat oma-kohtaisia kokemuksia ja ajatuksia luovuudesta. Myös flow-tilasta puhuttiin. Keskustelun jälkeen ohjeistettiin maalaustyöskentelyä. Kerrottiin, että työskentelyn voi aloittaa esimerkiksi tutkimalla kuvakortteja, rentoutumalla, hakemalla kupin kahvia tai valitsemalla maaleja sekä että työskentelylle oli aikaa 2,5 tuntia. Koska maalauspaajassa oli tarkoitus ottaa valokuvia (liite 6), siitä kerrottiin ja kysyttiin suullisesti lupa kuvien ottamiseen. Kukaan osallistujista ei kieltänyt valokuvaamista.

Monet osallistujista aloittivat työskentelyn tutustumalla kuva- ja mietelausekortteihin. Osallistujien erilaisuus tuli esiin työskentelyn aikana: kun yksi suunnitteli maalausta, toisen ensimmäinen maalaus oli valmis. Maalaustyöskentelystä otettiin valokuvia (liite 6). Valokuvien tarkoitus oli toimia maalauspaajan ilmapiirin tallentajana ja arvioinnin tukena. Myös ohjaajat osallistuivat maalaustyöskentelyyn, koska se tuntui tilanteeseen sopivalta.

Kello 17.00 osallistujat pyydettiin piiriin työskentelyn purkamista varten. Koska kahden osallistujan maalaukset olivat kesken, sovittiin että maalausta voi jatkaa purun jälkeen kello 19.00 asti. Osallistujilta kysyttiin, miltä maalaaminen tuntui ja millainen olo työskentelystä jäi. Osallistujat kertoivat päässeensä flow-tilaan, nauttineensa maalaamisesta sekä kokeneensa ilmapiirin hyväksi. Tämän jälkeen osallistujat täyttivät kirjallisesti palaute- ja lupalomakkeet. Koska paikalla ei ollut alaikäisiä, alaikäisten lupalomakkeita ei käytetty. Yhden osallistujan äidinkieli ei ollut suomi, joten häntä autettiin lomakkeiden täyttämässä. Osallistujat ehdottivat maalausten nimeämistä näyttelyä varten. Jotkut osallistujista ilmoittivat sen illan aikana, muita pyydettiin halutessaan lähettämään nimi sähköpostilla. Osallistujilta kysyttiin suullisesti lupaa julkaista heidän nimensä näyttelyssä maalauksen yhteydessä. Kaikki antoivat luvan nimensä julkaisemiseen.

Kirjallisten palautteiden jälkeen jokaisen maalaus käytiin läpi, ja erityisesti ohjaajat kiinnittivät huomiota positiivisen palautteen antamiseen ja keskustelun herättämiseen. Myös osallistujat antoivat positiivista palautetta toisilleen ja toivat esiin maalausten herättämiä ajatuksia. Lopuksi osallistujia kiitettiin päivästä ja heille kerrottiin näyttelyn ajankohdista ja että siitä, milloin oman työn voi hakea Hyvän mielen talolta, ilmoitetaan sähköpostilla. Useimmat osallistujat lähtivät klo 18.00, pari osallistujaa jäi vielä hetkesi maalaamaan tai juttelemaan. Uniikit kuvat -näyttelyn ajankohtien varmistuttua osallistujille lähetettiin asiasta sähköpostia. Maalauspaikasta ylijääneet materiaalit jäivät Mielipaletin käyttöön.

Kaikki osallistujat antoivat kirjallisen luvan maalauksensa julkaisemiseen Uniikit kuvat -näyttelyssä. Maalaukset kehystettiin Hyvän mielen talolla ja maalausten alle tehtiin nimikyltit. Ensimmäinen Uniikit kuvat -näyttely toteutettiin 1.–28. heinäkuuta 2014 Kiimingin kirjastossa. Näyttelyn pystytykseen tarvittiin tarvikkeita, joista osaan emme osanneet varautua. Näyttelytilassa ei ollut sopivia ripustusvälineitä, ja tukirakenteita oli tämän näyttelyn tarpeeseen liian vähän. Tuoleista ja tukirakenteista rakennettuja portaita peittämään hankittiin lakana ja taulujen tueksi siimaa. Toinen näyttely toteutettiin 1.–15. syyskuuta 2014 Kulttuurikeskus Valveen kahvila Mintussa. Kulttuurikeskus Valveella oli näyttelyn pystyttämiseen tarvittavat välineet. Kaksi maalauspaikan osallistujaa tuli pystyttämään näyttelyä. He osallistuivat sommittelun suunnitteluun ja taulujen ripustukseen. Näyttelystä otettiin valokuvia (liite 9). Valokuvien tarkoitus oli toimia näyttelyn havainnollistajina ja arvioinnin tukena. Näyttelyn jälkeen maalaukset toimitettiin Hyvän mielen

talon neuvontaan, josta osallistujat pystyvät halutessaan hakemaan ne itselleen. Tästä ilmoitettiin osallistujille sähköpostilla.

## 6 OPINNÄYTETYÖN ARVIOINTI

Tämän opinnäytetyön tarkoitus oli suunnitella ja toteuttaa taidetoimintaa sosionomin resurssein Mielipaletti-projektin kohderyhmälle. Opinnäytetyön tavoitteena oli tukea taide-toimintaan osallistuneiden voimaantumista. Arvioimme opinnäytetyötä omien havaintojemme, osallistujien antamien kirjallisten palautteiden sekä opinnäytetyön työelämäohjaajan antaman kirjallisen palautteen (liite 10) pohjalta. Voimaantumista tukevien tekijöiden arvioinnissa hyödynsimme lisäksi Siitosen (1999) voimaantumisteoriaa.

Yhteistyö Hyvän mielen talon ja Kirjavaa kulttuuria -tapahtuman kanssa sujui hyvin. Saimme tukea ja ohjausta Mielipaletin projektityöntekijöiltä läpi opinnäytetyöprosessin. Opinnäytetyön työelämäohjaajan palautteen mukaan maalaustyöpaja antoi yhden lisämahdollisuuden nuorille osallistua luovaan toimintaan ja toi myös uusia nuoria mukaan toimintaan. Uniikki-maalaus-pajasta kerätty palaute toi myös hyödyllistä tietoa Mielipaletin toiminnan kehittämiseen. Työelämäohjaajan mukaan myös maalaus-pajan toiminta vastasi Mielipaletin asettamia tavoitteita toiminnan vaikutuksista. Yhteistyökumppanit ovat myös saaneet tunnettuutta mainoksissa, näyttelyissä sekä Diakonia-ammattikorkeakoulun opinnäytetyöseminaareissa ja tässä opinnäytetyön raportissa. Yhteistyö on tehnyt myös opinnäytetyön aihetta tutuksi ammatillisissa verkostoissa.

### 6.1 Uniikki-maalaus-paja

Omien havaintojemme mukaan Uniikki-maalaus-paja oli kokonaisuudessaan onnistunut, mutta joitakin asioita olisi voinut tehdä toisin tai huomioida enemmän. Tällaisen tapahtuman järjestäminen oli molemmille uutta, mikä vaikutti maalaus-pajan suunnitteluun. Suunnitteluun käytettiin paljon aikaa, mutta silti joitain asioita ei osattu ottaa huomioon. Toteutus sujui kuitenkin hyvin, mihin lienee vaikuttanut sosionomin ammatillisuus ja esimerkiksi aiempi ryhmänohjauskokemus. Esimerkiksi työnjako olisi kannattanut tehdä selkeämmin, jotta molempien ei olisi tarvinnut huolehtia kaikesta. Myös aikaa maalaus-pajan valmistelulle ennen osallistujien saapumista olisi voinut varata enemmän, tunnissa ehdimme juuri ja juuri valmiiksi.

