

Idong-Eset Saara Efana

”Se, et mul on jotain muutakin, kun dokaaminen”

Taide- ja kulttuuritoiminta ja sen vaikutukset

Helsingin Diakonissalaitoksen D-Asema KTA:lla

Metropolia Ammattikorkeakoulu

Sosionomi (AMK)

Sosiaalialan KO

Opinnäytetyö

2.11.2017

Tekijä Otsikko	Idong-Eset Saara Efana ”Se, et mul on jotain muutakin, ku dokaaminen” - Taide- ja kulttuuritoiminta ja sen vaikutukset Helsingin Diakonissalaitoksen D-Asema KTA:lla
Sivumäärä Aika	50 sivua + 3 liitettä Syksy 2017
Tutkinto	Sosionomi
Koulutusohjelma	Sosiaalialan koulutusohjelma
Suuntautumisvaihtoehto	Sosiaalialan koulutusohjelma
Ohjaaja(t)	Lehtori Seija Mäenpää
<p>Tämä opinnäytetyö on kvalitatiivinen tutkimus taide- ja kulttuuritoiminnan vaikutuksista Helsingin Diakonissalaitoksella. Työn tilaajana toimii Helsingin Diakonissalaitoksen D-asemakokonaisuus, joka tarjoaa sen kävijöille erilaista maksutonta kulttuuri-, liikunta-, ja taidetoimintaa matalalla kynnyksellä. Tutkimuksen kohteena toiminut D-Asema KTA mahdollistaa ihmisen osallisuuden yhteisöllisyyteen ja luovuuteen, riippumatta hänen elämäntilanteestaan ja taustastaan. Toimintaan sisältyy mm. musiikki-, liikunta-, ja teatteritoimintaa, sekä erilaista arjen kulttuuritoimintaa.</p> <p>Opinnäytetyön tarkoitus on tutkia miten taide- ja kulttuuritoiminta vaikuttaa D-Asema KTA:n kävijöiden hyvinvointiin, sekä kokemuksiin yhteisöllisyydestä ja osallisuudesta. Hyvinvointivaikutusten tutkimisen tavoitteena on tuoda esiin taide- ja kulttuuritoiminnan positiivisia vaikutuksia kävijöiden arjen eri osa-alueisiin. Tavoitteena on myös kysyä toiminnan vaikutuksista juuri heiltä, joiden elämäänsä toiminnan on tarkoitus eniten vaikuttaa. Haastateltujen kävijöiden hyvinvointivaikutuksia tutkittiin esimerkiksi suhteessa päihteidenkäyttöön, mielen-terveyteen ja sosiaalisiin suhteisiin. Työn tietopohjana käytetään hyvinvoinnin, yhteisöllisyyden ja osallisuuden teoriaa, joita tutkitaan eri asiakasryhmien ja Helsingin Diakonissalaitoksen taide- ja kulttuuritoiminnan kontekstissa.</p> <p>Opinnäytetyön aineisto saatiin haastattelemalla D-Asema KTA:n kävijöitä, sekä havainnoidulla päivittäistä taide- ja kulttuuritoimintaa. Haastattelut sekä havainnointi toteutettiin keväällä 2017. Aineisto koostuu yhteensä yhdeksästä haastattelusta. Haastattelumenetelmänä käytettiin teemahaastattelua, ja aineisto on analysoitu teemoittelemalla haastattelut. Työn tuloksena haastatteluista nousi esiin selkeitä hyvinvointivaikutuksia liittyen esimerkiksi kävijöiden päihteidenkäyttöön, ajankäytönhallintaan, mielen-terveyteen ja sosiaalisiin suhteisiin.</p> <p>Haastatteluiden tulokset osoittivat mm. päihteidenkäytön vähentymistä, sosiaalisten suhteiden parantumista, elämäntilanteen vahvistumista, sekä esimerkiksi kokemuksia voimaantumiseen ja itsetunnon vahvistumisesta. Lisäksi säännöllinen ja monipuolinen taide- ja kulttuuritoimintaan osallistuminen on monen kohdalla ollut ratkaiseva tekijä muun hoidon vaikuttavuudessa. Tutkimuksen tuloksista nousee esiin myös kehitysehdotuksia liittyen taide- ja kulttuuritoiminnan tavoitavuuteen, toiminnan piiriin ohjaamiseen, sekä osallistumisen säännöllisyyteen ja toimintaan sitoutumiseen.</p>	

Avainsanat	Taide, kulttuuri, päihteet, mielenterveys, hyvinvointi, kvalitatiivinen tutkimus
------------	----------------------------------------------------------------------------------

Author Title	Idong-Eset Saara Efana “The fact that I have something else than drinking” – Art and culture and its effects in Helsinki Deaconess Institute’s D-station “Citizen Arena”
Number of Pages Date	50 pages + 3 appendices October 2017
Degree	Bachelor of Social Services
Degree Programme	Social Services
Specialisation option	Social Services
Instructor(s)	Seija Mäenpää, Senior Lecturer
<p>This thesis is a qualitative research about the effects of art and culture activities in Helsinki Deaconess Institute’s D-station “Citizen Arena”. The study concentrates on how the art and culture activities influence the well-being of the visitors of D-station Citizen Arena. The study also examines the sense of community and the participation of the visitors, and how art and culture affects it.</p> <p>The subscriber of this thesis is Helsinki Deaconess Institute’s D-stations. D-station Citizen Arena offers a variety of low-threshold art and cultural events and activities. D-station Citizen arena enables a person to experience a sense of community and become involved in creative activity, regardless of ones back round or current life situation. Visitors are also encouraged to take part in the planning and staging of activities. The events contain e.g. long and short-term music activities, theatre and different physical activities.</p> <p>The purpose of this thesis is to research the possible positive effects that art and culture may have on the well-being of the visitors of the D-station Citizen Arena. The goal was to ask the people themselves how they experience the effects of art and culture in their lives, and to find out if there are any positive or negative outcomes on their well-being, or sense of community and participation.</p> <p>The data of this thesis were collected with interviews, and by observing and being involved in the activities. The data consists of 9 interviews all together. The method used was a theme interview, and the data was analyzed by thematising the collected interviews.</p> <p>The results of this study indicate that art and culture activities do increase the sense of well-being in the lives of the participants of the study. Art and culture improve the quality of life and e.g. decrease the use of intoxicants, prevent exclusion, improve social life, increase the feeling of empowerment and enhance self-esteem. The challenge is to make sure that the art and culture activities reach all of those in need.</p>	
Keywords	Art, culture, well-being, substance abuse, mental health, qualitative research

Sisällys

1	Johdanto	3
2	Helsingin Diakonissalaitos	5
2.1	Alppikatu 2 – Elämää korttelissa	7
2.2	D-asetat ja kansalaistoiminta	9
3	Kulttuurista kaikille – Kulttuuritoiminta Helsingin Diakonissalaitoksella	11
3.1	Musiikkitoiminta	14
3.2	Teatteritoiminta	16
3.3	Arjen kulttuuritoiminta ja toiminnan juurtuminen	18
4	Palveluiden käyttäjät Alppikadun korttelissa	20
4.1	Mielenterveys	22
4.2	Päihteet - huumeet ja alkoholi	24
4.3	Asunnottomuus ja työttömyys	26
4.3.1	Asunto ensin - Lisäävätkö korttelin rakenteet syrjäytymistä?	27
5	Keskeiset käsitteet	29
5.1	Hyvinvointi	29
5.1.1	Hyvinvoinnin mittarit	30
5.1.2	Hyvinvointi tutkittavan asiakasryhmän kontekstissa	31
5.2	Yhteisöllisyys	34
5.3	Osallisuus	35
6	Tutkimuskysymys ja haastattelut	37
6.1	Kysymyksen muotoutuminen ja aiheen rajaus	37
6.2	Tutkimuksen tarpeellisuus	38
6.3	Haastattelut	39
6.3.1	Haastateltavien taustat	39
6.3.2	Haastatteluiden järjestäminen ja dokumentointi	40
7	Tutkimusmenetelmä	41
7.1	Laadullinen tutkimus	41
7.2	Teemahaastattelu	42

	2
7.3 Havainnointi	43
8 Tutkimuksen ja tulosten arviointi	43
8.1 Tutkimuksen onnistuminen	43
8.2 Tutkimuksen eettisyys	44
9 Tulevaisuus	45
10 Lopuksi	48
Lähteet	49
Liitteet	
Liite 1. Haastattelurunko	
Liite 2. Saatekirje	
Liite 3. Asiakkaan suostumuslomake	

1 Johdanto

Opinnäytetyöni on sosiaalialan laadullinen tutkimus, joka toteutetaan yhteistyössä Helsingin Diakonissalaitoksen D-asemien kanssa. Opinnäytetyön tutkimuksen tarkoituksena on selvittää taide- ja kulttuuritoiminnan vaikutuksia Helsingin Diakonissalaitoksen palvelunkäyttäjiiin. Koska Helsingin Diakonissalaitos on iso konserni, johon kuuluu useita erilaisia palveluita, myös palvelunkäyttäjiiä on monesta eri taustasta. Opinnäytetyöni keskittyy kuitenkin lähinnä päihde- ja mielenterveyspalveluihin kuuluviin palvelunkäyttäjiiin, jotka ovat osallistuneet kulttuuritoimintaan pääasiallisesti kansalaistoimintaa tuottavassa yksikössä D-Asema KTA:lla. Opinnäytetyön tutkimuksen aikana työskentelin Helsingin Diakonissalaitoksen D-Asema KTA:lla työharjoittelijana, ja tämä tarjosi minulle ainutlaatuisen mahdollisuuden pitkäaikaiseen toiminnan seurantaan, havainnointiin, sekä niin palvelunkäyttäjiiin, että toimintatapoihin tutustumiseen.

Opinnäytetyön aineistona käytetään teorian lisäksi palvelunkäyttäjiltä saatuja haastatteluita. Haastatteluja kertyi yhteensä yhdeksän, joista seitsemän olivat palveluidenkäyttäjiltä kerättyjä haastatteluita ja kaksi kulttuuri- ja kansalaistoiminnan koordinaattoreilta kerättyjä haastatteluita. Haastateltavat palvelunkäyttäjät ovat mm. musiikkitoimintaan, teatteritoimintaan, sekä muuhun Helsingin Diakonissalaitoksen taide- ja kulttuuritoimintaan osallistuneita asiakkaita. Kulttuuritoiminnassa mukana olleet palvelunkäyttäjät osallistuvat toimintaan pääosin D-Asema KTA:n kautta, mutta osa haastateltavien toiminnasta oli alkanut jo ennen D-Asema KTA:lla tapahtuvaa toimintaa. Suurin osa haastateltavista osallistui samaan aikaan myös muihin Helsingin Diakonissalaitoksen palveluihin.

Tutkimusmenetelmänä käytin teemahaastattelua, sekä havainnointia. Havainnointi tapahtui noin kolme kuukautta kestävästä työharjoittelujaksosta aikana. Havainnointitilanteet eivät olleet järjestettyjä tilanteita. Olin esimerkiksi mukana erilaisessa taide- ja kulttuuritoiminnassa, sekä osallistumassa toimintaan, että auttamassa järjestelyissä tai suunnittelussa. Toiminnan aikana ja sen jälkeen syntyi monia keskusteluita, joissa pohdin osallistuneiden kanssa sitä, mitä ajatuksia tai tunteita toimintaan osallistuminen mahdollisesti herätti.

Opinnäytetyön tutkimuksen tarve nousi esille keskustellessa aiheesta kansalaistoiminnan tuottajan, joka toimii D-Asema KTA:n esimiehenä. Keskustelimme mm. siitä, kuinka kulttuuritoiminnan vaikutuksia pitäisi tutkia ja tuoda esille sekä toiminnan kehittämisen, että toiminnan jatkumisen ja näin ollen myös rahoittamisen vuoksi. Työntekijöiden

puolesta näkökulmia ja tukea kulttuuritoiminnalle on paljon Helsingin Diakonissalaitoksella, sekä sen ulkopuolella. Konkreettista esimerkkiä palvelunkäyttäjän kokemuksista D-Asema KTA:lla ei kuitenkaan samassa mittakaavassa löydy. Tästä syystä tämä tutkimus keskittyy juurikin toimintaan osallistuvien henkilöiden kokemuksiin taide- ja kulttuuritoiminnasta.

Seuraavissa kappaleissa käsittelen Helsingin Diakonissalaitoksen, ja siellä tapahtuvan taide- ja kulttuuritoiminnan, sekä kansalaistoiminnan historiaa. Suuri osa opinnäytetyösäni esiin tuodusta toiminnasta tapahtuu Alppikadun korttelissa, joten avaan työssäni myös kyseiselle ympäristölle ominaisia piirteitä. Alppikadulla sijaitsee myös kansalaistointaa tuottava yksikkö D-Asema KTA, jonka kautta haastattelut järjestettiin. Avaan myös haastateltavien palveluidenkäyttäjien ja asiakasryhmien erityispiirteitä, ja niiden vaikutuksia toiminnan kannalta. Kappaleissa käydään läpi myös tutkimusprosessi tutkimuskysymyksestä tutkimusmenetelmään, ja siitä edelleen tulosten arviointiin. Sosiaalipedagoginen viitekehys tutkimukselle saadaan keskeisistä työtä ohjanneista käsitteistä; hyvinvointi, yhteisöllisyys ja osallisuus.

Kappaleiden tukena ja taustalla ovat palvelunkäyttäjiltä, eli D-Asema KTA:n kävijöiltä saadut haastattelut, jotka kulkevat osana opinnäytetyötä. Haastattelun tuloksia en ole kerännyt yhdeksi erilliseksi kappaleeksi, sillä taide- ja kulttuuritoiminnan vaikutukset tulevat esiin monessa eri teemassa, ja näin myös monessa eri kappaleissa. Haastateltavat jäävät yhteisestä päätöksestä anonymiksi, ja näin tulosten asettelu tukee myös haastateltavien yksityisyyttä.

2 Helsingin Diakonissalaitos

Helsingin Diakonissalaitos on julkista palvelujärjestelmää täydentävä yleishyödyllinen säätiö. Helsingin Diakonissalaitos ja sen tytäryhtiöt muodostavat yhdessä yhteiskunnallisen konsernin, joka tuottaa sosiaali-, terveys- ja koulutusalan palveluja monipuolisesti. Helsingin Diakonissalaitos voidaan nähdä vaikeiden yhteiskunnallisten ongelmien asiantuntijana ja ratkaisijana. Se on erikoistunut erilaisten, vaativienkin asiakasryhmien palveluihin esimerkiksi nuorten palveluissa, lastensuojelussa, työllistämis- ja asumispalveluissa sekä päihde- ja mielenterveyspalveluissa. Helsingin Diakonissalaitos tekee myös kehitysyhteistyötä, ja kaikissa toiminnoissa palvelutuotannon rinnalla vahvistetaan ja kehitetään kansalaistoimintaa. Konserni työllistää noin 1630 ihmistä, ja sen toiminnan volyymi on noin 150 miljoona euroa vuodessa. Konserniyhtiöiden toiminnasta ja säätiön omaisuudesta syntyvää taloudellista tulosta käytetään terveyden ja hyvinvoinnin edistämiseen, sekä oikeudenmukaisemman yhteiskunnan rakentamiseen (Helsingin Diakonissalaitos 2015.)

Helsingin Diakonissalaitoksella on pitkä historia pääkaupunkiseudulla, ja se on ollut yksi ensimmäisistä kulttuurin sosiaalialan keskiöön nostavista vaikuttajista Suomessa. Taide- ja kulttuuritoiminta on ollut tiiviisti mukana Helsingin Diakonissalaitoksen tavassa toimia pian 20 vuotta ja sen vaikutuksista on kerätty erinäistä dataa, esimerkiksi Helsingin Diakonissalaitoksen tuottamaa kirjallisuutta, tutkimuksia, haastatteluita ja artikkeleita. Tähänastiset tutkimukset ovat keskittyneet mm. toiminnan esilletuomiseen, toiminnan kehittämiseen ja asiakaskokemuksiin. Tutkimukset ovat myös painottuneet tarjoamaan toiminnan järjestäjän näkökulman ja kokemukset toiminnan vaikutuksista. Vastaavanlaista tutkimusta toiminnan vaikutuksista palvelunkäyttäjien ei ole kuitenkaan tehty D-Asemilla, jossa suuri osa taide- ja kulttuuritoiminnasta nykyään tapahtuu.

Vastuullisuus on Helsingin Diakonissalaitoksen toiminnan perusta. Sillä tarkoitetaan Helsingin Diakonissalaitoksen *arvojen*, *mission* ja *vision* toteutumista: arvot tarkoittavat kristillistä lähimmäisenrakkautta, sekä ihmisarvon ja -oikeuksien puolustamista, visiolla tarkoitetaan sitä, kuinka Helsingin Diakonissalaitos haluaa olla rohkean diakonian edelläkävijä ja kestävä hyvinvoinnin rakentaja, sekä missiolla tarkoitetaan sitä, kuinka apu ja tuki tulee viedä sinne, minne muut eivät ole vielä löytäneet (Helsingin Diakonissalaitos, n.d.) Helsingin Diakonissalaitoksen hankkeissa, palveluissa ja diakoniatyössä kehitetään erilaisia vertais-, yhteisö- ja kansalaistoiminnan malleja, jotka toteuttavat sosiaalisen vastuullisuuden periaatteita, ja nojautuvat Diakonissalaitoksen tapaan toimia. Helsingin

Diakonissalaitos haluaa työssään vahvistaa yhteiskuntakoheesiota, vastavuoroisuutta ja osallisuutta. Yhteiskunnallisen konsernin tarkoitus on luoda taloudellista arvoa liiketoimintojensa kautta ja suunnata nuo tuotot heikoimmassa asemassa olevien ihmisten tukemiseen ja voimavaraistamiseen. Sijoitusten ja liiketoimintojen tuotoilla luodaan konkreettisesti ihmisarvoisen elämän edellytyksiä – ruokaa, hoitoa, tukea, suojaa ja merkityksellistä arkea – niille ihmisille, joiden perustarpeet ovat uhattuna. Hyvinvointia, osallisuutta ja yhteisöllisyyttä (Helsingin Diakonissalaitos n.d.)

Helsingin Diakonissalaitoksen toiminnan taustalla on myös ajatus ihmisten keskinäisen ymmärryksen lisäämisestä, ja näin ollen konserni tukee tutkimusta sekä jatkuvaa kehittämistä ja oppimista. Henkilöstö ja asiakkaat tarvitsevat ajantasaista ja uudistuvaa hoidon osaamista, ja säätiö tukee eri toimialoihinsa kohdistuvaa tieteellistä tutkimusta ja julkaisutoimintaa liittyen yliopisto- ja ammattikorkeakoulutasoiseen tutkimukseen. Helsingin Diakonissalaitos kehittää jatkuvasti myös uusia toimintatapoja yhdessä asiakkaiden, tutkijoiden ja alan opiskelijoiden kanssa. Myös tämä opinnäytetyö tulee olemaan tärkeä osa Helsingin Diakonissalaitoksen taide- ja kulttuuritoimintaa.

Keväällä 2017 haastattelin HDL:n kulttuuritoiminnassa mukana olevaa yhteisökoordinaattoria Kirsti Rinta-Panttilaa liittyen Helsingin Diakonissalaitoksen historiaan, sekä Helsingin Diakonissalaitoksen taide- ja kulttuuritoimintaan tuottajan näkökulmasta. Kirsti Rinta-Panttila on ollut mukana toiminnassa alusta asti, ja nähnyt taide- ja kulttuuritoiminnan kasvun ja kehityksen. Rinta-Panttilan mukaan Helsingin Diakonissalaitoksen perustukset lepäävät ajattelumaailmalla, jonka Aurora Karamzin on aikoinaan Venäjän kuninkaallisloistosta Suomeen tuonut; esteettinen ympäristö ja kauneus yhdistettynä vähävaraisten auttamiseen on ollut Auroran ideologian lähteenä. Sekä kulttuuri- että kansalais-toiminnan koordinaattoreiden mukaan taide- ja kulttuuritoiminta Helsingin Diakonissalaitoksella on ollut aina kokeilevaa, uskaltavaa, ja rohkeaa. Silloinkin kun sosiokulttuurinen innostaminen on ollut Suomessa alkutekijöillään, Helsingin Diakonissalaitos on tarttunut haasteisiin ja kokeillut uusia ratkaisuja perinteisiinkin ongelmiin. Rohkean Diakoniatyön arvo on tunnistettu ja tunnustettu taiteen kautta. (Rinta-Panttila, 2017)

Tästä johtuen myös Alppikadulla taide ja kulttuuri näkyvät, sekä kuuluvat voimakkaasti tänäkin päivänä. Helsingin Diakonissalaitoksella taide- ja kulttuuritoiminta on nähty kantavana voimana, ei vain kauneuden ja keveyden tuottajana. Koska toimintaa on tehty ja tuotettu niin kauan, on myös tärkeää tarkastella sen toimivuutta ja kehityssuuntaa. Totuttu tarjonta ja tottuneet tavat sekä tuottajilla, että osallistujilla kertovat toimivuudesta ja

tyytyväisyydestä, mutta ilman tutkimista ja mahdollista kritiikkiä ei välttämättä nähdä, miten toimintaa tulisi viedä eteenpäin. Kirsti Rinta-Panttilan sanoin, taide- ja kulttuuritoiminnan luominen on Helsingin Diakonissalaitoksella jollain tavalla oletusarvoista ja siksi helppoa. Juuri tämän takia toiminnalla on varaa kasvaa, ja sillä on mahdollisuudet vaikuttaa suuresti.

