
KULTAINEN KIITOS

Yhteisötaidetta mielenterveysomaisten kanssa




Ammattikorkeakoulun opinnäytetyö

Ohjaustoiminnan koulutus

Lahdensivu, syksy 2015

Taru Koho



LAHDENSIVU

Ohjaustoiminnan koulutus
Pedagoginen ohjaustoiminta

Tekijä	Taru Koho	Vuosi 2015
Työn nimi	Kultainen Kiitos – Yhteisötaidetta mielenterveysomaisten kanssa	

TIIVISTELMÄ

Opinnäytetyön tavoitteena oli tuottaa FinFami – Kanta-Hämeen mielenterveysomaiset ry:n omaisten kanssa yhteisötaideteos ja samalla saada tietoa omaisten kokemuksista yhteisötaideteoksen tekemistä kohtaan ja prosessiin osallistumisesta. FinFami – Kanta-Hämeen mielenterveysomaiset ry toiminta tukee ja auttaa omaisia, joiden läheinen on esimerkiksi psyykkisesti sairastunut. Yhdistyksessä painotetaan pääasiassa yksilöpainotteiseen toimintaan. Yhdistyksen arkeen haluttiin tuoda enemmän yhteisöllistä tekemistä ja sitä kautta tutkia kuinka yhteisötaide sopisi yhdistyksen toimintaan.

Tutkimuksen aineistoa kerättiin kyselyillä ja havainnoimalla muutamia yhdistyksen toiminnassa jo pidempään mukana olleita omaisia yhteisötaideprojektin aikana. Aineistoa kerättiin myös FinFamin omaistyöntekijältä haastattelemalla. Taustateorianä käytettiin tietoa mielenterveysomaisista, yhteisötaiteesta ja sen vaikutuksista. Lisäksi paneuduttiin logoterapiaan sekä kulttuurin ja taiteen voimauttavaan vaikutukseen.

Teoreettisen tiedon ja kerätyn aineiston pohjalta pystyi päättämään yhteisötaiteen olevan hyvä toimintamuoto omaisille ja omaisten kanssa työskenteleville. Yhteisötaide on pidempään toiminnassa olleille omaisille toimiva tapa kiittää yhdistykseltä saamastaan avusta ja omaiset saavat myös jättää kädenjälkensä yhdistyksen tilaan. Yhdistyksen työntekijöille yhteisötaide on helppo toimintamuoto, koska tarvikkeita ei aina tarvita suuria määriä, vaan esimerkiksi kierrätys- tai luonnonmateriaaleja voidaan hyödyntää. Ohjaajana on tärkeintä kannustaa osallistujia luovuuteen ja yhteiseen tekemiseen. Opinnäytetyön tulosten pohjalta suositellaan omaisyhdistyksiä kokeilemaan rohkeasti yhteisötaidetta.

Avainsanat Yhteisötaide, mielenterveysomainen, vertaistuki, logoterapia

Sivut 30 s. + liitteet 6 s.

LAHDENSIVU

Degree Programme in Crafts and Recreation

Pedagogic Crafts and Recreation

Author

Taru Koho

Year 2015

Subject of Bachelor's thesis

Golden Thanks – Community Art with the
Family Members of Mental Health Patients

ABSTRACT

The purpose of the Bachelor's thesis was to produce community art and collect information about the experiences of making community art. The thesis was a cooperation project with the Regional Family Association Promoting Mental Health in Tavastia Proper (FinFami). The national and regional FinFami associations help the family members of mental health patients by supporting the family associations and groups in their activities. The activities of the association have been more focused on the individual, rather than the community. More communal activities were wished for and the aim was to examine the suitability of community arts activities for the association.

The data for the study were collected with questionnaires and observation while making the community art. The data were also collected by interviewing one of the employees of the regional FinFami association in Tavastia Proper. The background theory includes information about family members of mental health patients, community arts, logo therapy and also the empowering impact of culture and arts.

The background theory and the collected data show that community art is a good method for the family members of mental health patients and for the employees of FinFami. Community art is a great way for the family members to thank the FinFami Association for the support they have been given. For the employees community art is an easy method to instruct. The main goal is to encourage the family members to creativity.

Keywords Community art, the family members of mental health patients, peer support, logotherapy

Pages 30 p. + appendices 6 p.

SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	1
1.1	Lähtökohdat ja keskeiset käsitteet.....	2
1.2	Tavoitteet ja tutkimuskysymykset.....	3
1.3	Opinnäytetyön rakenne	4
2	MIELENTERVEYSOMAISTEN KESKUSLIITTO – FINFAMI.....	4
2.1	Järjestön arvot ja toiminta	4
2.2	Mielenterveysomainen	5
2.3	Omainen mukana yhdistyksessä	6
2.4	Vertaisryhmä	6
3	TEORIATAUSTA.....	8
3.1	Yhteisötaide.....	9
3.2	Logoterapia.....	10
3.3	Kulttuurin ja taiteen voimauttava vaikutus	11
4	KULTAINEN KIITOS – YHTEISÖTAIDEPROJEKTI	13
4.1	Toiminnan suunnittelu.....	13
4.2	Ohjauksien sisällöt	14
4.3	Ohjaajan rooli.....	15
5	TUTKIMUSMENETELMÄT	16
5.1	Kysely.....	16
5.2	Havainnointi	18
5.3	Haastattelu.....	19
6	YHTEISÖTAIDETEOS JA KERÄTTY AINEISTO	19
6.1	Yhteisötaideteos	20
6.2	Kerätty aineisto	20
6.2.1	Alkukyselyn aineisto	21
6.2.2	Loppukyselyn aineisto.....	21
6.2.3	Havainnoinnin aineisto	22
6.2.4	Haastattelun aineisto.....	24
7	TULOKSET	24
7.1	Omaisten kokemukset yhteisötaiteen tekemisestä	24
7.2	Yhdessä tekeminen ja yhteisötaide yhdistyksen toiminnassa	26
7.3	Yhteisötaideteos yhdistyksen tilassa	27
7.4	Tuloksien luotettavuus	27
8	POHDINTA JA ARVIOINTI.....	28
	LÄHTEET	31

Liite 2	Ohjaussuunnitelmat
Liite 3	Alkukyselyn kysymykset
Liite 4	Loppukyselyn kysymykset
Liite 5	Haastattelun kysymykset

1 JOHDANTO

Läheisen psyykkinen sairastuminen vaikuttaa usein monien ympäristössä elävien arkeen. Päivät saattavat täytyä läheisen hoitamaiseen liittyvistä asioista, eivätkä voimavarat aina riitä huolehtimaan omasta jaksamisesta. Harrastuksille ja arkipäiväisille pienille ilon asioille ei välttämättä riitä enää aikaa. Töillekään ei välttämättä enää riitä aikaa samalla tavalla kuin ennen. Ajatuksissa pyörii huoli läheisen voinnista ja mahdollisesti myös raha-asiat huolestuttavat. Kuinka maksetaan oma ja läheisen eläminen, lääkkeet, sairaalalaskut ja niin edelleen. Omainen voi kokea usein olevansa yksin kaikkien asioiden kanssa kun läheinen sairastuu. Onneksi on olemassa omaisyhdistyksiä. Yhdistyksissä omaisista pidetään huolta. Yhdistyksissä omaiset saavat tukea niin työntekijöiltä kuin myös muilta omaisilta. Elämä saa ajallaan uudet raiteet ja omainen hyväksyy läheisensä sairauden ja sen kanssa elämisen. Yleisesti avun saatuaan ihminen haluaa kiittää auttajaansa. Näin on myös omaisten kohdalla. Tästä tulee opinnäytetyön nimi: Kultainen Kiitos – yhteisötaidetta mielenterveysomaisten kanssa.

Opinnäytetyö lähti liikkeelle omasta halustani toteuttaa toiminnallinen opinnäytetyö, joka sisältäisi jossain määrin taidetta, sen tekemistä tai sen viemistä johonkin ympäristöön sekä sen vaikutuksien tutkimista. FinFami – Kanta-Hämeen mielenterveysomaiset ry:n toiminnanjohtaja Minna Hotta kävi esittelemässä yhdistystä ja muutamia erilaisia ideoita vaihtoehtona suorittaa ohjaustoiminnan pääaineprojekti tai opinnäytetyö. Yksi ideoista oli yhteisötaideteos ja tähän ideaan tartuin omana opinnäytetyönäni. Yhdistykseltä tuli toive teoksesta, joka peittäisi yhdistyksen tilassa olevat harmaat sermit ja jota voisi työstää jatkossakin eteenpäin. Tätä ideaa lähdin suunnittelemaan ja toteuttamaan. Yhteisötaiteen vieminen uusiin ympäristöihin edistää yhteisötaiteen asemaa yhteiskunnassa. Omaiset saavat kokea, että heidät huomioidaan ja heille halutaan antaa mahdollisuuksia pitää hyvinvointiaan yllä kulttuurisin keinoin.

Opinnäytetyössäni aihe on rajattu hyvin tiukasti. Pääsääntöisesti kyse on mielenterveysomaisista ja yhteisötaideteoksen tekemisestä. Mielenterveysomaisiin tutustun Mielenterveysomaisten keskusliitto – FinFami ry:n kautta saadakseni käsityksen mitä omaiset ovat joutuneet kokemaan lähimmäisen sairastuessa ja millaista toimintaa heille on tarjolla omaisyhdistyksissä. Teoreettisessa viitekehyksessä tutustun yhteisötaiteeseen ja otan käsittelyyn myös logoterapian ja taiteen voimauttavan vaikutuksen. Teoriataustassa olen lähestynyt aiheita hyvin avoimin mielin. Esimerkiksi logoterapiaan tutustuin pohtien kuinka sitä voisi hyödyntää yhteisötaiteen kanssa. Opinnäytetyön kannalta on tärkeää myös perehtyä edellä mainittuihin käsitteisiin, jotta voidaan paremmin ymmärtää, kuinka yhteisötaiteen tekeminen vaikuttaa hyvinvointiin.

1.1 Lähtökohdat ja keskeiset käsitteet

Ohjaustoiminnan koulutusohjelmassa olen painottanut opinnoissani pedagogiseen pääaineeseen sekä sivuaineissa ja vapaasti valittavissa opinnoissa käsityömuotoiluun ja –ilmaisuun sekä osallistavaan ilmaisuun. Opinnäytetyöni halusin liittyvän jollain tavalla taiteeseen tai taiteen tekemiseen. Mahdollisuus toteuttaa opinnäytetyönä yhteisötaidetta FinFami – Kanta-Hämeen mielenterveysomaiset ry:lle vastasi tähän toiveeseeni.

Yhteisötaideprojekti lähti liikkeelle selvittämällä yhdistyksen toiveet. Yhdistykseltä sain hyvin vapaat kädet projektin toteuttamiseen. Yhdistykseltä tuli toive, että yhteisötaide voisi olla huppu tai muu irrotettavissa oleva päällinen harmaiden sermien päälle. Lisäksi teoksen materiaalien toivottiin olevan mahdollisimman paljon joko yhdistyksellä jo valmiiksi olevia materiaaleja tai sitten kierrätysmateriaaleja. Yhteisötaideprojektiin haettiin osallistujia kirjoittamani houkutus tekstin (LIITE 1) avulla, joka ilmestyi tammikuussa 2015 yhdistyksen jäsenkirjeessä. Yhdistyksen jäsenistä houkuteltiin mukaan pieni ryhmä osallistujia, jotka halusivat olla mukana toteuttamassa yhteisötaidetta ja lisäämässä yhdistyksen tilojen viihtyvyyttä. Osallistujiksi houkuteltiin mukaan erityisesti omaisia, jotka olivat jo pidempään olleet mukana yhdistyksen toiminnassa ja siten olivat henkisesti jo vahvempia. Mukaan projektiin saatiin kolme osallistujaa, jotka kaikki olivat vanhempia aikuisia ja heillä kaikilla oli kokemusta perinteisistä käsityömenetelmistä. Esimerkiksi kankaan kutomisesta ja puutöistä. Yhdistyksen toiminnanjohtajan Minna Hotan kanssa sovittiin ohjausten ajankohdasta ja sovimme pitäväni neljä ohjauskertaa maanantai-iltapäivisin. Näiden ohjauksien aikana keräsin aineistoa osallistujien kokemuksista yhteisötaiteen tekemistä kohtaan. Aineistonkeruumenetelmiksi valitsin kyselyn ja havainnoinnin. Haastattelin myös yhdistyksen omaistyöntekijää.

Opinnäytetyössäni käytän muutamissa kohdissa sanoja kulttuuri ja taide. Ne muodostavat pohjan yhteisötaiteelle ja siten koko tälle opinnäytetyölle. Jotta välttyttäisiin liiallisilta yleistyksiltä ja ristiriidoilta kyseisten sanojen monipuolisten merkitysten takia, avaan mitä nämä käsitteiden merkitykset tässä opinnäytetyössä tarkoittavat.

Kulttuuri on ihmiselle ominaista toimintaa ja sen tuotteita. Kulttuuri on arvojen ja tapojen kokonaisuus. Sanana kulttuuri on hyvin monimerkityksinen, mutta useimmiten sillä tarkoitetaan ensisijaisesti taiteen ja toissijaisesti myös tieteen ja uskonnon alaan kuuluvia asioita. Esimerkiksi arkeologiassa kulttuuri tarkoittaa pitkälti kaikkea ihmisen toimintaa, mutta käytännössä se tarkoittaa sellaisia asioita, joista on jäänyt aineellisia jälkiä, kuten esimerkiksi työkaluja. Sana kulttuuri tulee latinan sanasta *cultura*, joka tarkoittaa viljelyä. Kulttuurista on puhuttukin hengenviljelynä. Näissäkin kulttuurisuuntauksissa kyse on kuitenkin arvoista, ajattelutavoista, käytänteistä ja kokonaisuuksista tai mahdollisesti vain muodista. (Korpela 2013.)

Taide on osa kulttuuria, joka laajasti määriteltynä kattaa kaiken ihmisen toiminnan. Taide on erittäin haastava määritellä. Tyhjentävä määritelmä on todennäköisesti mahdoton. Taiteen tutkimuksessa ja estetiikan kentällä määrittely-yrityksiä on lukematon määrä. Jokainen yritys määritellä lisää taiteen käsitteen ymmärtämistä. Jonkin asian määrittely taiteeksi voi olla joko luokittelevaa tai arvottavaa. Luokittelussa taide voi olla huonoa ja keskinkertaista, mahdollisesti jopa epäonnistunutta taidetta. Arvottavassa näkemyksessä jonkin kutsuminen taiteeksi on itsessään jo arvostuksen osoitus. Taiteen vapauden ideana on, ettei sitä voida kahlita kaavoihin tai arviointiasteikkoihin. Taide elää kulttuurissa, ihmisten kokemusmaailmassa. (Rantala-Korhonen 2012.)

Kulttuuri ja taide ovat haastavia määritellä ja niille on lähes mahdotonta löytää mitään lopullista muotoa. Opinnäytetyössä seuran näiden lähteiden tukemana yleistä linjaa. Kulttuuri ja taide kulkevat käsi kädessä. Kulttuuri on kaikkea mikä kertoo tästä ajasta ja paikasta. Opinnäytetyön aikana taide nähdään arvoittavana tekijänä. Taide on keino päästä olemaan vapaa ja luova.

1.2 Tavoitteet ja tutkimuskysymykset

Opinnäytetyön alussa asetin itselleni ja opinnäytetyölle tavoitteita. Tavoitteissa huomioin FinFami – Kanta-Hämeen mielenterveysomaiset ry:n toiveet sekä omat toiveeni ja tavoitteeni.

Konkreettisesti FinFami – Kanta-Hämeen Mielenterveysomaiset ry:lle tuotetaan yhteisötaideteos. Lisäksi yhdistykselle tuotetaan tietoa omaisten kokemuksista yhteisötaiteen tekoa kohtaan ja teoksen kautta kiittämisestä. Tavoitteena on, että yhdistyksen toiveet teoksen ulkonäön, tutkimustulosten ja projektin laadukkuus otetaan huomioon mahdollisimman hyvin ja yhdistyksen toimintaan tuodaan jotain uutta. Tavoitteena on, että työn tulokset hyödyntävät yhdistystä ja ne ovat uskottavia ja luotettavia. Työn tuloksissa on tavoitteena pohtia tulosten hyödynnettävyyttä ja tehtyjä johtopäätöksiä.