Maalauspajan mainos oli visuaalisesti onnistunut ja sisällöllisesti melko onnistunut. Mainoksessa olisi ollut hyvä ilmoittaa, että maalauspaaja on osa opinnäytetyötä ja että järjestäjät ovat sosionomiopiskelijoita. Arvioimme saavuttaneemme kohderyhmän ihmisiä melko hyvin. Saimme 11 ilmoittautumista, ja maalauspaajaan osallistui kuusi henkilöä. Olisimme voineet kysyä palautelomakkeessa, mistä osallistujat olivat saaneet tiedon maalauspaajasta. Näin mainostusta olisi voinut edelleen kehittää. Sähköposti ilmoittautumis- ja viestintäkanavana toimi hyvin – se on ilmainen ja suhteellisen helppokäyttöinen.

Pohdimme jälkepäin, olisiko markkinointia kannattanut tehdä myös englannin kielellä, mikä olisi saattanut lisätä osallistujamäärää. Toisaalta kaksikielisyys olisi vaikuttanut maalauspaajan ohjelmaan ja ajankäyttöön. Pohdimme myös, ettei englannin kielikään todennäköisesti tavoittaisi kaikkia kohderyhmään kuuluvia ihmisiä. Paajaan osallistui yksi ihminen, jonka äidinkieli ei ollut suomi eikä englantia. Sosionomin ammatillisen osaamisen ja eettisen herkkyyden avulla kuitenkin tunnistimme ja huomioimme asian läpi maalauspaajan. Autoimme häntä esimerkiksi palaute- ja lupalappujen täyttämässä englannin kielen ja elekielen keinoin. Pohdimme, olisiko palaute- ja lupalappuja ollut hyvä varata selkokielistä. Toisaalta osallistuja kertoi haluavansa oppia puhumaan suomen kieltä sekä oli aktiivisesti mukana toiminnassa ja kysyi myös itse neuvoa.

Pohdimme maalausaiheen valitsemista paljon maalauspaajan suunnittelussa. Uskomme joidenkin osallistujien odottaneen aihetta maalaamiselle sen vuoksi, että esimerkiksi koulussa aihe yleensä annetaan. Perustelimme aiheettomuuden kuitenkin sillä, että se jättää tilaa luovuudelle ja uuden luomiselle. Havaintojemme mukaan orientoiva keskustelu, fiiliskierros ja maalausten läpikäyminen olivat sopivia toimintatapoja tälle ryhmälle, ja ne sujuivat rennoissa tunnelmissa. Kaikki osallistuivat keskusteluun ja kertoivat työskentelystään ja maalauksestaan. Osallistujat myös antoivat toisilleen kannustavaa palautetta.

### 6.1.1 Osallistujien palaute

Osallistajat täyttivät maalauspujan lopussa nimettöminä palautelomakkeet. Ensimmäisenä kysyttiin, mikä sai heidät osallistumaan Uniikki-maalauspujaan. Vastausten perusteella yleisin syy maalauspujaan osallistumiselle oli mahdollisuus maalata. Muita syitä olivat halu rentoutua, muiden ihmisten tapaaminen sekä toiminnan maksuttomuus.

Mahdollisuus maalata, rentoutua ja olla muiden seurassa.

Olen jo pitkään miettinyt, että olisi mukava maalata ja sitten sopivasti sain Facebook-kutsun maalauspujaan! Tykkään maalata ja piirtää.

Osallistajat vastasivat palautteessa kysymykseen millainen merkitys Uniikki-maalauspujalla heille oli. Kaikki osallistajat kirjoittivat maalauspujalla olleen heille positiivinen merkitys. Osallistajat kuvailivat, että toiminta rentoutti, poisti stressiä ja sen kautta pääsi toteuttamaan itseä sekä sai mielekästä tekemistä. Esille tuli myös hyvän olon tunne siitä, että löysi maalaamisen pitkästä ajasta.

Sain purkaa energiaa, hyvää tekemistä, seuraa, uusia tuttavuuksia ja sairaana hyvää piirasta! :D

Tuntui todella mahtavalta maalata pitkästä ajasta ja ”tarkoituksenmukaisesti”: ei hedelmäasetelmapakkopullaa, vaan todella toteuttaa itseä.

Palautteessa kysyttiin, mitä hyvää Uniikki-maalauspujassa oli. Osallistajat kuvasivat palautteissa erityisesti maalauspujan ilmapiiriä, ympäristöä ja muita ihmisiä myönteisesti. Ilmapiiri koettiin kannustavana, inspiroivana, paineettomana sekä rentona, kiireettömänä ja ihanana. Muita ihmisiä kuvattiin kannustaviksi ja mukaviksi. Myös musiikkia pidettiin hyvänä asiana, ja ruokatarjoilu sai kiitosta.

Musiikki, flow, hyvä mieli, kahvia...

Rento tunnelma, kiireettömyys, paineettomuus.

Kun osallistujilta kysyttiin, mitä huonoa tai kehitettävää Uniikki-maalauispajassa oli, ehdotettiin, että maalauispajassa voisi olla jokin teema maalauksiin sekä yhteinen rentoutumishetki, ja pöydät voisi asetella lähemmäs toisiaan. Aika koettiin toisaalla liian lyhyenä, toisaalla toivottiin jämäkämpää aloitusta pajalle.

Pöydät olisi voinut asetella lähemmin, jotta vuorovaikutus kaikkien kanssa olisi helpottunut, nyt istuttiin lähinnä pareittain.

Voisi kokeilla yhteistä rentoutumishetkeä ennen maalaamisen aloittamista.

Osallistujia pyydettiin palautteessa kuvailemaan luovuutta. Luovuus nähtiin moniulotteisena, rohkeutena kokeilla uutta ja nähdä asioita uudella tavalla. Luovuuden uskottiin myös tarvitsevan sopivat olosuhteet näyttäytyäkseen. Luovuutta kuvattiin arjen voimavarana ja väylänä tuoda itsestään jotain konkreettista esiin sekä luottamuksena itseensä.

Kyky katsoa ja kuunnella asioita vieraan silmin korvin. Uskallusta maalata vaaleanpunainen taivas ja pyöreä laatikko. Mahdollisuus kurkistaa pyöreän laatikon ulkopuolelle!

Viimeisen kysymyksen kohdalla sana oli vapaa. Osallistajat kiittivät tapahtuman järjestämisestä, ja osa kertoi olevansa jatkossakin kiinnostunut vastaavanlaisesta toiminnasta.

Kiitos valtavasti maalaamisen mahdollisuudesta! Voisin tulla uudestaan-kin!

Kiitos, ihana ilta oli, toivottavasti törmäillään vielä 😊

### 6.1.2 Osallistujien voimaantumista tukevat tekijät

Osallistujien voimaantumista tukevia tekijöitä maalauispajassa arvioimme osallistujien palautteiden ja omien havaintojemme pohjalta. Palautteista ja omista havainnoistamme saatua tietoa vertasimme Siitosen voimaantumisteorian osaprosessien kanssa (Liite 11).