2.1 Alppikatu 2 – Elämää korttelissa

Osoitteessa Alppikatu 2 sijaitsee Helsingin Diakonissalaitoksen keskittymä, Alppikadun kortteli. Tähän keskittymään sijoittuu suurin osa Helsingin Diakonissalaitoksen palveluista; esimerkiksi oppilaitos, asumispalveluita, lääkäripalveluita, sekä matalan kynnyksen toimipiste D-Asema KTA. Asumispalveluita on erilaisia, erikuntoisille ja eri elämäntilanteissa oleville ihmisille. Korkeat kerrostalot asuttavat mm. entisiä pitkäaikaisasunnottomia ja -työttömiä, päihteidenkäyttäjiä, päihteistä vieroittujia ja vanhuksia. Alppikadun kortteli on monipuolinen, värikäs ja aktiivinen - ammattilaiset ja työntekijät soljuvat asukkaiden, vierailijoiden ja koululaisten mukana. Alppikadun korttelin elämä jatkuu myös osoitteen ulkopuolelle, lähimpiin elintarvikemyymälöihin, kioskeihin, puistoihin ja anniskeluravintoloihin. Alppikadun kortteli kuuluu ja näkyy, ja näin on tarkoituskin.

Korttelin tunnelmasta kertoo Helsingin Diakonissalaitoksen käyttämä lausahdus ”Yes in my backyard”, joka on vastine yleisemmin käytettyyn lausahdukseen ”Not in my backyard”. Englanninkielestä tulevan nimby-lyhenteen voi kääntää suomeksi näin: ei minun takapihalleni (Viskari, Lund, Avellan 2016: 13-14). Helsingin Diakonissalaitoksen vastine tarkoittaa juurikin päinvastaista; kaikki ovat tervetulleita. Tämä ei kuitenkaan ole täysi itsestäänselvyys. Työharjoitteluni aikana kävimme tutkimassa naapuruston suhdetta Alppikadun kortteliin, palveluihin ja palveluidenkäyttäjiin teatteriohjaaja Sirpa Riuttalan kanssa. Sirpa Riuttala on tehnyt yhteistyötä Helsingin Diakonissalaitoksen kanssa reilun vuoden verran, ja työskennellyt sekä palvelunkäyttäjien, työntekijöiden, että ympäristön ja ympäröivien ihmisten parissa. Riuttala haki keväällä 2017 materiaalia syksyllä 2017 esitettyyn Tässä menee raja 2.0 teatteriprojektiin, joka oli osa Helsingin Diakonissalaitoksen 150-vuotis juhluvuoden ohjelmaa. Haastattelimme Riuttalan kanssa ihmisiä esimerkiksi korttelin läheisyydessä sijaitsevista anniskeluravintoloista, kaupoista, kioskeista, virastoista, kaduilla ja bussipysäkeillä. Kysyimme eri ihmisiltä, kuinka Alppikadun kortteli ja ihmiset vaikuttavat heidän arkeensa ja elämäänsä. Yhteenvetona, kaikki haastateltavat ravintolanomistajista naapureihin ja myymälöiden työntekijöihin kertoivat, kuinka Alppikadun kortteli näkyy ja kuuluu heidän elämässään tavalla tai toisella. Osa

mielipiteistä oli neutraaliksi luokiteltavia, mutta asenne oli kuitenkin usein ennakkoluuloinen tai pelokas. Ympäröiville ihmisille ja yhteisölle avoimuus voi vähentää pelkoa, ennakkoluuloja ja -oletuksia. Helsingin Diakonissalaitos vastaa tähän haasteeseen esimerkiksi ympäristötyöllä. Pohdimme Riuttalan kanssa, voisiko taide- ja kulttuuritoiminta olla yhtä toimiva kanava korttelin ja sen ympäristön väliseen ymmärrykseen.

Teoksessa *Eirilainen naapuri – Asuinaluelähtöisen ympäristötyön menetelmiä ja kokemuksia*, Arja Snellman - kirjailija, journalisti ja terapeutti, havainnollistaa esipuheessaan myös Alppikadun naapurustoon rinnastettavia erityispiirteitä, sekä viestinnän ja kommunikoinnin tärkeyttä naapuruston sisällä. Snellman (2016) nostaa esille myös aiheeseen liittyviä tutkimuksia. Sininauhasäätiön Taloustutkimuksella teettämän kyselyn mukaan ylivoimainen enemmistö helsinkiläisistä haluaa auttaa päihde- ja mielenterveysongelmaisia esimerkiksi verovaroin, mutta vain puolet haluaa tätä toimintaa omaan naapurustoonsa (Snellman 2016: 14.) Mielenterveysbarometrin tutkimuksessa suomalaisilta taas kysyttiin, mitä ihmisryhmää he vähiten haluaisivat naapurikseen. Ylivoimaiseksi vastaukseksi nousi huumeiden väärinkäyttäjät. Suuri osa suomalaisista ei haluaisi heitä naapurikseen, ja tutkimuksen mukaan päihteidenkäyttäjät koetaan jopa epätoivottavamiksi naapureiksi, kuin henkirikoksista tuomitut. Huumausaineiden väärinkäyttäjien ja henkirikoksiin tuomittujen jälkeen tilastoissa tulevat alkoholistit, skitsofreniaa sairastavat ja mielenterveyskuntoutujat. Snellman mainitsee myös alkoholin, joka on suomalaisten arjen ytimessä, myös terveydellisten ja sosiaalisten ongelmien aiheuttajana. Vaikka nämä ongelmat koskettavat satojatuhansia suomalaisia, moni sulkisi mielellään silmänsä alkoholin kurjistamilta ihmisiltä (Snellman 2016: 12.)

Snellmanin mukaan kuitenkin jokainen, joka on työskennellyt päihteidenkäyttäjien kanssa tietää, että paranemisen ja kuntoutumisen edellytyksenä on paitsi huumausaineista, myös niin sanotusta heimosta ja päihteiden käyttökulttuurista irtautuminen, ja tätä mukaan normaalielämän rytmiin sopeutuminen. Kodin, työn ja arjen on ehkä löydettävä kokonaan uudelleen. Snellman kutsuu tätä prosessia paluumuutoksi - kun päihteenkäyttäjä haluaa palata takaisin siviiliin, hän on evakko, jonka on läpikäytävä omanlaisensa kotoutumisprosessi. Hänen on opeteltava uudelleen uuden maailman kieltä ja kulttuuria, tapoja ja tottumuksia (Snellman 2016: 12.) Herääkin kysymys, voidaanko taide- ja kulttuuritoiminnalla vaikuttaa esimerkiksi Alppikadun korttelin palvelunkäyttäjien kokemukseen arjen ja elämän rytmin uudelleen löytämisestä, tai palvelunkäyttäjien suhteeseen koskien ympäröivää kaupunkia? Miten mainittu uudelleen 'kotoutuminen' toteutuisi, jos

tukena ei olisikaan jo tarjottua taide- ja kulttuuritoimintaa, sekä palvelunkäyttäjien että ympäristön saatavilla?

Snellman toteaa myös, kuinka suomalaisissa elää vahvasti kanssaihminen auttamisen ja suvaitsevaisuuden arvostus. Tämä näkyy esimerkiksi osallistumisena vapaaehtoistyöhön ja tukena taide- ja kulttuuritoimintaa kohtaan. Tiedetään, kuinka niin sanotun sosiaalisen pääoman vahvistuminen ei edistä vain yksilöiden hyvinvointia, vaan tutkitusti alentaa myös koko yhteiskunnan kustannuksia (Snellman 2016: 12.) Tämä tieto taas kannustaa tukemaan myös niitä, joille hyvinvointi ei ole itsestäänselvyys. Suvaitsevaisuus ja hyväksyntä puolin ja toisin ei useinkaan tapahdu vain yhdellä keinolla, vaan tarvitaan monenlaisia työkaluja, sekä runsaasti aikaa ja kärsivällisyyttä. Tätä työtä ei edistä ongelmien tai ristiriitojen vähättely. (Snellman 2016: 13) Snellman puhuu integroinnin työkaluista. Asenteisiin ja käyttäytymiseen voidaan vaikuttaa, ennakkoluuloja voi vähentää ja niistä voi päästä eroon. Tiedon välittäminen, laaja yhteistyö ja eri keinoin toisiinsa tutustuminen ovat esimerkkejä keinoista asenteiden muuttamisen tueksi. Myös alueen turvallisuuteen ja asumisviihtyvyyteen voidaan vaikuttaa monin eri tavoin (Snellman 2016: 15.) Nimenomaan taide- ja kulttuuritoiminnalla voidaan vaikuttaa näihin asenteisiin, hyvinvointiin, asumisviihtyvyyteen sekä viestintään naapuruston välillä.

2.2 D-asetat ja kansalaistoiminta

D-asetat ovat Helsingin Diakonissalaitoksen toimintaan kuuluvia kansalaistoiminnallisia toimipisteitä. D-Asemien tarkoitus on tarjota monipuolista toimintaa ja osallistumisen mahdollisuuksia erilaisiin aktiviteetteihin kaiken ikäisille ympäri Helsinkiä. D-asetilla yhdistyvät voimavaraistava kansalaistoiminta, sekä kunkin D-aseman kohderyhmälle erikseen rakennetut palvelut. Ne ovat matalan kynnyksen kohtaamispaikkoja erilaisissa, haastavissakin elämäntilanteissa oleville ihmisille. D-asetat sijaitsevat Helsingin Kalliossa, Kontulassa, Kannelmäessä ja Sörnäisissä (Helsingin Diakonissalaitos, n.d.)

Kalliossa, Alppikadun korttelissa sijaitseva D-asema KTA saa nimensä termistä *Kansalaistoiminta-areena*. D-Asema KTA:n tarkoitus on mahdollistaa ihmisen osallisuus yhteisöllisyyteen ja luovuuteen riippumatta hänen elämäntilanteestaan. D-asema KTA:lla kävijöitä innostetaan myös aktiivisesti osallisuuteen siten, että kävijät olisivat itse mukana toiminnan suunnittelussa ja sen toteuttamisessa. D-asema KTA:n toiminnan lähtökohdana on yhteisöllisyys, ja kaikilla kävijöillä on mahdollisuus siirtyä kävijästä toimijaksi ja siitä eteenpäin vapaaehtoiseksi. (Helsingin Diakonissalaitos, n.d.) D-asema KTA tarjoaa

matalalla kynnyksellä erilaisia maksuttomia kulttuuri-, liikunta- ja taidetapahtumia, joihin kaikki ovat tervetulleita. Tapahtumat ja toiminnot sisältävät mm. musiikkitoimintaa eri muodoissaan, kuvataidetta, teatteria, liikuntaa, retkiä ja erilaisia työpajoja. Vuosien varrella lähes kolmessa tuhannessa tapahtumassa on ollut kymmeniä tuhansia osallistujia ja toteuttajia, ja D-Asema KTA:n toiminta kasvattaa suosiotaan vuosi vuodelta enemmän. Ryhmätoimintaa ohjaavat ja järjestävät D-Asema KTA:n henkilökunta, kansalais-toimijat (vapaaehtoiset ja vertaiset), eri oppilaitosten opiskelijat, sekä kulttuurin, liikunnan ja taiteen ammattilaiset (Helsingin Diakonissalaitos, n.d.)

Kansalaistoiminnalla tarkoitetaan sitä, kuinka ammattilaisten rinnalle on syntynyt laajeneva vapaaehtoisten aktiivien joukko. Näille vapaaehtoisille vastuu omasta ja muiden hyvinvoinnista on elämää ohjaava arvo. Ammattilaisten ja vapaaehtoisten yhteistyö luo mahdollisuuksia uusiin lähestymistapoihin hyvinvointia tarkkaillen ja kehittäessä. Samalla vapaaehtoisuudesta ja yhteisöjen toiminnasta nouseva ihmisestä välittäminen vahvistuu. Kansalaistoiminnan idea lähtee siitä, kuinka ihmisillä on paljon osaamista, ideoita ja voimavaroja, ja niitä yhteen kytkemällä syntyy paitsi yhteisiä merkityksiä, myös yhteisöjä, joissa kaikilla on parempi olla. Helsingin Diakonissalaitos ja D-asema KTA tuottavat uusia kansalaistoiminnan sisältöjä ja malleja yhdessä sekä palvelunkäyttäjien, että kaupunkilaisten kanssa. (Kansalaistoiminta, n.d.)

Haastatteluissa keskustelimme D-Asema KTA:n merkityksestä kävijöiden elämään, sekä sen vaikutuksista esimerkiksi omaan arkeen, ajankäyttöön, sosiaalisiin suhteisiin ja kokemuksiin yhteisöllisyydestä, sekä osallisuudesta. Kysyin haastateltavilta mm. kuinka usein he käyvät D-Asema KTA:lla, kauanko he keskimäärin viettävät siellä aikaa, millaiseen toimintaan heidät on kutsuttu mukaan, tai millaiseen toimintaan he ovat osallistuneet oma-aloitteisesti. Haastateltavat kävijät olivat kaikki käyneet D-Asema KTA:lla useammin, kuin kerran. Jotkut haastateltavista kuuluivat vakituisiin kävijöihin. D-Asema KTA:n tarjoamaan taide- ja kulttuuritoimintaan oltiin yleisesti hyvin tyytyväisiä, ja toiminnan järjestäjille osoitettiin paljon arvostusta ja kiitollisuutta. Kaikki haastateltavat olivat löytäneet jonkun muodon taide- ja kulttuuritoiminnasta, joka tuntui omalta ja joka oli tarjonnut joko kokonaan uutta, tai vanhaan tutustumista uudelleen. Kaikki olivat myös yksimielisiä siitä, että toiminnan järjestäminen on tärkeää kaikille D-Asema KTA:n kävijöille, sekä sen ympäristölle. Myös niille, jotka eivät osallistuneet toimintaan aktiivisesti.

Poimintoja haastatteluista puhuttaessa D-Asema KTA:sta:

”Jos mul on aikaa tai ei oo mitään sika poikki tai muuten niin meen KTA:lle. Siin aina viimeistään piristyy.”

”On tääl kyl ollu ihan hyvin erilaisille ryhmille sitä toimintaa, se on ollu tosi kivaa.”

”Oon yleensä vaan sattunu paikalle ja sit on sillee, et kun tohon korvaushoitoyhteisöön vieressä tulee, työntekijät keskustelee keskenään. Siihen tulee yleensä tieto mistä joku työntekijä aina mainitsee, et tääl on jotain.”

”Ei tällä välttämättä päihteisiin ollu vaikutusta. Mut jos KTA:ta ei olis, tai tätä tiettyä toimintaa ei sisältyis KTA:n toimintaan, se olis tylsää. -- Taide ja kulttuuritoiminta kokoo ihmisiä yhteen ja lähes kaikilta löytyy kuitenkin jotai annettavaa, nii KTA on sellanen paikka, mis siihen on helppo lähtee mukaan.”

”Toiminta on vaikuttanu äärimmäisen positiivisesti. Ilman tota tekemistä ja oheistoimintaa täällä nii 90% varmuudella käyttäisin, tai tekisin jotain tosi tyhmää tuol ulkopuolella”

Pohdimme haastattelujen aikana yhdessä esimerkiksi sitä, miten taide- ja kulttuuritoiminnasta D-Asema KTA:lla saataisiin kiinnostavampaa ja monipuolisempaa kaikille. Esiin nousi muitakin tärkeitä kysymyksiä; koska toimintaan osallistuminen vaatii tietynlaista rohkeutta, ohjautuvuutta ja oma-aloitteisuutta, jäävätkö ne, jotka eivät asu D-Asema KTA:n välittömässä läheisyydessä? Onko viestintä riittävän tehokasta? Toimiiko D-Asema KTA palvelunkäyttäjien yhteisenä olohuoneena ja kahvitelutilana, vai onko D-Asema KTA:n merkitys nimenomaan sen tuottamassa kansalaistoiminnassa? Missä menee näiden kahden raja, ja niiden vaikutukset kävijöiden hyvinvointiin?

3 Kulttuuria kaikille – Kulttuuritoiminta Helsingin Diakonissalaitoksella

Kulttuuri kuuluu kaikille. Tästä ajatuksesta syntyi viime vuosituhanen vaihteessa Helsingin Diakonissalaitoksen kulttuuritoiminta, jonka perintö jatkuu vahvana tänäkin päivänä. Vuodesta 2000 saakka Helsingin Diakonissalaitoksella on ollut käynnissä erilaisia kulttuurihankkeita: musiikkia, kuvataidetta ja teatteria. Laajamittaisuudessaan toiminta on Suomessa harvinaista. Helsingin Diakonissalaitoksella toiminnan perustalla on ajatus

siitä, kuinka kulttuuri voi tukea sosiaalityötä. Yksi syy kulttuuritoiminnan vahvaan asemaan ovat Diakonissalaitoksen arvot ja ajatus siitä, kuinka jokainen tarvitsee luovuutta, itsensä ilmaisua ja mukavaa tekemistä.

Helsingin Diakonissalaitoksen kulttuuri- ja taidetoiminnan konkreettisena tavoitteena on tasoittaa erilaisten ihmisryhmien välisiä ennakkoluuloja ja asenteita sekä tuoda kulttuuri, liikunta ja taide kaikkien ulottuville. Kulttuurin ja liikunnan kokemista ja tekemistä tuetaan erilaisilla esityksillä, tapahtumilla ja työpajoilla. Tapahtumat ja esitykset ovat suunnattu Diakonissalaitoksen asiakkaille, henkilökunnalle, myös suurelle yleisölle (Helsingin Diakonissalaitos n.d.) Sekä Helsingin Diakonissalaitoksen, että suomalaisen kulttuuripolitiikan yhtenä keskeisimmistä tavoitteista on jo pitkään ollut taata kaikille kansalaisille mahdollisimman tasa-arvoinen kulttuuripalvelujen tarjonta siten, että sosiaalisista ja alueellisista eroista riippumatta kaikilla olisi yhtäläiset mahdollisuudet osallistua taiteeseen ja kulttuuriin. Kulttuurin demokratisointi ja kulttuuridemokratia tulivat jo 1960- ja 70-luvuilla keskeisiksi kulttuuripolitiikan tavoitteiksi. Taiteen autonomiaa korostavasta ajattelusta siirryttiin myöhemmin taiteen vaikutuksia korostaviin kulttuuripoliittisiin tavoitteisiin ja käytäntöihin, joiden kautta avautui näkökulma myös laajempaan yhteisölliseen kokemuksellisuuteen, osallistumiseen, osallisuuteen ja toimijuuteen (Virolainen 2015: 6.)

Arjen kulttuurisuudesta ja taiteen soveltavasta käytöstä on keskusteltu paljon. Parhaimmillaan taide nostaa ihmisen potentiaalin esille ja antaa uusia mahdollisuuksia. Helsingin Diakonissalaitoksen taide- ja kulttuuritoiminnan on tarkoitus toimia parhaimpana mahdollisena alustana tälle, ihmisen omalle kasvuille. Keskustellessa taide- ja kulttuuritoiminnan yksikön kansalaistoiminnan tuottajan sekä yhteisökoordinaattorin kanssa pohdimme yhdessä, mitkä ovat tavoitteet koskien taide- ja kulttuuritoiminnan hyvinvointivaikutuksia, merkityksellisyyttä, sekä toiminnan roolia puhuttaessa osallisuudesta ja yhteisöllisyydestä. Tavoitteena on toiminnan tuottajien mukaan se, kuinka taiteella on mahdollisuus nostaa yksilön potentiaalin esille uudella tavalla; antaa mahdollisuuksia, kehittää itsekunnioitusta, itsevarmuutta, sekä itsetuntemusta. Toivotut hyvinvointivaikutukset ovat toivon tuominen, sekä yksinkertaisesti helpotuksen lisäämiseen vaikealta, joskus mahdollottomaltakin tuntuvaan arkeen. Haastattelussa Kirsti Rinta-Panttilan kanssa puheenaiheeksi nousi se, miten Helsingin Diakonissalaitoksen taide- ja kulttuuritoiminnan kantavana voimana tulisi olla juurikin kävijöiden ääni. Keskeiseksi kysymykseksi nousee se, mitä kulttuuritoiminta tuottaa kävijöille ja mitä ohjaajat ja työntekijät ajattelevat ja haluavat sillä toteuttaa, ja mikä tärkeintä, kohtaavatko nämä toisensa? Opinnäytetyöni tarkoituksena on selvittää juurikin tätä - verrata työntekijöiden ja Helsingin Diakonissalaitoksen

päämääriä ja tavoitteita kävijöiden kokemuksiin ja näin ollen- tutkia taide- ja kulttuuritoiminnan merkityksellisyyttä.

Teoksessaan *Samassa Valossa - Näyttelijäntyö hoitolaitoskiertueella* Jussi Lehtonen (2010) puhuu mm. rahoittamisen tärkeydestä ja tulevaisuudesta Terveyttä kulttuurista -toimintaan keskittyen. Rahoituksen ylläpitäminen on tärkeää toiminnan mahdollistamiseksi. Lehtonen huomauttaa, kuinka suomalaisissa hoitolaitoksissa on järjestetty kulttuuriohjelmia ja erilaisia taidetapahtumia jo pitkään hyvin tuloksin. Taidetta on syntynyt toisaalta terveydenhuollon ja sosiaalityön yksiköiden viriketoiminnan tuloksena, toisaalta esimerkiksi ammattilaisten ja taiteilijavierailujen kautta. Enimmäkseen tapahtumat ovat kuitenkin perustuneet yksittäisten hoitolaitosten ja niiden työntekijöiden tai asiasta kiinnostuneiden taiteilijoiden aktiivisuuteen (Lehtonen 2010: 75.) Tämän aktiivisuuden kannustamiseksi ja ylläpitämiseksi tarvitaan tutkittua tietoa ja rahoittamista.