Omana tärkeimpänä tavoitteenani on tuottaa uskottava ja laadukas opinnäytetyö, joka edistää ammatillisen minäni kasvua. Opinnäytetyön raportin tavoitteena on olla jokaiselle helposti luettavissa. Tarvittaessa opinnäytetyö toimii myös inspiraationa yhteisötaiteellisissa projekteissa tai mielenterveysomaisten kanssa työskenteleville ajatuksien herättäjänä.

Tavoitteiden pohjalta opinnäytetyössäni pyrin vastaamaan seuraavaan kysymykseen:

- Miten FinFami – Kanta-Hämeen mielenterveysomaiset ry:n jo pidempään toiminnassa mukana olleet omaiset kokevat yhteisötaiteen tekemisen?

Tarkentavina kysymyksinä ovat seuraavat kaksi kysymystä:

- Mitä yhteisötaiteen tekeminen edellyttää yhdistykseltä?

- Mitä mahdollisuuksia yhteisötaide voi tarjota yhdistyksen toimintaan?

1.3 Opinnäytetyön rakenne

Luvussa kaksi kerron Mielenterveysomaisten keskusliitto – FinFami ry:stä, mielenterveysomaisista sekä kuinka omainen voi olla mukana yhdistyksen toiminnassa ja vertaisryhmässä. Luvussa kolme avaan opinnäytetyön teoreettista taustaa, eli yhteisötaidetta, logoterapiaa ja myös kulttuurin ja taiteen voimauttavaa vaikutusta.

Neljännessä luvussa kerron toiminnan suunnittelusta sekä materiaalien valinnasta ja ohjauksien sisällöstä ja ohjaajan roolista ohjauksien aikana. Luvussa viisi avaan opinnäytetyössä hyödynnettyjä tutkimusmenetelmiä. Luvussa kuusi kerron syntyneestä yhteisötaideteoksesta ja kerätystä aineistosta .

Luvussa seitsemän kokoan toiminnallisen osuuden ja kerättyjen aineistojen pohjalta syntyneet tulokset, joissa vastaan muun muassa opinnäytetyön tutkimuskysymykseen. Kahdeksannessa luvussa pohdin yhteisötaiteen asemaa yhdistyksessä ja arvioin opinnäytetyötä kokonaisuutenaan.

2 MIELENTERVEYSOMAISTEN KESKUSLIITTO – FINFAMI

Tässä luvussa kerron Mielenterveysomaisten keskusliiton – FinFami ry:n arvoista ja toiminnasta. Avaan myös, kuka on mielenterveysomainen ja kuinka hän voi olla mukana yhdistyksien toiminnassa. Eräs tärkeimmistä tavoista olla mukana yhdistyksen toiminnassa on osallistua vertaisryhmiin.

2.1 Järjestön arvot ja toiminta

Mielenterveysomaisten keskusliitto – FinFami ry:n arvoissa huomioidaan mielenterveyskuntoutujien omaiset ja heidän etunsa ja oikeutensa. Arvoihin kuuluvat kansalaisjärjestöläheisyys, kunnioitus, luottamus, lämpö, vaikuttavuus ja uskallus. Järjestön toiminta perustuu omaislähtöisyyteen ja siksi vapaaehtoisuus ja vertaistuki ovat järjestön tärkeimmät voimavarat. Inhimillisyys, läsnä oleminen ja vastuullisuus ovat suuressa arvossa järjestön toiminnassa, jossa pyritään vaikuttamaan tärkeisiin ajankohtaisiin asioihin. (Mielenterveysomaisten keskusliitto – FinFami ry 2014.)

Paikallisten jäsenyhdistyksien tarkoituksena on antaa tukea ja palveluita mielenterveysomaisten hyväksi. Yhteisenä päämääränä keskusliitolla ja jäsenyhdistyksillä on tarjota hyvinvointia mielenterveyskuntoutujien

omaisille. (Mielenterveysomaisten keskusliitto – FinFami ry 2014.) FinFami – Kanta-Hämeen mielenterveysomaiset ry:n toiminnassa arvot ja hyvinvoinnin tarjoaminen näkyvät muun muassa omaisneuvontana, vertaistuellisina ryhminä ja tapaamisina sekä luentoina ja tiedollisina iltoina (FinFami – Kanta-Hämeen mielenterveysomaiset ry 2014).

2.2 Mielenterveysomainen

Omainen on henkilö, jonka läheinen oireilee tai on sairastunut psyykkisesti. Psyykkisesti sairastunut ei välttämättä kykene iloitsemaan tai sosiaalisten pelkojen takia karttaa seuraelämää tai psykoottisten harhaluulojen takia todellisuudentaju on voinut heikentyä. Yhden sairaus voi usein vaikuttaa koko perheen ilmapiiriin tai sisäiseen vuorovaikutukseen. Omaisen suhde psykiatrisista ongelmista kärsivään voi helpottaa tai vaikeuttaa toipumista. Ystävät ja omaiset usein tukevat sairastuneen hoidoissa. Huolenpito on arvokasta, mutta joskus ongelmien kanssa kamppailevan hoivaaminen voi muuttua ahdistavaksi ja pakoksi, joka kaventaa muuta elämää. Suuri osa omaisista käy läpi masennus- ja uupumusvaiheen myös itse. Omaiset tarvitsevat erityisesti tukea mielenterveysongelmasta kärsivän joutuessa sairaalaan. Omaisen on tärkeä huolehtia omasta hyvinvoinnista ja jaksamisesta. (Huttunen 2008.)

Psyykkisesti sairaan voi olla vaikeaa hyväksyä sairauttansa ja sitä yritetään salaa läheisiltä tai pahaa oloa saatetaan vähätellä. Perheenjäsenet ja läheiset kuitenkin yleensä huomaavat psyykkiset oireet salailusta huolimatta. Toisinaan psyykinen sairaus voi turruttaa tunteita, jolloin mukaan tulee ahdistusta. Psyykkisesti sairas kamppailee muun muassa syyllisyyden, hylätyksi tulemisen pelon kanssa sekä läheisyys ja koskettaminen voivat myös pelottaa. Sekavat tunteet voivat kohdistua omaiseen ärtyisyytenä ja vetäytymisenä. On myös tavallista, että koko perhe eristäytyy muusta maailmasta sairauden aiheuttaman häpeän takia. (Huttunen 2008.) Olisi tärkeää, että omaisten ja läheisten lähellä olisi ihmisiä ja ystäviä, jotka ymmärtävät sairauden aiheuttamaa kuormitusta ja sen seurauksia. Omaiset odottavat konkreettista apua ja palveluita. Omainen tarvitsee läheisen hoitotilanteesta tietoa, fyysistä ja psyykkistä tukea, lepoa, vapaapäiviä ja virkistäytymistä. Omaiset ja perheet toivovat tukea ja tietoa läheisen sairaudesta ja hoidosta, taloudellisista tukimuodoista sekä arkipäivän ongelmien ratkaisemisesta. (Malmi & Nissi-Onnela 2011, 76.)

Omaisten kanssa työskentelevän ammattilaisen tehtävä on auttaa omaista sopeutumaan muutoksiin, joita perheenjäsenen vammautuminen tai sairastuminen on tuonut tullessaan sekä auttaa omaista etsimään ratkaisuja tuen tarpeisiin. Tavoitteena on myös ohjata omainen löytämään voimavaroja ja olemaan tavallinen ihminen. Palveluja suunniteltaessa huomioidaan omaisen elämäntilanne ja ennakoitaan valintojen ja ratkaisujen vaikutusta tulevaisuuteen. (Malmi & Nissi-Onnela 2011, 76.)

Viranomaiset, omaiselle läheiset ihmiset, vapaaehtoiset ja toisten omaisten muodostama verkosto ovat merkittäviä tuen lähteitä omaiselle. Tukitahot

tarjoavat apua ja tietoa omaisen arkeen. Sosiaalihuollon ja terveydenhuollon työntekijät antavat ja järjestävät konkreettista tukea ja keskustelua. Omaisjärjestöillä on tärkeä tehtävä tukitoimintojen toteuttamisessa ja kehittämisessä. Tärkeimmät tuenlähteet löytyvät kuitenkin usein omasta perheestä tai sukulaispiiristä. Ystävillä ja muulla sosiaalisella verkostolla on tärkeä merkitys omaisen henkisen hyvinvoinnin ylläpitäjänä. Vertaisryhmät tarjoavat omaiselle mahdollisuuden jakaa kokemuksiaan samanlaisessa elämäntilanteessa olevien ihmisten kanssa. (Malmi & Nissi-Onnela 2011, 78.) Omaiselle tärkeitä tyytyväisyyden ja ilon aiheita ovat oma lähipiiri, perhe, ystävät sekä ammattihenkilöt, jotka ovat olleet tukena ja apuna. Myös toimivaksi koettu sosiaaliturva ja ihmiset sen takana tuovat hyvää mieltä. (Kaivolainen 2011a, 110.)

2.3 Omainen mukana yhdistyksessä

Sosiaalinen pääoma koostuu sosiaalisesta osallistumisesta ja kulttuurin aktiivisesta harrastamisesta. Ne liittyvät terveyteen ja hyvinvointiin ja siksi ovat tärkeitä. Erilaisissa tutkimuksissa sosiaalisen osallistuminen ja kulttuurin harrastaminen on todettu ikäihmisillä vaikuttavan terveyteen ja pitkäikäisyyteen yhtä tehokkaasti kuin esimerkiksi liikunta. Yhteenkuuluminen ja yhdessä tekeminen ovat lähtöisin varhaislapsuudesta ja sen kasvuympäristön elämäntavoista ja ne säilyvät läpi aikuisiän. (Hyypä 2007, 158.)

Omaisille tarkoitetuissa yhdistyksissä käymisestä voi muodostua omaiselle harrastus. Kaikenlainen harrastaminen kertoo tahdosta voida hyvin. Tutkimuksien mukaan harrastamattomuus omaisilla voi lisätä masennuksen riskiä puolitoistakertaisesti. Yhdistystoiminta on tärkeä voimavara ja harrastus omaisille. (Luodemäki, Ray & Hirstiö-Snellman 2009, 25.)

Omainen saa tulla mukaan yhdistyksen toimintaan omana itsenään ja ilman minkäänlaisia paineita siitä jaksako vai eikö hän jaksaa olla aktiivinen. Tärkeintä on, että hän osallistuu. Toisten kertomusten kuunteleminen voi antaa omaiselle voimaa jaksaa eteenpäin. (Luodemäki ym. 2009, 110.)

2.4 Vertaisryhmä

Vertaisryhmästä omainen saa vertaistukea. Vertaisryhmä eroaa tavallisesta ryhmästä kun sen jäsenillä on jokin yhdistävä tekijä, jonka takia ryhmään hakeudutaan. Vertaisryhmässä kaikki ovat vapaaehtoisia ja tasavertaisia. Vertaisryhmän tavoitteena on parantaa ryhmän jäsenten hyvinvointia, jaksamista ja tukea vaikeissa asioissa. Samanlaisissa elämäntilanteissa olevat omaiset kokevat toisten tuen ja kanssakulkemisen merkittävänä voimavarana. Asioiden käsitteleminen ryhmänä ilahduttaa ja voi myös lohduttaa, koska omainen saa huomata ettei hän ole ongelmiensa tai

mieltänsä askarruttavien asioiden kanssa yksin. Vertaisryhmään hakeutumisella pyritään poistamaan arvottomuutta ja yksinäisyyden tunnetta. Vertaisryhmässä omainen voi saada tuntea kuuluvansa johonkin suurempaan kokonaisuuteen. Vertaisryhmän kautta omainen voi löytää oman paikkansa yhteisössä ja yhteiskunnassa ja siten myös elämän tehtävän ja tarkoituksen. Näiden löytäminen on tärkeä hyvän olon lähde. Hyvää oloa edistävää yhteyttä voidaan tarkoituksellisesti rakentaa vertaisryhmässä. Vertaisryhmässä asioiden jakaminen ja käsittely luo yhteyden kokemisen ja samaan porukkaan kuulumisen tunteen. Ryhmässä jäsenten roolit voivat olla täysin erilaiset kuin muualla jäsenten elämässä, kuten esimerkiksi työelämässä. Ryhmässä on lupa kertoa vain sen verran mitä itse haluaa ja minkä katsoo hyväksi. Ryhmässä on lupa olla sanomatta myös mitään. (Heiskanen & Hiisijärvi. n.d.)

Vertaisryhmässä voi syntyä ystävyysuhteita, jotka tarjoavat uutta, jatkuvaluonteista tukea. Vertaisryhmät voivat olla keskustelu- tai toimintaryhmiä tai näiden yhdistelmiä. Omainen voi hakea ryhmästä uusia ratkaisumalleja omaan elämäänsä. Oman roolin hahmottamiseksi toisten omaisten kokemusten kuuleminen voi olla tärkeä käännekohta. Myös omien kokemusten purkaminen sanoiksi auttaa omien ajatusten ja tunteiden jäsentämisessä. Kun oma arki peilautuu muiden omaisten arkielämää vasten, saa omainen ymmärretyksi tulemisen kokemuksen. Omasta tilanteesta poikkeavien kokemusten kuuleminen voi auttaa havaitsemaan, että omaisilla on erilaisia tilanteita ja niissä kaikissa on omat vaikeutensa ja raskailta tuntuvat hetkensä. Samoin jokaisella omaisella on omia hyviä voimavaroja lisääviä tilanteita ja kokemuksia. (Kaivolainen 2011b, 127—128.)

Onnistuneessa vertaisryhmässä jokainen saa olla oma itsensä. Mahdollisia ongelmia tai vaivoja ei tarvitse piilotella tai suurennella. Myös iloiset asiat pitää voida tuoda ryhmään. Onkin tärkeää, että ryhmässä ymmärretään mikä elämässä voi tuntua vaikealta, saada ongelmille vastakaikua ja sen jälkeen ryhmässä suunnataan eteenpäin ja voimavarojen hakemiseen ryhmän kanssa. Vertaisryhmä tukee parhaimmillaan jäsentensä itsetuntemuksen lisääntymistä ja siten helpottaa voimavarojen löytämistä. Huonoimmassa tapauksessa ryhmä voi myös lisätä pahaa oloa, jos ryhmä ei etene ongelmista eteenpäin menemiseen. Vertaisryhmän tarkoituksena on kuitenkin parantaa hyvää oloa, eikä lisätä pahaa oloa. (Heiskanen & Hiisijärvi. n.d.)

Jotta ryhmästä tulee elävä ja kehittyvä yhteisö, pitää ryhmällä olla yksimieliset tavoitteet. Kun tavoitteina ovat hyvä olo, elämänilo ja voimavarojen lisääntyminen, tarvitaan keskustelun ja jakamisen lisäksi toimintaa ja käytännöllisiä keinoja, joilla etsiä omaa itseään ja voimavarojaan. Ryhmä voikin laatia itselleen toimintasuunnitelman. Tärkeintä on, että tavoitteet ovat selvät kaikille jäsenille ja jokainen saa sanoa mielipiteensä. Turvallinen ilmapiiri on vertaisryhmän perusedellytys. Ilmapiirin turvallisuus takaa levollisen, kiireettömän ja rauhallisen tunnelman, jossa omaisella on lupa olla keskeneräinen ja haavoittuva. Omainen saa luvan olla oma itsensä sekä kokea ja näyttää kaikkia tunteita. Turvallisessa ilmapiirissä uskalletaan olla jopa hyviä

terveellisen itsekkäällä tavalla ja uskalletaan ottaa vastuuta. Lisäksi syntyy mahdollisuus myönteisen palautteen antamiseen. Turvallisessa ympäristössä omaiset saavat olla luovia. (Heiskanen & Hiisijärvi. n.d.)