Siitonen korostaa päämäärien asettamisen ja tavoittelun merkitystä voimaantumisessa. Itse asetettujen tulevaisuuden tilojen eli unelmien tavoittelu tuo energiaa välipäämäärien saavuttamiseen, mikä taas vie kohti suurempia unelmia. Itse asetettujen tulevaisuuden tilojen tavoittelu vapauttaa voimavaroja, mikä parhaillaan johtaa voimaantumiseen. Tärkeää voimaantumisen kannalta on, että ihminen saa toteuttaa omia pyrkimyksiään vapaasti omien toiveidensa ja halujensa mukaisesti. (Siitonen 1999, 119–120.) Uniikki-maalauspajassa päämääränä oli saada sovitussa ajassa oma maalaus valmiiksi ja julkaista se Uniikit kuvat -näyttelyssä. Päämäärien tulee olla aiemmasta poikkeavia, riittävän haastavia mutta saavutettavissa olevia, selkeitä ja konkreettisia sekä riittävän läheisiä mutta samaan aikaan merkittäviä pidemmälläkin aikavälillä (Siitonen 1999, 121). Autonomisuus maalauspajassa mahdollistui, koska osallistuminen oli vapaaehtoista, osallistujat saivat itse valita työskentelypaikkansa ja määrittää itse maalauksensa aiheen.

Voimaantumisen eettisenä perustana pidetään kolmea arvoa, jotka ovat itsemääräämisoikeus, oikeudenmukainen ja tasa-arvoinen resurssien ja taakan jakaminen yhteiskunnassa sekä yhteistoiminnallinen ja demokraattinen osallistuminen. Ihmisen henkilökohtaiset perusarvot vaikuttavat myös voimaantumisprosessiin. (Siitonen 1999, 128–129.) Voimaantumista tukevat arvot näkyivät maalauspajassa toiminnan vapaaehtoisuudessa, toiminnan vapaamuotoisuudessa ja lupa-asioiden kysymisessä. Osallistujat kohdattiin tasa-arvoisesti, ennakkoluulottomasti ja oikeudenmukaisesti. Ohjaajat tukivat osallistujien keskinäistä vuorovaikutusta.

Itseluottamus, tyytyväisyys, minäkuva ja mahdollisuus tehdä itsenäisiä ratkaisuja ovat tärkeitä tekijöitä omien voimavarojen vapautumisen ja positiivisen latauksen vahvistumisen kannalta. Kykyuskomusten kautta ihminen arvioi, mitä hän pyrkii saavuttamaan ja millaisia päämääriä hän itsellensä asettaa. (Siitonen 1999, 129.) Maalauspajan kannustava ja positiivinen ilmapiiri saattoi tukea osallistujien itsetuntoa, itseluottamusta ja -arvostusta. Ohjaajat kannustivat osallistujia keskinäiseen positiivisen palautteen antoon ja toisten huomioon ottamiseen omalla esimerkillään.

Ihmisen tehokkuususkomukset vaikuttavat päämäärien asettamiseen ja siihen, kuinka paljon ihminen on valmis näkemään vaivaa asetettujen tavoitteiden saavuttamiseen. Tehokkuususkomukset vaikuttavat myös siihen, kuinka kauan ihminen kestää kohdatessaan vastoinkäymisiä. Luottamusta ja arvostusta herättelevän ilmapiirin tulee olla turvallinen,

ennakkoluuloton ja avoin. Tärkeää on nostaa esiin vahvuuksia huonojen asioiden sijaan. Itsensä tunteminen ja vastuun ottaminen yhteisistä asioista on perusta itsearvostukselle. Ihminen, jolla on vahvat kykyuskomukset, on valmis näkemään vaivaa epäonnistumisien ja esteiden ylittämiseen saavuttaakseen päämäärän. (Siitonen 1999, 136–139.) Ohjaajat pyrkivät mahdollistamaan osallistujille onnistumisen kokemuksia sekä omien rajojen ylittämistä kannustamalla ja olemalla tukena. Kuitenkin vastuu maalauksen valmiiksi saamisessa ja siinä onnistumisessa oli osallistujilla itsellään.

Voimaantumisessa oleellista on, millaista toimintaympäristöä ihminen pitää omien päämääriensä saavuttamisen kannalta ideaalina. Päämäärien saavuttamisen mahdollistava ilmapiiri nähdään turvallisena, tukevana, arvostavana, luottamuksellisena, tasa-arvoisena ja ennakkoluulottomana. (Siitonen 1999, 142–143.) Maalauspaikassa onnistuttiin luomaan hyväksyvä ja rento ilmapiiri. Tähän vaikuttivat esimerkiksi rennon musiikin siivittämä kiireetön aloitus kahvitellen ja syöden. Kaikkien osallistujien huomiointi läpi pajan lisäsi arvostuksen, luottamuksen ja kunnioituksen tuntua.

Toimintavapaus on tärkeää luovuuden ja voimavarojen vapautumisen kannalta. Myönteiset elämykset ja kokemukset ovat merkityksellisiä päämäärien saavuttamisen ja voimaantumisen mahdollistavan ilmapiirin kannalta. Myös autenttisuus eli kokemusten omakohtauus ja aitous vahvistavat voimaantumista. (Siitonen 1999, 148–150.) Autenttisuus mahdollistui maalauspaikassa, kun turvallisessa ryhmässä oli mahdollisuus olla osallisena vuorovaikutustilanteissa ohjatusti ja itsenäisesti. Kaikille annettiin mahdollisuus osallistua keskusteluun maalauspaikan alussa ja lopussa sekä kaikkien mielipiteitä kuultiin ja kokemuksia kuunneltiin. Toimintavapaus mahdollistui maalauspaikassa, kun jokainen sai valita työskentelytavan ja aikatauluttaa suunnittelun, maalaamisen ja rentoutumisen yhteisen aikataulun puitteissa.

Emootioiden avulla ihminen arvioi mahdollisuuksiaan ja kykyjään, ja näin valitsee itselleen sopivia toimintatapoja ja päämääriä. Voimaantumisprosessissa tunteet ovat merkityksellisiä, sillä niiden avulla ihminen tulkitsee esimerkiksi kontekstin eli toimintaympäristön turvallisuutta ja hyväksyntää. Tunteiden avulla tehdään myös tulkintoja ihmisten välisestä vuorovaikutuksesta. (Siitonen 1999, 151–152.) Osallistujien kokemiin emootioihin ohjaajat pyrkivät vaikuttamaan omalla positiivisella ja kannustavalla asenteella sekä

eettisellä herkkyydellä, jotta jokainen tulisi kuulluksi ja tuntisi olonsa mukavaksi maalauspaikassa.

Emootioiden avulla tehdyistä tulkinnoista voi syntyä positiivinen lataus, mikä on merkittävää voimaantumisen prosessissa, sillä positiivisen latauksen syntyminen osoittaa, että ihminen on arvioinut kontekstinsa voimaantumisen kannalta mahdollistavaksi. Positiivinen lataus synnyttää voimavaroja, jotka ovat tarpeen haasteellisissa tilanteissa. Positiivinen lataus näkyy yksilössä ja yhteisössä yleensä innostuneisuutena. Innostuneisuuden ja positiivisuuden lisäksi toiveisuus on tärkeää voimaantumisen prosessissa. (Siitonen 1999, 153–154). Maalauspaikassa ohjaajat tukivat ja kannustivat osallistujia myös voimaantumisen mahdollistamaan positiivisen latauksen kokemiseen.

Onnistuminen liittyy arvostuksen, hyväksymisen, luottamuksen ja ilmapiirin rakentumiseen, jotka ovat yhteydessä minäkuvan ja tehokkuususkomusten muodostumiseen, itsearvostukseen ja itsetunnon muodostumiseen, rohkeuteen kohdata haasteita sekä luovuuden ja voimavarojen vapautumiseen. Avoimessa ilmapiirissä läpikäyty epäonnistuminen voi johtaa entistä vapaampaan ja suotuisampaan ilmapiiriin ja uskallukseen koko ryhmässä. (Siitonen 1999, 154–156.) Voimaantumista tukevaan ilmapiiriin vaikuttivat myös pienen ryhmäkoon tuoma turvallisuus, myönteisten kokemusten syntyminen sekä onnistumisen kokemukset keskusteluissa ja maalaustyöskentelyssä. Voimaantumisen mahdollistavassa ilmapiirissä merkityksellistä on myös toiminnan eettisyys. Voimaantumiseen liittyvää eettisyyttä voidaan kuvata ihmisen kuulluksi tulemisella. (Siitonen 1999, 156–157.) Puheenvuorojen jakaminen alku- ja loppukeskusteluissa sekä pieni ryhmä koko mahdollistivat kuulluksi tulemisen kokemuksen.