Terveyttä kulttuurista -verkosto syntyi vuonna 1992 YK:n kulttuurivuosisikymmenen tuloksena. Verkoston suojelijoina ovat toimineet vuosien aikana muiden muassa Suomen kansallinen Unesco -toimikunta, Taiteen keskustoimikunta ja Suomen Kuntaliitto sekä 2000-luvulla Suomen Mielenterveysseura. Terveyttä kulttuurista -ajattelu on todettu valtiollan taholta useampaan otteeseen kannatettavaksi. Monilla hoitolaitoksilla ja asumispalveluyksiköillä on myös omia kulttuuritoimintaan tarkoitettuja varoja, samoin useiden kuntien ja kaupunkien sivistystoimen määrärahoihin on sisällytetty resursseja sosiaali- ja terveystoimen taide- ja kulttuuritapahtumiin. Rahoituksen pirstaleisuudesta voi kuitenkin osaltaan seurata se, että päätoimisesti hoitolaitoksissa esiintyvien ammattilaisten taiteilijoiden määrä on hyvin pieni. Ammattitaiteilijoiden ja sosiaalipalveluiden välinen kysyntä ja tarjonta eivät toistaiseksi kohta. Lehtosen mukaan rahoituksen hajanaisuudesta johtuen alan koulutus ja kehittämistyö ovat maassamme vielä alkutekijöilläään (Lehtonen 2010: 75.) Kulttuuria tarvitaan, ja esimerkiksi Terveyttä kulttuurista -toiminta tukee tätä. Henkilökohtaisen, pidempiaikaisen työskentelyapurahan turvin pitkäjänteinen, järjestelmällinen kulttuuritoiminta voisi olla mahdollista (Lehtonen 2010: 75.)

Voidaan väittää, että ihmisen mahdollisuus kuntoutumiseen on sitä suurempi, mitä enemmän päihteiden käyttäjällä on kosketuspintaa elämäänsä päihteiden ulkopuolella. Taide tarjoaa mahdollisuuden kohdata ja ilmentää ongelmista muodostuneen kuoren alla piilevää omaa itseä. (Lehtonen 2010: 188)

3.1 Musiikkitoiminta

Useimmilla meistä on omakohtaisia kokemuksia siitä, mitä tapahtuu ja miltä tuntuu, kun kuulee tietynlaisen äänen joko luonnossa tai kotona musiikkiäänitteeltä. Me saatamme pysähtyä paikoillemme, sulkea silmämme, jättää kaikki muut asiat mielestämme ja tuntea olevamme jossain muualla, eri ajassa ja paikassa. Ilkka Vartiovaara (2006) kirjoittaa artikkelissaan Musiikin valtava voima, kuinka musiikin voima on suurta ja todellista. Musiikki aktivoi aivojamme, jonka myötä niiden verenkierto ja aineenvaihdunta vilkastuvat ja koko persoonallisuutemme vireytyy. Musiikki on monen tutkijan mielestä ihmiselle jopa elintärkeää. Tiedossa ei ole ainuttakaan kansaa tai ihmisryhmää, jolle musiikki ei olisi tavalla tai toisella tuttua (Vartiovaara, 2006.)

Uusien tutkimusten mukaan musiikki on todella erittäin tärkeää jo varhaiselle kehitykselle. Se on ollut kauan merkittävä osa sekä koulutusjärjestelmämme opetussuunnitelmia, ei ainoastaan mukavuuden ja helposti lähestyttävyyden takia, vaan myös sen todennettujen, positiivisten vaikutusten vuoksi. Nykylääketieteessä musiikilla koetetaan mm. edistää hyvinvointia, lievittää jännitystä ja kipuja, tehostaa elimistön immunologista toimintaa ja auttaa kuntoutumisessa ja toipumisessa eri tavoin. Vaikuttaa siltä, että useitakin musiikin avulla opituista taidoista ja valmiuksista voidaan tehokkaasti hyödyntää elämän eri alueilla, koska musiikki vaikuttaa ihmisten käyttäytymiseen, keskittymiskykyyn, luovuuteen, itsetuntoon ja itsekuriin (Vartiovaara, 2006.)

Musiikin terapeuttista tehoa pidetään nykyisin suurena, mutta Vartiovaaran mukaan asiantuntijat ovat edelleen epävarmoja yksityiskohdista. Joidenkin mielestä laulaminen yksin tai muiden kanssa on keskeistä, toisten mukaan taas jonkin soittimen käyttö on oleellista. Johtuivat musiikin hyvät vaikutukset mistä tahansa, on ilmeistä, että musiikilla on usein selvästi terapeuttista vaikutusta. Jo pelkkä passiivinen kuunteleminen voi lisätä esimerkiksi ihmisten kykyä rentoutua. Vartiovaara toteaa, kuinka se, mitä sisällämme tapahtuu musiikkia kuunnellessamme, poistaa ehkä joksikin aikaa arkiset kahleemme, jolloin ajatuksille ja tunteille saadaan enemmän liikkumatilaa. Musiikkia käytetäänkin paljon juuri stressioireiden lievittämiseen rentoutumisen kautta, ja selvitysten mukaan noin 50–75 % ihmisistä pitää musiikin kuuntelua yleisimpänä tapanaan purkaa jokapäiväisiä paineita (Vartiovaara 2006.)

Musiikkitoiminta Helsingin Diakonissalaitoksen D-Asema KTA:lla koostuu esimerkiksi bänditoiminnasta, jossa ammattimuusikot ja ohjaajat työskentelevät yhdessä

palvelunkäyttäjien kanssa. Lisäksi D-Asema KTA:lla järjestetään erilaisia musiikkiin liittyviä tapahtumia: konsertteja, keikkoja, karaokea, muisteluhetkiä ja yhteislaulua. Kaikkeen toimintaan kävijät voivat itse vaikuttaa avoimen keskustelun, toiveiden ja palautteenannon kautta. Olin työharjoitteluni aikana seuraamassa musiikkitoimintaa mm. bändiharjoituksissa, karaokehetkissä ja musiikkia hyödyntävässä muistelu- ja rentoutushetkessä. Havainnointini liittyen musiikkitoimintaan tuki sekä omaa, että Vartiovaaran näkemystä musiikin voimasta ja positiivisista vaikutuksista. Ennen bändiharjoituksia vallinnut levoton energia muuttui keskittyneeksi ja negatiivisiakin tunteita saatiin purettua musiikin ja soittamisen avulla. Karaokehetki aiheutti sekä ilon, että surun kyyneleitä. Muisteluhetki ja vanhan suomalaisen musiikin kuunteleminen ryhmässä saivat aikaan pitkän, hartaan keskustelun omista tarinoista ja muistoista ennen päihteiden valtaamaa arkea. Musiikkitoimintaan osallistuneet nimesivät toiminnan aikana koetuiksi tunnetiloiksi esimerkiksi rauhallisuuden, onnellisuuden, itsevarmuuden ja hauskuuden. Keskittyminen tiiviisti esimerkiksi laulamiseen, soittamiseen tai musiikin kuunteluun vei ajatukset hetkittäin pois huolista.

Poimintoja haastattelusta koskien musiikkitoimintaa:

”Jos edes yhden soinnun soittaa oikein, nii onnistuu sinä päivänä edes jossain.”

”Metelin tuottaminen maailmaan tolla tavalla on ihan parhautta mulle.”

”Se on mulle kaikki kaikessa, ja se on semmonen mistä mä nautin suunnattomasti. Jos mä oon vetäny kamaa, mä en tykkää soittaa. Se on semmonen asia mistä mä nautin niinku ilman mitää oheiskamaa.”

”Se, ku rupesin uudestaan soittamaan ja sain sopivan lääkityksen, ni se kyl vaikutti niinku iha valtavasti ja ylipäättään aktiivinen tekeminen vaikutti siihen, et mä sain tutustua mun skidiin. Tää toiminta piti mut kiinni rutineissa.”

”Soittaminen auttaa vaan unohtaan. Kaikki lähtee pois ja pystyy keskittymään vaikkuka ois niskassa, ni tää vie kaiken harhat ja ahdistuksen pois.”

Haastatteluista musiikkitoimintaa koskien yhdeksi suurimmista teemoista nousi se, kuinka musiikki on paitsi hyvä keino ilmaista tunteita, myös kaikista taide- ja kulttuuritoimintamuodoista sitouttavin ja monipuolisin. Kaikki haastateltavat, jotka olivat osallistuneet musiikkitoimintaan Helsingin Diakonissalaitoksella, olivat yksimielisiä siitä, että konkreettinen tekeminen musiikin parissa voi vähentää päihteiden käyttöä vapaa-ajalla. Bänditoiminnassa mukana olevat henkilöt korostivat sitä, kuinka jo kunnioituksesta ohjaajia kohtaan, sekä oman soittokyvyn säilyttämisen takia, harjoituksissa ei voi olla päihytyneenä. Myös arvokkaat, laadukkaat soittimet ja mahdollisuus suunnitella toimintaa itse alusta asti ammattilaisten kanssa herättivät kiitosta ja kunnioitusta.

3.2 Teatteritoiminta

Teatteri-, sekä elokuvatoiminta ovat olleet suuri osa Helsingin Diakonissalaitoksen D-Asema KTA:n toimintaa sekä suurempien projektien, että pienempien kokemusten myötä. Hyvä esimerkki teatteritoiminnasta on aiemminkin opinnäyteydessä mainitsemani ”Tässä menee raja” -projekti. Verkkoartikkelissa *Diakonissalaitos kokeilee ja etsii rajoja teatterin avulla* (2017) kerrotaan projektista seuraavasti: ”Tässä menee raja – laulu unelmien huomisesta” juhlistaa Helsingin Diakonissalaitoksen 150-vuotista taivalta heikoimman puolustajana. Esitys kysyy sekä osallistujilta, että katsojilta sitä, kuka määrittelee paikkamme, kenellä on oikeus puhua ja ketä kuunnellaan. Esityksen aikana pohditaan sitä, miksi on niin pelottavaa ottaa ohjat käsiinsä ja sanoa: *Tässä menee raja!* Helsingin Diakonissalaitoksella pidettyjen työpajojen, keskustelujen ja kirjoitustehtävien kautta ohjaaja Sirpa Riuttala etsi niin työntekijöiden kuin asiakkaiden näkökulmia aiheeseen (Helsingin Diakonissalaitos n.d.)

Esimerkiksi edellä mainittuihin työpajoihin osallistuessani näin konkreettisesti, kuinka mukaansa tempaava, ammatillinen ohjaaja, sekä teatteri menetelmänä auttavat rikkomaan rajoja ja heittäytymään tunteiden ja tulkinnan valtaan. Moni jännittynytkin osallistuja totesi työpajan lopuksi tuntevansa olonsa rentoutuneeksi ja tervetulleeksi osallistumaan uudestaan. Erilaisilta voimakkailta tunteilta, positiivisilta tai negatiivisilta, ei välttynyt kukaan. Teatteritoiminta on sosiokulttuurista innostamista parhaimmillaan. Se on paitsi oman tai toisen tarinan kerrontaa, tulkintaa ja itseilmaisua, myös tunteiden käsittelemistä ja kokemista. Teoksessaan *Samassa Valossa – Näyttelijäntyö hoitolaitoskiertueella* Lehtonen (2010) puhuu tunteiden käsittelemisestä teatteritoiminnan avulla, mielen-terveysasiakkaiden kontekstissa. Keskustelu siitä, minkälaisia tunteita potilaille voi esittää ja missä muodossa, on vilkkaimmillaan yleensä juuri mielen-terveyspalveluiden piirissä. Usein tunteita voidaan välttää ja varoa, ja henkilökuntaakin kannustetaan sivuuttamaan omat tunteensa. Potilailta toivotaan kykyä tunnistaa ja nimetä tunteita, mutta niiden suoranaista ilmaisemista ei välttämättä toivota. Joissain tapauksissa voidaan miettiä, kuinka tunteiden kanssa voisi elää ja tulla toimeen vahingoittamatta itseään tai lähimmäisiään. Lehtosen mukaan teatteri ja taide ylipäätään voivat tarjota hyvän tilaisuuden näiden asioiden pohtimiselle. Taide tarjoaa tunteiden kohtaamiselle, tunteiden kokemiselle, niiden ilmaisemiselle ja jonkinasteiselle käsittelemiselle yhteisöllisesti hyväksytyt puitteet (Lehtonen 2010, 97.) Teatterinäkökulmasta, myös katsojan rooli voi vaikuttaa positiivisesti palvelunkäyttäjän minäkuvaan ja käsitys omasta terveyden- tai

sairauden tilasta voi muuttua. (Lehtonen 2010: 97) Teatteriesitys saattaa myös tuoda pintaan muistoja ja tuntemuksia ajalta, jolloin päihteet tai asunnottomuus eivät määritelleet elämisen ehtoja niin voimakkaasti. (Lehtonen 2010: 188)

Haastatteluista kävi ilmi se, kuinka teatteri on monelle uutta tai luksusta. Aina ei ole kyse vain intensiivisestä heittäytymisestä uuteen rooliin, vaan myös pienistä hetkistä ja siitä, että on lupa keskittyä muihin asioihin oman arjen ulkopuolelta. Tunteita, iloisia ja vaikeita asioita, voi olla helpompi käsitellä toisen roolin kautta, erillisenä itsestään. Haastatteluissa ja keskusteluissa kävi ilmi, kuinka rooli itse esitettyinä tai katsojan näkökulmasta voi toimia peilinä omaan itseen. Haastatteluissa korostui myös ammatillisen ohjaajan ja keskustelun, sekä reflektoinnin tärkeys. Mielenkiintoinen huomio oli se, että teatteritoimintaan osallistuneisiin kuului myös henkilöitä, jotka eivät olleet aiemmin elämässään harrastaneet teatteria tai muuten erityisemmin nauttineet kyseisestä kulttuuritoiminnasta. Esimerkiksi musiikkitoimintaan osallistujien haastatteluista kävi ilmi se, kuinka kaikki bänditoiminnassa nykyään aktiivisesti mukana olevat ovat olleet jossain määrin musiikallisia tai kiinnostuneita musiikista myös lapsina tai nuorina, aikana ennen päihteidenkäytöstä johtuvia ongelmia. Teatteri on kutsuva ja monipuolinen tapa luoda hyvinvointia ja lisätä luovuutta. Työpajatyöskentely herätti lisäksi mielenkiintoa muihinkin aktiviteetteihin, kuten kirjoittamiseen, kuvaamiseen ja puvustamiseen. Teatteri- ja elokuvatoiminta myös herättivät monen haastateltavan mielenkiinnon jatkaa toimintaa, ja tehdä omaa projektia tulevaisuudessa. Tällaista tulevaisuudensuunnittelua voi pitää hyvinvoinnin merkinä.

Poimintoja haastatteluista koskien teatteri- ja elokuvatoimintaa:

”Leffajuttu en ollu aiemmin perehtynyt tai miettinyt mitä kaikkea on taustalla, oli se silti mielenkiintoista.”

”Käsikirjoitusprosessi oli mulle mielenkiintoinen, kuvauksis en ollut mukana, mut olin katsomassa, kun ohjaaja leikkasi ja editoi ja työskenteli leffan parissa, oli kiva olla seuraamas mukana. Et tarjoutunut tällainen mahdollisuus”

”Käsikirjoitushomma silleen kiinnosti et kättelin netistä niin löysin ohjeita ja tehtäviä käsikirjoitustuttuihin, sit pitäis vaan löytää muita sellasia jotka olis kiinnostuneita tekeen ryhmänä.”

”Työntekijä puhu sit, et ku tos oli kuitenkin mukana korvaushoidosta ja koululta joitain tyyppejä, niin tota siitäkin löytyis porukkaa jotka periaattees osais noi jutut. Niin se

mietti, et jos ois mahdollisuus tehdä uudestaan noita, niin porukkaa olis mukana. Mut sit se kuvaaja ja leikkaaja pitäis löytyä sisäpiiristä koska sen ulkopuolisen palkkaaminen on sit aina haasteellista.”

”Leffajutusta synty kirjottaminen, et oon ottanut itekkin omalla ajalla selvää enemmän. Sit se valokuvaus sillä tapaa vaikutti, et ehkä niinku oppi periaattees kattoo asioita vähän eri kulmasta. Näitä hyödyntämällä voi parantaa elämänlaatua, ei ollu tullu ajatelleeks kaikkii asioita mitä sieltä tarttuis mukaan.”

”En mä niin helposti lähe mukaan sellasiin, mistä jos en tiä mitään tai osaa, niin kynnys on korkeempi osallistua. Vaikka siis sinänsä, ku mieltii, ni mä tiedän, ettei todellakaan tarvi osata mitään, jos halua lähtee johki mukaan. Et seki on sellasta itsekiittisyyttä. Siin saattaa sit rajottaa itseensä, et pitäis osata heittäytyä ja uskalltaa mennä mukaan. Ja sillä kuka ohjelmaa vetää on tosi iso vaikutus ja miten henkilökiat menee yksiin, jos ei löydy yhteisymmärrystä ni siin kohtaa saattaa vähän tuntuu. Siinä leffajutus ku oli iso porukka ja paljon vaihtoehtoi missä olla mukana, nii sielt löyty jotain, mitä varmasti osaa.”

3.3 Arjen kulttuuritoiminta ja toiminnan juurtuminen

Arjen kulttuuritoiminnalla tarkoitetaan D-Asema KTA:lla tapahtuvaa päivittäistä matalan kynnyksen toimintaa, joka ei vaadi sitoutumista tai aktiivista, säännöllistä osallistumista. Taide- ja kulttuuritoimintaa järjestetään monipuolisesti, ja suurin osa siitä on päivittäistä tekemistä; pelejä, leikkimielistä kisailua, elokuvia, ristikoiden tekemistä, musiikin kuuntelemista, keskustelua, lehtien lukemista, karaokea, bingoa, tietokilpailuja, opiskelijoiden järjestämää askartelua jne. Tällainen toiminta kutsuu mukaansa usein myös ne, jotka eksyvät paikalle sattumalta. Saman pöydän ääressä puuhatessa syntyy uusia kohtaamisia, yhteyksiä ja lämpöä muuten joskus yksipuolisen arjen keskelle. Tekemisen ja toiminnan järjestäminen myös usein herättää kiitosta ja kunnioitusta kävijöissä, ja näin ollen vähentää mahdollista häiriökäyttäytymistä yhteisissä tiloissa. Monet havainnoistani keskittyivätkin juuri arjen kulttuuritoiminnassa tapahtuneisiin tilanteisiin. Vaikkapa askartelupöydän äärellä kävijät saattoivat alkaa keskustella vaikeistakin asioista tekemisen lomassa; ihmissuhteista, rahahuolista, päihteidenkäytöstä tai mielialasta. Saman pöydän ääressä uudet tuttavuudet saattoivat kuulla toistensa keskustelut ja löytää tätä kautta uusia yhteyksiä. Joskus osa kävijöistä istuutui pöydän ääreen, askarteli hetken kanssamme eikä ottanut osaa keskusteluun. Keskustellessani tilanteista jälkepäin, kävi kuitenkin ilmi se, kuinka hiljainenkin osallistuja on nauttinut keskustelusta ja puheenso- rinasta ympärillään, tuntenut itsensä tervetulleeksi ja pitänyt kokemastaan tunteesta.

Aina kyse ei ole itse taidetoiminnan muodosta tai hienoudesta, ja D-Asema KTA:n kävijät eivät vaadi ainoastaan pitkään harkittua ja suunniteltua toimintaa. Yksinkertaisetkin, spontaanit hetket taiteen parissa luovat positiivisen tunnelman. Päivittäinen tekeminen

on tärkeää myös aktiivisen ilmapiirin luomiseksi. Keskustellessani erään liikuntatoimintaan osallistuvan kävijän kanssa, hän kuvasi hyvin sitä, kuinka se, että toimintaa on säännöllisesti auttaa ja tukee myös struktuuria muilla elämän osa-alueilla. Parhaiten tätä kuvasi kyseisen kävijän ylös kirjoittamani toteamus:

”Sä vaikka viikon saatat maata himassa, mutta kun tiedät että siellä on jotain odottamassa, niin ehkä pääset ylös sit seuraavalla viikolla.”

Erilainen aktivoituminen pitää huolta ihmisestä ja hänen hyvinvoinnistaan. D-Asema KTA:n kävijät ja ohjaajat voivat olla niitä ihmisiä, joiden kanssa arki tapahtuu. Ohjaajan ilahtuminen kävijän paikalle tullessa ja toimintaan osallistuessa voi olla se yksi positiivinen kohtaaminen, mikä kävijän päivän tai viikon tekee paremmaksi, ja olin huomioiduksi. Kohtaaminen on tärkeää, ja taide- ja kulttuuritoiminta kannustavat siihen. Usein päivittäin järjestettävä kulttuuritoiminta ja kannustaminen luovuuteen ja taiteeseen voi olla myös tie johonkin pysyvämpään projektiin tai aktiviteettiin. Arjen kulttuuritoiminta luo uusia mielenkiinnonkohteita ja ennen kaikkea muuta tekemistä esimerkiksi päihteiden käytön tilalle.