Vertaisryhmässä omainen voi hetkeksi päästä irtautumaan arjen haasteista. Omaisten ryhmässä oma elämä saa tilaa omaisena olemisen rinnalla. Ryhmässä omaiset voivat tukea toisiaan terveeseen itsekkyyteen. Omaisena olemisen näkeminen tärkeänä osana elämää auttaa omaista tunnistamaan omat oikeutensa ja pitämään huolta omasta itsestään. Vertaisryhmään osallistumisella ja ryhmään kuulumisella voi olla suuri merkitys omaisen voimavarojen tukena olemisessa. Näistä monista positiivisista vaikutuksista huolimatta omainen ei välttämättä lähde mukaan ryhmätoimintaan. Osa omaisista voi kokea ryhmässä olemisen henkisesti vaikeaksi, eikä ryhmässä käyminen tunnu omaiselle oikealta valinnalta. Toisille omaisille keskusteluryhmään osallistuminen on luontevaa, ja toisille toiminnalliset ryhmät ovat sopivampi vaihtoehto. Joillekin elämäntilanne ja kokemus omasta jaksamisesta voi olla myös sellainen, että ryhmästä saatavaa tukea ei koeta tarpeelliseksi. Omainen voi kokea ryhmän tarjoamat sisällöt itselleen vieraiksi tai ne voivat herättää omaisessa enemmän ahdistusta kuin hyvää oloa. Omaista voi myös pelottaa ryhmään meneminen. Useimmiten omaisen ryhmästä pois jäämisen taustalla on kuitenkin arjen haasteet läheisen hoitamisen suhteen. Monesti ryhmästä pois jääminen selittyy käytännön järjestelyiden hankaluudella. (Kaivolainen 2011b, 129—130.)

FinFami – Kanta-Hämeen mielenterveysomaiset ry:ssä omaiset saavat tukea yhdistyksen työntekijöiltä ja myös muilta omaisilta. Vertaisten kohtaaminen auttaa ymmärtämään omaa tilannetta ja kuinka toiset käsittelevät läheisen psyykkisen sairastumisen synnyttävät tunteet. Vertaisryhmässä omainen saa henkistä tukea muilta omaisilta, eikä omaisen tarvitse tuntea olevansa yksin.

3 TEORIATAUSTA

Opinnäytetyössä taustana ovat yhteisötaide, logoterapia sekä kulttuurin ja taiteen voimauttava vaikutus. Yhteisötaide on merkittävä osa opinnäytetyötä ja logoterapiaa käsitellään sen ajatusmaailman takia. Opinnäytetyössä käyttämäni käsitteet, kuten yhteisötaide, taide ja kulttuuri, ovat hyvin monialaisia ja laajoja käsitteitä, joille löytyy yhtä monta selitystä kuin on taiteilijoitakin. Olen lähestynyt teoreettisia lähteitä ja käsitteitä opinnäytetyön kannalta hyödyllisimmistä näkökulmista. Olen pyrkinyt kirjoittamaan taustoista mahdollisimman selkeästi ja siten, että ne auttavat opinnäytetyön johtopäätösten tekemisessä. Toisin sanoen jo teoriataustalla etsitään pohjaa opinnäytetyön tutkimuskysymykselle.

3.1 Yhteisötaide

Taide käsitteenä sisältää ajatuksen taiteilijasta, taideteoksesta ja yleisöstä. Taideteos on taiteilijan työskentelyn lopputulos, joka tuodaan julkisuuteen yleisön nähtäväksi. Yhteisötaiteessa taiteilijan, taideteoksen ja yleisön väliset suhteet joutuvat uudelleenarvioitaviksi. Yhteisötaiteessa yleisö tai osa yleisöä osallistuu taideteoksen tekemiseen. Taiteilijan ja yleisön väliset rajat hälvenevät ja myös taideteoksen tekemisen prosessi muuttuu taiteilijan ja yleisön yhteistyössä. Taideteos on yhteistyön tulos, mutta jo yhteistyö voidaan määritellä omanlaiseksi taiteeksi, eräänlaiseksi performanssiksi. Performanssin tekijät ovat samalla oma yleisönsä. Taideteoksesta tulee yhdessä jaettu tapahtuma. (Kantonen 2005, 49.) Yhteisötaiteellinen toiminta on prosessi, jossa yhteistoiminnan ja keskustelun kautta tekijöiden näkemykset pääsevät muovautumaan ja muuttumaan (Sederholm 2007, 38).

Yhteisötaidetta tehdään jonkin yhteisön jäsenten kanssa, heidän ehdoillaan ja heitä varten. Taiteilija nähdään yhteisötaidetta tekevän ryhmän alullepanijana, ohjaajana ja usein myös jäsenenä. Yhteisötaide on usein taidetta, jota amatööriyhmä tekee yhteistyössä ammattitaiteilijan kanssa. Ryhmä muodostuu useimmiten taiteilijan kutsuun vastanneista amatööreistä. Jotta työn tulos ei jäisi vain ryhmän sisällä tuotetuksi askarteluksi tai maalailuksi se julkistetaan, silloin siitä tulee taidetta. Tällöin ryhmän sisäinen terapeutinen tekeminen voi muuttua antoisaksi myös sellaisille, jotka eivät tekemiseen ole osallistuneet. Ohjatusta harrastelusta yhteisötaide eroaa suurimmiltaan siten, että yhteisötaiteessa ammattitaiteilija ei ole pelkästään ryhmän opettaja vaan myös jäsen. (Mäki 2007, 232.)

Modernissa taiteessa ajatellaan, että taiteen kuuluu olla ehdotonta ja ilmaista keskitetysti yksi ajatus. Yhteisötaiteessa ei voida esittää puhtaasti vain yhtä ajatusta, koska taideteoksella on monta tekijää. Kompromissit ovat osa yhteisötaidetta. Kompromissit eivät tarkoita pelkästään rajoituksia vaan ne myös tekevät yhteisötaiteesta haastavaa ja innostavaa monien jännitteiden vetäminä. (Kantonen 2005, 274.)

Taide voi antaa aineksia itsensä ymmärtämiseen, yhteiskunnassa toimimiseen tai se voi saada innostumaan jostain uudesta taiteellisesta tekniikasta. Yhteisötaiteessa prosessia painotetaan enemmän kuin itse lopputuotosta. Vuorovaikutus on suuremmassa asemassa taideobjektin sijaan. (Kantonen 2005, 46.) Vuorovaikutus ja taiteellinen työskentely tulevat yhteisötaideprojekteissa väistämättä jossain vaiheessa oleellisiksi. Julkisella sektorilla erilaiset tahot voivat asettaa yhteisötaideprojekteille tavoitteita. Yhteisötaiteeseen liittyy merkittävästi onnistumiseen pyrkiminen. Tahoille on tärkeää asetettujen tavoitteiden toteutuminen ja yhteisölle voi olla tärkeää elinympäristön konkreettiset muutokset. (Aarnio 2007, 259.)

Taiteilijan ja yhteisön jäsenten välinen yhteistyö voivat yhteisötaiteellisissa projekteissa toteutua hyvin erilaisin tavoin. Yhteisön jäsenet voivat esimerkiksi toteuttaa suunnittelun ja taiteilija tekee lopputuloksen yksin. Joissakin tapauksissa yhteisön jäsenet tekevät taideteoksen osia ja taiteilija

sommittelee osista kokonaisuuden. Joissain yhteisötaideprojekteissa yhteisö osallistuu työskentelyprosessiin suunnittelusta esillepanoon saakka. Teoksen esteettinen toteutus voi olla siis joko kokonaan taitelijan päätettävissä tai yhdessä yhteisön kanssa päätettävissä. (Kantonen 2005, 51.)

3.2 Logoterapia

Ihmisen on löydettävä elämälleen tarkoitus. Näin Viktor E. Frankl sanoi käydessään Suomessa 1980-luvulla. Frankl on logoterapian perustaja. Hänen mukaansa kun ihminen löytää elämänsä tarkoituksen, hän kestää lähes mitä tahansa. Tämä ajatus on tullut alun perin Goethelta ja se ilmenee Franklin teksteissä eräänä logoterapian tarkoituskeskeisyyden kuvaajana. Voimaa ja vastuuta antavan logoterapian perusajatus on, että ihmisellä on tarkoitus. Joku tai jokin tarvitsee häntä niin kauan kuin hän elää. (Kantainen 2013, 7.) Tarkoituskeskeisessä ajattelussa elämän tuomia vaikeuksia ei nähdä ihmisten muuttajina, vaan kysymyksinä, joita elämä tekee. Vaikeuksien sijaan ihmistä muuttavat vastaukset, joita hän elämälleen antaa. (Kantainen 2013, 13.)

Logoterapiassa on kolme perusolettamusta: ihmiskäsitys, tahto tarkoitukseen ja elämän tarkoitukseen. Ihmiskäsitys perustuu käsitykseen tahdon vapaudesta. Ihmisellä on aina tahdonvapaus. Valitsevista olosuhteista ja tilanteista riippumatta ihmisellä on vähintäänkin vapaus valita oma suhtautumisensa. Tahdosta tarkoitukseen on kyse tarkoituksen etsimistä, löytämistä ja täyttämistä. Logoterapiassa on myönteinen maailmankatsomus ja sen mukaan elämällä on aina ehdoton tarkoitus. Tarkoitus ei katoa missään olosuhteissa. (Möller 2012, 70.)

Logoterapian ihmiskäsitys on kolmiulotteinen kokonaisuus. Sen mukaan ihminen koostuu kolmesta ulottuvuudesta: kehosta eli fyysisestä ulottuvuudesta, psyykkissosiaalisesta ja henkisestä ulottuvuudesta. Kehoon eli fyysiseen ulottuvuuteen kuuluu fysiologiset, geneettiset ja neurologiset ilmiöt, toiminnot ja ominaisuudet. Fyysinen ulottuvuus on kohtalonomaista ja saatua. Se on yhteistä ihmisille ja kaikille elollisille. Psyykkissosiaalinen eli psykologinen ja sosiaalinen ulottuvuus käsittää psyykkiset toiminnot ja voimat kuten tunteet, tarpeet, temperamentti ja luonnonpiirteet, opittu moraali, sosiaaliset kokemukset ja niin edelleen. Psyykkissosiaalinen ulottuvuus on myös saatua, kohtalonomaista ja myös yhteistä ihmisille ja eläimille. Henkinen ulottuvuus on ihmisen ainutkertainen persoona. Sen avulla ihminen voi ottaa kantaa elämän faktoihin eli punnita aidosti arvoja, ottaa etäisyyttä ajasta ja paikasta ja myös omasta fyysisestä ja psyykkisestä kunnosta, vaivoista ja rajoituksista. Henkiseen ulottuvuuteen sisältyy myös kyky tiedostavaan ajatteluun, henkilökohtaiseen vapauteen, aitoon hengellisyyden kokemiseen sekä vapauteen ja vastuuseen omista valinnoista ja tekemisestä. Henkinen ulottuvuus antaa ihmiselle mahdollisuuden ja kyvyn tunnistaa elämäntarkoituksensa kulloisessakin elämäntilanteessaan. Tunnistamisessa auttaa myös aito omatunto. Henkinen ulottuvuus tekee

ihmisestä muista eliölajeista poikkeavan. Henkinen ulottuvuus tekee ihmisestä ihmisen. (Möller 2012, 71—72.)

Logoterapian ydinajatuksena on että ihmisen tärkein toimintaa motivoiva tekijä on tahto tarkoitukseen. Kun ihminen tekee niitä asioita, jotka hän kokee itselleen ja myös muille tarkoituksellisiksi seuraa mahdollinen onni sivutuotteena. (Salo 2013, 76.) Tarkoitukseenkeinen elämänsänsä lisää ihmisen henkistä hyvinvointia. Henkinen hyvinvointi taas vahvistaa fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista hyvinvointia. (Kantainen 2013, 15.) Mielenterveysomaisella maailma voi kääntyä pääläelleen läheisen sairastuessa. Omaisen olisi kuitenkin tärkeää pitää hyvää huolta myös omasta henkisestä hyvinvoinnista samalla kun pitää huolta läheisestään.

Logoterapiassa luovat, kulttuuriset menetelmät voivat auttaa ihmistä löytämään yhteyden elämän tarkoitukseen. Esimerkiksi luomalla jonkin teoksen tai työn, nauttimalla luonnosta ja kulttuurista, kokemalla hyvyyttä, totuutta ja kauneutta sekä mahdollisesti rakastamalla. Kun ihminen eläytyy johonkin tekemiseen tai kokemiseen hän voi unohtaa itsensä ja ongelmansa, jonka seurauksena ihmisen oma tahto tarkoitukseen saa mahdollisuuden herätä. Oman elämän tarkoituksen ymmärtäminen voi olla ainoa syy miksi ihminen voi pohjimmiltaan haluta selvitä voittajana kärsimyksistään. On jopa mahdotonta olla onnellinen ilman tarkoituksellisuuden tunnetta. Taide antaa turvallisen mahdollisuuden kokeilla tuntemattomalle altistumista, epävarmuuden sietämistä ja riskin ottamista. (Ruuhilahti 2013, 104—105.) Turvallisuus mahdollistaa omien tunteiden ja mielipiteiden rehellisen ja avoimen ilmaisun. On tärkeää pystyä heikkonakin hetkenä kokemaan itsensä kyvykkääksi täyttämään oman elämänsä tarkoitusta. (Ruuhilahti 2013, 99.)

3.3 Kulttuurin ja taiteen voimauttava vaikutus

Taide on suhteellinen asia, jonka määrittely riippuu paljon myös arvovalinnoista. Sekä terveys että kulttuuri taideilmiöineen ja -teoksineen ovat merkittäviä vaikuttajia ihmisen hyvinvointiin. Terveys koostuu fyysisestä ja psyykkisestä terveydestä. Fyysinen terveys on mitattavissa ja helpommin tunnistettavissa kuin psyykinen terveys. Psyykkisen terveyden määrittely ja hoitomuotojen suosiminen riippuu täysin yhteiskunnassa vallitsevista asenteista ja ilmapiiristä. (Aalto 2007, 173—174.)

Taide- ja kulttuuritoiminnalla nähdään olevan ainakin neljä vaikutustapaa ihmisen hyvinvointiin. Ensinnäkin taiteelliset elämykset ja taidenautinnot antavat merkityksiä ihmisen elämään ja tyydyttävät inhimillisiä tarpeita. Taide siis virkistää aisteja ja rikastuttaa elämysmaailmaa. Toiseksi taiteella ja kulttuuritoiminnalla on todettu olevan yhteys hyvään terveyteen, parempaan työkykyyn ja hyvän elämän kokemuksiin. Kolmanneksi kulttuuritoiminta ja taideharrastukset edistävät yhteisöllisyyttä ja verkostoja. Nämä auttavat hallitsemaan elämää paremmin. Neljänneksi taiteen, arkkitehtuurin ja sisustamisen avulla saadaan elinympäristöä viihtyisämmäksi. Kuntoutujilla kaunis ympäristö

ja luonto virkistää sekä auttaa kuntoutumisprosessia. Näiden neljän vaikutuksen perusteella voidaan siis nähdä kulttuuri ja taide arvona ja merkityksenä tai välineellisesti. Välineellisenä työkaluna taide voidaan nähdä työkaluna esimerkiksi osaamisen ja persoonallisuuden kehittämiseen. (Brandenburg 2007, 182.)

Kulttuuriharrastusten ja taiteen tekemisen kautta ihmiselle tarjoutuu mahdollisuuksia ilmaista itseään. Taiteen seuraaminen taas tarjoaa kanavia peilata omia tuntemuksiaan ja kokemuksiaan. Oli kyseessä sitten kaunokirjallisuuden lukeminen, taidenäyttelyssä käyminen, tai teatteriesityksen seuraaminen. (Jumppanen & Suutari 2013.)

Kulttuurin terveyteen positiivisesti vaikuttavat mekanismit ovat osin vielä tuntemattomia. Kulttuuritoiminta voi kuitenkin parantaa ihmisten elämänlaatua. Kulttuuritoiminta voi esimerkiksi tarjota virikkeitä, joiden avulla on helpompi jäsentää omaa elämää tai lisätä sosiaalista vuorovaikutusta ja siten kasvattaa ihmisen sosiaalista pääomaa. Kulttuuritoimintaan osallistuminen voi myös auttaa alentamaan stressitasoa, jolla taas on suuri vaikutus terveyteen yleisesti. Kulttuurin vaikuttavat mekanismit voivat olla mitä vain, mutta tärkeintä on, että kulttuuri parantaa ihmisen hyvinvointia, niin fyysistä kuin psyykkistä. Kulttuurin ja taiteen tärkein terveysvaikutus voikin olla, että se antaa hyvän syyn elää. (Jumppanen & Suutari 2013.)