## 6.2 Uniikit kuvat -näyttely

Uniikit kuvat -näyttelyn suunnittelu ja toteutus sujui muuttujiin nähden hyvin. Ihannetilanne olisi ollut, että näyttely olisi toteutettu heti maalauspaikan jälkeen. Koska näyttelyn ajankohdat eivät olleet varmistuneet maalauspaikan toteutukseen mennessä, niitä ei pystytty ilmoittamaan osallistujille maalauspaikassa. Kun ajankohdat varmistuivat, lähes-

tyimme osallistujia sähköpostilla. Maalausten nimeämistä näyttelyä varten ei ollut suunniteltu, vaan idea tuli osallistujalta päivän loppupuolella. Jos nimeäminen olisi ollut osallistujien tiedossa aiemmin, osallistujilla olisi ollut enemmän aikaa miettiä nimeä.

Opinnäytetyön työelämäohjaajan antaman palautteen mukaan tämän kaltaisissa projekteissa nuorten aktivoinnin, osallistamisen ja innostamisen kannalta nuorten osallistuminen koko prosessiin on tärkeää. Tällöin osallistajat ovat aktiivisia toimijoita läpi prosessin, mikä vahvistaa osallisuuden kokemusta. Esimerkiksi näyttelyn avajaiset ovat tärkeitä, sillä niillä juhlistetaan sitä mitä on yhdessä saatu aikaan.

Ideoita osallistujien kokonaisvaltaisempaan osallistamiseen ehdotettiin jo suunnitteluvaiheessa, mutta kaikkia ideoita ei toteutettu. Ideoista toteutettiin ne, jotka arvioitiin tämän opinnäytetyön tarpeisiin sopiviksi ja resurssien mukaisiksi. Osallistajat kutsuttiin pystyttämään Uniikit kuvat -näyttelyä Kulttuurikeskus Valveelle. Jälkeenpäin ajateltuna tämä olisi kannattanut huomioida jo suunnitteluvaiheessa, jolloin ”ylimääräisiltä” sähköpostiviestiltä olisi vältytty. Näyttelyssä olisi myös voinut olla vieraskirja, johon kävijät olisivat voineet jättää palautetta näyttelystä. Koska sitä ei ollut, näyttelystä ei saatu kirjallista palautetta tai tietoa esimerkiksi kävijämääristä. Vieraskirja olisi ollut mahdollinen Kulttuuritalo Valveen näyttelyssä. Näyttelyn avajaisia harkittiin Kirjavan kulttuurin suunnittelu-palavereissa, mutta niitä ei lopulta päätetty järjestää. Jos avajaiset olisi järjestetty, näyttelyä olisi ollut hyvä mainostaa enemmän. Toisaalta avajaiset olisivat voineet toimia myös pienemmällä porukalla maalausajan osallistujien kesken, jos tarkoituksena olisi ollut nimenomaan nuorten osallistaminen eikä näyttelyn saattaminen suuremman yleisön tietoisuuteen.

## 7 OPINNÄYTETYÖN EETTISYYS

Eettinen pohdinta on oleellinen osa sosiaalialan ammatillisuutta, sillä ammattilainen joutuu usein toimimaan ristiriitaisten moraalisten, poliittisten ja taloudellisten vaatimusten kentällä (Mäkinen ym. 2009, 180–181.) Eettisyys on tärkeää myös sen vuoksi, että ammatilliseen asemaan liittyvät usein valta ja mahdollisuus vaikuttaa asiakkaan elämään ja sitä kautta koko yhteiskuntaan (Talentia 2013, 5). Sosiaalialan eettisyys ei toteudu juhlapuheissa vaan arkipäivän kohtaamisissa ja toimissa. (Mäkinen ym. 2009, 183, 186.)

Perusta sosiaalialan ammattieettiselle toiminnalle on asiakkaan ihmisarvon ja yksilöllisyyden kunnioittaminen (Talentia 2013, 5). Muita ammattieettisiä arvoja ovat oikeudenmukaisuus ja itsemääräämisoikeus, syrjäytymisen ehkäiseminen, asiakkaan yksityisyyden suojaaminen, osallisuuden ja elämänhallinnan tukeminen sekä syrjinnän ja väkivallan vastustaminen (Mäkinen ym. 2009, 186). Diakonia-ammattikorkeakoulun kehittämistyössä eettisyyden tulee ilmetä suhtautumisessa työhön, haasteisiin ja henkilöihin, jotka ovat mukana työn tekemisessä. Eettisyyden tulee vaikuttaa myös työn aiheen valinnassa, tiedonhankintatavoissa sekä siinä, miten työstä puhutaan ja sen tuloksia sovelletaan. (Diakonia-ammattikorkeakoulu 2010, 11.)

Tässä opinnäytetyössä pyrittiin toimimaan oikeudenmukaisesti ja ihmisiä kunnioittavasti. Opinnäytetyön aiheen valinnan lähtökohtana oli suunnitella ja järjestää matalan kynnyksen toimintaa, johon jokaisella kohderyhmään kuuluvalla on yhtäläiset mahdollisuudet osallistua. Toiminnan sisältö suunniteltiin sellaiseksi, ettei se aseta osallistujia eriarvoiseen asemaan. Maalauspajan aloituskeskustelun ja ilmapiirin tarkoitus oli rohkaista osallistujia uskomaan omiin kykyihinsä ja omaan luovuuteensa. Maalauspajassa osallistujat pyrittiin kohtaamaan sekä yksilöinä että samanarvoisina ihmisinä. Tarkoituksena oli luoda ilmapiiriä, jossa jokainen tuntee itsensä arvokkaaksi mutta myös tärkeäksi osaksi ryhmää. Käytännössä jokaiseen ryhmäläiseen kiinnitettiin arvostavaa huomiota toiminnan alussa ja lopussa sanoin ja elein, antamalla puheenvuoroja ryhmätilanteissa sekä positiivisella palautteella. Maalauspajan voidaan arvioida myös olleen syrjäytymistä ehkäisevää ja osallistavaa toimintaa.

Opinnäytetyön suunnittelussa ja toteutuksessa pyrittiin rehellisyyteen ja läpinäkyvyyteen. Eri lähteistä ja ohjaajilta saatiin neuvoja ja ohjausta opinnäytetyöhön. Neuvoihin ja ohjaukseen suhtauduttiin kunnioittavasti mutta kriittisesti ja pohdittiin niiden soveltuvuutta juuri tähän opinnäytetyöprosessiin.

Osallistujien yksityisyyden suojaan ja itsemääräämisoikeuteen kiinnitettiin huomiota. Osa maalausajan arviointiin liittyvistä havainnoista jouduttiin jättämään raportista pois, koska se olisi voinut vähentää osallistujien yksityisyyden suojaa. Osallistujat saivat lupalomakkeilla määrittää oman maalauksensa julkaisemisesta näyttelyssä sekä itsensä ja maalauksensa valokuvaamisesta. Valokuvien käyttö oli mahdollista kieltää kokonaan tai niin, ettei henkilöä voi tunnistaa. Lisäksi valokuvaamisesta kerrottiin toiminnan alussa suullisesti. Osallistujat täyttivät palautelomakkeet nimettöminä. Osallistujien täyttämiä lupa- ja palautelomakkeita käsiteltiin henkilötietolain asettamien vaatimusten mukaisesti (Henkilötietolaki 1999).