D-Asema KTA toimii palvelunkäyttäjän hyvinvoinnin lisäämiseksi, mutta miten toimintaa juurrutetaan? Jotta toiminta vakiintuisi osaksi kävijöiden elämää, taide- ja kulttuuritoiminnan tulee olla säännöllistä. Toiminnan juurtumiseen vaikuttavat juurikin sen säännöllisyys, johon taas vaikuttavat työntekijöiden ja yhteisön panostus, motivaatio ja tätä kautta innostuneet ja sitoutuneet työntekijät, sekä palvelunkäyttäjät. Toimintaa on tarkoitus luoda ja kehittää yhdessä. Usein mukana oleminen tarkoittaa ensin sivusta seuraamista, ja kannustavien ohjaajien kautta toimintaan pääsee sisään ja oman mukavuusalueen rajat on helpompi ylittää.

Tästä esimerkkinä haastattelussa esiin nousseet ajatukset:

”En oo kauheesti nyt ollut toiminnassa mukana. Osallistuin teatterijuttuun, mut se alko just silloin, kun oli paha elämäntilanne, nii en pystynyt siihen osallistumaan. Mä oisin halunnut tavallaa vaa mennä kokeileen ja kattomaan esim. roudariks ja tällee, olisin halunnut kattoo eka ja sit kattoo haluunko mennä mukaan. No oikeestaan oisin halunnut mennä mukaan näytteleen siihen jotain osaa.”

”Teatterijutussa ohjaaja tuli suoraan kysymään, että oonko kiinnostunut osallistumaan. Aikasemminki on ollut mielessä teatteri ja näyttelemisjuttu, mut se tarvii just sen tyyppin joka tulee kysyyn. Mun on ollut vähän vaikeaa saada itteeni ulos, et oon ollut sulkeutunut ihminen, ni oisin halunnut mukaan ku siit oisin saanut sit vähän muutaki ajateltavaa.”

4 Palveluiden käyttäjät Alppikadun korttelissa

Tässä kappaleessa kuvataan palveluiden käyttäjiä juuri Alppikadun korttelissa, sekä erilaisille asiakasryhmille ominaisia piirteitä. Keskityn myös siihen, miksi tämä opinnäytetyö tutkii juuri päihde- ja mielenterveyspalveluihin kuuluville kävijöille rajattuja kävijäkokemuksia.

D-Asema KTA on osa Helsingin Diakonissalaitoksen kansalaistoimintaa.

D-Asema KTA toimii myös taide- ja kulttuuritoiminnan painopisteenä. Jotta toimintaa voidaan kehittää, pitää olla myös tutkittua tietoa, ns. *'fact based'* toimintaa. Opinnäytetyö pyrkii luomaan tietoa ja tutkia vaikutusta tietyn palvelunkäyttäjän näkökulmasta. On syytä myös tutkia mikä on se todellisuus, missä esimerkiksi D-Asema KTA:n kävijöiden taide- ja kulttuuritoiminta, tai sosiokulttuurinen innostuminen tapahtuu. Yksi Helsingin Diakonissalaitoksen kansalaistoiminnan tavoitteista on se, että toimintaa ei tuoda ulkopuolelta, vaan sitä tehdään yhdessä kävijöiden kanssa, toteuttamalla osallisuutta. Miten tämä tulee huomioida nimenomaan päihde- ja mielenterveyspalvelunkäyttäjistä puhuttaessa?

Päihdehuoltomalliin kuuluvat alkoholi, huumeet, päihdehuollon palvelut. Kaikki Helsingin Diakonissalaitoksen D-Asema KTA:n palveluiden käyttäjät eivät kuitenkaan kuulu päihdepalveluiden piiriin, ja tarkoituksena ei ole järjestää kulttuuria ainoastaan alkoholismista tai päihteiden väärinkäytöstä kärsiville. Tarkoituksena on järjestää toimintaa, joka sopii kaikille lähtökohdista huolimatta. Tosin usein nämä lähtökohdat määräytyvät asiakasryhmien mukaan, joiden katsotaan tarvitsevan palveluita eniten. (Lehtonen 2010: 209) Tässä tapauksessa palveluita eniten tarvitsevaksi voidaan nähdä juurikin päihde- ja mielenterveyspalveluiden piiriin kuuluvat.

Useita hoitolaitoskiertueita järjestänyt Jussi Lehtonen (2010) kuvaa päihteidenkäyttäjille tarkoitettujen yksiköiden asiakkaiksi niitä, jotka ovat alkoholin, huumeiden tai lääkkeiden ongelmakäyttäjiä. Usein tällä asiakasryhmällä on muitakin päihteidenkäytön mukanaan tuomia tai päihderiippuvuutta lisääviä somaattisia ja psykiatrisia sairauksia. Monilla asunnottomilla on myös päihdetaustaa, ja päihdeongelma voi johtaa asunnottomuuteen. Tämä ei kuitenkaan tarkoita, että päihteiden käyttö ja asunnottomuus väistämättä olisivat syy-seuraus-suhteessa toisiinsa, kumpaankaan suuntaan (Lehtonen 2010: 115.) Voidaan kuitenkin puhua ns. moniongelmaisesta kävijäkunnasta. Päihdetausta vaikuttaa myös tunteiden kokemiseen, ja näin ollen taiteen ja kulttuurin kokemiseen joko tekijänä, tai kokijana. Lehtonen nostaa esille mahdollisuuden siihen, että päihteiden käyttäjä on

alun perin lähtenyt peittämään, estämään tai lieventämään päihteillä tietynlaisia tunteita. Päihteiden käyttämiseen liittyy tunteiden kannalta muutakin kuin niiden turruttaminen. Päihteet tarjoavat huippukokemuksia, joihin voi muodostua voimakasta riippuvuutta. Nämä muistot voivat jäädä voimakkaana mieleen, ja niitä kohti pyritään aina kerta toisensa jälkeen (Lehtonen 2010: 120.) Taide- ja kulttuuritoiminnalla pyritään antamaan vaihtoehtoja juuri näille synteettisille, voimakkaille kokemuksille. Toiminnan avulla voidaan myös avata niitä tunteita, mitä päihteidenkäytöllä on aikanaan vältelty.

Monet päihdeongelmaisten ja asunnottomien palveluyksiköiden käyttäjistä ovat niin sanottuja laitapuolen kulkijoita. Vakavaa päihdeongelmaa seuraa useimmiten ainakin jonkinasteinen syrjäytyminen. Lehtosen esitysvierailuiden aikana hoitolaitoskiertueilla on kuitenkin käynyt ilmi myös katsojien elämäkokemusten rikkaus ja moninaisuus. Jokaisella on oma tarinansa ja yllättävän usein päihdeongelman taustalla saattaa olla hoitamatta jäänyt psykiatrinen sairaus. Päihderiippuvuudella on hoidettu sairautta, nyt päihderiippuvuutta hoidetaan sairautena. Laitapuolen kulkijan leima on helppo antaa ihmiselle pohtimatta ongelman alkuperää sen enempää. Päihdeongelma ei kuitenkaan ole sidoksissa ikään, sukupuoleen tai yhteiskunnalliseen asemaan (Lehtonen 2010: 118.)

Verkkoartikkelissa Kulttuuri kukoistaa yhteiskunnan laitamilla (n.d) D-Asema KTA:n kulttuurin ja liikunnan tuottaja toteaa, kuinka Helsingin Diakonissalaitoksen asiakkaita ja D-Asema KTA:n kävijöitä voisi kuvata niiksi henkilöiksi, joita ei kuunnella ja jotka eivät saa ääntään kuuluviin. Kulttuuritoiminnan kautta syrjään jääneet pääsevät itse ääneen. Toimintaan kannustetaan myös itsetunnon lisäämiseksi; ihmisen omanarvontunto kasvaa, kun huomaa olevansa jossakin hyvä, tai oppivansa uutta. Yhteiskunnan laitamilla on todella paljon lahjakkuutta, jolle Helsingin Diakonissalaitos ja D-Asema KTA tarjoavat mahdollisuuden päästä esiin, muidenkin koettavaksi. (Made In HDL 2.0?)

Tärkeä huomio taide- ja kulttuuritoiminnassa sekä Helsingin Diakonissalaitoksella, että D-Asema KTA:lla on nimenomaan luovuuden ja taiteen tarjoaminen kaikille, lähtökohdista riippumatta. Teoksessa Erilainen Naapuri (2016) pohditaan, miten yhteiskunnan laitamille jääneiden kyvyt saadaan kaikkien näkyville. Vähentäisikö tämä parhaimmillaan ennakkoluuloja, sekä yhteisön sisällä, että ulkopuolelta? Kuinka paljon tämä lisää hyvinvointia? Teos pohtii sekä ympäristötyötä, että taide- ja kulttuuritoimintaa ja niiden tavoitteita. Yksi näistä tavoitteista on esimerkiksi vähentää erilaisiksi tai epämiellyttäväiksi miellettyihin ihmisiin kohdistuvaa stigmaa. Sana stigma on peräisin Kreikasta, ja se viittasi alun perin kehoon poltettuun tai viillettyyn merkkiin, joka kertoi kantajansa moraalisesta

poikkeavuudesta. Stigmaan kuuluvat oleellisesti ennakkoluulot sekä mustavalkoinen ajattelu ja tästä aiheutuva syrjintä. Se on ei-toivottua sosiaalista leimautumista, joka aiheuttaa muun muassa häpeää, kärsimystä ja itsearvostuksen vähenemistä kohteelleen (Viskari, Lund, Avellan 2016: 38.) Stigman purkaminen voi olla hidas prosessi. Helsingin Diakonissalaitoksen päihdetyöhön isona osana kuuluu se, kuinka tärkeää on avata leimautumisen seurauksia ja vaikutuksia myös ympäröivälle yhteisölle. Tuntiessaan itsensä alemman luokan kansalaiseksi, palvelunkäyttäjät voivat alkavaa käyttäytyä kuten alemman luokan kansalaiset. Esimerkiksi moni asumispalveluyksikön asukas voi kokea olevansa naapuruston silmätikkuna ja näin myös antautua jo ennalta määrättyyn rooliinsa. Voikin sanoa, että esimerkiksi syrjintä on ongelma sekä sen kohteelle, että syrjintää harjoittavalle. Tilannetta helpottaisi, jos palveluihin kuuluvat ja heitä ympäröivät ihmiset voisivat jollain tasolla hyväksyä toisensa, vaikka toisten tekoja tai elämäntapaa ei hyväksyisikään (Viskari, Lund, Avellan 2016: 38.)

4.1 Mielenterveys

Terveiden ja hyvinvoinnin laitos THL määrittelee mielenterveyden ihmisen hyvinvoinnin, terveyden ja toimintakyvyn perustaksi. WHO:n määritelmän mukaan mielenterveys on hyvinvoinnin tila, jossa ihminen pystyy näkemään omat kykynsä ja selviytymään elämään kuuluvista haasteista, sekä työskentelemään ja ottamaan osaa yhteisönsä toimintaan. Mielenterveyteen kuuluva osaaminen on esimerkiksi tunne- ja tietoisuustaitoja, elämänhallintataitoja sekä vuorovaikutus- ja ongelmanratkaisutaitoja. Suomen mielenterveysseura on listannut mielenterveyttä suojaaviksi tekijöiksi sekä sisäisiä, että ulkoisia tekijöitä. Sisäisiksi suojaaviksi tekijöiksi voidaan nähdä esimerkiksi sosiaalinen tuki ja ystävät, riittävän hyvä itsetunto, hyväksytyksi tulemisen tunne, sekä mahdollisuus toteuttaa itseään. Ulkoisiksi suojaaviksi tekijöiksi Suomen Mielenterveysseura määrittelee mm. kuulluksi tulemisen ja vaikuttamismahdollisuudet, sekä lähellä olevat ja helposti tavoitettavat yhteiskunnan auttamisjärjestelmät. Näitä sisäisiä, sekä ulkoisista mielenterveyttä suojaavia tekijöitä myös D-Asema KTA:n tuottama taide- ja kulttuuritoiminta tukee (Suomen mielenterveysseura, n.d.)

Arja Snellman (2016) kirjoittaa näkökulmassaan 'Ruususen unta' tutkimuksista taiteen vaikutuksista mielenterveyteen. Viimeisimmän vuosikymmenen näistä vaikutuksista on tehty useita tutkimuksia ja yhteistä johtopäätöksissä on, että taiteen merkitys ihmisten mielen hyvinvointiin on selvä. Yhtenä esimerkkinä kulttuurin harrastamisesta Snellman käyttää kaunokirjallisuutta. Johtopäätöksensä esimerkiksi kaunokirjallisuuden yhteyksistä

mielen hyvinvointiin tekee mielenkiintoseksi, kun ajattelee sitä, kuinka nuoret ja varsinkin pojat lukevat yhä vähemmän ja nimenomaan kaunokirjallisuutta. Snellmanin mukaan korrelaationa tähän voisi ajatella myös tilastoja masennuksen ja sairauslomien tai päih-teidenkäytön ja työkyvyttömyyden lisääntymisestä juuri nuorilla miehillä. Esimerkiksi kirjallisuutta, ja taidetta ylipäätään voidaan siis tutkia ja tulkita kansanterveyden kautta, ei pelkästään yleissivistyksen ja kulttuuristen merkityksien kautta. Jokainen voi pysähtyä pohtimaan, miten taide voi auttaa ja on auttanut omassa elämässä. Se voi antaa lepoa, unohdusta omista vaikeuksista. Tai sitten se voi peilata niitä; taiteen kanssa voi keskustella, siitä voi saada vertaistukea, se voi haastaa omia näkemyksiä ja arvoja, päivittää niitä. Taiteen avulla voi tallentaa muistoja ja luoda uusia. Joka tapauksessa kokemukset ja tarinat yhdistävät meitä ja luovat tunnetta yhteisöllisyydestä. Teatterissa esitettyihin rooleihin ja henkilöhahmoihin voimme samaistua, niin onnistujiin kuin epäonnistujiinkin, punnita ja pohdiskella omia motiivejamme, menneisyyttämme, toiveitamme, pelkojamme. Musiikin kautta voimme puhjeta haaveisiin. Kirjojen ääressä voimme itkeä ja nauraa, kokea äärimmäisiä elämyksiä, myötäelää, olla yksin itsemme kanssa, vetäytyä ja oppia uutta ympäröivästä (Snellman 2016: 146-149.)

Snellman toteaa, kuinka vaikeaa on kuvitella yksilöä, joka ei haluaisi keskustella tarinoista, jotka jotenkin koskettavat omaa todellisuutta ja auttavat kertaamaan omaa elämää. Taide pitää mielen uteliaana ja ennakkoluulottomana, avarana uudelle, Taide muistuttaa toisenlaisista tavoista olla ja elää. Taide on myös hyvä siedätystä (Snellman 2016: 150.)

Otteita haastatteluista puhuttaessa mielenterveydestä, ja taide- ja kulttuuritoiminnan vaikutuksista siihen:

”Joskus on huono olla. Kun epätoivon puuska on oikein suuri ja sul saattaa olla kamaa siinä sun nenän edessä, se on helppo ratkasu.”

”Mielellää kokeilisin vaikka mitä, mulla on kuitenkin sitä ajanpuutetta aika paljon ja sit ku sitä ajanpuutetta on paljo, mä oon huomannu että mä ahdistun ja masennun. Ja sit se ahdistus ja masennus vie helposti ku tos vieressä on joku hyvä ystävä jolla on joku kauhee kamapussi, ni se johtaa aika usein sitten siihen. Se ei oo kauheen fiksuä mä ymmärrän, mutta se ei oo niin yksoikosta. Se on se semmonen lähtölaukaus ja lopputulos voi olla aivan hirvittävä. Sitä mä en halua, mä en halua menettää mun ystäviä tai mun taidetta.”

”Nyt oon ollu vähän allapäin, et mä oon ollu vähän masentunu, mut nyt mä oon vähän käyny täällä KTA:lla ja saanu itteeni niskasta kiinni. Kyl se parantaa sitä fiilistä, et lähtee siitä kämpästä ulos eikä jää sinne lukittautumaan. Mut sillo ku on masentunu, ni ei oikein halu nähdä ihmisii, sen mä oon huomannu et kyl se puhuminen auttaa. Oon päässy puhuun noille meidän työntekijöille. En mä nyt heti

pystyn puhua ja mul on ollu aina vähä vaikee puhua asioist, se on varmaa tää elämäntyyli et on vähä rakentanu semmosen muurin. Siis entinen elämäntyyli et rikollistaustat nii silloin siellä ei puhuta mistään, oon ollu vuosia ulkona niistä piireistä.”

”Vankilassa kirjoitin ja luin paljon, se auttoi selviämään. Kymmeniä kuukausia oli pisin tuomio ja muita lyhyitä pätkiä oli.”

”Eniten siit elämäntyylistä pois auttoi tää hoito ja tekeminen. Eihän niitä rikoksia mielellään tee, mut se oli vaa pakko saada rahaa huumeisiin et se et pääsin tähän hoitoon, niin se pelasti mut tästä kierteestä. Oon ollu nyt monta vuotta tässä hoidossa.”

”Ite ei välttämättä tuu ajatelleeks nii, mut toisille se saattaa olla sellanen ainut juttu mihin lähtee koko viikon aikana. Siel leffajutussakin oli useita, joille se oli ainut juttu mihin sillä viikolla lähti mukaan.”

4.2 Päihteet - huumeet ja alkoholi

Päihde on yleisnimitys kaikille kemiallisille aineille, jotka tuottavat päihtymyksen tunteen tai humalatilaa. Ne ovat valmisteita tai aineita, jotka aiheuttavat väliaikaisia muutoksia ihmisen havainnointiin, mielialaan, tietoisuuteen tai käytökseen. Päihteinä käytettävät aineet, voidaan jaotella laillisiin, laittomiin ja muihin aineisiin (Hietaharju – Nuutila 2016: 208.) Eri kulttuureissa päihteillä on erilainen asema. Esimerkiksi suomalaista päihdekulttuuria voitaisiin luonnehtia siten, että päihteiden, etenkin alkoholin, ajatellaan olevan rentoutumisen ja vapaa-ajanvieton muoto, jolla on suuri sosiaalista elämää tukeva rooli. Kulttuurissamme voidaan kuvitella, kuinka alkoholista kieltäytyminen olisi jotenkin poikkeavaa, ja voidaankin väittää, että alkoholinkäyttö on arkipäiväistynyttä. Juominen on usein humalahakuista ja käyttäjäryhmät ovat laajoja. Päihteiden käytön aloitusikä on laskenut, ja toisaalta päihteiden ongelmakäyttö on lisääntynyt myös vanhusten keskuudessa. Päihderiippuvuuden kehittyminen alkaa aina päihteiden satunnaisesta käytöstä, jolloin se on vielä ihmisen oma, kontrolloitavissa oleva valinta. Ihminen hakee nautintoa kemiallisin keinoin, viettää sosiaalista elämää päihteiden kanssa tai pakenee niiden avulla todellisuutta (Hietaharju – Nuutila 2016: 208 - 209.)

Päihteiden väärinkäyttöä ovat niiden haitallinen käyttö ja riippuvuusoireyhtymä. Päihderiippuvuus alkaa usein psyykkisenä riippuvuutena ja kehittyy käytön jatkuessa vähitellen kemialliseksi riippuvuudeksi. Usea tietää päihteiden haitat, mutta tulee silti niistä riippuvaiseksi. Päihderiippuvuus on sairaus, johon liittyy runsas ja hallitsematon päihteiden käyttö ja niiden käyttöä on vaikeaa lopettaa sietokyvyn kasvaessa. Runsaasta päihteiden käytöstä voi seurata fyysisiä, psyykkisiä ja sosiaalisia ongelmia. Riippuvuudesta kertoo myös vieroitusoireiden esiintyminen. Usein ongelmakäyttäjät voi pyrkiä puolustelemaan

ja vähätteleeseen ongelmiaan liittyen päihteidenkäyttöön (Hietaharju – Nuutila 2016: 208 - 209.)

Ulla Knuuti on tutkinut vuonna 2007 huumeiden käytön lopettaneiden elämäntapaa, toipumista ja matkaa marginaalista valtavirtaan. Huumeiden käytön lopettaneiden elämäntapa sisältää paljon ongelmakohtia. Päihteidenkäytön kaiken edelle laittavasta elämäntavasta ja siihen liittyvästä ihmissuhdeverkostosta irrottautuminen on vaativa prosessi. Vuosia jatkunut huumeidenkäyttö aiheuttaa usein monitahoisia terveydellisiä ja sosiaalisia haittoja sekä ongelmia työssä, koulutuksessa, toimeentulossa, asumisessa ja ihmissuhteissa. Menneisyyden vaikutus nykyisyyteen voi tulla esiin kaikilla tasoilla (Knuuti 2007: 8.) Knuutin tutkimustulokset osoittivat, kuinka riittävä etäisyys akuutista päihteiden käytöstä on edellytys toipumisen käynnistymiselle, mutta päihteettömyys itsessään ei välttämättä kerro mitään varsinaisesta toipumisesta. Toiset toipujat löytävät elämän mielekkyyden helposti, kun taas toiset joutuvat aktiivisesti työskentelemään toipumisensa puolesta. Voiko taide- ja kulttuuri olla tärkeä osa vastakulttuurin rakentamisessa, raittiutta tukevana tekijänä?