Taiteen tekemisessä huippukokemuksen tunnusmerkkejä ovat onnistuminen sekä spontaanit ilon ja riemun tunteet. Huippukokemusta voi kuvailla tilana, jossa taiteen tekijä paneutuu ainoastaan ja täysin siihen, mitä on tekemässä. Tekijän huomio siirtyy onnistumisesta toiminnan tuottamaan nautintoon. Taiteellisen työskentelyn tuottama nautinto on yksilölle merkityksellistä ja parhaimmillaan se voi inspiroida tekijäänsä jatkamaan taiteen parissa työskentelyä. (Toivanen 2007, 122.)

Omainen voi hyödyntää monin tavoin taiteen ja kulttuurin eri osa-alueita hyvinvoinnin edistämiseksi. Esimerkiksi teatteri ja kuvataide mahdollistaa voimauttavien kokemusten syntymisen. Kun läheinen sairastaa ja omainen elää vahvojen muutosten keskellä, voi omainen saada emotionaalista tukea ja konkreettisia välineitä taiteen parista. Vaikka omainen ei itse taidetta tuottaisikaan, voi hän nauttia taide-elämyksistä. Arjen taide-elämykset vahvistavat mieltä aktivoivia elämyksiä ja luovuutta. Myönteisiä elämyksiä ja tunteita kokeneiden henkilöiden on havaittu säilyttävän terveytensä muita paremmin. Omaisten ja omaisten parissa työtä tekevien ammattilaisten on hyvä korostaa taiteen ja siitä seuraavien emootioiden merkitystä hyvinvoinnin ja jaksamisen tukena. Taiteen voimauttava vaikutus auttaa kohtaamaan kärsimystä, surua ja arjen ongelmia. Vaikeita asioita voi olla haastavaa ilmaista sanallisesti. Taide voi joillekin omaisille olla keino päästä yli vaikeista asioista. Taiteen kautta itselle tärkeät asiat vahvistuvat ja tunteiden ilmaisu helpottuu. Omaiselle taide voi olla myös keino löytää uutta näkökulmaa elämäänsä, erityisesti kriisitilanteessa. Taide voimauttaa, luo toivoa ja auttaa jatkamaan eteenpäin. (Kotiranta & Purhonen 2011, 138—141.)

4 KULTAINEN KIITOS – YHTEISÖTAIDeprojekti

Toiminnallisen opinnäytetyöni yhteisötaideprojekti koostui neljästä ohjauksesta, jotka toteutin maanantaisin ajalla 9.-30.3.2015. Jokainen ohjaus kesti kahdesta tunnista kolmeen tuntiin. Ohjauksien aikana tehtiin yhteisötaideteos FinFami – Kanta-Hämeen mielenterveysomaiset ry:n tiloihin ja samalla tutkin osallistujien kokemusten kautta onko yhteisötaide toimiva toimintamuoto sekä omaisille että yhdistykselle. Yhteisötaideteoksena yhdistys toivoi huppua, kangasta tai vastaavaa peitettä harmaiden tilanjakajien päälle. Yhteisötaiteen tekemiseen osallistunut ryhmä muodostui kolmesta osallistujasta, jotka olivat olleet jo pidempään mukana yhdistyksen toiminnassa. Osallistujat olivat kaikki vanhempia aikuisia. Heillä kaikilla oli kokemusta perinteisistä käsityömenetelmistä, kuten kankaan kutomisesta ja puutöistä.

4.1 Toiminnan suunnittelu

Projekti ajoittui keväälle 2015. Opinnäytetyön ja ohjauksien suunnittelu aloitettiin jo syksyllä 2014, mutta joululomat ja muut kiireet pakottivat ohjaukset pidettäväksi vasta juuri ennen pääsiäistä. Projektin sijoittuminen keväälle vaikutti myös ohjauksien määrään.

Toiminnan ja yhteisötaideteoksen suunnittelussa otettiin huomioon yhdistyksen toiveet ja aikataulu. Yhdistykseltä tuli toive teoksesta, joka toisi väriä ja lisää viihtyvyyttä yhdistyksen tiloihin ja joka voisi olla jatkotyöstettävissä. Teoksen suunnittelussa otettiin huomioon yhdistyksen tilassa jo olevat elementit, joihin kuului muun muassa sohva, tauluja ja kasveja. Teoksessa haluttiin säilyttää kodikkuus, joka oli jo entuudestaan olemassa yhdistyksen tilassa. Toisin sanoen teoksen pitäisi sopia yhdistyksen tiloihin, mutta kuitenkin samalla olla taideteosmainen. Taideteoksessa haluttiin myös hyödyntää mahdollisimman paljon kierrätysmateriaaleja.

Yhdistys sijaitsee Hämeenlinnassa Kumppanuustalossa, jossa toimii useita muita yhdistyksiä ja näiden lisäksi on myös seurakunnan ja kaupungin toimintaa. Kumppanuustalossa jokaisella yhdistyksellä on omat tilansa, mutta tarpeen mukaan tiloja voidaan jakaa yhdistysten kesken. Isojen kankaiden maalaaminen ja työstö ei olisi kuitenkaan onnistunut vain pelkästään yhdistyksen tiloissa, joten yhteisötaideprojektille piti löytää jokin paikka, jossa teos ja työvälineet saisivat olla rauhassa koko projektin ajan. Kumppanuustalon kellari ei ollut vielä minkään yhdistyksen käytössä, eikä sinne ollut vielä suunnitteilla mitään toimintaa. Yhteisötaideprojekti sai pieneksi oheistehtäväkseen testata kuinka kellari toimi työtilana.

Omissa toiveissani toiminnan suhteen halusin painottaa inspiroivaan ja luottavaiseen ilmapiiriin, jossa osallistujat voivat turvallisesti toteuttaa itseään. Halusin ottaa huomioon myös vuorovaikutuksen sujuvan kulun ja tasa-vertaisen ilmapiirin. Omassa suunnittelutyössäni otin huomioon myös opinnäytetyön tutkimuksellisen puolen.

Yhteisötaiteen materiaalien valinnassa huomioin muun muassa käytännöllisyyden, kierrättämisen ja hinnan. Yhdistyksellä oli valmiiksi jo paljon erilaisia materiaaleja, joita pystyi käyttämään ja siten ainoa ostettava asia olikin teoksen pohja, eli kangas. Materiaaleissa itse halusin huomioida myös katsojan kokemuksen. Siksi päädyin nappeihin, koska niitä teoksen katsoja voi rohkeasti kokeilla ja tunnustella. Tällöin katsojan kokemus teoksesta on paljon voimakkaampi. Muiden materiaalien suhteen halusin antaa osallistujille päätösvaltaa eli yhdistyksen työntekijöiden kanssa keräsimme erilaisia materiaaleja, kuten paperinarua ja lankoja, joista osallistujat saivat inspiroitua ja luovasti itse tehdä päätöksiä teokseen lisäämisestä.

Teoksessa materiaaleina käytettiin kangasta, lankaa, kangasvärejä, nappeja, oksia, kaksipuolista teippiä ja villalankaa. Teoksen tekemisessä välineitä olivat muun muassa ompelukone, sakset, nuppineulat, siveltimet ja tuputtimet, ompeluneulat, kangastussit ja nastat. Kaikki materiaalit ja välineet saatiin kangasta ja oksaa lukuun ottamatta yhdistykseltä tai sen työntekijöiltä käyttöön. Oksan toi yksi osallistujista ja hän oli itse kotona saanut palat haluamansa kokoisiksi ja muotoisiksi.

4.2 Ohjauksien sisällöt

Jokaiseen ohjaukseen valmistauduin aina edeltävällä viikolla tekemällä lyhyen ohjaussuunnitelman (LIITE 2). Ohjaussuunnitelmia en tehnyt minuutillisen, koska halusin rennon ilmapiirin säilyvän ja halusin jättää tilaa myös vapaalle keskustelulle. Ohjauksia suunnitellessa varauduin myös siihen, että joku osallistujista saattaa olla kipeänä tai tulee myöhässä tai poistuu aikaisemmin. Ohjaussuunnitelmat ovat enemmänkin suuntaa antavia ja vapaamuotoisesti tehtyjä. Niiden tarkoituksena oli toimia enemmänkin muistilappuna siitä mitä milläkin kertaa on tarkoitus saada tehtyä, jotta pysymme aikataulussa ja saamme tehtyä teoksesta sellaisen, johon sekä osallistujat että yhdistys voivat olla ylpeitä.

Alkulämmittelyksi jokaisella ohjaukserällä keskustelimme ja tutustuimme jutellen miten jokaisen viikko on esimerkiksi sujunut ja onko tullut uusia ajatuksia yhteisötaideteoksen suhteen. Osallistujat olivat niin aktiivisia, että he tarttuivat aina reippaasti isoon työhön. Jokaisella ohjaukserällä oli erilaista toimintaa teoksen etenemisen myötä.

Ensimmäinen ohjaukserä kesti kaksi tuntia ja sen aikana painotettiin projektiin tutustumiseen ja ideoiden pohtimiseen. Ensimmäisen tunnin aikana esittelin itseni ja taustani. Tutustuin osallistujiin kyselemällä heidän kokemuksistaan kädentaitoihin, yhteisötaiteeseen ja mikä sai heidät osallistumaan projektiin. Ensimmäisen tunnin olimme yhdistyksen tiloissa, joka oli kaikille osallistujille tuttu paikka. Kerroin mihin kohtaan teos tilassa tulee, minkä kokoinen se tulee olemaan ja mitä materiaalia teoksen pohjana käytetään. Toisen tunnin ajaksi siirryimme Kumppanuustalon kellariin. Kellarissa joimme kahvit ja luonnostelimme teoksen ulkonäön. Osallistujat saivat samalla selailta käsityökirjoja joita olin tuonut

inspiraation lähteiksi osallistujille. Ohjauskerran lopuksi keräsin osallistujilta kyselyn avulla heidän ajatuksiaan yhteisötaiteen tekemistä kohtaan.

Toiselle ohjauskerralle pääsi osallistumaan vain kaksi osallistujaa kolmesta. Osallistuja, joka ei paikalle päässyt, oli kuitenkin jättänyt viestin ideasta, jonka hän halusi teokseen toteuttaa. Kahden osallistujan kanssa keskityimme kolmen tunnin aikana leikkaamaan teoksen kankaan, ompelamaan reunoihin käänteet ja maalaan teokseen värikkään taustan kangasväreillä. Ohjauskerta oli toiminnan täyteinen, mutta ei kuitenkaan kiireinen. Teoksen tekemisessä mentiin osallistujien tahdin mukaan. Ompelukoneen kanssa oli hieman haastetta, mutta sen ei annettu haittaa työn etenemistä. Kangasvärien sekoittaminen ja erilaisten siveltemien ja sienien käyttäminen oli mukavaa ja vapauttavaa. Osallistajat pystyivät keskittymään vain väreihin ja unohtamaan muun maailman hetkeksi.

Kolmannella ohjauskerralla kaikki kolme osallistujaa pääsivät osallistumaan, mutta valitettavasti kaksi osallistujista joutui lähtemään aikaisemmin pois. Kolmen tunnin ohjaus lyheni siis reiluun kahteen tuntiin. Kolmas kerta alkoi viimeistelemällä kesken jääneet reunojen ompelut. Samalla keskustelin edellisellä kerralla poissa olleen osallistujan kanssa hänen ideastaan ja kuinka sen toteutamme. Reunojen ompelun jälkeen työstimme teosta kellarissa ompelemalla nappeja ja muita yksityiskohtia. Kolmannen kerran jälkeen teos oli hyvin edistynyt ja osallistujilla oli myös varma tunne, että teos saadaan valmiiksi.

Neljännellä eli viimeisellä ohjauskerralla kaikki osallistajat pääsivät paikalle ja kenelläkään ei ollut kiire mihinkään. Jatkoimme siitä mihin edellisellä kerralla olimme jääneet eli jatkoimme yksityiskohtien tekemistä. Kun kaikki olivat tyytyväisiä teoksen yksityiskohtiin ja ulkonäköön, siirryimme keskittymään teoksen esillepanoon. Silitimme teoksen ja kiinnitimme sen sermiin. Ohjauskerran lopuksi osallistajat vastasivat vielä kyselyyn liittyen teoksen tekemiseen ja projektiin osallistumiseen.

4.3 Ohjaajan rooli

Ohjauksien aikana roolini oli moniulotteinen. Ohjauksien aikana olin suunnittelija, innostaja, toiminnan vetäjä ja myös osallistujien tavoin itsekkin kokeilija. Pysyin ohjaajan roolissa pitämällä langat käsissä ja selkeästi kertomalla mikä on esimerkiksi seuraava työvaihe ja tarvittaessa neuvomalla haastavammissa työvaiheissa. Ohjaamisen ohella tärkeänä tehtävänäni oli havainnoida osallistujia ja heidän suhtautumistaan yhteisötaideteoksen tekemiseen.

5 TUTKIMUSMENETELMÄT

Toiminnallisessa opinnäytetyössä hyödynsin kolmea erilaista laadullista aineistonkeruumenetelmää: kyselyä, havainnointia ja haastattelua. Valitsin useamman laadullisen aineistonkeruumenetelmän osallistujien pienen määrän vuoksi. Kysely ja havainnointi toteutettiin yhteisötaiteeseen osallistuneen omaisryhmän kanssa. Haastattelu toteutettiin FinFami – Kanta-Hämeen mielenterveysomaiset ry:n omaistyöntekijälle, Vilma Arvolalle. Tässä luvussa kerron millä tavoin mitäkin menetelmää hyödynsin ja miksi kyseisiä menetelmiä olen käyttänyt.

Tutkimusmenetelmän valinnan lähtökohtana on tutkimuskysymys ja millainen tutkimusaineiston hankinta vastaa siihen. Laadulliset tutkimukset ovat usein laajoja ja vaikka valmista tietoa on jo olemassa, halutaan hankkia tutkimusta varten omaa aineistoa. Tutkimuskysymys määrittää millainen aineisto kerätään tai hankitaan. Tutkijan pitää päättää muun muassa onko kyseessä laadullinen vai määrällinen tutkimus. Tutkimusotteen valittuaan tutkijan tulee ratkaista aineistonkeruuseen liittyvät valinnat. Mitä ja millaista aineistoa kerätään? Kuinka paljon aineistoa on tarpeen ja kuinka tutkittavat valitaan? Perinteisesti laadullisessa tutkimuksessa käytetään aineistonkeruumenetelminä haastattelua ja havainnointia. Lisäksi voidaan käyttää eri tavoin kirjoitelmia ja kertomuksia. Yhden menetelmän sijaan on mahdollista myös valita useampia tapoja. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006.)

5.1 Kysely

Toteutin osallistujille kyselyn ensimmäisellä ohjaukerralla 9.3.2015 ja viimeisellä ohjaukerralla 30.3.2015. Kyselyn tuloksien tueksi osallistujat saivat kyselyyn vastaamisen jälkeen sanoa vielä ajatuksiaan, jos asioita tuntui olevan vaikea ilmaista paperille.

Kyselylomake on perusteltu aineistonkeruumenetelmä. Sille on oma paikkansa ja käyttötarkoituksensa. Lomakkeen suunnitteluun pitää varata aikaa. Lomakkeen pituutta suunniteltaessa pitää ottaa huomioon kohderyhmä, kyselyn aihealue ja aiheen merkitys vastaajalle eli vastaamisinnokkuus. (Valli 2010, 105—106.)

Ensimmäisellä kerralla kysely muodostui avoimista kysymyksistä ja hyödynsin kuvakortteja. Alkukyselyn kysymykset löytyvät liitteestä (LIITE 3). Kyselyn kysymykset esitin suullisesti ja kolmeen ensimmäiseen kysymykseen osallistujat valitsivat kuvan, joka parhaiten kuvasti kysytyn hetken mahdollista olotilaa. Kuvien perusteella osallistujat kirjoittivat vapaasti ajatuksistaan. Kuvakorttien tarkoituksena oli myös herätellä osallistujien mielikuvitusta ja mielenkiintoa yhteisötaideprojektia kohtaan. Käyttämäni kortit olivat postikortteja ja Dixit-pelin kuvakortteja.