## 8 OPINNÄYTETYÖN LUOTETTAVUUS

Opinnäytetyön luotettavuutta lisäsi toiminnan huolellinen suunnittelu, toteutus ja raportointi. Suunnittelussa hyödynnettiin tietoa luotettavista lähteistä ja toiminta oli läpinäkyvää läpi opinnäytetyöprosessin. Yhteistyökumppaneiden kanssa tehtiin opinnäytetyösopimus, ja aikatauluista ja muista käytännön asioista sovittiin suullisesti. Yhteistyösopimusta noudatettiin, aikatauluista pidettiin kiinni ja opinnäytetyöprosessissa mukana oleviin osapuoliin oltiin yhteydessä sovitusti.

Opinnäytetyön luotettavuuteen kiinnitettiin huomiota myös teoreettisten lähteiden valinnassa. Lähdekritiikki ilmenee analytyttisenä ja tietoisin kriteerein tehtynä tiedonhakuna. (Diakonia-ammattikorkeakoulu 2010, 16.) Opinnäytetyön tueksi haettiin tietoa erilaisista lähteistä. Tavoitteena oli käyttää mahdollisimman ajankohtaisia, ammatillisia ja luotettavia lähteitä. Osa käytetyistä lähteistä on melko vanhoja, mutta lähteiden arvioitiin sopivan tähän opinnäytetyöhön, koska tuoreempia samantasoisia tutkimuksia tai muita lähteitä ei ollut saatavilla. Lähteiden luotettavuuden tueksi haettiin tuoreempaa tietoa esimerkiksi ammattilaisten kirjoittamasta blogista. Suomenkielisten lähteiden rinnalle haettiin myös ulkomaisia lähteitä luotettavuuden lisäämiseksi.

Opinnäytetyön arvioinnin luotettavuutta lisäsivät kirjallisen palautteen kerääminen maalauspujan osallistujilta ja opinnäytetyön työelämäohjaajalta. Palaute tuotiin esille opinnäytetyössä alkuperäisessä muodossaan. Luotettavuutta olisi voinut edelleen lisätä kiinnittämällä huomiota kirjallisen palautteen keruuseen osallistujilta. Osallistujat täyttivät palautelomakkeet piirissä, eli muut periaatteessa pystyivät näkemään toisten vastaukset. Palautelomakkeet myös palautettiin ohjaajille suoraan, eikä esimerkiksi palautelaatikoon. Palautelomakkeessa kysyttiin sukupuolta ja ikää Mielipaletti-projektin palautelomaketta mukaillen. Mielipaletti-projekti kerää tiedon tilastoja ja toiminnan kehittämistä varten, mutta tämän opinnäytetyön kannalta iän ja sukupuolen kysyminen ei ollut oleellista. Iän ja sukupuolen kysyminen pienessä myös ryhmässä heikentää osallistujien anonymiteettiä, mikä voi vaikuttaa esimerkiksi palautteen antamiseen. Ikä- ja sukupuolitietoja ei myöskään hyödynnetty tässä opinnäytetyön raportissa osallistujien yksityisyyden suojaamiseksi.

## 9 POHDINTA

Voimaantumista on haastavaa mitata, minkä vuoksi tämän opinnäytetyön tavoitteeksi muodostui osallistujien voimaantumisen tukeminen – ei voimaantuminen. Uniikki-maalauspaaja pyrittiin suunnittelemaan voimaantumista tukevaksi. Suunnittelun, valmistelun ja ohjaajien toiminnan lisäksi osallistujat vaikuttavat merkittävästi toiminnan luonteeseen ja lopputulokseen. Uniikki-maalauspaajan osallistujat osallistuivat aktiivisesti toimintaan, mikä edesauttoi monien voimaantumista tukevien tekijöiden, kuten kannustavan ilmapiirin, toteutumista. Toteamme, että Uniikki-maalauspaajassa oli seuraavia voimaantumista tukevia tekijöitä:

- taidetoiminta
- toiminnan vapaaehtoisuus
- osallistujien vapaus ja itsemääräämisoikeus
- osallistujien vastuullisuus
- kannustava ja positiivinen vuorovaikutus
- tukeva ja kannustava ilmapiiri
- arvostus ja luottamus
- kuulluksi tuleminen
- pieni ryhmäkoko
- onnistumisen kokemukset

Ihanteellista olisi, että kaikilla ihmisillä olisi yhtäläiset mahdollisuudet saada tukea voimaantumiseensa. On tärkeää, että tukea saadaan silloin, kun ihmisellä vielä on riittävästi voimavaroja ottaa tukea vastaan. Kun ihminen osaa itse tunnistaa ja ottaa käyttöön omat voimavaransa, hän tunnistaa paremmin myös sen, jos voimavarat alkavat hiipumaan. Uniikki-maalauspaajan osallistujien palautteista nousi esiin, että mahdollisuus tällaiseen toimintaan koettiin tärkeäksi. Osallistujat kertoivat, etteivät arjen kiireiden keskellä löydä aikaa maalaamiselle, vaikka tietävät, että se voisi lisätä hyvää oloa. Voimaantumista tukeviin tekijöihin olisi hyvä kiinnittää huomiota kaikessa hyvinvointiin tähtäävässä toiminnassa.



Tässä opinnäytetyössä toteutettu taidetoiminta on sovellettavissa eri ikä- ja kohderyhmille erilaisin teemoin. Toiminta voisi toimia myös vapaaehtoisperiaatteella, jos ryhmä olisi tarpeeksi itseohjautuva. Toiminnan sisältönä voisi taidetoiminnan sijaan olla esimerkiksi musiikki- tai liikuntatoiminta. Keskeistä on, että toiminta on osallistujalle mielekästä. Erilaisiin toimintoihin tutustumalla ihminen voi löytää omat keinonsa voimaantua ja voida hyvin. Toiminnan ei tarvitse välttämättä olla ohjattua tai tietoisesti voimaantumista tukevaa. Sosionomin tehtävänä voi olla toiminnan ohjaamisen sijaan tai lisäksi auttaa asiakasta ohjautumaan mielekkään tekemisen pariin.

Tätä opinnäytetyötä tehdessä tutustuimme erilaisiin hankkeisiin, joissa sosiaali- ja terveysalan sekä taide- ja kulttuurialan toimijat toimivat yhteistyössä. Lähes kaikissa tutustumissamme hankkeissa taide- ja kulttuurialan ammattilainen vieraili sosiaali- ja terveysalan yksikössä. Hankkeissa taide- ja kulttuurialan sekä sosiaali- ja terveysalan ammattilaiset toimivat työpareina, mikä mahdollisti molempien asiantuntijuuden hyödyntämisen toiminnassa. Taide- ja kulttuurialan sekä sosiaali- ja terveysalan yhteistyö on hieno tilaisuus edistää hyvinvointia. Omien kokemustemme mukaan tällaisia tilaisuuksia on kuitenkin mahdollista toteuttaa melko harvoin. Tämän vuoksi olisi tärkeää, että sosiaalialan ammattilaiset kehittävät ja toteuttavat toimintaa myös silloin, kun eri alan ammattilaisen osaamista ei ole tarjolla.