Teoksessa *Onko elämällä väliä - puhutaan elämän tarkoituksesta* pappi ja päihdejärjestön johtaja Eva Kanerva (2011) pohtii arvokkuuden ja merkityksellisyyden kokemuksia mielenterveys- ja päihdeasiakkaiden kontekstista. Sama arvokkuuden kokemus, jota masennuksen hoidossa pidetään keskeisenä toipumista edistävänä asiana, pätee myös päihdeasiakkaisiin. Hyvin monet päihdeasiukkaat kärsivätkin päihdeongelman ohella masennuksesta, joka monesti puhkeaa päihteiden käytön lopettamisen yhteydessä. Arvostuksen ja hyväksynnän kokemus tulee asiakkaiden mukaan kiireettömästä kuuntelemisesta, ystävällisestä kohtelusta – aidosta välittämisen kokemuksesta. Esimerkiksi matalan kynnyksen toimipisteessä kuten D-Asema KTA:lla se voi olla sitä, että annetaan mahdollisuus toteuttaa itseään, annetaan riittävästi vapautta ja osoitetaan arvostusta tällä tavoin. Arvostus voidaan osoittaa siten, että lähtökohtaisesti luotetaan asiakkaaseen ja luottamuksen vahvistuessa annetaan lisää myös vastuuta (Kanerva 2011: 96.) Mahdollisuus toteuttaa itseään, luottamuksen osoittaminen, vastuu ja ihmisen arvokkuutta ja merkityksellisyyden tunnetta lisääviä tapoja on taide- ja kulttuuritoiminnassa suuresti, ja tämä välittyi myös päihdepalveluihin kuuluvien haastateltavien puheesta.

D-Asema KTA ei ole päihteetön tila, jolla tarkoitetaan sitä, että paikalle saa tulla päihtyneenä tietyt säännöt huomioon ottaen, ja kun vaikutuksen alla olemisesta ei aiheudu vaaraa itselle tai muille. D-Asema KTA:lla päihteiden nauttiminen on kiellettyä, mutta ei

mahdotonta. Kaikilla kävijöistä ei ole ongelmia päihteidenkäytön kanssa, mutta päihteidenkäyttö näkyy silti D-Asema KTA:lla päivittäin. Seitsemästä haastateltavasta kuudella on ollut elämässään ajanjakso, jolloin päihteidenkäyttö on ollut haitaksi itselle tai läheisille. Moni haastateltavista osallistui samanaikaisesti Helsingin Diakonissalaitoksen päihdepalveluihin. Keskustelimme haastateltavien kanssa siitä, mikä elämässä voisi antaa enemmän, kuin riippuvuus päihteisiin. Voiko mistään muusta muodostua tärkeämpää asiaa, kun seuraavasta annoksesta? Voiko mikään määritellä riippuvaisen ihmisen minuutta paremmin, kuin päihteet? Haastattelujen aikana pohdin sellaista tilannetta, missä päihdepalveluihin osallistuvalla asiakkaalta otettaisiin pois se ainut asia, joka on tähän asti antanut merkityksen elämälle; päihtyneenä oleminen. Usein päihteiden käyttö on saattanut viedä ystävät, sekä fyysisen että psyykkisen terveyden, talouden, tulevaisuuden ja muistot. Jos päihteiden käyttö loppuisi, mutta mitään korvaavaa aktiviteettia tapahtuisi, kuinka kävisi ihmisen mielenterveyden tällaisessa tilanteessa? Eräs haastateltavista totesi tyhjentävästi:

”Eihän se selvinpään oleminen, eihän se oo arvo sinänsä kuitenkaan. Tai mun mielestä sen ei pidä olla, tai miks vaihtaa narkkaamista johonkin *’ei yhtään mihinkään’*.”

4.3 Asunnottomuus ja työttömyys

Teoksessa *Erilainen naapuri – Asuinaluelähtöisen ympäristötyön menetelmiä ja kokemuksia* (2016) Helsingin Diakonissalaitoksen ympäristötyöntekijä Pekka Kajava avaa ajatuksia päihteellisistä yksiköistä ja Asunto ensin -periaatteesta. Näkökulmassaan Kajava kertoo, kuinka jopa ammattilaiset vastustivat päihteellisiä yksiköitä aluksi. Helsingin Diakonissalaitoksella, Alppikadun korttelissa aloitti vuonna 1993 asumispalveluyksikkö Alppitupa. Avautumisen yhteydessä Alppitupaan muutti Kyläsaaren päihdehuollonyksiköstä 14 keski-ikänsä ylittänyttä mieshenkilöä. Näiden miesten asuttamisen ei ollut aiemmin onnistunut päihteiden käytön jatkumisen johdosta ja tästä johtuen he olivat eläneet kadulla jopa vuosikymmenet. Alppitupaan muuttaminen ei vaatinut miehiltä elämäntavan muutosta, ja esimerkiksi tästä syystä palvelu sai paljon kritiikkiä päihdetyön asiantuntijoilta ja -ammattilaisilta. Alussa toiminnan nähtiin kannustavan nykyisiä asukkaita

päihteidenkäytön jatkamiseen. Ajan kuluessa ajattelussa on kuitenkin tapahtunut mittavia muutoksia. Nykyinen asunto ensin -periaate onkin onnistunut vähentämään voimakkaasti muun muassa pitkäaikaisasunnottomuutta pääkaupunkiseudulla (Lehtonen ym. 2016: 21.) Kuinka paljon taide- ja kulttuuritoiminnan kasvu ja kehitys ovat olleet osana esimerkiksi asunnottomien ja työttömien pääsemistä takaisin kiinni omaan elämäänsä Alppikadulla?

Otteita haastatteluista puhuttaessa asunnottomuudesta ja työttömyydestä:

”Kun on jotain sellasta, mihin mä haluan keskittyä, ni en mä lähe hölmöileen. En väitä, että oisin alkanu narkkaan, mut se riski pienenee.”

”Kyl se työttömäks jääminen vaikuttaa, ku ei oo tekemistä, tai sit on väärät kaverit.”

”Jos sul ei oo mitään missä tarvii käydä tai tehdä ni mä oon huomannu et on vierähtäny viikko narkates, ku ei tarvi tehdä mitää ku hakee lääkkeit. Ei sun tarvi ees asuu täs missää, ku sä voit punkkaa jossain.”

Tutkija Päivi Kivelän mukaan juuri tällaisen tuen tarjoaminen voi olla heikossa asemassa olevalle ihmisille ensimmäinen askel kohti osallisuutta ja toimijuutta. Toiminnan tavoitteena on myös aktivoida osallistuminen yhteiskuntaan uudelleen. Samasta ”kotoutumisprosessista” puhui myös Arja Snellman (2011). Kivelä esittää ajatuksen siitä, miten tuen tarjoaminen esimerkiksi pitkäaikaisasunnottomalle antaa hänelle mahdollisuuden edetä syrjäytymisestä kohti osallisuutta niin omassa elämässä kuin yhteiskunnassa (Lehtonen ym. 2016: 22-23.) Nimenomaan tällaista tukea taide- ja kulttuuritoiminta parhaimmillaan tarjoaa. Asunnottomuus ja työttömyys tuovat mukanaan vapaa-aikaa, ja vapaa-aika tuo mukanaan riskin käyttää se itselleen haitallisella tavalla. Tästä keskustelimme myös haastatteluissa.

4.3.1 Asunto ensin - Lisäävätkö korttelin rakenteet syrjäytymistä?

Kappaleessa pohdin, miten asunto ensin -ideologia ja taide- ja kulttuuritoiminnan vapaaehtoisuus kohtaavat Helsingin diakonissalaitoksen periaatteet ja luonteen? Miten tämä vaikuttaa taide- ja kulttuuritoimintaan, sen kehitykseen ja tavoitteisiin? Kuten Kajava (2016) totesi puheenvuorossaan, Alppikadun korttelissa ei vaadita päihteettömyyttä – esimerkkeinä asunto ensin periaate, ja D-Asema KTA. Jos päihteettömyyttä ei vaadita, niin miten ihmisiä saadaan kannustettua siihen tästä huolimatta? Määränpäänä on kuitenkin lisätä hyvinvointia, ja näin ollen lisätä päihteettömyyttä. Voiko vastaus olla

nimenomaan taiteessa ja kulttuurissa, aktiivisessa tekemisessä? Sisältyykö Alppikadun kortteliin syrjäyttäviä rakenteita, ja tarvitaanko juuri tällaista tekemistä taistelemaan mahdollisia rakenteita vastaan? Haastatteluista nousivat esiin kaksi eri mielipidettä liittyen Alppikadun korttelin asumispalveluihin:

”Ja onhan näis asunnoissaki parhaimmilla se, et yhes talossa yks kerros saattaa olla oma maailmansa. Jengi joskus puhuu niiku ne ois vankilassa.”

Nyt mä oikeesti tajuun niit ihmisiä jotka sanoo, et ne on mielummin asunnottomia, ku asuu täällä.”

Jotta tällaisia tuntemuksia ei syntyisi, tarvitaan syrjäyttäviä rakenteita ehkäiseviä toimia. Integroinnin työkaluista puhuttaessa Viskari, Lund ja Avellan esittävät ajatuksensa Asunto ensin -ideologiasta. Kun ihmistä ei saateta jatkuvaan asunnottomuuden ja tilapäisen tukiasumisen vuorottelun kehään, hänen edellytyksensä rakentaa elämäänsä uudelleen paranevat. Mahdolliset elämäntapamuutokset eivät kuitenkaan tapahdu heti asunnon saamisen myötä. Asunnottomuus on syrjäytymistä äärimmäisessä muodossa, ja syrjäytyminen taas lisää itsessään riskejä esimerkiksi mielenterveyteen ja päihdekäyttöön liittyen. Asunto ensin -periaatteen yksi tavoite on tuoda yksilöt takaisin yhteiskunnan täysivaltaisiksi jäseniksi, mutta asunnottomalta ja päihde- tai mielenterveysongelmaiselta ihmiseltä ei voida olettaa kykyä tai halua keskiluokkaiseen yhteiskuntaan integroitumiseen. Tarvitaan tukea, aikaa ja vaiheittaista etenemistä (Viskari, Lund, Avellan 2016: 15.)

Asunto ensin -ideologia lähtee siitä, että ihmisen ei ole pakko sitoutua kuntouttaviin palveluihin. Asunto tarjotaan ensin, jolloin ihmisellä on oikeus normaaliin ja pysyvään asumiseen. Tästä huolimatta esimerkiksi päihde- tai mielenterveyspalveluita ei tarvitse ottaa vastaan. Kun asuminen ja tukipalvelut on eriytetty, asuminen perusoikeutena pystytään turvaamaan. Kuntoutuspalveluihin osallistumisen pakon poistaminen ei tietty tarkoita sitä, etteikö näitä palveluja tarjottaisi; toimintaan ja palveluihin osallistumisen on tarkoitus tapahtua turvatusta asunnosta ja vapaaehtoisuudesta käsin. Asunto ensin -mallissa elämäntapamuutoksia ei vaadita, ja jos niitä tapahtuu, ne usein tapahtuvat hitaasti. Tämän takia Asunto ensin -periaatteella toimiva asumisyksikkö haastaa sekä siellä tukea tarjoavat ammattilaiset, että yksikön naapurit. Erilainen naapuri (2016) teoksessa pohditaan sitä, voimmeko kestää hidasta, välillä olematonta ja usein taka-askelia ottavaa muutosta, luotammeko siihen, että asunnon ehdoitta tarjoaminen on oikea valinta (Viskari, Lund, Avellan 2016: 20.)

Asunnottomalla on yleensä taustalla valtava määrä torjutuksi ja halveksituksi tulemisen kokemuksia. Asunto ensin -periaatteen voidaan ajatella toteuttavan nelivaiheista mallia, jossa viimeisenä vaiheena on osallistuminen yhteiskuntaan. Jotta tähän vaiheeseen voidaan päästä, tarvitaan aluksi *ihmisarvotekoja*. Asunnon saaminen voi vastata moneen perustarpeeseen: lämpöön, turvallisuuteen, puhtauteen. Ihmisarvotekojen avulla ihminen voi saavuttaa toisen vaiheen, *osallisuuden* omassa elämässään. Hän voi oppia arvostamaan itseään, kokemaan elämänsä tärkeäksi, haluamaan parempaa elämää. Kun ihminen tunnistaa itsensä ja tarpeensa, kokee itsensä kelpolliseksi ja näkee elämällään *arvon*, hänen edellytyksensä tavoitella muutosta paranevat. Kun ihminen saavuttaa osallisuuden omassa elämässään, hänen on mahdollisuus kokea myös osallisuutta *yhteisössä*. Yhteisö voi löytyä asumisyksiköstä, mutta myös sen ulkopuolelta. (Viskari, Lund, Avellan 2016: 23.) Asunto Ensimmäinen -periaate on todettu toimivaksi, mutta sitä täydentävä vapaaehtoinen taide- ja kulttuuritoiminta on oleellinen osa periaatteen toimivuutta.

5 Keskeiset käsitteet

Seuraavassa kappaleessa avaan sekä opinnäytetyön teoriapohjana toimineita käsitteitä hyvinvointi, osallisuus ja yhteisöllisyys, sekä suuren osan palvelunkäyttäjiltä saaduista haastatteluista kunkin käsitteen yhteydessä. Haastatteluvastaukset ovat suoria sitaatteja ja poimintoja haastatteluista, kuten edellisissä kappaleissa.

5.1 Hyvinvointi

Hyvinvointi käsitteenä viittaa suomen kielessä sekä yksilölliseen hyvinvointiin, että yhteisötason hyvinvointiin. Yhteisötason hyvinvoinnin elementtejä ovat esimerkiksi elinolot, kuten asuinolot ja ympäristö, työhön ja koulutukseen liittyvät tekijät, kuten työllisyys ja työolot, sekä toimeentulo. Yksilöllisen hyvinvoinnin ulottuvuuksiin taas luetaan sosiaaliset suhteet, itsensä toteuttaminen, onnellisuus ja sosiaalinen pääoma (THL.) Hyvinvointi terminä, samoin kuin ilmiönä, on laaja, moniulotteinen ja ajassa muuttuva. Raijas (2008)

on määritellyt mm. Veenhovenin (2000) esittämät hyvinvoinnin tekijät suomeksi. Onnellisuuden (happiness) kanssa synonyymejä olisivat tyytyväisyys elämään (life-satisfaction) ja subjektiivinen hyvinvointi (subjective well-being). Hyvinvoinnissa voidaan erottaa objektiivinen, mitattavissa oleva ulottuvuus ja subjektiivinen, ihmisten omiin arvioihin perustuva käsitys hyvinvoinnista (Raijas 2008: 2.)

Hyvinvointipolitiikka on perustaltaan ”hyvän elämän” tavoittelua, ja hyvinvointitutkimuksen täytyy julkilausutusti ilmaista, millaisista tekijöistä se katsoo hyvän elämän koostuvan. Filosofisesti muotoiltuna ihmisen hyvä muodostuu kahdesta erilaisesta osasta: hyvinvoinnista ja onnellisuudesta. Hyvinvointi ei takaa onnea, mutta onnellinen ei voi olla ilman jonkinlaista hyvinvointia. (Rauhala – Simpura – Uusitalo 2000:192) Suomalaisten hyvinvointi on keskimäärin kehittynyt myönteiseen suuntaan, mutta silti väestöryhmien väliset erot hyvinvoinnissa ovat kasvaneet. Hyvinvointivaltion tehtävänä pidetään yleensä hyvän elämän lähtökohtien tarjoamista kaikille kansalaisille. Kuten tekstissä aiemminkin mainittiin, suomalaiset ovat myös valmiita maksamaan veroja hyvinvointivaltion ja sen tarjoamien palvelujen ylläpitämiseksi (THL).

5.1.1 Hyvinvoinnin mittarit

Yhä useammin koettua hyvinvointia mitataan elämänlaadulla, jota muovaavat terveys ja materiaallinen hyvinvointi, samoin kuin yksilön odotukset hyvästä elämästä, ihmissuhteet, omanarvontunto ja mielekäs tekeminen (THL, n.d.)

Hyvinvointimittareiden tarjoamassa kuvassa on monia ongelmia. Vaikka taloudelliset mittarit kuvaavat hyvin niitä puitteita, jotka tarjoavat perustukset ihmisten elämälle, niin hyvinvoinnin voi katsoa muodostuvan monesta muustakin osa-alueesta. Näistä tekijöistä kaikki eivät perustu taloudelliselle vauraudelle tai kulutukselle. Talouskasvun yhteys ihmisten kokemaan hyvinvointiin perustuu siihen oletukseen, että toimeentulon ja kulutusmahdollisuuksien kasvu kasvattaisi kaikille tasapuolisesti hyvinvointia. Sosiaali-indikaattorit puolestaan kuvaavat hyvinvointia keskimäärin koko kansakunnan tasolla yhdeltä osa-alueelta. Ajankäyttötutkimusten luoma kuva hyvinvoinnista perustuu sille oletukselle, että vapaa-ajan lisääntyminen kasvattaa hyvinvointia ja tämä vapaa-aika käytetään hyvinvointia edistävällä tavalla. Subjektiiviset mittarit perustuvat ihmisten kokemukseen ja näkemyskseen sen hetkisestä elämäntilanteestaan, eikä tällä taas välttämättä ole

yhteyttä aineelliseen elintasoon. Voidaan todeta, että hyvinvointimittarit kuvaavat hyvinvointia yhtäältä hyvin yleisellä ja toisaalta taas rajatun yksityiskohtaisella tasolla. Edelleen hyvinvoinnin sisältö mittareissa määritellään ylhäältä päin tehden oletuksia siitä, mistä hyvinvointi muodostuu. Hyvinvointi kuitenkin käytännössä syntyy ihmisten arjessa ja muotoutuu henkilökohtaisena, subjektiivisena kokemuksena. Edellä esitellyt hyvinvointimittarit eivät välttämättä laskeudu ihmisten käytäntöön, arjen tasolle (Raijas 2008: 1.)

Yleensä hyvinvoinnin osatekijät jaetaan kolmeen ulottuvuuteen: terveyteen, materiaalliseen hyvinvointiin ja koettuun hyvinvointiin tai elämänlaatuun. Väestöryhmien väliset erot kaikilla edellä mainituilla hyvinvoinnin ulottuvuuksilla ovat suuret. Sosioekonomisilla tekijöillä, kuten aineellisilla hyvinvoinnin ulottuvuuksilla (tulot, omaisuus, asumistaso) ja niiden hankkimisen edellytyksillä (koulutus, ammatti ja asema työelämässä) on johdonmukainen ja selvä yhteys hyvinvointiin, terveyteen ja niiden määrittäjiin. Hyvinvoinnin vajeet voivat kasautua tiettyihin väestöryhmiin. Huono-osaisuuden kasautuminen johtaa puolestaan yhteiskunnallisen jakautumisen syvenemiseen. (THL (luettu 6.10)

5.1.2 Hyvinvointi tutkittavan asiakasryhmän kontekstissa

Pohdimme haastateltavien kanssa yhdessä, mitä hyvinvointi kullekin tarkoittaa. Vastaukset eivät poikenneet liiaksi termin virallisista määritelmistä. Hyvinvointi jakautui kuitenkin näkyvämmiin menneisyyteen ja nykyisyyteen ja näiden kahden käsityksen ero esittäytyi suurena. D-asema KTA:lla hyvinvoinnista puhuttaessa keskiöön nousivat muistot ennen päihteidenkäyttöä, mielenterveysongelmia, talousongelmia, asunnottomuutta tai syrjäytymistä. Nämä muistot liittyivät esimerkiksi ihmissuhteisiin, työhön, ystäviin ja asumiseen, mutta myös rakkaisiin harrastuksiin; tanssiin, soittamiseen, laulamiseen ja maalaamiseen. Monissa keskusteluissa kävi ilmi se, kuinka aikoinaan itselle tärkeät asiat nämä olivat jääneet syrjään päihteiden tieltä. Tämän myötä vanha identiteetti saattoi olla menetetty, ja nykyinen hyvinvointi hauras. Nykyinen käsitys hyvinvoinnista tarkoitti monelle perusasioiden turvaamista, mutta myös näiden vanhojen hyvinvoinninkokemusten uudelleen herättämistä. Tutkittavasta asiakasryhmästä jotkut ilmaisivat, kuinka kokemus erilaisesta, aiemmasta hyvinvoinnin käsityksestä on vielä muistona vaikuttamassa. Toiset haastateltavista taas ajattelivat, etteivät tule kokemaan hyvinvointia sen entisessä merkityksessään enää ikinä.

Mitä siis merkitsee, kun tällainen kokemus tai muisto herätetään uudelleen esimerkiksi taidetoiminnan avulla, ja mitä kaikkea tästä voi seurata? Monelle haastateltavalle hyvinvointi tarkoitti aikaa ja mahdollisuuksia ennen riippuvaisuutta. Hyvinvointi tarkoittaa monelle toivoa, terveyttä, ystäviä, kestäviä ihmissuhteita, luottamista, keskittymistä ja rakkautta, joka ylittää riippuvuuden. Eva Kanerva kirjoittaa, kuinka kokemus ihmisen oman olemassaolon merkityksellisyydestä on monipuolisesti kytköksissä fyysisiin, psyykkisiin ja sosiaalisiin tekijöihin. Ihminen saattaa kokea olevansa epäonnistunut ja arvoton, jos hänen perusturvansa ei ole kunnossa, tai jos hänellä ei ole rakkaita läheisiä ympärillään. Hän saattaa kokea elämänsä merkityksettömäksi, jos hän on fyysisesti huonossa kunnossa tai jos hänellä ei ole työtä. (Kanerva 2011: 79) Myös Lehtonen (2010) kommentoi fyysisen ja henkisen hyvinvoinnin yhteyttä. Esimerkiksi liikuntakyvyn heikkenemistä seuraa nopeasti elinpiirin kapeneminen, joka voi johtaa masentumiseen ja passivoitumiseen. Lehtonen mainitsee, kuinka monilla olisi halua käydä kulttuuritapahtumissa ja osallistua toimintaan, mutta ajatus esimerkiksi teatteriin lähtemisestä voi tuntua ylitsepääsemättömältä. Matalakin kynnyks voi kasvaa korkeaksi. On tärkeää, että toimintaa viedään sinne, missä sitä tarvitsevat ovat (Lehtonen 2010: 82.)