Viimeisen ohjauksen loppukysely löytyy liitteestä (LIITE 4). Kyselyssä painotin kokemukseen, jonka teoksen tekeminen tai itse teos herätti

osallistujissa. Loppukyselyssä ei käytetty kuvakortteja, mutta kyselyn jälkeiseen keskusteluun painotettiin enemmän.

Kyselyn pituuksissa minun täytyi keskittyä enemmänkin kuinka moneen kysymykseen ohjattavat ehtivät vastata varatussa ajassa. Esimerkiksi ensimmäisen ohjauksen aikana minulla oli muutenkin vähemmän aikaa kuin muissa ohjauksissa, koska olimme sopineet yhdistyksen kanssa, että ensimmäinen kerta olisi vain kaksi tuntia. Tämän takia alkukyselyyn pystyin varaamaan vain reilu puolituntia ja vain projektin onnistumisen kannalta tärkeimpiä kysymyksiä.

Tutkijan läsnäololla on suuri vaikutus tulosten kannalta. Tutkija voi tarkentaa kysymyksiä, mikäli vastaajilla on vaikeuksia ymmärtää kysymyksiä oikein tai jättävät kokonaan vastaamatta tai vastaukset ovat vajaita. Vaikka vastaajilla on mahdollisuus kysyä haastaviin kysymyksiin apua, eivät kaikki kuitenkaan siitä huolimatta aina kysy. Tämän takia lomakkeesta on tärkeää poistaa kaikki väärinymmärrysmahdollisuudet ja tehdä lomakkeesta mahdollisimman yksiselitteinen. Tällaisessa aineistonkeruutavassa vastausprosentti on yleensä korkea ja halutessaan tutkija voi myös tarkkailla vastaajia ja mahdollisesti tehdä täydentävää aineistoa. (Valli 2010, 108—109.)

Avoimiin kysymyksiin annetut vastaukset voidaan analysoida tilastollisin menetelmin tai laadullisella tarkastelulla. Tilastollisissa menetelmiä käytetään enemmän määrällisessä tutkimuksessa ja siinä vastaukset ryhmitellään. Laadullisessa tarkastelussa vastaukset teemoitellaan. Avointen kysymysten hyviä puolia on saada tietää millaisia ideoita vastaajilla mahdollisesti on ja lisäksi vastaajan mielipide saadaan yleensä selville perusteellisesti. Mahdollisuus aineiston monipuoliseen luokitteluun on myös yksi eduista. Avointen kysymysten huonoihin puoliin kuuluu, että niihin voidaan jättää helposti vastaamatta tai vastaukset ovat epätarkkoja. Myös väärinymmärretyn kysymyksen takia vastaaja saattaa vastata kysymyksen vierestä. (Valli 2010, 126.)

Opinnäytetyön kyselyissä pidin kysymykset selkeinä ja lisäksi olin aina läsnä ja kannustin kysymään jos jokin kysymys tuntui epäselvältä. Analysoinnissa keskityin yleiseen tunnelmaan ja tarkastelin onko jokin tai jotkut vastaukset poikenneet muista vastauksista. Jos poikkeavuutta on havaittu on sen syytä pohdittu ja vastausta analysoitu syvemmin.

Kuvien käyttäminen kyselyn pohjana muistuttaa vahvasti eläytymismenetelmää, jossa vastaajia pyydetään kirjoittamaan pieni tarina. Tutkija antaa kehyskertomuksen eli lyhyehkön tarinan alun tai johdatuksen pohjalle. Tekstin kirjoittaminen tapahtuu vapaasti. Kehyskertomuksen pohjalta syntyneet ajatukset voi kirjoittaa paperille niin kuin hyvältä tuntuu. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006.) Kehyskertomuksen sijaan käytin kuvakortteja eli voidaan sanoa, että käytin soveltavaa eläytymismenetelmää.

5.2 Havainnointi

Havainnoinnissa on tärkeää määritellä aluksi mitä havainnoidaan ja mistä asiasta halutaan tarkoituksenmukaista aineistoa. Havainnointi on hyvä aineistonkeruumenetelmä kun kyseessä oleva kohderyhmä liikkuu ja toimii aktiivisesti. Havainnointi on itsessään käyttökelpoinen menetelmä, mutta sitä tarvitaan haastattelujen ja kyselyjen tueksi tai arvioitaessa erilaisten tilaisuuksien vuorovaikutusta. Havainnoinnin ohella on kannattavaa vähintäänkin pitää päiväkirjaa, jota voi hyödyntää sisäisessä arvioinnissa. (Aalto-Kallio, Saikkonen & Koskinen-Ollonqvist 2009.)

Havainnoinnin suoritin ohjauksien aikana ja havainnot kirjasin päiväkirjaan. Olin etukäteen päättänyt kiinnostäväni huomiota ainakin ohjauksien yleiseen tunnelmaa, eli onko tunnelma kireä vai rento ja kertovatko osallistujat mielipiteitään kuinka aktiivisesti. Päätin käyttää havainnointia yhtenä aineistonkeruumenetelmänä, koska osallistujien sanaton viestintä, eleet ja ilmeet, voivat kertoa asioita, joita osallistujat eivät välttämättä kyselyihin vastatessaan tuo esille. Havainnoinnissa haasteena kuitenkin on ihmisten erilaisuus ja entuudestaan tuntematon ryhmä.

Havainnointi ja osallistuminen kytkeytyvät hyvin usein toisiinsa. Yleisesti tutkijalla on oma rooli, jonka avulla hän tekee havaintoja tutkimastaan ongelmasta tai ilmiöstä. Tutkijan ja tutkittavan välillä käytävä dialogi heijastaa tutkimuksen prosessia. Tämän prosessin kautta tutkija oppii tuntemaan tutkittavan yksilönä ja osana yhteisöä. Tutkittavan sanoissa ja teoissa voi kuitenkin heijastua tutkijan läsnäolo. (Grönfors 2010, 154—155.) Koin ensimmäisillä kerroilla, että minut nähtiin vielä enemmän ohjaajana kuin yhtenä jäsenenä. Ohjauksen edetessä osallistujien asenne minuun muuttui selkeästi. Viimeisellä ohjauksella olin selvästi ohjaaja ja se, joka pitää langat käsissä, mutta myös yks osallistujista ja yksi teoksen tekijöistä. Tutkijan roolini oli vuorovaikutteinen ja aktiivinen.

Omaa tutkijan roolia pohtiessa on tärkeää muistaa olla asettamatta esteitä vuorovaikutukselle ja –puhelulle. Tutkijana ei ole myöskään asiallista antaa mielistelevää vaikutelmaa omasta itsestään. Kun omaa tutkijan roolia pohtii tutkimuksen yhteydessä, on hyvä miettiä niitä tekijöitä, jotka ovat itselle tärkeitä omassa arkielämässä läheisten ja tuntemattomien henkilöiden kohtaamisessa. Toisin sanoen tutkijan on syytä selvittää itselleen, mitä kaikkea on tärkeä ottaa huomioon tutkimusmenetelmässä, joka perustuu siihen, että hän osallistuu yhteisön elämään. (Grönfors 2010, 156.)

Havainnoinnilla saadaan monipuolisinta ja yksityiskohtaisinta tietoa, kuin muilla tutkimusmenetelmillä. Havainnoinnin tueksi on hyvä valita myös jokin toinen menetelmä. Esimerkiksi kyselyllä tai haastattelulla saadaan luotua hyvä pohja tutkimukselle, mutta havainnoinnilla saadaan kakulle kuorrute. Havainnointi sitoo muita tutkimusmenetelmiä paremmin kerätyn tiedon sen kontekstiin. Asiat nähdään paremmin niiden oikeissa yhteyksissä. (Grönfors 2010, 156.)

5.3 Haastattelu

Opinnäytetyössä haastattelin FinFami – Kanta-Hämeen mielenterveysomaiset ry:n omaistyöntekijä Vilma Arvolaa 16.4.2015. Puolistrukturoitu haastattelussa (LIITE 5) keskityin enemmän teoksen vaikutuksesta ympäristöön. Kysymyksillä halusin löytää vastauksen projektin hyödyllisyyteen. Haastattelun tarkoituksena oli selvittää muun muassa aiotaanko teosta jatkaa myöhemmin eli haastattelussa otin enemmän katseen tulevaisuuteen.

Haastattelu on enemmän tai vähemmän strukturoitu ja sillä on selkeä päämäärä: tutkimustehtävän suorittaminen. Haastattelujen ongelmana on, että haastateltavien oletetaan kertovan asioista aina niin kuin ne ovat ja lisäksi haastattelijan ja haastateltavan välillä aiheutuvat virhelähteet unohdetaan. Erilaisia haastattelutyyppisiä ja -tapoja jaotellaan useimmiten strukturoituun sekä puolistrukturoituun tai strukturoimattomaan haastatteluun. Haastattelun kysymysten tarkkuus ja muodollisuus riippuu siitä, millaista tietoa tavoitellaan. Haastattelu on ennen kaikkea vuorovaikutustilanne. Haastateltavan käyttäytymisellä on suuri vaikutus vuorovaikutustilanteen muodostumisen kannalta. Myös haastateltavan persoonallisuus vaikuttaa haastatteluun. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006.)

Puolistrukturoidussa haastattelussa voidaan vaihdella valmiiksi mietittyjen kysymysten järjestystä. Puolistrukturoidulla haastattelulla voi olla valmiiksi mietityt teemat, mutta niiden lisäksi on valmiita tarkkoja kysymyksiä, jotka kaikki kysytään haastateltavalta. Puolistrukturoitu haastattelu on käytännöllinen tutkimusmenetelmä jos halutaan tietoa juuri tietyistä asioista, mutta ei haluta antaa liian suuria vapauksia haastateltavalle haastattelutilanteessa. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006.) Projektin haastattelu oli puolistrukturoitu. Äänitin haastattelun ja vaikka kysymyksistä oli valmis lista, saatoin tarpeen mukaan muuttaa järjestystä tai esittää lisäkysymyksiä.

6 YHTEISÖTAIDETEOS JA KERÄTTY AINEISTO

Opinnäytetyön konkreettisenä tuloksena syntyi yhteisötaideteos. Tutkimusmenetelmien avulla keräsin ohjauksien aikana aineistoa, joissa hain vastausta tutkimuskysymykseen eli miten yhdistyksen jo pidempään mukana olleet jäsenet kokevat yhteisötaideteoksen tekemisen. Tässä luvussa kerron syntyneestä teoksesta ja yleisesti millaisia vastauksia sain aineistonkeruussa. Kaikkia tarkkoja vastauksia en kokonaan voi kertoa osallistujien yksityisyyden suojelemiseksi.

6.1 Yhteisötaideteos

Yhteisötaiteen voimin syntyi osallistujien kanssa kankaalle tuotettu teos, jossa hyödynnettiin kierrätysmateriaaleja ja elementtejä, jotka toistuvat yhdistyksen tilassa, kuten esimerkiksi luontoteema. Teos on tarvittaessa helppo ottaa pois sermin päältä, koska se on sermissä kiinni nastoilla. Yhteisötaideteoksessa yhdistyy hienosti yhdistyksen tilan erilaiset elementit. Teoksessa jatkuu mukavasti yhdistyksen tilasta huokuva lämpö. Teoksen valkoinen pohja voi vaikuttaa hieman viileältä, mutta toisaalta se antaa samalla tietynlaisen rauhallisuuden tunteen. Erityisesti, jos teoksen tulevaisuudessa tulee paljonkin muutosta, on kaiken pohjalla hyvä olla jotain rauhallistakin, ettei teoksesta tule liian sekava.



Kuval. Yhteisötaideteos esille asetettuna.

6.2 Kerätty aineisto

Yhteisötaideprojektin aikana kerättiin aineistoa, jolla pyrittiin saamaan tietoa omaisten kokemuksesta yhteisötaideteoksen tekemiseen osallistumisesta. Osallistujien kanssa aineistonkeruumenetelminä käytin kyselyitä ja havainnointia. Haastattelin myös FinFami – Kanta-Hämeen mielenterveysomaiset ry:n omaistyöntekijää pari viikkoa teoksen valmistumisen jälkeen. Valitsin nämä menetelmät, koska koin ne helpoimmiksi ja tehokkaimmiksi tavoiksi kerätä aineistoa kyseisen ryhmän kanssa. Kysely on nopea tapa kerätä paljon tietoa lyhyessä ajassa ja havainnointi toimii osittain kyselyn tukena, koska kyselyssä vastaajalta voi toisinaan jäädä sanomatta jotain.

6.2.1 Alkukyselyn aineisto

Alkukysely toteutettiin ensimmäisen ohjauskerran päätteeksi. Osallistujille oli siis kerrottu mitä tulevien ohjauskertojen aikana tehtäisiin ja alkukartoituksessa osallistujat saivat kertoa mitä ajatuksia heillä oli herännyt. Alkukyselyn tavoitteena oli saada selville millaisissa tunnelmissa osallistujat olivat saapuneet ensimmäiseen ohjauskertaan, mitä he ajattelevat tehtävästä yhteisötaideteoksesta ja millaisia ajatuksia he toivoivat heillä olevan kuukauden päästä. Lisäksi kysyttiin mikä heitä motivoi osallistumaan projektiin tai tarkemmin mistä asioista he ovat kiitollisia. Alkukartoituksessa käytin apuna kuvakortteja ja osallistujat saivat vastata kysymyksiin vapaamuotoisesti paperille kirjoittaen. Kaksi vastaajista oli saanut lähtökohdan kuvakortista tai yksi osallistuja oli vastannut suoraan kysymyksiin. Osa päätti kirjoittaa runon. Kukin kirjoitti ajatuksensa siinä muodoissa kuin se oli heille helpoin ilmaista.

Jotain varmaan rakennetaan, osista yhteistyö, kiveä ja puuta,
kukkia ja muuta.
Löydämmekö helmiä, suuren meren lahjoja, jalanjäljet
hiekkaa jää, helmet leviää.
Sävel kaunis, harmoninen soljuu vuolaana, mitä kukin teki,
se ei ole tärkeää, sointu yhteinen vain sykähdyttää.

Yleisesti osallistujat olivat kiinnostuneita teoksen tekemiseen osallistumisesta ja odottivat, että saamme tehtyä jotain, josta on iloa kaikille yhdistyksen tiloissa käyville. Osallistujilla oli kuitenkin ehkä vielä hyvällä tavalla epäselvää mitä on tulossa yksityiskohtien suhteen.

Elämän puun oksa kaikkien kulkevien iloksi.
Taiteen voimauttavaa vaikutusta, FinFamiin poikkeaville.
Rohkeutta kohdata elämän tosi asiat ja elää niiden kanssa
parhaiden.
On asioita joita emme voi muuttaa. Muutamme ne jotka voi
ja elämme eteen päin.

Kaikki osallistujat olivat saaneet apua ja tukea yhdistyksen toiminnan kautta ja olivat erittäin kiitollisia siitä. Osallistujat olivat selvästi ymmärtäneet mitä tällä yhteisötaideteoksella haetaan ja miksi se tehdään, eli ei vain pelkästään omaksi vaan myös muiden tilan käyttäjien iloksi. Yhteisötaideteos oli vielä hieman tuntematon ja jännittävä asia. Osallistujille oli ehkä vielä epäselvää mihin olivat ryhtymässä ja ajatuksien järjestely oli vielä kesken.

6.2.2 Loppukyselyn aineisto

Loppukyselyssä painotin etsimään vastausta osallistujien kokemuksista teoksen tekemiseen. Yleisesti vastauksien perusteella voidaan päätellä, että osallistujien kokemukset olivat hyviä. Kahden osallistujan vastauksista paljastui hieman positiivisempi asenne ja yhden osallistujan vastaukset olivat enemmän pohdiskelevia. Tämän erään osallistujan

ajatukset saattoivat olla vielä hieman sekaisin teoksen esille laittamisen jälkeen. Hänenkin vastauksensa olivat kuitenkin enemmän positiivisia kuin negatiivisia.