Sosionomi soveltuu ohjaamaan toimintaa, jossa taiteen menetelmällinen ja teoreettinen osaaminen ei ole keskeistä. Sosionomin ensisijainen tehtävä ei ole opettaa taidetekniikkaa, vaan tukea ja rohkaista ihmistä toimimaan itse. Sosionomin ammatillisuuden lisäksi kaikenlaisen luovan toiminnan ohjaamiseen tarvitaan omaa innostusta, luovuutta ja rohkeutta. Toiminnallisten menetelmien käyttäminen rikastuttaa kohtaamisia, ja joissain tilanteissa toiminnalliset menetelmät voivat olla ainoita vuorovaikutuksen keinoja. Tämän opinnäytetyön aiheenvalinnan taustalla oli toive siitä, että ammattilaiset rohkaistuisivat sekä käyttämään jo hyväksi havaittuja toiminnallisia menetelmiä että kehittämään uudenlaista toimintaa. Tiedostamme, että oman rohkeuden lisäksi työnantajilla ja työyhteisöillä on merkittävä rooli työnkuvan ja -käytäntöjen jatkuvassa kehityksessä. Toivomme, että tämä opinnäytetyö rohkaisee ihmisiä uskomaan omiin vahvuuksiin, nauramaan omalle erinomaisuudelle ja ennen kaikkea elämään rohkeasti omannäköistä elämää.

## LÄHTEET

- Adams, Robert 1996. Social work and empowerment. London: Macmillan Press Ltd.
- Ahola, Sanna; Hiltunen, Mirja; Huhmarniemi, Maria; Kuusela, Katri; Koivula, Elina; Kolari, Henriikka; Linnamaa, Lotta; Riikonen, Ulpu & Rissanen, Viena 2010. Rälläkkä ja sivellin. Taidetoimintaa nuorten hyvinvoinnin tueksi. Lapin yliopiston taiteiden tiedekunnan julkaisuja Sarja C. Katsauksia ja puheenvuoroja 33.
- Aulio, Hannu; Girard, Liisa & Laine, Riitta 2008. Katsaus kuvataideterapian taustateorioihin. Teoksessa Liisa Girard, Juhani Ihanus, Riitta Laine & Mari Ropponen (toim.) Suhteessa kuvaan – kuvataideterapian teoriaa ja käytäntöä. Helsinki: Kuvataideterapian työhuonekunta Artteli.
- Bardy, Marjatta 2007. Taiteen paluu arkeen. Teoksessa Marjatta Bardy, Riikka Haapalainen, Merja Isotalo & Pekka Korhonen (toim.) Taide keskellä elämää. Nykyaiteen museo Kiasman julkaisuja 106/2007.
- Diakonia-ammattikorkeakoulu 2010. Kohti tutkivaa ammattikäytäntöä. Opas Diakonia-ammattikorkeakoulun opinnäytetöitä varten. Diakonia-ammattikorkeakoulun julkaisuja. C Katsauksia ja aineistoja 17.
- Girard, Liisa & Laine, Riitta 2008. Kuvallinen luomisprosessi ja terapia. Teoksessa Liisa Girard, Juhani Ihanus, Riitta Laine & Mari Ropponen (toim.) Suhteessa kuvaan – kuvataideterapian teoriaa ja käytäntöä. Helsinki: Kuvataideterapian työhuonekunta Artteli.
- Hautala, Päivi-Maria 2012. Kuvataideterapian sovelluksia oppimisen sytyttäjinä. Teoksessa Päivi-Maria Hautala & Eija Honkanen (toim.) Kuva kantaa. Kuvataideterapia kasvatuksen, opetuksen, hoidon ja kuntoutuksen tukena. Pori: Satakunnan ammattikorkeakoulu.
- Henkilötietolaki 1999/523, 22.4.1999. Viitattu 9.9.2014. <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1999/19990523>
- Hentinen, Hanna 2007. Virittäytyminen taidetyöskentelyyn. Teoksessa Mimmu Rankanen, Hanna Hentinen & Meri-Helga Mantere (toim.) Taideterapian perusteet. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim.

- Hokkanen, Liisa 2009. Empowerment valtaistumisen ja voimaantumisen dialogina. Teoksessa Mikko Mäntysaari, Anneli Pohjola & Tarja Pösö (toim.) Sosiaalityö ja teoria. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Honkanen, Eija & Laitinen, Riikka 2012. Yhdessä vahvemiksi – kuvataideterapeuttiset menetelmät nuoren identiteetin ja ammatillisen kasvun tukena. Teoksessa Päivi-Maria Hautala ja Eija Honkanen (toim.) Kuva kantaa. Kuvataideterapia kasvatuksen, opetuksen, hoidon ja kuntoutuksen tukena. Pori: Satakunnan ammattikorkeakoulu.
- Hyvän mielen talo ry i.a. Toimintaa. Viitattu 28.07.2014. <http://www.hyvanmielentalo.fi/toiminta.html>.
- International federation of social workers 2010. Standards in social work practice meeting human rights. Viitattu 08.10.2014. <http://ifsw.org/publications/standards-in-social-work-practice-meeting-human-rights/>
- Jamendo SA i.a. Terms of use. Viitattu 4.9.2014. <https://www.jamendo.com/en/termsandconditions>
- Jyty i.a. Sosionomin opas. Suomen sosionomit ry. Viitattu 10.10.2014. <http://www.suomensosionomit.fi/@Bin/165978/Sosionominopas.pdf>
- Korhonen, Pekka i.a. Menetelmät. Mitä taidelähtöisillä menetelmillä tarkoitetaan? Viitattu 15.10.2014. <http://www.taikananke.fi/menetelmat/>
- Kuronen, Marjo 2004. Valtaistumista vai voimavaraistumista – feministisiä näkökulmia empowermentiin sosiaalityön käsitteenä ja käytäntönä. Teoksessa Marjo Kuronen, Riitta Granfelt, Leo Nyqvist & Päivi Petrelius (toim.) Sukupuoli ja sosiaalityö. Sosiaalityön tutkimuksen 3.vuosikirja 2004. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Lajunen, Kirsi 2014. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Taiteesta ja kulttuurista hyvinvointia. Puheenvuoro Pohjois-Pohjanmaan hyvinvointifoorumissa 1.4.2014. Puheenvuoron tukena PowerPoint-esitys. Viitattu 15.10.2014. <http://www.pohjois-pohjanmaa.fi/file.php?2846>
- Liebmman, Marian & Koskinen, Kaisa 2002. Mielen kuvia. Taideterapia käytännön hoitotyössä. Kuopio: Oy UNIPress Ab.
- Liikanen, Hanna-Liisa 2003. Taide kohtaa elämän. Arts in Hospital -hanke ja kulttuuri-toiminta itäsuomalaisten hoitoyksiköiden arjessa ja juhlassa. Helsinki: Suomen Mielenterveysseura.