Arvokkuus ja merkityksellisyys ovat oleellisia puhuttaessa hyvinvoinnista tutkittavan asiakasryhmän kontekstissa. Kanerva (2011) toteaa, kuinka hyvinvointia vähentävä arvottomuuden kokemus on monesti syvässä päihde- ja mielenterveyspalveluiden asiakkailla. Kokemus arvottomuudesta ja merkityksettömyydestä saattaa liittyä jo lapsena vastaanotettuun vähättelyyn ja siihen, ettei kielteisiä tunteita ole saanut osoittaa. Arvottomuuden tunne voi liittyä myös pitkäaikaiseen päihteiden käyttöön eikä pelkästään lapsuuden kokemuksiin, ja merkityksellisyyden kuva on saattanut hämärtyä päihteiden luomien illusioiden myötä. Päihdeasiakkaidenkin joukossa on kuitenkin niitä henkilöitä, jotka kokevat oman arvonsa vahvasti. Tämä ei välttämättä silti tarkoita, että hyvinvoinnin kokemukset toteutuisivat. Kanervan mukaan joku, jota on saatettu kohdella nöyryyttävästi, ei välttämättä puheen tasolla vaivu syvään arvottomuuden tunteeseen. Suhde omaan arvoon voi siis olla ristiriitainen. Yhdellä tasolla se tiedostetaan, mutta siihen ei kuitenkaan sisälly kykyä suojella itseä. Ihmisellä saattaa olla kokemus omasta arvosta, mutta se ei tarkoita sitä, että haluaisi pitää itsestään tai hyvinvoinnistaan huolta. Arvottomuuden kokemus voi tulla esiin monella eri tavalla; se saattaa näkyä eristäytymisenä, sosiaalisina pelkoina ja itsensä kokemisena vahvasti erilaisena, kuin muut ihmiset. Monella tällainen arvottomuuden kokemus liittyy myös masennukseen. Mielenterveyden häiriöt saattavat etenkin raittiuden alkuvaiheessa käynnistyä helpommin, kun elämää,

tunteitaan ja suhteitaan koittaa selvittää ensimmäistä kertaa selvin päin (Kanerva 2011: 79.)

Haastateltavien mietteitä puhuttaessa taide- ja kulttuuritoiminnan vaikutuksista omaan hyvinvointiin:

”Mikä tahansa puuhastelu ni antaa niinku, varsinki jos kokis tekevänsä jotai hyödyllistä, ni siitä saa ehkä jonkinäkösen olemassaolo-oikeuden ja sehä on oikeesti semmone juttu, että sä voit olla työttömänä, mennä kapakkaa, verrata sitä siihen et sä et oo tehny yhtää mitää, sitä mä tarkotan sillä olemassaolo-oikeudella.”

”Tää on tärkein asia mun elämässä”

”Kaikki muu katoa kun soittaa, toi on klisee, mut se pätee. On vain nyt.”

”Kama pilas mun aika hyvän nousujohdanteisen uran. Mä olin nii pirun ylpee itsestäni. Mä oon saanu tätä kautta saman ylpeyden takasin, ja oon niin kiitollinen. Sitä kautta mä oon oivaltanu myöskin sen mikä mun tarkoitus on ollu. Pari kertaa oon aatellu, et on mun aika lähtee, sit mä mietin et jumalauta en anna periks. Sit oivaltaa tommosia asioita, et mä oon tärkeä. Työntekijäkin sanoi mulle nätisti, sä oot niin tärkeä meidän yhteisölle.”

”Siin menee semmoseen omaan pikku kuplaansa, kun saa tehdä mistä tykkää.”

”Askartelu oli kyl hitti. Jos tulis joku kurssijuttu, nii lähtisin mukaan, jos palvelu on ilmainen. Pienillä tuilla kun elää nii se on tärkeä.”

”Toi voi selittää sen et mä oon alkanu lukee uudestaan esimerkiks tosi paljon ja näin, ni jotenki tuntuu et on tullu vähä semmonen aikasempi versio itsestään, jollain tavalla vähän kehityskelposempi versio itestään.”

”Aktiivinen tekeminen on vaikuttanu erittäin positiivisella ja myönteisellä tavalla. Jos mulla ei ois tota... nii mä ihan kauhulla ajattelen missä mä voisin olla. Luultavasti mä olisin vankilassa hyvin pitkii tuomioita istumassa.”

”Totta kai se toiminta voi vaikuttaa itsetuntoon. Et sä välttämättä huumeiden käyttöä lopeta, mut se et sä rupeet arvostaan ittees. Kaikkihan lähtee siitä et millasen olon ihminen antaa itelleen olla tai mihin sä tyydyt. Eli kyl taide voi olla voimavara siihen nousemiseen siitä ja mä tiedän et on ihmisiä jotka ei tajuu ku ne kärsii vielä tosta.”

”Mul on aina ollu tosi huono ja heikko itsetunto, tätä kautta ku on tullu tosi hyviä sosiaalisia yhteyksiä ja saanu oikeesti ammattilaisten kanssa vaihtaa ajatuksia ja jopa työskennellä nii se on kyl auttanu.”

”Nimenomaan se et on jotai muuta mielenkiinnonkohteita ku ne päivittäiset ongelmat, et mistä saadaa lisää kamaa tai rahaa ni ois varmaa paljon mielenkiintosempaa seurata ku sä luetki välillä, ja saat jotai uusii ajatuksia.”

”Ero ku yö ja päivä, jos sä et tee yhtään mitään, ja sulla ei oo mitään odotettavaa.”

”Piirtäminen ja tämmönen oli koulussa ihan kivaa, kirjottaminen on ihan kivaa välillä, et mä oon kirjoitettu ihan vaan yksin. Nyt on jääny vähän vähemmäks, ku täs on ollu vastoinkäymisiä. Välillä helpompi kirjottaa ku sanoo, ja puhumalla ei aina löydä sanoja, mut kirjottamalla on jotenki helpompi. Välillä sitä kyl kirjottaa sillon, kun on huonosti asiat, ne tunteet on helpompi saada paperille, saattaa kyl mennä toistekki päin sillee ettei jaksu siitä kirjottaa. Riippuu vähän millasii vastoinkäymisiä.”

”No on siinä ainakin sellanen tietty onnistumisen ilo niissä tietokilpailuissa ja muissa. On se mukava viettää aika yhdessä, et on sillä vaikutuksia elämään ja arkeen.

”Kaikki muu katoa, on vain nyt”

5.2 Yhteisöllisyys

Yhteisöksi luetaan ihmisryhmä, jonka jäsenet ovat keskenään vuorovaikutuksessa ja joita yhdistää jokin yhteinen tehtävä, tavoite tai muu tarkoitus. Yhteisöllisyys eli yhteisöihin ja ryhmiin kuulumisen katsotaan ihmisen perustarpeeksi. Yhteisön jäsenyys perustuu vapaaehtoisuudelle, vaikka poikkeuksiakin on. Pienten lähiyhteisöjen, perheen, kuten työ- tai kouluyhteisöjen ja harrastusporukan lisäksi yhteisö voi olla myös ei-paikallinen, laaja ja muuttuva. Kumpulainen (2004) kirjoittaa, kuinka jokaisella yhteisöllä on kollektiivinen identiteetti, joka heijastuu yhteisön kulttuurissa, toimintatavoissa ja organisaatiossa. Samalla jokaisen yksilön identiteetti vaikuttaa yhteisön identiteettiin. Yksilön identiteetistä puhuttaessa tarkoitetaan siihen puolta minuudesta, joka ilmenee erilaisissa ryhmäjäsenyyksissä ja sosiaalisessa vuorovaikutuksessa. Yksilön identiteetin kehittyminen edellyttää myös muilta saatavaa palautetta ja tulkintaa. Yksilöidentiteetin kannalta keskeistä on säilyttää kokemus minuudesta, sillä jatkuvuuden kautta meille muodostuu käsitys itsestä ja elämän ymmärrettävyydestä, mielekkyydestä ja hallittavuudesta (Kumpulainen 2004.)

D-Asema KTA:lla keskustelut yhteisöllisyydestä olivat me vastaan muut -painotteisia. Haastatteluissa puhuttiin meikäläisistä, vieraista, ja jengeistä. Yhteisöt koostuivat paitsi

viereisestä korvaushoitoyksiköstä, myös päihteidenkäyttäjistä, alkoholisteista, miehistä, naisista, tiettyjen huumausaineiden käyttäjistä, vankilataustaisista ym. Yhteisöt sekoituivat keskenään, mutta jokainen haastateltava koki olevansa osa jotakin Helsingin Diakonissalaitoksen, tai D-Asema KTA:n yhteisöä. Kaikki haastateltavat kokivat olevansa D-Asema KTA:n kävijöinä myös osa yhtä, isoa yhteisöä. Yhteisöllisyyden kokemukset olivat vahvoja, sekä positiivisesti että negatiivisesti. Toisaalta koettiin, että D-Asema KTA:lle kaikki ovat tervetulleita lähtökohdista huolimatta. Syrjinnästä vapaata aluetta ja ajatusmaailmaa tuetaan. Toisaalta, jos paikalle saapuu joku uusi ihminen, mietitään erityisen tarkkaan, miksi, ja mikä on tämän uuden ihmisen mahdollinen motiivi. Moni ei osannut erikseen kertoa, onko yhteisöllisyyteen koitettu kannustaa esimerkiksi työnteekijöiden toimesta. Kuitenkin, taiteesta ja kulttuurista puhuttaessa, yhteisöllisyys hahmottui myös paremmin. Erilaiset projektit ovat luoneet uusia yhteisöjä ja uusia yhteyksiä ihmisten välille. Nämä yhteisöt herättivät myös yllpeyttä - yleensä johtuen siitä, että samat ihmiset jotka kuuluvat esim. ”päihteidenkäyttäjiin” voivatkin tehdä yhdessä jotain muuta, esimerkiksi perustaa yhtyeen.

Haastateltavien mietteitä keskusteltaessa yhteisöllisyydestä:

”Ei oikeen oo tarjottu muuta toimintaa, ei oo semmosii kavereita, tää taitaa olla eka kerta ku ees kuulin et oon mahdollista. Toi ois ollu hyvä et siin ois ollu muitaki meikäläisiä, ja sit mä näin sen minkä ne oli tehny aikasemminki.”

”Oon tutustunut ihmisiin paremmin, keitä samoissa nurkissa pyörii ja sillä tapaa oon oppinu tunteen ja saamaan jonkinlaisia käsityksiä ihmisistä. Ei välttämättä oo ollu ennakkokäsityksiä, mut silti oon oppinut tunteen siinä yhteydessä. Tekemisessä tulee myös eri puolii ihmisistä esiin.”

”Kyl tää meidän porukan bändi saa ylpeeks. En ite lähtis mihkään bändijuttuihin mukaan, niin suuri itseluottamus tai varmuus mullei oo etten lähtis laulamaan kaikkien kuullen. Karaokee on tarjolla mutta en sinnekkään.”

5.3 Osallisuus

Osallisuus ja osallistuminen ovat ajankohtaisia keskustelunaiheita, ja niiden edistäminen on tavoitteena monissa hankkeissa ja projekteissa. Usein kuitenkin jää epäselväksi, mitä osallisuudella tarkoitetaan ja millaista osallistumista pyritään aikaansaamaan. (Nivala – Ryyänen 2013:9)

Satu Viskari, Pekka Lund ja Maarit Avellan (2016) hahmottavat osallisuutta eri rakenteiden kautta. Teorian mukaan osallisuuden voi jakaa neljään osaan: osallisuus yhteisössä, osallisuus yhteiskunnassa, osallisuus omassa elämässä ja ihmisarvot. Osallisuudella yhteisössä tarkoitetaan toimijuuden vahvistamista toisten tukemana, yhteisöllisyyttä, vertaistukea, vapaaehtoistoimintaa, ja esimerkiksi työtoimintaa. Osallisuus yhteiskunnassa tarkoittaa sektorirajat ylittävää tasavertaista kumppanuutta ja toimijuuden edistämistä kapean asiakaslähtöisyyden sijaan. Oman elämän osallisuudella tarkoitetaan ihmisen kuulluksi ja nähdyksi tulemisen tarpeisiin vastaamista, dialogista kohtaamista ja pitkäaikaiseen rinnalla elämiseen perustuva luottamuksen rakentamista, sekä identiteettityön tukemista. Ihmisarvot määritellään seuraavasti: ihmisen fysiologiset perustarpeet, hygieniasta ja perushoivasta huolehtiminen ja turvallisuuden tarpeet (Viskari, Lund, Avellan 2016.)

Ymmärrämme osallisuuden laaja-alaiseksi käsitteeksi, joka kuuluu oleellisesti sosiaalipedagogiseen käsitteistöön kuvatessaan suhteita ihmisen ja yhteisöjen sekä ihmisen ja yhteiskunnan välillä. Kuulumisen tunne ja kokemus omasta itsestään osana yhteisöä ja yhteiskuntaa voidaan katsoa ihmisen hyvinvoinnin perustarpeeksi. Keskustelu osallisuudesta yhdistyy myös pohdintaan liittyen demokratiaan ja sen elinvoimaisuuteen. Kyse ei ole tällöin yksinomaan struktuurien toimintatapoihin liittyvästä asiasta tai kansalaisosallistumisesta. Kyse on siitä, kuinka toisten ihmisten kanssa ollaan yhdessä - minkälaisia suhteita muodostetaan ja miten nämä suhteet koetaan (Nivala – Ryyänen 2013: 10.)

Helsingin Diakonissalaitoksella, taide- ja kulttuuritoiminnan kontekstissa osallisuus voidaan nähdä siten, että kävijöillä on yhtä suuri rooli toiminnan tuottamisessa, kuin ammattilaisilla. Kaikkia kannustetaan aktiivisesti olemaan mukana toiminnan suunnittelussa, toteuttamisessa ja toimintaan osallistumisessa. Kävijöitä kehoitetaan mukaan myös kehitystyöhön. D-Asema KTA:lla osallisuudella on siis paljon tekemistä osallistumisen kanssa. Vaikka näillä kahdella määritelmällä on oma, selkeäkin eronsa, ne voidaan myös nähdä toisiansa myötäilevinä käsitteinä. D-Asema KTA:n kansalaistoiminta pyörii nimenomaan osallistumisen voimalla, oli kyse palveluiden tuottajista, työntekijöistä, vapaaehtoisista tai kävijöistä. Osallistuminen luo osallisuutta ja myös haastatte- luissa osallisuus koettiin nimenomaan osallistumisena. Ammattitaitelijoiden ja kävijöiden yhteistyö herätti arvostusta ja arvokkuuden tunnetta, mutta koettiin myös osallisuutta vahvistavana tekijöinä. Voidaan siis sanoa, että D-Asema KTA:lla osallisuus keskittyy

nimenomaan osallisuuden vahvistamiseen yhteisössä, sekä osallisuuden vahvistamiseen kunkin omassa elämässä.

Haastateltavien ajatuksia puhuttaessa osallisuudesta:

”Oli nii luksusta saada soittotunteja ammattilaiselta. Kyl se tuntu hyvältä.”

”Bändiprojektin kanssa on annettu hyvin pitkälti vapaat kädet, mistä mä nostan kyl hattua ja arvostan ihan yli kaiken”

6 Tutkimuskysymys ja haastattelut

Tutkimuskysymyksen muotoilu oli pitkä prosessi. Kysymys muotoutui tilaajan toiveesta lähteä tutkimaan Helsingin Diakonissalaitoksen järjestämän taide- ja kulttuuritoiminnan vaikutuksia erilaisiin palvelunkäyttäjiin. Hain työharjoittelupaikkaa juuri siitä syystä, että D-Asema KTA keskittyy toiminnan tuottamiseen ja kehittämiseen, ja minua kiinnosti taide- ja kulttuuritoiminta ammatillisesta näkökulmasta. Aihe on myös ajankohtainen esimerkiksi erilaisten hankkeiden ja toiminnan rahoitukseen liittyvien kysymysten myötä. Seuraavassa kappaleessa avaan enemmän opinnäytetyön aiheen, sekä tutkimuskysymyksen muotoutumisen prosessia, sekä tutkimuksen tarpeellisuutta. Lisäksi kerron tarkemmin haastatteluihin liittyvistä prosesseista.

6.1 Kysymyksen muotoutuminen ja aiheen rajaus

Lähdimme pohtimaan tutkimuksen aihetta yhdessä kansalaistoiminnan tuottajan eli D-Asema KTA:n yksikön esimiehen kanssa. Mietimme yhdessä, kuinka D-Asema KTA:lla ei olla tehty aiemmin vastaavaa tutkimusta liittyen taide- ja kulttuuritoiminnan vaikutuksiin. Tämä olisi kuitenkin erityisen tärkeää, koska D-Asema KTA on kansalaistoiminnan ohella taide- ja kulttuuritoimintaan keskittyvä yksikkö. Kuten opinnäytetyössäni on käynyt ilmi, D-Asema KTA:n kävijät tulevat hyvin monesta erilaisesta asiakaskunnasta. Sekä aiheen rajaus, että haastateltavien asiakasryhmien tarkemmin määrittäminen oli tarpeellista. Tutkimuskysymykseksi muodostui: *Miten taide ja kulttuuritoiminta vaikuttavat palvelunkäyttäjien hyvinvointiin Helsingin Diakonissalaitoksen D-Asema KTA:lla?* Haastateltaviksi palvelunkäyttäjiksi rajautuivat päihteidenkäyttäjät, sekä

mielenterveysongelmien kanssa elävät henkilöt. Hyvinvoinnin kokemusten lisäksi päätettiin tutkia sekä kokemuksia yhteisöllisyydestä, että osallisuudesta.

Aiheen ja haastatteluiden rajaus juuri kyseisiin asiakasryhmiin muotoutui sekä ehdotuksesta, että sattumalta. Merkittävä osa D-Asema KTA:n kävijöistä on asiakkaana myös Helsingin Diakonissalaitoksen päihdepalveluissa. Myös ensimmäiset haastatteluista kiinnostuneet kuuluivat päihdepalveluihin. Alkuperäiseen tutkimussuunnitelmaan kuuluivat myös vanhuksien, sekä mahdollisesti maahanmuuttajataustaisten henkilöiden kokemuksia taide- ja kulttuuritoiminnasta. Tämä haastateltavien asiakasryhmien määrä olisi kuitenkin laajentanut työtä liikaa, ja näin ollen tämä olisi voinut haitata tehdyn tutkimuksen laatua. Aiheen rajautuminen spesifiksi ja yksinkertaiseksi antoi mahdollisuuden keskittyä tarkemmin oleelliseen tietoon, ja tuottaa laadullista tutkimusta.

6.2 Tutkimuksen tarpeellisuus

Uuden tiedon tuottaminen tutkimuksen avulla on tärkeää palvelunkäyttäjien kokemusten esiin tuomiseksi ja toiminnan suunnittelun ja kehittämisen tueksi. Tutkimus on tarpeellinen, jotta taide- ja kulttuuritoiminnan tavoitteiden toteutumista voidaan mitata kysymällä tavoitteiden saavuttamisesta niiltä, keneen toiminnan on tarkoitus vaikuttaa.

Sosiaali- ja terveysministeriön raportissa *Taiteesta ja kulttuurista hyvinvointia - Toimintaohjelman 2010 - 2014 loppuraportti* (2015) arvioidaan vuosina 2010 - 2014 toteutetun Taiteesta ja kulttuurista hyvinvointia -toimintaohjelman (Taiku) tuloksia. Raportissa todetaan, kuinka tietoisuus taiteen ja kulttuurin myönteisistä vaikutuksista ihmisen hyvinvointiin on lisääntynyt ja kulttuurilähtöisten menetelmien käyttö yleistynyt. Eri hallinnonalojen rajat ylittävää yhteistyötä on aloitettu eri puolilla Suomea. Kyseinen raportti luovutettiin 16.4.2015 peruspalveluministeri Susanna Huoviselle ja kulttuuri- ja asuntonministeri Pia Viitaselle. Vaikka alueelliset erot ovat vielä suuria, erilaiset taidelähtöiset toimintamuodot sosiaali- ja terveydenhuollossa ovat osoittaneet vaikuttavuutensa. Tämän myötä raportissa perustellaan, kuinka taidetoiminta on otettava vahvasti huomioon tulevaisuuden uudistuksessa, erityisesti ennalta ehkäisevää toimintaa kehittäessä (Sosiaali- ja Terveysministeriö 2015: 48.)

Raportissa esitetään useita eri jatkotoimenpiteitä, joiden avulla jo saavutettuja tuloksia voidaan jatkaa ja vahvistaa. Terveiden ja hyvinvoinnin edistäminen taide- ja kulttuuritoiminnan avulla edellyttää toimivaa yhteydenpitoa järjestökentän, kulttuurialan ja sosiaali-

ja terveyssektorin toimijoiden sekä julkishallinnon kesken. Sosiaali- ja terveyspalvelujen järjestäjätahojen tietoisuus toiminnan vaikuttavuudesta on lisääntynyt huomattavasti ja samalla palvelujen kysyntä on noussut (Sosiaali- ja terveysministeriö 2015: 50.) Tätä tukee myös tutkimustyö ja palvelunkäyttäjien äänen esiin tuominen.

Raportin mukaan palvelujen järjestämisen kannalta huomio on kiinnittynyt palvelujen hankinnan sujuvuuteen, helppouteen ja selkeyteen. On huomattu, että niissä kunnissa, joissa toimiva välittäjätaho kulttuuri-, sosiaali- ja terveydenhuollon palveluiden välillä, palvelujen tuottaminen on helpottunut. Taiteen ja kulttuurin hyvinvointipalvelujen projektimaisesta toteuttamisesta on siirrytty kohti vakiintuneempaa toimintaa. Työtä on kuitenkin edelleen jäljellä, ennen kuin taiteen ja kulttuurin tukemat hyvinvointipalvelut ovat luonteva osa muita palveluita (Sosiaali ja terveysministeriö 2010: 10.)