Tuntuu hyvältä, että olemme saaneet ”taidetta” luotua.
Tuotos on kiva.

Taiteen tekeminen ja yhdessä puuhastelu yhdistyivät saumattomasti. Osallistujilta hävisi työn touhussa taiteen tekemisen paine. Osallistujat toivat vastauksissaan esille, että teoksen tekemisessä mieluisinta oli värien käyttö ja yhdessä tekeminen. Yhteisötaiteellinen toiminta tarjosi osalle osallistujista uutta toimintaa, mutta myös tuttua ja turvallista tekemistä.

Tuntui todella hienolta olla ”vertaisten” kanssa ja tehdä yhteisötaidetta; olla yhdessä ja samalla tarinoida.

Materiaalit ja työtilan osallistujat kokivat toimiviksi ja miellyttäviksi. Kellari oli yhdistyksellekin uusi paikka, jonne voisi työskentelyä sijoittaa. Oli hyvä huomata, että pienellä sisustamisella kellarista voidaan saada toimiva ja inspiroiva työtila.

Työtila oli ”mystinen” ja oikein sopiva tähän tarkoitukseen.

Osallistujat olivat tyytyväisiä projektiin ja teokseen. Loppukyselyn vastausten perusteella voidaan jo todeta, että kokemukset olivat yleisesti positiivisia. Loppukyselyn vastaukset vahvistavat muuta kerättyä aineistoa, eli yhteisötaide on toimiva toimintamuoto, jossa osallistuja voi päästä nauttimaan niin yhdessä tekemisestä kuin myös taiteellisen itsensä ilmaisemisesta.

Taide antaa onnistumisen ja ilon tunteita. Parhaimmillaan osallistuja voi paneutua teoksen tekemiseen niin syvästi, että unohtaa hetkellisesti muun maailman. Taiteellinen onnistuminen tuottaa nautintoa ja se nautinto on merkityksellistä ja parhaimmillaan se voi inspiroida tekijää muussakin elämässä. (Toivanen 2007, 122.)

6.2.3 Havainnoinnin aineisto

Ohjauksien aikana pidin päiväkirjaa, johon kirjasin havaintoja osallistujien ajatuksista teoksen tekemistä kohtaan ja millaiset asiat olivat heille tärkeitä tekemisessä. Ensimmäisillä kerroilla ohjattavat olivat ujon puoleisia ja he selvästi halusivat ensin tarkkailla ja tehdä sen jälkeen itse perässä. Ensimmäisillä kerroilla minun piti ohjaajana sanoa mitä ryhdytään tekemään milläkin hetkellä. Viimeisillä kerroilla ohjattavat ehdottivat paljon enemmän ideoita ja tarttuivat hommiin paljon itsenäisemmin. Silti osallistujilla saattoi olla toisinaan hetkiä, jolloin he kyseenalaistivat oman työpöytänsä tai ideansa. Onneksi he toivat ajatuksena esille ja pienellä kannustuksella he jatkoivat rohkeasti eteenpäin.

Alkukyselyn aikana havainnoin millaisia kortteja ohjattavat valitsivat. Jokainen tietenkin oli ottanut itseään eniten miellyttävät kuvat ja kuvien valintojen takana olevia syvempiä tarkoituksia en tietenkään voi tietää tai edes arvailla. Tiedän vain, että kuvat olivat valoisia ja värikkäitä. On mahdollista, että osallistujat valitsivat kolmesta kuvasta vähintään yhden, joka vain miellytti sillä hetkellä ja kuvalla ei välttämättä ollut kyselyn kannalta mitään syvempää merkitystä. Osa kuvista taas oli selvästi enemmän harkittuja ja liittyivät vahvasti kyselyyn, koska kortin pohjalta saattoi syntyä runo, joka kertoi myös vastauksen kysymyksenkin.

Osallistujien sitoutumisesta projektiin ilmeni erityisesti osallistujan soittaessa joutuessaan jäämään pois ohjaukserralla ja seuraavalla ohjaukserralla tuodessaan mukana itse sahatun oksan teosta varten. Osallistujat pyrkivät pääsemään paikalle jokaisella ohjaukserralla niin pitkäksi aikaa kuin mahdollista. Kaikki osallistujat olivat mukana yhteisötaideteoksen tekemisessä alusta loppuun asti.

Oli ilo nähdä, että osallistujat olivat aktiivisia ja kaikki nauttivat tekemisestä. Osallistujille painotettiin, että työ saa jäädä ”kesken” ja mahdollisesti myöhemmin työstettäväksi, niin silti havaitsin erityisesti eräällä osallistujalla halua työstää teosta enemmän. Havainnoinnin ja loppukyselyn vastausten perusteella hän ei nähnyt teosta valmiina. Yhdistykseltä tuli kuitenkin toive, että teos jää sellaiseksi, että jossain toisessa toiminnassa muut voivat jatkaa sitä. Toiveet olivat siis ristiriitaiset, mutta kaikki osapuolet olivat tyytyväisiä teoksen lopulliseen muotoon.

Ohjauksien aikana osallistujat kokivat merkittäväksi omien tarinoiden kertomisen ja menneiden aikojen muistelun. Koen, että omien tarinoiden kertominen oli merkki rentoutumisesta. Ohjauksien aikana saattoi tulla hetkiä, että jollekin osallistujalle tuli hetki jolloin hän ei oikein keksinyt mitä voisi tehdä. Sellaisina hetkinä kannustin istumaan alas, hengähtämään ja kertomaan vaikkapa jotain hauskoja sattumuksia lapsuudesta tai nuoruudesta. Kellarissa meillä ei ollut radiota tai muuta taustahälinän aiheuttajaa, joten tarinoiden kertojallakin oli oma roolinsa sillä hetkellä, vaikka ei teosta kirjaimellisesti tehnyt.

Opinnäytetyössä haen minkälaisia osallistujien kokemukset olivat. Havainnoidessani näin, että tekeminen oli mukavaa ja osallistujat pitivät siitä, että tekeminen oli käsityöpainotteista ja heidän oma kädenjälkensä tuli näkyviin. Vaikka toisesta kohdasta osallistuja ei välttämättä pitänyt niin paljon, saattoi toisesta kohtaa löytää jotain mieluisaa. Kolmesta osallistujasta on vaikea lähteä tekemään laajempia johtopäätöksiä suuntaan tai toiseen, mutta kun vertaa osallistujien reagointia ja kokemuksia teoriataustaan on nähtävissä, että nämä kulkevat käsikädessä. Toisin sanoen yhteisötaide on hyvä toimintamuoto, jossa vertaistoiminta ja taiteellinen harrastaminen voivat yhdistyä.

6.2.4 Haastattelun aineisto

FinFamilla – Kanta-Hämeen mielenterveysomaiset ry:n omaistyöntekijä V. Arvola (haastattelu 16.4.2015) kertoi teoksen sopivan hyvin yhdistyksen tilaan ja olevan osa kokonaisuutta. Tilojen käyttäjät ovat ottaneet teoksen vastaan positiivisesti ja mielenkiinnolla. Erityisesti yksityiskohtia on tutkittu lähempääkin. Arvola kertoi, että ainakaan hänen aikanaan tai hän ei muista kuulleen, että aikaisemmin olisi ollut vastaavanlaisia yhteisötaideprojekteja vaan työskentely on ollut enemmän yksilöpainotteista. Arvolan mielestä vastaavanlaiset yhteiset projektit ovat kuitenkin toimiva työskentelytapa ryhmän ja ryhmäytymisen kannalta. Myös oman kädenjaljen tuominen esiin on tärkeää. Arvolan mukaan teosta on tarkoitus jatkaa eteenpäin vapaaehtoistoimijoiden kahvitilaisuudessa. Haastattelun lopuksi Arvola tiivistää vielä, että teos on herättänyt mielenkiintoa ja kiinnostusta tilan käyttäjissä. Lisäksi yhteisötaide on hyvä toimintamuoto, jossa ihmiset saadaan toimimaan yhdessä.

7 TULOKSET

Opinnäytetyön toiminnalliseen osuuteen eli yhteisötaideteoksen toteuttamiseen osallistui vain pieni ryhmä mielenterveysomaisia. Tämän kokoiseen projektiin osallistujamäärä oli kuitenkin sopiva. Opinnäytetyön tutkimuksellista puolta tarkasteltaessa aluksi osallistujamäärä kuulosti pieneltä, mutta tarkasteltaessa teoreettisia lähtökohtia on selvästi nähtävissä kuinka näiden muutamien omaisten ajatukset kulkevat käsi kädessä kirjoista ja verkkolähteistä kerätyn teorian kanssa.

Tässä luvussa vastaan asettamaani tutkimuskysymykseen eli miten FinFami – Kanta-Hämeen mielenterveysomaiset ry:n jo pidempään toiminnassa mukana olleet omaiset kokevat yhteisötaiteen tekemisen. Tarkentavat kysymykseni olivat mitä yhteisötaiteen tekeminen edellyttää yhdistykseltä ja mitä mahdollisuuksia yhteisötaide voi tarjota yhdistyksen toimintaan. Kerron myös kuinka yhteisötaideteos on saanut paikkansa yhdistyksen tilassa.

7.1 Omaisten kokemukset yhteisötaiteen tekemisestä

Projekteja suunnitellessa monet asiat mietityttävät, muun muassa saadaanko projektiin tarpeeksi osallistujia. Aikuisten osallistujien kohdalla mietityttää heidän arkuutensa tai vaatimattomuutensa omia taitoja kohtaan, vaikka samanaikaisesti esimerkiksi sukkapuikoilla syntyy mitä monimutkaisempia kuvioita. Lisäksi vapaaehtoinen toiminta ei aina houkuta alussa, mutta tarpeeksi houkuteltuina innostus pääsee valtaamaan osallistujat. (Kolsio 2007, 35.) Keskustelun kautta sain ohjauksien aikana selville, että yhteisötaide ei ollut osallistujille tuntematon käsite, mutta sitä ei välttämättä oltu kokeiltu aiemmin. Jokaisella osallistujalla oli kädentaidollista taustaa, ja tällä oli varmasti vaikutusta osallistujien

projektiin osallistumiseen. Kyselyiden ja havainnoinnin pohjalta voidaan sanoa, että omaisten kokemukset yhteisötaiteeseen olivat positiiviset.

Yhteisötaideprojekteissa vuorovaikutus ja taiteellinen työskentely ovat oleellisia. Yhteisötaiteen tekemiseen liittyy vahvasti onnistumiseen pyrkiminen. Ei pelkästään vain projektin mahdollistaville tahoille vaan myös osallistujille. (Aarnio 2007, 259.) Alkuun osallistujien ajatukset olivat odottavia. He olivat kiinnostuneita mitä olisimme tekemässä ja millaisilla materiaaleilla. Osallistujat ymmärsivät helposti miksi tämä projekti toteutetaan ja mitä he voivat siitä itse saada. He pääsivät tekemään taidetta, josta on iloa yhdistyksen tilojen käyttäjille. Osallistujien oli helppo paneutua tekemiseen kellarissa, jossa kukaan ulkopuolinen ei päässyt häiritsemään työskentelyä. Myöskään tilassa ei ollut kelloja tai muita vastaavia muusta maailmasta muistuttavia elementtejä. Vuorovaikutus ohjaajan ja osallistujien välillä lisäsi luottamusta ja siten helpotti osallistujia paneutumaan työskentelyyn helpommin.

Ihminen voi unohtaa itsensä ja ongelmansa eläytyessään johonkin tekemiseen tai kokemiseen. Eläytymisen myötä ihmisen oma tahto tarkoitukseen voi herätä. (Ruuhilahti 2013, 104.) Taide synnyttää onnistumisen ja ilon tunteita. Parhaassa tapauksessa osallistuja voi paneutua teoksen työstämiseen niin syvästi, että unohtaa hetkellisesti arjen haasteet ja ongelmat. Taiteellinen onnistuminen tuottaa merkityksellistä nautintoa ja parhaimmillaan taiteellinen onnistuminen voi inspiroida tekijää muillakin elämän osa-alueilla. (Toivanen 2007, 122.) Osallistujat saivat toteuttaa itseään vapaasti ja niin paljon kuin itse haluavat. Osallistujat pääsivät myös kokeilemaan jotain uutta ohjaajan johdolla. Kaikista tärkein asia oli kuitenkin, että yhteisen teoksen kautta osallistujat voisivat kiittää yhdistyksen työntekijöitä saamastaan avusta. Opinnäytetyön nimi Kultainen Kiitos viittaa vahvasti teoksen kautta kiittämiseen. Opinnäytetyön nimi kehittyi hyvin varhaisessa vaiheessa. Kiittäminen oli projektin liikkeelle laittanut teema ja jatkossa myös motivaattori. Omaiset ovat saaneet yhdistykseltä paljon apua ja varmasti vain sanallinen kiittäminen voi tuntua liian pieneltä tai riittämättömältä.

Elämän tarkoituksen ymmärtäminen voi olla ainoa syy, joka auttaa ihmistä selviytymään voittajana kärsimyksistään. On jopa mahdollista, että ihminen ei voi olla onnellinen ilman tarkoituksellisuuden tunnetta. Taiteen avulla ihminen voi turvallisesti kokeilla tuntemattomalle altistumista ja riskin ottamista. (Ruuhilahti 2013, 105.) Taide voi auttaa ihmistä ymmärtämään itseään, yhteiskunnassa toimimista tai se voi auttaa innostumaan uudesta taiteellisesta tekniikasta. Yhteisötaiteen prosessiin painotetaan enemmän kuin itse lopputuotokseen. Yhteisötaiteessa vuorovaikutus on suuressa asemassa. (Kantonen 2005, 46.) Ohjauksen aikana käsillä tekeminen oli suuressa roolissa. Kahden ison kankaan ympärillä jokainen osallistuja sai tarpeeksi tilaa työskennellä. Kukaan osallistujista ei kuitenkaan vallannut esimerkiksi yhtä nurkkaa jota olisi vain ja pelkästään työstänyt vaan kaikki tekivät teosta kokonaisuutena. Ryhmässä osallistujat pääsivät kokeilemaan yhteisen teoksen tekemistä. Käsillä ja ryhmässä tekeminen yhdistyivät siis saumattomasti.

Kulttuuritoiminta voi parantaa ihmisten elämänlaatua. Kulttuuritoiminta voi tarjota virikkeitä, jotka auttavat jäsentämään omaa elämää tai lisäämään sosiaalista vuorovaikutusta ja siten sosiaalista pääomaa. Kulttuuritoimintaan osallistuminen voi auttaa myös alentamaan stressitasoa, jolla on suuri vaikutus terveyteen yleisesti. Kulttuurin vaikuttavat mekanismit ovat vielä tuntemattomia, mutta mitä ikänä ne ovatkin, tärkeintä on kulttuurin vaikutus ihmisen hyvinvointiin parantavasti. Kulttuurin ja taiteen tärkeimpiä terveysvaikutuksia voi olla, että se antaa hyvän syyn elää. (Jumppanen & Suutari 2013.)

7.2 Yhdessä tekeminen ja yhteisötaide yhdistyksen toiminnassa

Ryhmässä on enemmän voimaa kuin yksilössä. Yhteisössä ihminen voi saada voimaa jaksaa eteenpäin. Jokainen ihminen on itsenäinen oma itsensä ja hyvin usein haluaa omaa aikaa ja tilaa. Oman ajan ja tilan vastapainoksi ihminen haluaa kuulua yhteisöön tai ryhmään, jossa voi olla oma rento itsensä. FinFami – Kanta-Hämeen mielenterveysomaiset ry:n toiminnassa painotetaan pitkälti yksilöpainotteiseen toimintaan ja se onkin tärkeää kun omaisen elämässä on vaikeita aikoja. Sitten kun omaisen elämä on jo hyvillä uusilla urilla voi olla hyvä tarjota omaiselle ryhmäpainotteista toimintaa ja esimerkiksi yhteisötaiteellista tekemistä. Se voi toimia omaiselle eräänlaisena siirtymänä. Nyt omainen ei tarvitse enää pelkästään yksilöpainotteista apua vaan hän ottaa vastaan ja antaa apua yhteisössä ja mahdollisesti myös taiteen avulla. Lisäksi yhteisötaiteen avulla yhdistys saa väriä niin tiloihinsa kuin myös töntekijöiden ja kävijöiden mieliin.