- Liikanen, Hanna-Liisa 2010. Taiteesta ja kulttuurista hyvinvointia – ehdotus toimenpideohjelmaksi. Opetusministeriön julkaisuja 2010:1. Viitattu 21.9.2014. <http://www.minedu.fi/export/sites/default/OPM/Julkaisut/2010/liitteet/OPM1.pdf?lang=fi>
- Mantere, Meri-Helga 2007. Taiteen ja terapian yhteinen kuva. Teoksessa Mimmu Rankanen, Hanna Hentinen & Meri-Helga Mantere (toim.) Taideterapian perusteet. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim.
- Mäkinen, Päivi; Raatikainen, Eija; Rahikka, Anne & Saarnio, Tuula 2009. Ammattina sosionomi. Helsinki: WSOYpro Oy.
- Nietosvuori, Leena 2008. Luovat ja toiminnalliset menetelmät sosionomin työssä. Teoksessa Leena Viinamäki (toim.) 14 puheenvuoroa sosionomien (AMK) asemasta Suomen hyvinvointiasiantuntijajärjestelmässä. Kemi-Tornion ammattikorkeakoulun julkaisuja Sarja A: Raportteja ja tutkimuksia 2/2008. Viitattu 12.10.2014. [http://www3.tokem.fi/kirjasto/tiedostot/Viinamaki\\_A\\_2\\_2008.pdf](http://www3.tokem.fi/kirjasto/tiedostot/Viinamaki_A_2_2008.pdf)
- Pantsar, Outi & Sohlo, Ella 2013. Toimintakertomus 2013. Mielipaletti-projekti. Hyvän mielen talo ry.
- Pantsar, Outi & Sohlo, Ella 2014. Hyvän mielen talo ry. Mielipaletti-projekti. Puheenvuoro Pohjois-Pohjanmaan hyvinvointifoorumissa 1.4.2014. Puheenvuoron tukena PowerPointi-esitys. Viitattu 15.10.2014. <http://www.pohjois-pohjanmaa.fi/file.php?2849>
- Potkonen, Jaana 2014. Kulttuurituottaja, Kulttuuritalo Valve. Oulun kaupunki, sivistys- ja kulttuuripalvelut. Henkilökohtainen tiedonanto 13.2. Kirjaa kulttuuria – suunnittelupalaveri. Oulu.
- Rankanen, Mimmu 2007. Taideterapiassa vaikuttavia ydinprosesseja. Teoksessa Mimmu Rankanen, Hanna Hentinen & Meri-Helga Mantere (toim.) Taideterapian perusteet. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim.
- Rankanen, Mimmu; Hentinen, Hanna & Mantere, Meri-Helga 2007. Lukijalle. Teoksessa Mimmu Rankanen, Hanna Hentinen & Meri-Helga Mantere (toim.) Taideterapian perusteet. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim.
- Rantala, Päivi & Jansson, Satu-Mari 2013. Taika-hankkeen esittely. Teoksessa Päivi Rantala ja Satu-Mari Jansson (toim.) Taiteesta toiseen – taidelähtöisten menetelmien vaikutuksia. Lapin yliopiston taiteiden tiedekunnan julkaisuja B. Tutkimusraportteja ja selvityksiä 10.

- Rosilo, Inke 2012. Korjaava katse – voimauttava valokuvaus työhyvinvoinnin tukena. Teoksessa Piia Laine (toim.) Luovuutta työhön. Taidelähtöiset menetelmät työhyvinvoinnin ja työnohjauksen välineinä. Kuopio: Unipress.
- Siitonen, Juha 1999. Voimaantumisteorian perusteiden hahmottelua. Oulun opettajan-  
koulutuslaitos. Viitattu 5.3.2014. <http://herkules oulu.fi/isbn951425340X/isbn951425340X.pdf>
- Siitonen, Juha 2004. Empowerment as enablement – Opettajat oppimisen mahdollista-  
jina sekä ihmisarvon, voimaantumisen, luovuuden ja humanimman yh-  
teiskunnan edistäjinä. Vastuuopettajien koulutus. Viitattu 5.10.2014.  
<http://www2.kyamk.fi/dl/Kielet/Seminaari04/Siitonen.pdf>
- Sosiaali- ja terveysministeriö 2007. Hyvinvointi 2015 -ohjelma. Sosiaalialan pitkän ai-  
kavälin tavoitteita. Viitattu 20.9. 2014. [http://www.stm.fi/c/document\\_library/get\\_file?folderId=28707&name=DLFE-3640.pdf&title=Hyvinvointi\\_2015\\_\\_ohjelma\\_\\_Sosiaalialan\\_pitkan\\_aikavalin\\_tavoitteita\\_fi.pdf](http://www.stm.fi/c/document_library/get_file?folderId=28707&name=DLFE-3640.pdf&title=Hyvinvointi_2015__ohjelma__Sosiaalialan_pitkan_aikavalin_tavoitteita_fi.pdf)
- Sosiaali- ja terveysministeriö 2012. Sosiaali- ja terveydenhuollon kansallinen kehittä-  
misohjelma (Kaste) 2012–2015. Viitattu 19.9.2014.  
[http://www.stm.fi/c/document\\_library/get\\_file?folderId=5065240&name=DLFE-17905.pdf](http://www.stm.fi/c/document_library/get_file?folderId=5065240&name=DLFE-17905.pdf)
- Strandman, Pia 2007. Taiteen soveltavaa käyttöä? Teoksessa Marjatta Bardy, Riikka  
Haapalainen, Merja Isotalo ja Pekka Korhonen (toim.) Taide keskellä elä-  
mää. Nykytaiteen museo Kiasman julkaisuja 106 / 2007.
- Talentia ry 2013. Arki, arvot, elämä, etiikka. Sosiaalialan ammattilaisen eettiset ohjeet.  
Helsinki: Sosiaalialan korkeakoulutettujen ammattijärjestö Talentia ry.  
Ammattieettinen lautakunta.
- Tuomainen, Satu 2014. Sosiaalialan työssä edistetään voimaantumista. Uudistuva sosi-  
aalialan osaaminen. 20.08.2014. Viitattu 08.10.2014. [http://blogit.metro-  
polia.fi/uudistuva-sosiaalialan-osaaminen/2014/08/20/sosiaalialan-tyossa-  
edistetaan-voimaantumista/](http://blogit.metro-<br/>polia.fi/uudistuva-sosiaalialan-osaaminen/2014/08/20/sosiaalialan-tyossa-<br/>edistetaan-voimaantumista/)
- Uusikylä, Kari & Piirto, Jane 1999. Luovuus. Taito löytää, rohkeus toteuttaa. Juva:  
WSOY.
- Van Lith, Theresa; Fenner, Patricia & Schofield, Margot 2011. The lived experience of  
art making as a companion to the mental health recovery process. *Disabi-  
lity & Rehabilitation* 2011, 33(8).

Webb, Stephen A. 2006. *Social work in a risk society. Social and political perspectives.*  
New York: Palgrave Macmillan.

## LIITE 1: Uniikki-maalauspajan ja Uniikit kuvat -näyttelyn tarvikelista

### Maalauspajan tarvikelista

- Akryylimaaleja
- Siveltimiä, kyniä, pyyhekumeja
- Suuria vesiväripapereita ja suttupaperia
- Maalarinteippiä, sakset
- Vesi- ja maaliastioita
- Ruokatarjottavat

### Näyttelyn tarvikelista

- Kehykset
- Nimikyltit
- Teippiä, sinitarraa, siimaa
- Lakana
- Sakset

LIITE 2: Uniikki-maalauspujan ohjelma ohjaajalle

### **Klo 14.00 ALOITUS**

*Rauhallinen musiikki soi taustalla ja välipala tarjolla*

- Tervetuloa, osallistujat ohjataan välipalalle ja piiriin patjoille
- Ohjaajat esittäytyvät, yhteistyökumppaneiden esittely
- Uniikki-maalauspujan idean esittely (rentoutuminen, maalaaminen, näyttelyn kokoaminen)
- Päivän ohjelman ja aikataulun läpikäyminen
- Käytännön asioiden (esim. tarvikkeet ja tilat) läpikäyminen
- Tutustumiskierros (*Nimi + jos haluat jotain muuta*)
- Orientoiva keskustelu (Ohjaaja alustaa keskustelua esittämällä ajatuksia luovuudesta)
- Taidetoiminnan ohjeistus

### **Klo 14.30 TAIDETYÖSKENTELY**

#### **Klo 17.00 PURKU**

*Palataan piiriin istumaan.*

- Fiiliskierros (*Miltä maalaaminen tuntui? Millainen olo työskentelystä jäi?*)
- Maalausten läpikäyminen
- Kirjallisen palautteen kerääminen (liite 3)
- Lomakkeiden täyttäminen (liite 4 ja liite 5)

#### **Klo 18.00 LOPETUS**

- Kerrotaan näyttelyn ajankohdista ja maalausten palauttamisesta
- Kiitos!