Opinnäytetyöni tutkimus on tarpeellinen kasvavan taide- ja kulttuuritoiminnan kasvun ja kehityksen vuoksi. Laajuudeltaan pienemmistäkin tutkimuksista saadaan tulevaisuutta varten oikeita käyttäjäkokemuksia, ja toiminnan kehittämistä voidaan jatkaa palvelunkäyttäjän näkökulmien pohjalta. Helsingin Diakonissalaitos kulttuuritoiminnan edelläkävijänä on hieno paikka mitata taide- ja kulttuuritoiminnan vaikutuksia. Käyttäjäkunta on todella monipuolista ja erilaista, ja pienempikin otanta voi kertoa paljon.

6.3 Haastattelut

Haastatteluihin osallistuttiin aikavälillä huhtikuu-kesäkuu 2017. Prosessi käynnistyi hahmottelemalla haastattelurunko teemahaastattelua varten (Liite 1). Kysymykset muotoilin D-Asema KTA:n yksikön esimiehen avustuksella. Eettisen toimikunnan hyväksyvän lausunnon jälkeen, keräsin haastateltavat henkilöt D-Asema KTA:n kävijöistä. Haastatteluiden tiedoksi tapahtui suullisesti, ja kysyin itse kaikilta haastattelusta kiinnostuneilta, haluavatko he osallistua tutkimukseen. Tiedoksiannossa kerroin, mitä varten haastattelut tulisivat käyttöön, millä aikavälillä haastattelut olisivat hyvä järjestää, sekä yleistä tietoa kysymyksen luonteesta ja tutkimuksen aiheesta. Lisäksi osallistuneet saivat luettavakseen sekä minun, että ohjaajani allekirjoittaman saatekirjeen (Liite 2).

6.3.1 Haastateltavien taustat

Opinnäytetyöhöni olen sisällyttänyt haastatteluja yhteensä yhdeksältä ihmiseltä. Kaksi näistä haastatteluista keräsin kulttuuritoiminnan koordinaattoreilta ja vastaavilta. Nämä haastattelut keräsin liittyen Helsingin Diakonissalaitoksen historiaan, toimintatapoihin, arvoihin ja tulevaisuuden suunnitelmiin. Näiden haastatteluiden, tai haastateltavien taustoja en avaa tässä kappaleessa enempää, sillä myös tutkimustulokset keskittyvät palvelunkäyttäjiltä saatuihin haastatteluihin.

Kaikki haastateltavat olivat suomen kansalaisia. Haastateltavista palvelunkäyttäjistä kolme olivat naisia, ja neljä miehiä. Haastateltavat sijoituivat iältään välille 25-60 vuotta. Viisi haastateltavista osallistui haastattelujen tapahtumahetkellä myös Helsingin Diakonissalaitoksen muihin palveluihin. Osa haastateltavista oli osallistunut aiemmin taide- ja kulttuuritoimintaan esimerkiksi toisen järjestön kautta, mutta pääosin haastateltavien kokemukset taide- ja kulttuuritoiminnasta olivat tapahtuneet Helsingin Diakonissalaitoksella. Osa kokemuksista oli kertynyt jo ennen D-Asema KTA:ta. Haastateltavissa henkilöissä oli päihde- ja mielenterveyspalveluidenkäyttäjien lisäksi entisiä asunnottomia, työttömiä ja opiskelijoita.

6.3.2 Haastatteluiden järjestäminen ja dokumentointi

Haastattelut järjestettiin keväällä 2017 D-Asema KTA:lla. Haastattelut nauhoitettiin kunkin haastateltavan luvalla. Haastattelun aluksi varmistin sen, että haastattelutilanteet saa äänittää. Varmistaminen tapahtui sekä suullisesti, että palvelunkäyttäjän allekirjoitettavalla lomakkeella (Liite 3). Haastattelut nauhoitettiin erillisellä nauhurilla, ja nauhoitteet hävitettiin asianmukaisesti haastatteluiden litteroinnin jälkeen. Lisäksi haastatteluiden aikana kerätyt kirjalliset muistiinpanot liitettiin litteroitujen haastatteluiden sekaan. Koska kaikki haastateltavat halusivat säilyä opinnäytetyössä anonyymeinä, sovimme, että en käytä työssäni tunnistettavia tekijöitä haastatteluiden yhteyksissä. Tällaisia tekijöitä ovat esimerkiksi ikä, sukupuoli, siviilisääty, ammatti tai muu status. Tekstissä ei olla myöskään eritelty sitä, mihin muihin Helsingin Diakonissalaitoksen palveluihin haastateltavat osallistuvat haastatteluiden järjestämishetkellä, tai ovat osallistuneet aiemmin. Tästä johtuen myös opinnäytetyöhöni haastattelut ovat kasattu kunkin tuloksia ilmentävän kappaleen loppuun sitaatteina.

7 Tutkimusmenetelmä

Opinnäytetyöni tutkimusmenetelminä käytin teemahaastattelua, sekä havainnointia. Havainnointi tapahtui noin kolme kuukautta kestäneen työharjoittelujaksoni ajalla. Havainnointi tapahtui työnteon ohessa keskusteluin ja tilanteisiin osallistumisena, sekä tilanteiden seuraamisella. Havainnointi tukee keräämiäni haastatteluja erinomaisesti. Menetelmä auttoi myös kartoittamaan suuremman väkijoukon ihmisiä, ja näin ollen kuvaa vaikutuksia monipuolisesti haastatteluiden lisäksi. Havainnoinnin kohteena olivat D-Asema KTA:n kävijät, jotka osallistuivat taide- ja kulttuuritoimintaan, tai olivat mukana suunnittelemassa, järjestämässä ja toteuttamassa toimintaa. Havainnoinnin yhteydessä tapahtuvaa toimintaa olivat esimerkiksi tietokilpailut, karaokehetket, bingo ja muut pelit, musiikkitoiminta, kuten bändiharjoitukset tai ulkopuolisten artistien vierailut, ja teatterityöpajat. Kävijöitä D-aseamalla on usein Alppikadun korttelin sisältä, eri asumispalveluista, opilaitokselta tai korvaushoidosta. Keskustelin kuitenkin myös sellaisten kävijöiden kanssa, jotka tulivat D-Asema KTA:lle kauempaa, tai kävivät siellä harvemmin ja eivät osallistuneet toimintaan säännöllisesti. Toimintaan osallistuminen, sen luoma kuhina, ympäristön eläväisyys ja monipuolinen seura tuntuivat vaikuttaneen kaikkiin paikalla oljoihin, oli toiminnassa osallisena tai ei. Usein sivustakatsojallakin huomasin pienen hymynkareen huulilla, vaikkei hän ollutkaan keskustelussa aktiivisesti mukana.

7.1 Laadullinen tutkimus

Laadullisessa, eli kvalitatiivisessa tutkimuksessa keskitytään usein melko pieneen määrään tapauksia ja pyritään analysoimaan niitä mahdollisimman perusteellisesti. Aineiston tieteellisyyden kriteeri ei näin ollen olekaan sen määrä vaan laatu. Laadullisessa tutkimuksessa tutkija pyrkii sijoittamaan tutkimuskohteensa omaan, yhteiskunnalliseen kontekstiinsä (Eskola – Suoranta 2001: 18.) Tutkijalla on toiminnassaan tietynlaista vapautta, joka tuo myös vastuuta. Laadullisen tutkimuksen toimintatapa antaa hyvin yleisesti ottaen mahdollisuuden joustavaan tutkimuksen suunnitteluun ja toteutukseen. Tutkijalta vaaditaan laadullisessa tutkimuksessa varsin paljon soveltamista, mielikuvitusta ja päättelykykyä, esimerkiksi uusien menetelmällisten tai kirjoitustapaa koskevien ratkaisujen kokeilemistä (Eskola – Suoranta 2001: 20.) Valitsin tutkimustavakseni laadullisen tutkimuksen sen luonteen vuoksi. Laadullisen tutkimuksen myötä pystyin käyttämään

aineiston keräämiseen teemahaastattelua ja keskustelemaan palvelunkäyttäjien kanssa henkilökohtaisesti. Laadullinen tutkimus tarkoittaa myös sitä, että otannan ei tarvitse olla suuri, jaa tärkeää informaatiota voi kertyä paljon pienestäkin määrästä haastateltavia.

7.2 Teemahaastattelu

Teemahaastattelu on keskustelua, jolla on etukäteen päätetty tarkoitus. Se ei ole tavallista arkikeskustelua. Teemahaastattelussa on erittäin tärkeätä, että haastattelun rakenne pysyy haastattelijan hallinnassa. Teemahaastattelujen etu on siinä, että kerättävä aineisto rakentuu aidosti haastateltavan henkilön kokemuksista käsin. Tämän takia valitsin haastattelumenetelmäksi teemahaastattelun (Tilastokeskus n.d.)

Tutkijan etukäteen suunnittelemat ja 'tietämät' vastausvaihtoehdot eivät rajaa kertyvää aineistoa, mutta silti tutkijan etukäteen valitsemat teemat sitovat aineiston käsiteltävään tutkimusongelmaan. Teemahaastattelu voi olla varsin vaativa tiedonkeruumuoto. Sitä edeltää aivan samanlainen tutkimusongelman punnitseminen, kuin kaikkea muutakin tutkimusta. Teemahaastattelussa haastattelutilanteessa esiin nostettavat teemat ovat tarkoin edeltä käsin pohditut ja määritellyt. Joissain tapauksissa teemojen käsittelyjärjestyksellä ei ole ratkaisevaa merkitystä, vaan keskustelun luonteva kulku saa määrätä käsittelyjärjestyksen. Tämä antoi minulle tilaa keskittyä vapaampaan keskustelutilanteeseen haastateltavien kanssa, jolloin heiltä kerätyt haastattelut olivat luontevia ja aitoja kommentteja vaikeisiinkin aiheisiin liittyvistä kokemuksista. Tutkimusongelma voi kuitenkin vaatia sen, että asiat on käsiteltävä etukäteen määrätystä järjestyksessä. Opin näytetyössäni tutkimusongelma, eli toiminnan vaikutusten mittaaminen vaati tiettyä rakennetta haastattelulle. Jotta voitiin keskustella vaikutuksista laajasti, ensin piti keskustella toiminnasta, osallistumisesta ja siitä, mitä eri käsiteltävät aiheet kullekin haastateltavalle merkitsevät (Tilastokeskus n.d.)

Normaalissa, strukturoidussa lomakehaastattelussa tai -kyselyssä pyritään yleensä tulosten vertaamiseen johonkin oletukseen. Tällöin haastateltavien valinta ja lukumäärä perustuvat otantaan. Teemahaastattelussa, jossa kerätty aineisto on puheesta kirjattua tekstiä, haastattelujen määrä on yleensä niin pieni, että normaali otos ja siitä tehdyt oletukset eivät ole päteviä. Juuri siksi teemahaastattelussa haastateltavien valintaan on kiinnitettävä erityistä huomiota. Tutkimussuunnitelmassa on erikseen perusteltava ja kuvattava ne periaatteet, joiden mukaan haastateltavat on valittu. (Tilastokeskus n.d.)

7.3 Havainnointi

Osallistuvalla havainnoinnilla tarkoitetaan sellaista aineiston keruutapaa, jossa tutkija osallistuu tutkimansa yhteisön toimintaan tavalla tai toisella. Tutkijan rooli havainnoitavassa yhteisössä voi olla monenlainen; joskus tutkija osallistuu toimivana yksilönä aitoihin luonnollisiin tilanteisiin, ja joskus tutkija tekee ulkopuolisena henkilönä havaintoja. Usein toiminta on jotain näiden kahden tyypin väliltä (Eskola – Suoranta 2001: 98-99.) Roolini toiminnan havainnoijana tapahtui enemmän osallistuvasti, kuin ulkopuolelta tarkkaillen. Usein havainnointitilanneet järjestyivät ikään kuin huomaamattaan. Tietysti tämä edellytti minulta tutkijan roolissa erityistä herkkyyttä ja tarkkuutta. Havainnoinnin kanssa kohtasin myös paljon eettisiä kysymyksiä, sillä en halunnut havainnoida ketään kertomatta tilanteen luonteesta. Havainnointi työharjoittelun aikana oli kuitenkin pätevä tapa lisätä kävijöiden kokemuksia opinnäytetyön tutkimukseen.

8 Tutkimuksen ja tulosten arviointi

Suurimmaksi kysymykseksi tutkimuksen onnistumisen, sekä tulosten arvioinnissa osoitautui työskennellessä se, miten tutkijan tulee arvioida tunnepohjaisia kokemuksia. Tutkiessa hyvinvointivaikutuksia, sekä kokemuksia yhteisöllisyyden ja osallisuuden toteutumisesta, täytyy muistaa jokaisen yksilön oma käsitys aiheesta. Kuten aiemmissa kappaleissa kävi ilmi, myös eri asiakasryhmien piirteet antavat tietyn viitekehyksen tulosten arvioinnille. Mikä on se konteksti, jossa esimerkiksi päihteidenkäyttäjän hyvinvoinnin voi katsoa lisääntyvän taide- ja kulttuuritoiminnan vuoksi?

8.1 Tutkimuksen onnistuminen

Teemahaastelun ja yleensäkin laadulliseen tekstiin perustuvan aineiston tulkinnassa on kaksi periaatteellista etenemistietä. Toisen mukaan tulkinnassa pitäydytään tiukasti aineistossa ja tulkitaan, sekä analysoidaan vain aineistossa esiintyviä asioita. Tämä tapa on yleistä teksti- ja kertomusanalyyseissa. Toinen tapa on pitää aineistoa lähtökohtana teoreettisille pohdiskeluille ja tulkinnoille, jolloin aineisto on silloin eräänlaisen apuvälineen asemassa (Tilastokeskus n.d.) Laadullisen tutkimuksen ongelmallisin vaihe on

tulkintojen tekeminen, ja tämä liittyy oleellisesti myös tutkimuksen onnistumiseen. Muodollisia ohjeita esimerkiksi haastatteluiden tulkitsemiseen ei oikeastaan ole olemassa. Koska taiteen ja kulttuurin vaikutuksesta hyvinvointiin on paljon materiaalia, onnistuin tulkitsemaan aineistoa myös teorian kautta, liittäen yhteen jo tutkittua tietoa uuden kanssa. Tutkittavien henkilöiden puheissaan kertomat tulkinnat omista tutkittavasta aiheesta edustavat ns. ensimmäisen asteen tulkintaa. Tutkijan tulisi kuitenkin pyrkiä tulkinnassaan juuri tälle teoreettisen ajattelun tasolle. Silloin etsitään teorian avulla mielekkäitä yleisemmällä tasolla toimivia teoreettisia tulkintoja näistä ihmisten itsensä esittämistä ensimmäisen vaiheen tulkinnoista (Tilastokeskus n.d.) Teoria ja haastatteluiden tulokset kulkevat työssä lomittain, tukien toisiaan. Tämä ei ole oleellista paitsi opinnäytetyön rakenteen, myös tutkimuksen onnistumisen kannalta.

Tutkimuksen eri vaiheet onnistuivat myös hyvin. D-Asema KTA:n kävijät suhtautuivat positiivisesti siihen, että pääsisivät vaikuttamaan haastatteluiden kautta taide- ja kulttuuritoiminnan muotoutumiseen. Haastattelutilanteet sujuivat luontevasti, ja haastateltavat olivat rehellisiä ja avoimia, joka helpotti asemaani tutkijana.

8.2 Tutkimuksen eettisyys

Tutkimukseen liittyvät eettiset kysymykset liittyvät lähinnä tiedonkeruuseen, haastateltavien palvelunkäyttäjien ominaisuuksiin, ja omaan rooliini osana työyhteisöä. Helsingin Diakonissalaitoksella tehdään paljon sekä laajempia, että suppeampia tutkimuksia. Tämän vuoksi tutkimuslupiin ja muihin yleensä eettisiksi ongelmiksi luokiteltaviin tekijöihin eivät osoittautuneet haasteellisiksi. Tutkimuksen järjestäminen sujui eettisesti; tutkimusluvut, haastateltavien luvat ja muut oleelliset dokumentit saatiin kerättyä, ja kaikilta saatiin varmistettua, että he tietävät, millaiseen tutkimukseen he ovat osallistumassa. Haastateltavien anonymiteettia oli suhteellisen helppoa tukea tutkimusmenetelmän ja kirjoitusprosessin puolesta.

Kohtaamani eettiset ongelmat liittyivät lähinnä omaan rooliini tutkijana ja työharjoittelijana, sekä haastateltavien palvelunkäyttäjien erityispiirteisiin, kuten päihteidenkäyttöön ja mielenterveysongelmiin. Suhteellisen pitkän ajanjakson vuoksi onnistuin tarkastelemaan toimintaa palvelunkäyttäjän, palveluntuottajan, osallistujan, työntekijän sekä oman tulevan ammattini näkökulmista. Lisäksi työyhteisöön kuuluminen mahdollisti sekä kriittisen ajattelun että kehittämis ehdotukset. Eettinen kysymys tämä on siksi, että

haastattelut järjestettiin työharjoitteluni lopussa. Haastateltavat kävijät olivat tottuneet ja osaltaan tutustuneet minuun työntekijänä ja myös yksityishenkilöinä. Pohdin, kuinka paljon tämä vaikutti käytyihin keskusteluihin ja haastattelutuloksiin. Vaikka haastattelutilanteessa selvensin roolini tutkijana, pitkäaikainen yhteisössä mukana oleminen luo tietyn asetelman minun ja tutkittavien välille. Tämä ei välttämättä ole ongelma tai haaste, mutta huomioitava tekijä tutkijan roolissa.

Pohdin myös sitä, kuinka paljon haastattelukysymykset aiheuttavat haastateltaville ahdistusta. Pysin muotoilemaan kysymykset siten, etten esimerkiksi kysyisi liian henkilökohtaisia asioita niin, ettei haastateltava ehdi valmistautua, ja näin voisi reagoida negatiivisesti. Hyvinvoinnin, yhteisöllisyyden ja osallisuuden kokemuksista puhuttaessa esille voi nousta vaikeitakin muistoja, teemoja ja aiheita. Varmistin haastattelun lopuksi, että haastateltaville ei jäänyt kysymyksiä tai huolia, ja keskustelut saatiin koottua.

9 Tulevaisuus

Kappaleessa käsittelen sekä nykyisen taide- ja kulttuuritoiminnan haasteita, tulevaisuutta, että kehittämisehdotuksia. Taide- ja kulttuuritoimintaa koskevassa kappaleessa esiin nousi se, miten eri toiminta kutsuu erilaisia kävijöitä. Musiikkitoimintaan osallistuivat eniten ne, jotka olivat aktiivisesti harrastaneet sitä myös nuorina. Teatteritoiminta taas houkutteli myös niitä, jotka eivät olleet teatteria aikaisemmin kokeneet. Kuitenkin, kaikille haastateltaville kävijöille taide- ja kulttuuritoiminta oli kuulunut enemmän tai vähemmän osaksi elämää joko lapsuudessa, nuoruudessa tai edelleen aikuisena. Voidaan olettaa, kuinka kaikilla ihmisillä on joku kosketuspinta taiteeseen tai kulttuuriin, joko musiikin, kuvataiteen, teatterin tai kirjallisuuden kautta. Monesti nämä kokemukset ovat kuitenkin jääneet muistoiksi, varsinkin jos toiminta ei ole ollut aktiivista ennen ongelmallista aikakautta kunkin elämässä.

Toiminnan kehittämistä pohtiessani, mieleeni nousi seuraavia kysymyksiä: Miten toimintaan saadaan mukaan ne, joille taide ja kulttuuri ovat uusi osa elämää? Onko heitä,

löydetäänkö heidät, ja innostuvatko he tarpeeksi? Miten vapaaehtoisesta, ei sitouttavasta toiminnasta saadaan mukaansatempaavaa ihmisille, jotka ovat tottuneet nauttimaan fyysisesti esimerkiksi päihteiden kautta, eivät 'henkisesti' taiteen ja kulttuurin kautta? Miten ihminen, joka on turruttanut tunteensa esimerkiksi päihteillä, saadaan omaksumaan uusi tunteiden käsittelemistapa taiteesta ja kulttuurista?

Taide- ja kulttuuritoimintaa tulisi suunnata niille ihmisille, jotka eivät ehkä osaa odottaa saavansa siitä hyvinvointia lisääviä kokemuksia. Taiteen terapeuttinen merkitys on kaunis sille, joka sen tunnistaa ja on joskus kokenut, ja joka tietää mitä elämä voi parhaimmillaan olla. Miten luodaan uusia, tuoreita käsityksiä? Pitäisikö tähän keskittyä enemmän? Kehittämisehdotukseni koskevat yhteisön välistä viestintää, D-Asema KTA:lla tapahtuvan toiminnan esilletuomista, sekä sosiokulttuuriseen innostamiseen ja ammattitaitoon keskittymistä. D-Asema KTA:n kävijät ovat niitä, jotka tarvitsevat tekemistä ja sitoutumista - aktiivista elämää hyvinvointia vähentävien elämäntapojen tilalle. Tällä hetkellä D-Asema KTA toimii turvapaikkana ja olohuoneena monelle päivittäiselle kävijälle. Toisten kävijöiden, sekä työntekijöiden ja vapaaehtoisten kohtaaminen on tärkeää, kuin myös suoja, seura ja tunnelma. D-Asema KTA haluaa kuitenkin kehittää taide- ja kulttuuritoimintaansa ja tämä edellyttää sitä, että toimintaa aletaan viedä niille, jotka eivät siihen ole tottuneet. Tähän tarvitaan esimerkiksi mainitsemaani sosiokulttuurista innostamista, tehokasta viestintää sekä yhteisön sisällä, että ulkopuolella sekä sitouttavampia menetelmiä. Tämä puolestaan vaatii resursseja, jotka eivät aina ole täysin kontrolloitavissa; aikaa ja rahoitusta.