Yhteisötaiteessa taiteilijan ja yleisön väliset rajat hälvenevät ja siten myös taideteoksen tekemisen prosessi muuttuu taiteilijan ja yleisön yhteistyössä. Taideteos on yhteistyön tulos, mutta yhteistyö voidaan myös määritellä omanlaiseksi taiteeksi. Taideteoksesta tulee yhdessä jaettu tapahtuma. (Kanttonen 2005, 49.) Logoterapiassa ydinajatuksena on, että ihmistä tärkein motivoiva tekijä on tahto tarkoitukseen. Ihmisen tehdessä asioita, jotka hän kokee itselleen ja muille tarkoitukselliseksi seuraa onni sivutuotteena. (Salo 2013, 76.)

Yhdistyksen toiminnassa vertaistuki on tuttu ja käytetty menetelmä, toisin kuin yhteisötaide. Vertaistuen ja yhteisötaiteen välinen kuilu ei ole niin suuri kuin voisi kuvitella. Yhteisötaiteen tekeminen voi olla spontaania yhdessä työskentelyä, jonka pohjalta syntyy jotain josta voi olla ylpeä ja jonka haluaa esittää muille. Taiteessa on kuitenkin hyvä muistaa, että taitelijatkaan eivät aina mielestään onnistu töissään. Jotkut teokset on tarkoitettu keskeneräisiksi. Ihminen ei ole koskaan valmis, joten miksi teoksen pitäisi olla. Taide elää katsojan silmissä ja siksi keskeneräinenkin voi olla valmis. Kun kudotaan villasukkaa, se on valmis vasta kun molemmista sukista on kaikki langat päätelty. Kudottu matto on tehty vasta kun maton päät on solmittu. Nämä ovat taidonnäytteitä joihin kaikki eivät pysty, mutta taideteos voi olla valmis kun tekijä niin päättää. Yhteisötaiteen ja myös taiteen tekemisessä on tärkeää painottaa, että

kaikkea ei tarvitse päätellä tai viimeistellä. Joskus on parempi jättää päättely ja viimeistely katsojalle.

7.3 Yhteisötaideteos yhdistyksen tilassa

Yhteisötaiteen yksi määrittäjä on, että taide tulee näkyväksi. Se erottaa yhteisöllisen harrastelun yhteisötaiteesta. FinFami – Kanta-Hämeen mielenterveysomaiset ry:n toiveesta teokseen jätettiin tilaa, jotta sitä voidaan jatkaa tulevaisuudessa. Teos on niin iso elementti yhdistyksen tilassa, että katsoja voi tarkastella sitä kauempaakin. Kauempaa näkee sen kokonaisuutena, lähempää näkee kaikki kiinnostavat yksityiskohdat ja materiaalit. Tällä yhteisötaideteoksen teolla oli yhdistyksen tilan suhteen yksi suuri merkitys, eli harmaiden sermien peittäminen. Teos tuo uutta ilmettä yhdistyksen tilaan.

7.4 Tuloksien luotettavuus

Ennen kuin voidaan pohtia ovatko tutkimuksen tulokset luotettavia, aloitin pohtimalla olenko osoittanut itseni luotettavaksi henkilöksi projektiin osallistuneiden silmissä. Tutkimuksen tulokset pohjautuvat kuitenkin osallistujiin ja heidän kokemuksiinsa. Jo alussa rakennettu luottamus osallistujien kanssa voi vahvistaa tutkimustuloksia.

Yhteisötaideprojektiin osallistuneet saivat tiedon mahdollisuudesta osallistua projektiin jäsenkirjeen kautta sekä yhdistyksen omaistyöntekijät kannustivat omaisia osallistumaan toimintaan. Näin projektiin osallistuneet omaiset tiesivät mihin he ovat osallistumassa. Jäsenkirjeessä ollut houkutus teksti (LIITE 1) oli selkeä ja avoin. Siinä kerrottiin avoimesti mitä toiminta pitää sisällään ja ettei osallistujilta vaadita erikoisia taitoja. Tekstissä kerrottiin myös kuka ohjaa toimintaa.

Yhdistyksen kanssa tehtiin asiaankuuluvat sopimukset ja yhdistykselle tehtiin tutkimuslupahakemus. Opinnäytetyössä otettiin huomioon osallistuneiden yksityisyyden suoja. Projektiin osallistuneille kerrottiin opinnäytetyön suuruudesta ja tutkimusmenetelmistä. Osallistujille painotettiin ensimmäisellä kerralla, että opinnäytetyössä ei paljasteta mitään henkilökohtaista tietoa osallistujista tai heidän läheisistään. Osallistuneiden nimi, ikä tai mikään muu paljastava asia ei tule ilmi opinnäytetyössä. Opinnäytetyössä ja kerätyssä aineistossa painotetaan ainoastaan yhteisötaiteeseen liittyvään tekemiseen ja sen vaikuttavaan kokemukseen. Osallistujat otettiin vastaan kuunnellen ja kunnioittaen.

Osallistunut ryhmä ja itse projekti oli hyvin pieni, joten sen takia en halunnut liikaa yleistää saatua tietoa. Tästä opinnäytetyöstä on kuitenkin hyötyä niille, joita aihe kiinnostaa. Esimerkiksi teoreettisissa osuuksissa olen käyttänyt mahdollisimman uusia lähteitä.

Aineistonkeruut toteutettiin asiantuntevasti ja harkiten. Tutkijana olen mahdollisimman hyvin pyrkinyt analysoimaan ja raportoimaan ulkopuolisesti, ilman omaa mielipidettä asiaan. Lisäksi tutkijana en ole myöskään voinut vaikuttaa osallistujien mielentilaan tai virkeyteen muuten kuin yrittämällä olla mahdollisimman kannustava ja olemalla ystävällinen ihminen toiselle. Osallistujat olivat kuitenkin omaisia ja se millainen tilanne heillä on läheisensä kanssa on voinut vaikuttaa vireystilaan ja siten mahdollisesti myös tutkimustuloksiin. Näiden tuloksiin vaikuttavien asianseikkojen takia olenkin pyrkinyt panostamaan mahdollisimman laaja-alaiseen ja laadukkaaseen lähdeaineistoon. Tutkimustulosten ja teoriataustan tulokset yhdessä varmistavat tuloksien luotettavuuden.

8 POHDINTA JA ARVIOINTI

Opinnäytetyö ei vielä vakiinnuta yhteisötaiteen asemaa FinFami – mielenterveysomaisten ry:ssä. Uskon kuitenkin, että olen antanut yhdistykselle siemenen. Yhdistyksen työntekijöiden täytyy itse päättää haluavatko he istuttaa sen. Heidän täytyy päättää millainen yhteisötaide on toimintaan sopivaa ja onko toiminnallisille ryhmille tarvetta tai halukkaita osallistujia.

Taiteella on osoitettu olevan voimauttavaa vaikutusta niin omaisille kuin omaisten parissa työskenteleville ammattilaisillekin. Vaikka yhteisötaide ei olisikaan yhdistyksessä toimiva taidemenetelmä, kannustan yhdistystä jatkamaan taiteen tukemista ja kannustamaan omaisia kulttuurin ja taiteen pariin. Edullisia kulttuuri- ja taidetoimintaa löytyy varmasti ja niitä on myös itse helppo keksiä.

Opinnäytetyössä tuotettu yhteisötaideteos oli melko isokokoinen, mutta yhteisötaide voi olla myös jotain pientäkin ja jonka tarkoitus on tuoda iloa ja piristystä muille yhdistyksessä käyville vain pienen ajanjakson ajan. Tietenkin toivon, että opinnäytetyössä toteutettu teos innostaa yhdistystä tekemään esimerkiksi toisen kankaan sermien päälle, jolloin yhdistyksen tiloissa voidaan teosta vaihtaa ja saada uutta ilmettä.

Arvoihin kuuluvat kansalaisjärjestöläheisyys, kunnioitus, luottamus, lämpö, vaikuttavuus ja uskallus. Inhimillisuus, läsnä oleminen ja vastuullisuus ovat suuressa arvossa järjestön toiminnassa, jossa pyritään vaikuttamaan tärkeisiin ajankohtaisiin asioihin. (Mielenterveysomaisten keskusliitto – FinFami ry 2014.)

Kuinka saadaan yhdistettyä saumattomasti mielenterveysomaisten voimautumisen sekä taiteen ja tekemisen voimauttavan vaikutuksen? Vastaus voi olla toiminnallisessa vertaistuksessa. Vertaisryhmissä pääpaino on kertomisessa ja kuuntelemisessa, antamisessa ja saamisessa. Toiminnallisessa vertaisryhmässä pääpaino on aivan sama, annetaan ja saadaan. Vertaisryhmässä voi itsessään olla valmiiksi erilaista toimintaa. Toiminnallisessa vertaisryhmässä toiminta nostetaan enemmän esille.

Jatkossa vastaavanlaisissa projekteissa voisi olla parempi harkita tarkemmin ensin, onko projekti kertaluontoinen tapahtuma vai pidempään jatkuva. Kertaluontoisena tapahtumana osallistujille ei tulisi painetta sitoutua teoksen tekemiseen niin useana kertana. Tällä tavalla osallistujia voitaisiin saada houkuteltua enemmän mukaan. Varsinkin kun osallistujille tarjotaan uutta toimintamuotoa voi olla tärkeää ensin näyttää mistä on kyse ja kuinka helppoa tekeminen on. Sen jälkeen on varmasti helpompaa houkutella osallistujia mukaan pidempiaikaisiin projekteihin kun heillä on jokin myönteinen kokemus kyseisestä tekemisestä. Lisäksi toiminnan vieminen valmiiseen ryhmään, olisi helpompaa.

Jatkossa on suositeltavaa, että ryhmän koko on myös suurempi. Silloin ryhmässä tekemisestä voi syntyä entistä enemmän toiminnallista vertaistukea. Tilan täytyy olla rauhallinen ja sellainen, ettei siellä ole häiriötekijöitä. Tällöin osallistujat voivat entistä paremmin unohtaa muun maailman ja keskittyä vain yhteisötaiteen tekemiseen. Ohjaajana voi toimia omaistyöntekijä, eikä ohjaajan tarvitse olla erillinen taiteilija, mutta ulkopuolista ryhmänvetäjääkin on hyvä harkita. Ohjaajalta kaivataan tilannetajua, kannustavaa otetta, heittäytymistä, suunnitelmallisuutta, mutta myös suunnitelmien muokkaamiskykyä. Parempi on siis suunnitella, mutta antaa myös virran viedä.

Leikillistä kokeilua, spontaania epäjärjestystä, ennakoimattomuutta. Niitä asioita yhteisötaide voi tuoda rutiineja täynnä olevaan maailmaan. Taide voi tuoda ahtaaseen arkeen mahdollisuuden nähdä ja ajatella uudella tavalla. Taideoptimismissa on muistettava, että vaikka taiteesta saa hyvän olon, voi se toimia kasvupohjana ”pahallekin”. Taidekaan ei toimi automaattisena hyvän olon tuojana ja elämänlaadun kohottajana. Taide suuntaa kohti muutosta, mutta harvoin taide saavuttaa mitään ”valmista”. Taidetta tehdessä sisäinen prosessi on hidasta. Tilanteet ovat avoimna pitkään ja keskeneräisyys on pitkäaikaista. (Haapalainen 2007, 76—77.)

Miten opinnäytetyön tekeminen mielestäni sujui? Aihe oli itselleni kiinnostava alusta asti ja se on mielestäni kiinnostava edelleen. Kulttuurin ja taiteen kenttä on niin laaja, että tutkimuksia tarvitaan koko ajan lisää. Yhteisötaiteen sarallakin tutkimuksien lisääntyminen ei olisi huono asia. Lisää tutkimuksia tarvitaan, jotta erityisesti yhteisötaide voi saada vahvemman jalansijan kulttuurissamme. Yhdessä tekemisen ja taiteen vaikutus on positiivinen. Ihminen pystyy helpommin käsittelemään ja tulkitsemaan omia tunteitaan, kun hän voi heijastaa itseään muista ihmisistä ja taiteesta. Lisäksi yhteisötaiteen tekeminen vahvistaa ryhmäytötaitoja. Tekemällä lisää tutkimuksia yhteisötaiteesta, voidaan saada käyttöön lisää välineitä yhteiskunnan parempaan luomiseen. Vaikka opinnäytetyön tutkimus oli pienimuotoinen, olen siitä silti ylpeä. Tämä osoittaa, että olen perehtynyt asiaan ja vienyt yhteisötaidetta ympäristöön, jossa sitä aiemmin ei ollut. Pysyin pitkälti suunnitellussa aikataulussa ja myös tavoitteet täyttyivät pitkälti.

Kun aloitin opinnäytetyön tekemisen, minulla oli suuret unelmat, että tästä loppuraportista tulee ainakin 50 sivuinen hirviö. Varsinkin kun en ole

kirjoittaja-tyyppiä. Siksi valitsinkin toiminnallisen opinnäytetyön. Olisi ainakin jotain mitä muistella kun pitää istua tunteja kirjoittamassa mustaa valkoiselle. Pian valmiina ohjaustoiminnan artonomina minulla näyttää olevan sitä jotain samaa mitä muissakin ohjaustoimintalaisissa eli ”okoissa”. Toimistohommat hoidetaan huolella, mutta sydän vie ihmisten ja tekemisen luo. Kenties tapani kirjoittaa tätä raporttia kirjastossa eikä kotona yksin, vahvistaa tuota väitettä.

Tavoitteissa olin kirjannut, että yhdistykselle tuotetaan tietoa omaisten kokemuksista yhteisötaiteen tekoa kohtaan ja teoksen kautta kiittämisestä. Tavoitteena oli myös ottaa mahdollisimman hyvin huomioon yhdistyksen toiveet niin tutkimuksen kuin myös teoksen suhteen ja toimintaan tuodaan uutta toimintamuotoa. Tutkimustuloksissa pyrittiin laadukkaisiin ja luotettaviin tuloksiin, joita yhdistys voisi hyödyntää esimerkiksi toimintansa kehittämisessä. Omissa tavoitteissa olin erityisesti nostanut esille toivovani opinnäytetyön vahvistavan omaa ammatillista minääni.

Olen mielestäni saavuttanut nämä tavoitteet. Tulokset vahvistavat aiempia tutkimuksia ja niiden tutkimustuloksia. Kuten aikaisemmin mainitsin, opinnäytetyö on vasta alkusoittoa. Yhdistyksen pitää vielä selvittää onko heidän omassaan käsitöihin ja taitteelliseen ilmaisuun kiinnostuneita osallistujia, jotta esimerkiksi toiminnallisten vertaistukiryhmien perustaminen voisi olla mahdollista. Tutkimustulokset ovat kuitenkin mielestäni luotettavia ja yhdistys saa niiden kautta tietoa yhteisötaiteesta sekä kulttuurin ja taiteen voimauttavista vaikutuksista.

Oma ammatillinen minäni on myös vahvistunut opinnäytetyön aikana. Elämässäni on samaan aikaan opinnäytetyön kanssa tapahtunut mukavia muutoksia ja nämäkin varmasti vaikuttavat siihen millaisena itseni näen tällä hetkellä. Vielä vuosi sitten esimerkiksi jotkin vaativat työtehtävät kuulostivat haastavilta ja sellaisilta, ettei minusta ole koskaan työntekijäksi johonkin työtehtävään. Enää en vähättele itseäni. Olen valmis astumaan eteenpäin ja tarttumaan härkää sarvista.

Haluan näin viimeiseksi asiaksi nostaa esiin vielä erään osallistujan runon, jonka hän kirjoitti alkukartoituksessa.

Jotain varmaan rakennetaan, osista yhteistyö, kiveä ja puuta,
kukkia ja muuta.
Löydämmekö helmiä, suuren meren lahjoja, jalanjäljet
hiekkaa jää, helmet leviää.
Sävel kaunis, harmoninen soljuu vuolaana, mitä kukin teki,
se ei ole tärkeää, sointu yhteinen vain sykehdyttää.