## LIITE 3: Palautelomake

## PALAUTELOMAKE

26.5.2014

Sukupuoli:  mies  nainen

Ikä:

Olen:  opiskelija  työtön  palkansaaja kuntoutus-/sairauspäivärahalla/sairaseläkkeellä  muu

Mikä sai sinut osallistumaan Uniikki-maalaukseen?

Millainen merkitys Uniikki-maalauksella oli sinulle?

Mitä hyvää Uniikki-maalauksessa oli?

Mitä huonoa tai kehitettävää Uniikki-maalauksessa oli?

Miten kuvailisit luovuutta?

Haluatko sanoa vielä jotain?

KIITOS! ☺

LIITE 4: Lupalomake

LUPALAPPU

26.5.2014

Annan luvan julkaista maalaukseni taidenäyttelyssä Kiimingin kirjastossa ja kahvila Mintussa

kyllä \_\_\_ ei \_\_\_

Annan Janicalle ja Eveliinalle luvan käyttää opinnäytetyössään kuvia, joissa minä tai maalaukseni näkyy

kyllä \_\_\_ ei \_\_\_ kyllä, mutta niin ettei minua tunnisteta kuvasta \_\_\_

Annan Mielipaletille luvan käyttää maalauspaikassa otettuja kuvia, joissa minä tai maalaukseni näkyy

kyllä \_\_\_ ei \_\_\_ kyllä, mutta niin ettei minua tunnisteta kuvasta \_\_\_

Oulussa, 26.5.2014

Nimi: \_\_\_\_\_

Allekirjoitus: \_\_\_\_\_

LIITE 5: Lupalomake alaikäisen huoltajalle

LUPALAPPU

26.5.2014

Nuoresi on osallistunut Uniikki-maalauispajaan Hyvän mielen talolla 26.5.2014. Luvallasi hänen maalauksensa julkaistaan Uniikit kuvat –näyttelyssä.

Annan luvan julkaista \_\_\_\_\_ maalauksen  
(nimi)

Kirjavaa kulttuuria -tapahtuman näyttelyissä Kiimingin kirjastossa heinäkuussa

ja kahvila Mintussa syyskuussa 2014.

Huoltajan allekirjoitus ja nimenselvennys:

---

Postita lupalappu osoitteeseen:

(osoite)

Kiitos!

Terveisin Uniikki-maalauispajan ohjaajat

Janica Moilanen ja Eveliina Kuukasjärvi, Diakonia-ammattikorkeakoulu

Sähköposti: uniikkimaalaus@gmail.com

LIITE 6: Kuvia Uniikki-maalauspujan toteutuksesta





*Kuvakortteja*



*Välipala*





*Maalaustyöskentelyyn orientoitumista*



*Maalaustarvikkeiden valitsemista*



*Maalaustyöskentelyyn orientoitumista*



*Maalaustyöskentelyä*





*Maalaustyöskentelyä*



*Maalaustyöskentelyä*





*Maalaustyöskentelyä*



*Maalaustyöskentelyä*



*Kirjallisen palautteen kerääminen*



*Maalausten läpikäymistä*



LIITE 7: Uniikki-maalauspujan mainosjuliste

**HEI SINÄ 17-29-VUOTIAS!  
TULE MAALAAMAAN OMA, UNIIKKI  
TAIDETEOS**

**UNIIKKI-  
MAALAUSPAJA**

**MAKSUTON!**

**26. TOUKOKUUTA 2014  
KLO 14-18  
HYVÄN MIELEN TALOLLA  
PUUSEPÄNKATU 4, OULU**

**LISÄTIETOJA JA ILMOITTAUTUMINEN  
16.5. MENNESSÄ OSOITTEeseen  
UNIIKKIMAALAU@GMAIL.COM**

**TEOKSISTA KOOTAAN NÄYTTELY  
KIRJAVAA KULTTUURIA -TAPAHTUMAAN**

**JÄRJESTÄÄ OPISKELIJAT EVELIINA JA JANICA  
YHTEISTYÖSSÄ MUKANA HYVÄN MIELEN TALON MIELIPALETTI-  
PROJEKTI JA KIRJAVAA KULTTUURIA -TAPAHTUMA**

**UNIIKKI-MAALAUSPAJA MYÖS FACEBOOKISSA**

  
HYVÄN MIELEN TALO

  
mielipaletti

  
RAY TUKEE  
ray  
RAY STÖDER

## LIITE 8: Uniikit kuvat -näyttelyn juliste

Musiikki, kuvat, mietelauseet ja luovuus  
Niistä otin omani, istuin alas ja maalasin

# UNIIKIT KUVAT -NÄYTTELY

Uniikki-maalaspaja järjestettiin Hyvän mielen talolla 26.5. kello 14-18.  
Maalaspaja näyttelyineen on Eveliina Kuukasjärven ja Janica Moilasen  
opinnäytetyö. Yhteistyökumppaneina Hyvän mielen talon Mielipaletti-  
projekti ja Kirjavaa kulttuuria -tapahtuma.





LIITE 9: Kuvia Uniikit kuvat -näyttelystä



*Uniikit kuvat -näyttely Kiimingin kirjastossa*



*Uniikit kuvat -näyttely Kiimingin kirjastossa*



*Uniikit kuvat -näyttely Kulttuurikeskus Valveen kahvila Mintussa*



*Uniikit kuvat -näyttely Kulttuurikeskus Valveen kahvila Mintussa*

LIITE 10: Palautekysely opinnäytetyön työelämäohjaajalle

Palautekysely opinnäytetyön työelämäohjaajalle

24.9.2014

1. Mitä opinnäyte-yhteistyö antoi Mielipaletti-projektille?
2. Mitä kehittämisideoita sinulla olisi tähän opinnäytetyöhön tai sen aiheeseen liittyen?
3. Vastasiko opinnäyte-yhteistyö Mielipaletin odotuksia? Miten tai miten ei?
4. Sana on vapaa

Sydämellinen kiitos asiantuntevasta, käytännönläheisestä ja innostavasta opinnäytetyön ohjaamisesta!

- Janica ja Eveliina -

## LIITE 11: Voimaantumisen osaprosessit

PÄÄMÄÄRÄT	<p>Toivotut tulevaisuuden tilat Henkilökohtaisten päämäärien asettaminen, halu ymmärtämiseen ja menestykseen, osallistuminen yhteisten päämäärien asettamiseen</p> <p>Vapaus Valinnanvapaus, vapaaehtoisuus, itsemäärääminen, autonomisuus</p> <p>Arvot</p>
KYKY-USKOMUKSET	<p>Minäkäsitys Minäkuva, itsetunto, identiteetti</p> <p>Itseluottamus, itsearvostus</p> <p>Tehokkuususkomukset ja itsesäätely</p> <p>Vastuu</p>
KONTEKSTI-USKOMUKSET	<p>Hyväksyntä Tervetulleeksi kokeminen</p> <p>Arvostus, luottamus ja kunnioitus</p> <p>Ilmapiiiri Turvallisuus, avoimuus, ennakkoluulottomuus, rohkaiseminen, tukeminen</p> <p>Toimintavapaus oma kontrolli</p> <p>Autenttisuus</p> <p>Yhteistoiminta, kollegiaalisuus ja tasa-arvoisuus</p>
EMOOTIOT	<p>Säätelevä ja energisoiva toiminta</p> <p>Positiivinen lataus innostuneisuus</p> <p>Toiveikkaus</p> <p>Onnistuminen ja epäonnistuminen</p> <p>Eettisyys ihmisen äänen kuuleminen</p>

(Siitonen 1999, 158.)