Helsingin Diakonissalaitoksen tarjoama taide- ja kulttuuritoiminta pohjautuu vapaaehtoisuudelle. Selkeimmät merkit hyvinvoinnin kasvusta näkyivät kuitenkin niillä ihmisillä, jotka oltiin saatu mukaan osallistumaan toimintaan säännöllisesti. Miten tämä on onnistunut? Haastatteluiden perusteella, tämä on onnistunut mukaansa tempaavalla asenteella työyhteisöltä, jatkuvasta ja selkeästä viestinnästä, tarjonnan monipuolisuudesta ja vaikuttamisen mahdollisuudesta. Myös ammattitaitoiset ohjaajat, sekä ammattitaiteilijat vaikuttivat siihen, että toimintaan haluttiin sitoutua. Päivittäinen taide- ja kulttuuritoiminnan järjestäminen mahdollistaa ihmisen yhteisöllisyyden ja osallisuuden, sekä antaa tilan ja ajan luovuuden harjoittamiselle. Jotta hyvinvointivaikutuksia voitaisiin tehostaa ja laajentaa isommalle kävijäkunnalle, pelkkä tila ja toiminnan järjestäminen eivät riitä. Sopiva hetki taiteen parissa voi herättää kipinän, mutta tarvitaan ammattilaisia ja vapaaehtoisia, että liekki pysyisi yllä. Matalan kynnyksen vapaaehtoisuuteen perustuvan toiminnan järjestäminen on haaste, jossa Helsingin Diakonissalaitos ja D-Asema KTA ovat

onnistuneet tähän mennessä osoittamaan vahvuutensa. Kaikkea tätä tukee Helsingin Diakonissalaitoksen vahva historia, sekä sen arvot ja tavoitteet antaa apua kaikkia niitä, jotka sitä tarvitsevat. Tulee kuitenkin miettiä, miten taide- ja kulttuuritoiminnan tavoitettavuutta ja kynnyksettömyyttä voisi tehostaa, muuta kun tarjoamalla sitä, ja katsomalla kuka tarttuu mukaan?

Haastateltavien mietteitä liittyen taide- ja kulttuuritoiminnan kehittämiseen:

”Siin ilmoitustaulun päivittäin lukemisessa ja osallistumisessa on tietty kynnyks.”

”Ja sit kun seuraa muiden tekemistä, niin tulee vaan sellainen olo että tätä pitäisi olla vielä enemmän. Mä mietin vaan, et onko sillä tekemistä, missä ne palvelut on, et oisko se sittenkin helpompaa jos ois muualla tai ainaki erilaista.”

”Meil on se sama porukka, joka melkee menee tapahtumasta toiseen. Se on sääli, ku tääl järjestetään toimintaa mut osallistujii ei oo niin paljoo ku vois olla.”

”Nii jos ei oo aikasempaa harrastusta, ni mä en kyl tiedä siit vaikuttavuudesta kieltämättä silloin, et millasta se sit on. Ihminen on viel nii helvetin kilpailullinen elukka et sitä jotenki aina niinku pystyäkseen ees saada jotai positiivisii mielikuvii aikaa ni tarvii jotai.. mm.. ei tullu ajatelleeks et suurimmal osal ihmisistä ei oo mitää taustaa täs.”

” Ois kiva, jos järjestettäis vähä enemmän mielellää just kaikkee tollast tekemistä, koska se auttais monta ihmistä pysyy päihteettömänä, koska monilla täs hoidossa olevilla on just se ongelma, ettei oo mitää tekemistä ja kaikki kaverit on narkkareita. Ni ethän sä nyt loputtomiin jaksa yksin olla, ni sit menee niiden kavereiden luokse ja vaikka on ollu jo kauan ja haluaa olla ilman, mut sä näät et ne vetää, ni tulee se houkutus ja se on vaikee olla sit siin, et tarvii semmosta uutta ystäväpiiriä.”

”En ole osallistunut opiskelijoiden tai muiden sellaisten järjestämään toimintaan, varmaan siksi että jännittää vähän se, että miten ne muut sitten siellä käyttäytyy, niin vähän aina hermostuttaa.”

Voisiko vastaus sekä rahoitukseen, että muihin resursseihin liittyvistä haasteista olla kansalaistoiminnan ja vapaaehtoisuuden kehittämisessä? Mitä enemmän mukaan saadaan toimijoita, sitä enemmän saadaan myös uusia ideoita, visioita ja toiminnan toteuttajia. *Kulttuuriosallistumisen muuttuvat merkitykset* -julkaisussa Jutta Virolainen (2015) kirjoittaa, kuinka kansalaisten kulttuuriosallistumisen lisääminen on noussut viime vuosina uuden kiinnostuksen kohteeksi kulttuuripolitiikassa ja aiheesta on keskusteltu myös tutkimuksen kentällä (Virolainen 2015: 9.) Kansalaisilta löytyy tahtoa osallistua taiteen ja kulttuurin kautta lisäämään ympäristönsä hyvinvointia, ja tästä voitaisiin hyötyä vielä enemmän.

Hyvinvointiyhteiskunnan tulevaisuuden ratkaisevat korkealaatuiset ja innovatiiviset sosiaali- ja terveyspalvelut. Palvelujärjestelmät eivät kuitenkaan yksin riitä takaamaan ihmisten tarvitsemaa tukea elämän eri vaiheissa. Tarvitaan myös toisia ihmisiä. Erityisesti yhteiskunnan unohdetut ihmisryhmät tarvitsevat kokonaisvaltaisten palveluiden lisäksi vahvaa yhteisön tukea saadakseen takaisin ihmisarvonsa ja elämänhallintansa (Virolainen 2015: 11.)

10 Lopuksi

Koko kevään 2017 keskityin taide- ja kulttuuritoiminnan hyvinvointivaikutuksiin D-Asema KTA:lla. Keskittymisen ja tutkimisen myötä aloin pohtia taiteen ja kulttuurin merkitystä myös omassa elämässäni ja arjessani. Oloni on ollut etuoikeutettu - nähdessäni ja kokiessani taidetta ja kulttuuria D-Asema KTA:lla, ja viedessäni siitä palasia ja inspiraatiota mukanani arkeeni, sekä ammatillisuuteeni. Omassa mielessäni, alusta alkaen, taiteen ja kulttuurin vaikutukset hyvinvointiin ovat olleet kiistattomia. Aihe on ollut itselleni erittäin tärkeä, ja voisin sanoa, että tähän asti olen kokenut taide- ja kulttuuritoiminnan vaikutukset jonkinasteisena itsestäänselvyytenä. Näkemys sai uutta ympärilleen tällaisessa ympäristössä. Taiteen ja kulttuurin kokijoita on D-Asema KTA:lla monipuolisesti. Kuten haastatteluistakin käy ilmi, mukana ovat myös he, joille taide ja kulttuuri voivat olla elinehto – se ainut asia, mikä saa sängystä ylös aamulla.

Opinnäytetyön prosessia aloittaessa olin varma siitä, että taide- ja kulttuuritoiminnalla on positiivisia vaikutuksia. Työharjoitteluni aikana, haastatteluissa, jokapäiväisessä toiminnassa, tulosten analyysissä tämä alkuoletus vahvistui entisestään. Taide- ja kulttuuritoiminnalla on selkeitä hyvinvointivaikutuksia ja toimintaa tulee jatkaa, ylläpitää sekä kehittää aktiivisesti. Helsingin Diakonissalaitos kulttuuritoiminnan edelläkävijänä luo tietynlaisen viitekehyksen tutkittavalle aiheelle. Voidaan jopa tehdä oletuksia siitä, kuinka Helsingin Diakonissalaitoksen palveluihin ohjautuvat ihmiset ovat tietoisia konsernin tuottamista mahdollisuuksista, yleisestä hengestä ja toimintatavoista. Taide- ja kulttuuritoiminta on osallistavaa, innostavaa, inspiroivaa ja näkyvää. Toiminta auttaa sekä osallistuvia, että sivusta seuraajia. Toiminta ei vaikuta vain yksilötasolla, vaan myös pienemmissä yhteisöissä, projekteissa, kortteleissa ja asuinalueissa. Taide- ja kulttuuri kuuluu kaikille.

Kaikilla on oikeus luovuuteen, itsensä toteuttamiseen, tarinansa jakamiseen, tuntemiseen, kasvamiseen ja kehittymiseen, uuden oppimiseen ja kauneuteen. Kaikilla on

oikeus määritellä itse, mitä taide tai kulttuuri hänelle merkitsee. Kaikilla on oikeus myös luoda merkityksellisyyttä elämäänsä taiteen ja kulttuurin kautta. Tämän opinnäytetyöni haluan lopettaa lauseeseen, joka jäi mieleeni erään haastattelun jälkeen pitkäksi aikaa. Haastattelutilanne oli vaikuttava, ja yksi voimakkaimmista todisteista siitä, kuinka taide voi toimia pelastajana kaiken kaaoksen keskellä. Lause tiivistää kävijöiden kokemukset taide- ja kulttuuritoiminnasta Helsingin Diakonissalaitoksen D-Asema KTA: lla, tai missä tahansa muualla.

”Se antaa niin hirveesti. Ei se mitään ota, se vaan antaa.”

Lähteet

Eskola, Jari - Suoranta, Juha 2001. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Jyväskylä: Gummerus.

Helsingin Diakonissalaitos 2015. Rohkein mielin kohti tulevaa. Vuosikertomus 2015. Helsinki: Helsingin Diakonissalaitoksen säätiö SR. Verkkodokumentti. <https://www.hdl.fi/images/stories/vuosikertomus_2015/#/article/1/page/1> Luettu 6.4.2017.

Helsingin Diakonissalaitos 2017. Tässä menee raja - Laulu unelmien huomisesta. Verkkokoartikkeli. <<https://www.hdl.fi/fi/ajankohtaista/2551-diakonissalaitos-kokeilee-ja-etsii-rajoja-teatterin-avulla>> Luettu 3.10.2017.

Hietaharju, Päivi - Nuutila, Mervi 2016. Käytännön mielenterveystyö. Helsinki: Sanoma Pro oy.

Kanerva, Eva 2011. Onko elämällä väliä? Puhutaan elämän tarkoituksista. Juva: Ps-kustannus.

Knuuti, Ulla 2007. Matkalla marginaalista valtavirtaan? Huumeiden käytön lopettaneiden elämäntapa ja toipuminen. Yhteiskuntapolitiikan laitoksen tutkimuksia 1/2007. Helsinki: Yliopistopaino.

Kumpulainen, Riitta 2004. Hyvinvointia yhteisöllisyydestä. Artikkelijulkaisussa Mielen-terveys 3/04. Verkkodokumentti. <http://www.aikakauslehdet.fi/content/aikakauslehti_opinnoissa/artikkelipankki/yhteisollisyys.htm> Luettu 5.10.2017.

Mitä mielenterveys on? Verkkoartikkeli. <<https://www.mielenterveysseura.fi/fi/mielenterveysseura/organisaatio-ja-toiminta/strategia/mit%C3%A4-mielenterveys>> Luettu 12.9.2017.

Nivala, Elina - Ryytänen, Sanna 2013. Kohti sosiaalipedagogista osallisuuden ideaalia. Artikkelijulkaisussa Sosiaalipedagoginen aikakauskirja, vuosikirja 2014, vol. 14. Verkkokirjoitus. <http://www.aikakauslehdet.fi/content/aikakauslehti_opinnoissa/artikkelipankki/yhteisollisyys.htm> Luettu 3.7.2017

Raijas, Anu 2008. Arjen Hyvinvointi ja mahdollisuudet sen mittaamiseen. Työselosteita ja esitelmiä. Verkkodokumentti. <https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/152397/Arjen_hyvinvointi_ja_mahdollisuudet_sen_mittaamiseen.pdf?sequence=1v> Luettu 6.8.2017.

Rauhala, Pirkko-Liisa - Simpura, Jussi - Uusitalo, Hannu 2000. Hyvinvoinnin tutkimusperinteet, hyvinvointipolitiikka ja 1990-luvun uudet avaukset. Artikkelijulkaisussa Yhteiskuntapolitiikka 65. Verkkodokumentti. <<http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/100791/003rauhala.pdf?sequence=1>> Luettu 22.10.2017.

Rinta-Panttila, Kirsti 2017. Yhteisökoordinaattori. Helsingin Diakonialaitos. Haastattelu 17.3.

Saari, Juho 2015. Huono-osaiset - Elämän edellytykset yhteiskunnan pohjalla. Helsinki: Gaudeamus.

Sosiaali- ja terveysministeriö 2015. Taiteesta ja kulttuurista hyvinvointia - Toimintaohjelman 2010 - 2014 loppuraportti. Sosiaali- ja terveysministeriön raportteja ja muistioita 2015: 17. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö. Verkkodokumentti.

<http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/125920/URN_ISBN_978-952-00-3578-5.pdf?sequence=1> Luettu 5.9.2017.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos THL 2015. Hyvinvointi. Verkkoartikkeli. <<https://www.thl.fi/fi/web/hyvinvointi-ja-terveyserot/eriarvoisuus/hyvinvointi>> Luettu 8.10.2017.

Vartiovaara, Ilkka 2006. Musiikin valtava voima. Verkkoartikkeli. <http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=onn00010> Luettu 2.7.2017.

Violainen, Jutta 2015. Kulttuuriosallistumisen muuttuvat merkitykset - Katsaus taiteeseen ja kulttuuriin osallistumiseen, osallisuuteen ja osallistumattomuuteen. Verkkodokumentti. <http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/125920/URN_ISBN_978-952-00-3578-5.pdf?sequence=1> Luettu 3.8.2017.

Viskari, Satu - Lund, Pekka - Avellan, Maarit 2016. Erilainen naapuri - Asuinaluelähtöisen ympäristötyön menetelmiä ja kokemuksia. Helsinki: Sininauhasäätiö.

Lehtonen, Jussi 2010. Samassa valossa - Näyttelijäntyö hoitolaitoskiertueella. Hämeenlinna: Avain.

Liite 1. Haastattelurunko

Idong-Eset Saara Efana
Metropolian Ammattikorkeakoulu
Sosionomin KO

Haastattelukysymykset / teemat

Koska haastattelu on teemahaastattelu, ja jokaisen haastateltavan kokemukset määrittelevät kysymyksiä uudelleen, alle listatut teemat ja kysymykset ovat suuntaa-antavia.

Haastateltavan taustan kartoitus:

(Taustan kartoituksen avulla haastateltavia voidaan esim. vertailla opinnäytetyössä ole-massa oleviin tutkimuksiin, teoriaan tai toisiinsa. Näin voidaan myös tehdä laadulliselle tutkimukselle ominaisia yleistyksiä. Yksityistietoja siis ei tulla esittämään tekstissä sellai-senaan.)

- Ikä
- Sukupuoli
- Koulutus tai työtausta
- Tausta (esim. kokemukset ja harrastukset ym. taiteeseen ja kulttuurin liittyen)
- Asumistilanne
- Kansalaisuus
- Onko tällä hetkellä käyttäjä/kuntoutuksessa/korvaushoidossa/muuta
- Mitä muita HDL:n palveluita haastateltava käyttää

Taide- ja kulttuuritoimintaan osallistuminen

- Millaisessa toiminnassa olet ollut mukana?
- Miksi osallistut kulttuuritoimintaan?
- Miten olet aloittanut, tai mitä kautta olet saanut tiedon tästä toiminnasta?
- Kauanko olet ollut mukana toiminnassa?
- Kuinka usein/säännöllisesti osallistut kulttuuritoimintaan?
- Millaista kulttuuritoimintaa sinulle on tarjottu?
- Oletko saanut itse vaikuttaa toimintaan?
- Oletko ollut mukana myös HDL:n ulkopuolisessa kulttuuritoiminnassa?

Kulttuuritoiminnan vaikutukset

- Miten aktiivinen tekeminen tai harrastus on vaikuttanut elämääsi?
- Miten toiminta on vaikuttanut sosiaalisiin suhteisiin?
- Onko esim. alkoholin tai päihteiden käytön luonteessa muutoksia toiminnan myötä?
- Miten koet vaikutukset itsetuntoosi tai minäkuvaasi?
- Oletko kokenut onnistumisen tai epäonnistumisen tunteita?
- Millaisia asenteita olet kohdannut kulttuuritoiminnassa mukana ollessasi?
- Onko näkemäsi/kokemasi taidetoiminta vaikuttanut omiin käsitykseesi ihmisestä? Esim. toisen musiikkiesitys, runo, tarina, piirros, teatteriesitys...
- Onko sinut kohdattu eri tavalla oman esityksesi jälkeen?
- Onko kokemusta yhteisöllisyyden lisääntymisestä korttelin sisäisissä rakenteissa tai sen ulkopuolella?
- Yms.

Liite 2. Saatekirje

Taide-ja kulttuuritoiminnan vaikutukset Helsingin Diakonissalaitoksella

Hyvä Helsingin Diakonissalaitoksen palvelunkäyttäjä,

Haluamme kehittää Helsingin Diakonissalaitoksen taide-ja kulttuuritoimintaa sekä sen rahoitus pohjaa joten mielipiteesi toiminnan vaikutuksista ovat ensiarvoisen tärkeitä. Sosionomiopiskelija Idong-Eset Saara Efana tekee aiheesta opinnäytetyötä. Opinnäytetyö on laadullinen tutkimus, joka toteutetaan yhteistyössä Helsingin Diakonissalaitoksen kansalaistoiminnan kanssa. Opinnäytetyön tutkimuksen tarkoituksena on selvittää taide-ja kulttuuritoiminnan vaikutuksia Helsingin Diakonissalaitoksen palvelunkäyttäjiin. Aihetta tarkastellaan sosiaalipedagogisesta näkökulmasta mm. osallisuuden, yhteisöllisyyden, voimaantumisen ja hyvinvoinnin käsitteiden kautta.

Toivoisimme haastateltavaksi sellaisia palvelunkäyttäjiä, jotka ovat osallistuneet Diakonissalaitoksen taide-ja kulttuuritoimintaan joko pitkäkestoisesti tai kertaluontoisesti. Tutkimusmenetelmänä käytetään teemahaastattelua, sekä havainnointia. Haastattelut ovat yksilöhaastatteluja, ja kaikki haastateltavat jäävät anonyymeiksi. Haastatteluja ei esitetä tekstissä kokonaisuudessaan, eikä esitettuihin kysymyksiin tarvitse halutessaan vastata. Haastattelut nauhoitetaan nauhurilla haastateltavan luvalla, ja nauhoitukset hävitetään litteroinnin jälkeen. Haastattelut tapahtuvat D-Asema KTA:n tiloissa, tai muissa Alppikatu 2 toimitiloissa (esim. bändien käytössä oleva harjoitushuone).

Lisätietoja antaa D-asematoiminnasta vastaava kansalaistoiminnan tuottaja ja D-asemien työryhmien esimies Annina Laaksonen, annina.laaksonen@hdl.fi tai p. 050 466 0212

Keväisin terveisin,

Annina Laaksonen
Kansalaistoiminnan tuottaja
D-asemat

Idong-Eset Saara Efana
Sosionomiopiskelija
Metropolia ammattikorkeakoulu

Liite 3. Asiakkaan suostumuslomake

Tutkimukseen osallistuvilta pyydettävä kirjallinen suostumus

Suostumus tutkimukseen osallistumisesta

Opinnäytetyö: Taide- ja kulttuuritoiminnan vaikutukset Helsingin Diakonissalaitoksella

Tekijä: Idong-Eset Saara Efan

Tulokset julkaistaan HDL:n nettisivuilla sekä esitellään taide- ja kulttuuritoimintaa käsittelevässä seminaarissa. Tutkimuksen tulosten avulla kehitetään taide- ja kulttuuritoimintaa sekä sen rahoituspohjaa.

Minulle on selvitetty yllä mainitun tutkimuksen tarkoitus ja tutkimuksessa käytettävät tutkimusmenetelmät. Olen tietoinen siitä, että tutkimukseen osallistuminen on vapaaehtoista. Olen myös tietoinen siitä, että tutkimukseen osallistuminen ei aiheuta minulle minikäänlaisia kustannuksia, henkilöllisyyteni jää vain tutkijan tietoon, minua koskevaa aineistoa käytetään vain kyseiseen tutkimukseen ja aineisto hävitetään tutkimuksen valmistuttua.

Suostun siihen, että minua haastatellaan (tai havainnoidaan, kuvataan jne) ja haastattelussa antamani tietoja käytetään kyseisen tutkimuksen tarpeisiin. Annan myös luvan minua koskevien asiakirjojen ja dokumenttien käyttöön ko. tutkimuksessa. (Asiakirjat ja muut dokumentit on suostumuksessa yksilöitävä/nimettävä tarkasti toimipisteittäin.) Voin halutessani keskeyttää tutkimukseen osallistumisen milloin tahansa ilman, että minun täytyy perustella keskeyttämistäni tai että se vaikuttaa hoitooni tai asiakassuhteeseeni/työsuhteeseeni.

Päiväys

Tutkittavan allekirjoitus ja nimenselvennys