Jokainen tulkitkoon runoa kuten haluavat. Tällä hetkellä tuo runo kuvastaa minulle kaikkea mitä yhteisötaideprojekti, opinnäytetyö, ohjaustoiminnan koulutusohjelma, luokkatoverit, opettajat, ystävät ovat minulle antaneet näinä muutamana vuotena ja enemmän.

LÄHTEET

- Aalto, S. 2007. Luovuusterapiat hoitomuotona. Teoksessa Bardy, M. Haapalainen, R. Isotalo, M. Korhonen, P. (toim.) Taide keskellä elämää. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy. 173—178.
- Aalto-Kallio, M. Saikkonen, P. Koskinen-Ollonqvist, P. 2009. Arvioinnin kartalla matka teoriasta käytäntöön. Terveysten edistämisen keskus. Pori. Viitattu 9.6.2015.
http://www.soste.fi/media/pdf/julkaisut/arvioinnin_kartalla.pdf
- Aarnio, S. 2007. Yhteisötaiteen esittämisestä. Teoksessa Brady, M. Haapalainen, R. Isotalo, M. & Korhonen, P. (toim.) Taide keskellä elämää. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy, 256—259.
- Arvola, V. 2015. Omaistyöntekijä. FinFami – Kanta-Hämeen mielenterveysomaiset ry. Haastattelu 16.4.2015. Haastattelija Taru Koho.
- Brandenburg, C. 2007. Taide ja työhyvinvoinnin edistäminen – tehokkuusajattelua vai elämänlaadun parantamista? Teoksessa Bardy, M. Haapalainen, R. Isotalo, M. Korhonen, P. (toim.) Taide keskellä elämää. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy. 179—187.
- FinFami – Kanta-Hämeen mielenterveysomaiset ry. 2014. Viitattu 3.3.2015. <http://www.omaishdistys.com>
- Grönfors, M. 2010. Havaintojen teko aineistonkeräyksen menetelmänä. Teoksessa Aaltola, J. Valli, R. (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin I. Juva: PS-kustannus, 154—170.
- Haapalainen, R. 2007. Taide hyvinvointiyhteiskunnan uudistamisessa. Teoksessa Kivimäki, K. Kolsio, H. (toim.) Yhteyksiä. Asiaa yhteisötaiteesta. Rauma: Rauman taiteilijavierasohjelma Raumars ry. 73—81.
- Heiskanen, T. Hiisijärvi, S. n.d. Vertaisryhmä ja sen ohjaaminen. Viitattu 12.5.2015. <http://www.ela.fi/akatemia/ryhmienohjaaminen.php>
- Huttunen, M. 2008. Omaiset ja sairastunut. Duodecim. Viitattu 26.2.2015. http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=lam00008
- Hyypä, M. 2007. Elinvoimaa kulttuurista. Teoksessa Brady, M. Haapalainen, R. Isotalo, M. & Korhonen, P. (toim.) Taide keskellä elämää. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy, 155—159.
- Jumppanen, A. Suutari, T. 2013. Hyvinvointia kulttuurista – Esimerkkejä Kulttuuritoimijoiden sekä sosiaali- ja terveyssektorin yhteistyöstä Etelä-Pohjanmaalla. Helsingin yliopisto ja Ruralia-instituutti. Mikkeli ja Seinäjoki. Viitattu 14.4.2015.
<http://www.helsinki.fi/ruralia/julkaisut/pdf/Raportteja100.pdf>

Kaivolainen, M. 2011a. Myönteisten tunteiden voima. Teoksessa Kaivolainen, M. Kotiranta, T. Mäkinen, E. Purhonen, M. Salanko-Vuorela, M. (toim.) Omaishoito. Tietoa ja tukea yhteistyöhön. Hämeenlinna: Kariston Kirjapaino Oy. 108—112.

Kaivolainen, M. 2011b. Vertaisryhmästä tukea omaishoitajalle. Teoksessa Kaivolainen, M. Kotiranta, T. Mäkinen, E. Purhonen, M. Salanko-Vuorela, M. (toim.) Omaishoito. Tietoa ja tukea yhteistyöhön. Hämeenlinna: Kariston Kirjapaino Oy. 126—130.

Kantainen, T. 2013. Tarkoitustaan etsivä ihminen. Teoksessa Salo, M. Åman, I. (toim.) Tarkoituskeseinen ajattelu: Tarkoitusklogoterapian viitekehysessä. Turku: Suomen Logoterapiainstituutti Oy. 7—16.

Kantonen, L. 2005. Telttä. Kohtaamisia nuorten taidetyöpajoissa. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy.

Kolsio, H. 2007. Teoksen takaa. Teoksessa Kivimäki, K. Kolsio, H. (toim.) Yhteyksiä. Asiaa yhteisötaiteesta. Raumaa: Rauman taiteilijavierasohjelma Raumars ry. 33—35.

Korpela, J. 2013. Pienehkö sivistysanakirja. Viitattu 8.6.2015. <http://www.cs.tut.fi/~jkorpela/siv/>

Kotiranta, T. & Purhonen, S. 2011. Kulttuurin ja taiteen mahdollisuudet omaishoitajan hyvinvoinnin tukemisessa. Teoksessa Kaivolainen, M. Kotiranta, T. Mäkinen, E. Purhonen, M. Salanko-Vuorela, M. (toim.) Omaishoito. Tietoa ja tukea yhteistyöhön. Hämeenlinna: Kariston Kirjapaino Oy. 138—142.

Luodemäki, S., Ray, K. & Hirstiö-Snellman, P. 2009. Arjessa mukana, omaistyön käsikirja. Helsinki: Omaiset mielenterveystyön tukena keskusliitto ry.

Malmi, M. & Nissi-Onnela, S. 2011. Omaishoitajan ja omaishoitoperheen tuen tarpeet. Teoksessa Kaivolainen, M. Kotiranta, T. Mäkinen, E. Purhonen, M. Salanko-Vuorela, M. (toim.) Omaishoito. Tietoa ja tukea yhteistyöhön. Hämeenlinna: Kariston Kirjapaino Oy. 76—79.

Mielenterveysomaisten keskusliitto – FinFami ry. 2014. Viitattu 17.2.2015. <http://www.finfami.fi/pagetoiminta2/kokemusasantuntijuus>

Mäki, T. 2007. Yhteisötaide – tapausmerkki Be Your Enemy. Teoksessa Brady, M. Haapalainen, R. Isotalo, M. & Korhonen, P. (toim.) Taide keskellä elämää. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy, 232—241.

Möller, P. 2012. Logoterapia ajassamme. Teoksessa Möller, P. Åman, I. (toim.) Logoterapia: peruskäsitteitä, filosofiaa, käytäntöjä. Turku: Suomen Logoterapiainstituutti Oy. 70—80.

Raivio, M. 2012. Nuoret sankarit – Pamfletti mielenterveydestä ja toiminnallisesta vertaistuesta. Sosiaalipedagogiikan säätiö. Viitattu 20.4.2015. http://www.sosped.fi/wp-content/aineistot/Raivio_Markus_Nuoret_Sankari_Pamfletti.pdf

Rantala-Korhonen, P. 2012. Taidetta vai kulttuuria? Taiteen edistämiskeskus. Viitattu 8.6.2015. www.taike.fi/fi/blogi-taidetta-vai-kulttuuria-

Ruuhilahti, S. 2013. Ajatuksia logoterapeuttiseen ohjaustoimintaan. Teoksessa Salo, M. Åman, I. (toim.) Tarkoituskeskeinen ajattelu: Tarkoituslogoterapian viitekehyksessä. Turku: Suomen Logoterapiainstituutti Oy. 95—111.

Salo, M. 2013. Onni on sivutuote. Teoksessa Salo, M. Åman, I. (toim.) Tarkoituskeskeinen ajattelu: Tarkoituslogoterapian viitekehyksessä. Turku: Suomen Logoterapiainstituutti Oy. 59—77.

Saaranen-Kauppinen, A. Puusniekka, A. 2006. KvaliMOTV - Menetelmäopetuksen tietovaranto. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. Viitattu 17.7.2015. <http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/index.html>

Sederholm, H. 2007. Yhteisötaiteen juurilla. Teoksessa Kivimäki, K. Kolsio, H. (toim.) Yhteyksiä. Asiaa yhteisötaiteesta. Rauma: Rauman taiteilijavierasohjelma Raumars ry. 37—55.

Toivanen, T. 2007. Huippukokemus. Teoksessa Brady, M. Haapalainen, R. Isotalo, M. & Korhonen, P. (toim.) Taide keskellä elämää. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy, 121—126.

Valli, R. 2010. Kyselytutkimus. Teoksessa Aaltola, J. Valli, R. (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin I. Juva: PS-kustannus, 103—127.

HOUKUTUSTEKSTI

Kultainen Kiitos - toiminnallinen yhteisötaideprojekti

Oletko omaisena ollut jo pidempään mukana yhdistyksen toiminnassa ja koet haluavasi antaa jotain takaisin yhdistykselle, sen työntekijöille ja muille omaisille? Nyt sinulla on siihen mahdollisuus! Tule mukaan toteuttamaan yhteistä taideprojektia, jossa keskitytään yhdistyksen tilojen viihtyvyyden parantamiseen. Yhdistyksen tilat Kumppanuustalossa ovat lämpimät ja kutsuvat, mutta voisimmeko saada niistä vielä entistäkin viihtyisämmät toteuttamalla yhteisötaideprojektin?

Jokainen on tervetullut projektiin omana itsenään. Sinulta ei vaadita taitoa piirtää tai maalata. Sinun ei tarvitse osata valmiiksi mitään, kunhan sinulla on halu ilmaista itseäsi luovasti ja antaa yhdistyksen työntekijöille ja muille omaisille ilon aiheita. Projektissa toteutetaan yhdessä taidetuotos toimiston tiloihin, joka palvelisi mahdollisimman hyvin kaikkia tilan käyttäjiä, niin käytännöllisesti kuin myös lisäämällä viihtyvyyttä. Projektin suunnittelu tehdään etukäteen, mutta teoksen toteutukseen tarvitaan tekijöitä. Tule siis rohkeasti mukaan jakamaan omaa sisäistä luovuuttasi!

Projektia ohjaa ohjaustoiminnan (HAMK) opiskelija Taru Koho, joka toteuttaa projektin osana opinnäytetyötään.



OHJAUSSUUNNITELMAT

Ensimmäinen ohjaus 9.3. kesto 2 tuntia

- Alkuvalmistelut: Hankittuja materiaaleja näytille, kynää ja paperia, kellari sisustettu pöydillä ja tuoleilla. Kahvitarjoilut kellariin valmiiksi ennen ohjausta.
- Tavoitteena tutustuminen: ryhmään, sen jäseniin, toteutettavaan projektiin ja työtilaan.
- Ensimmäisen ohjauksen ensimmäinen tunti käytetään tutustumiseen ryhmässä yhdistyksen tiloissa.
 - o Kaikilta osallistujilta kysellään miksi ovat tulleet tai mikä sai heidät tulemaan paikalle tänään.
 - o Onko heillä millaista kokemusta käsitöistä?
 - o Tavoitteena rento jutusteluhetki, jossa kaikki näkevät muut osallistujat.
 - o Lyhyesti mihin osana yhdistyksen tilassa tuotetaan yhteisötaideteos ja millaiselle pohjalle.
- Ohjauksen puolessa välissä siirrytään kellariin, joka tulee toimimaan pitkälti muiden ohjauksien työtilana
 - o Kellarissa juodaan kahvit ja annetaan osallistujien tutkia ja asettua tilaan.
 - o Teoksen suunnittelu ja karkean luonnoksen piirtäminen.
 - o Alkukyselyn toteuttaminen kuvakorttien avulla.
 - o Ohjauksen päättäminen.

Toinen ohjaus 16.3. kesto 3 tuntia

- Tarvittavat välineet: Kangas, ompelukone, kangassakset, nuppineuloja, mittanauha, kangasvärit, siveltimiä ja tuputtimia. Varalle villalankoja, saksia, kanavaneuloja, maitopurkkeja, roše-kiekkoja, paperinaruja.
- Pieni alkujutustelu, mutta sitten ryhdytään heti hommiin.
 - o Kankaan leikkaaminen ja reunojen ompelu (siksak ja suora)
 - o Maalien sekoittaminen ja kankaan maalaaminen
 - o Jos tulee hetkiä, että yksi esimerkiksi ompelee ja muilla ei ole tekemistä, voin opettaa muille tupsujen ja roše-kukkien tekoa
 - o Noin puolessa välissä pidetään kahvitauko.

Kolmas ohjaus 23.3. kesto 3 tuntia

- Tarvittavat välineet: Ompelukone, nuppineuloja, mittanauha, nappeja, silmäneuloja, ompelulankaa, villalankaa.
- Edellisellä kerralla ompelukoneen toimimattomuuden takia osa ompeleista oli jäänyt kesken, joten ne tehdään loppuun.
- Tällä kertaa painotetaan yksityiskohtiin eli nappeihin ja niiden ompelemiseen.
- Luonnostellaan tekstin paikka.
- Lisäksi voidaan tehdä myös muita yksityiskohtia, jos on aikaa (tupsut ja roše-kukat)
- Puolessa välissä ohjausta pidetään kahvitauko.

Viimeinen ohjaus 30.3. kesto 3 tuntia

- Tarvittavat välineet: Kangastussit, nappeja, silmäneuloja, ompelulankaa, villalankaa, kyselylomakkeet.
- Kirjoitetaan teksti, kiinnitetään napit ja yksityiskohtia, joita osallistujat haluavat lisätä. Saatetaan työ valmiiksi.
- Pidetään kahvitauko ja siirrytään yhdistyksen tiloihin.
- Silitetään teos.
- Kiinnitetään teos sermiin valkoisilla nastoilla.
- Katsellaan ja tutkitaan aikaan saatua työtä.
- Mennään vielä kellariin loppukyselyä täyttämään ja siivoamaan jäljet.

ALKUKYSELYN KYSYMYKSET

Valitse pöydällä olevista korteista kolme kuvaa, jotka kuvaavat

- ajatusta juuri ennen kuin saavuit tänään tänne
- ajatustasi yhteisestä teoksesta nyt
- ajatustasi tästä kyseisestä teoksesta kuukauden päästä eli sen jälkeen kun se on viety esille

Kirjoita ajatuksesi paperille. Käytä kuvakorttia hyväksi, jos haluat.

Kirjoita paperin toiselle puolelle millaiset asiat kannustavat sinua osallistumaan tähän teoksen tekemiseen. Mistä saat motivaatiota ja mistä asioista olet yhdistykselle ja sen työntekijöille kiitollinen?

LOPPUKYSELYN KYSYMYKSET

Miltä nyt tuntuu, kun teos on esillä? Ajatuksesi tuotoksesta?

Mikä tekemisessä oli mieluisinta?

Oliko toiminnassa jotain uutta?

Miltä tuntui tehdä yhteisötaidetta?

Olisitko halunnut jotain tehtävän toisin?

Mitä ajattelet kellarista työtilana?

Muita ajatuksia projektista tai tuotoksesta?

HAASTATTELUN KYSYMYKSET

Onko yhteisöaideteos sulautunut yhdistyksen tilaan vai kääntyykö katse siihen vielä vaikka se on jo ollut tilassa jo muutaman viikon?

Miten yhdistyksen tilojen käyttäjät ovat ottaneet teoksen vastaan?

Millaisia reaktioita on ollut? Mihin teoksen yksityiskohtiin ihmisten huomio on kiinnittynyt?

Onko teosta tarkastelleilla henkilöillä herännyt kiinnostusta vastaavanlaisiin projekteihin teoksen myötä?

Oletko nähnyt teokseen tekemiseen osallistuneita omaisia?

Koetko yhteisötaiteen tai yhteisten projektien olevan toimiva työskentelytapa FinFamilla? Miksi?

Pitäisikö vastaavaa toimintaa olla enemmän?

Aiotteko jossain vaiheessa tai onko jo suunnitteilla jatkaa teosta eteenpäin?

Oliko kellari mielestäsi toimiva tila työskentelyyn?

Onko teos herättänyt inspiraatiota? Esimerkiksi herättänyt kiinnostusta sisustaa tilaa lisää?

Olisiko lopuksi vielä jotain vapaata sanottavaa?