

Ilona Tala

KUVATAIDE JA IKÄVAIHEET

Kuvataiteen koulutusohjelma
2018

KUVATAIDE JA IKÄVAIHEET

Tala, Ilona
Satakunnan ammattikorkeakoulu
Kuvataiteen koulutusohjelma
Toukokuu 2018
Sivumäärä: 24
Liitteitä: 0

Asiasanat: taide, kuvataide, hyvinvointi

Tämän opinnäytetyön aiheena on pohtia kuvataidetta ja sen merkitystä ihmisen eri ikävaiheissa. Tekstissä kerrotaan taiteen ja kulttuurin hyvinvointia edistävästä vaikutuksesta. Aktiivinen kulttuuriharrastus on yhteydessä koettuun terveyteen, hyvän elämän kokemuksiin sekä pitkään ikään. Pohdin miten taide koetaan ja miten se näkyy eri ikävaiheissa.

VISUAL ART AND STAGES OF LIFE

Tala, Ilona
Satakunta University of Applied Sciences
Degree Programme in Fine Arts
May 2018
Number of pages: 24
Appendices: 0

Keywords: art, visual art, well-being

The subject of this thesis is to contemplate visual art and its meaning for humans during the different stages of life. In this text the improving effect of art and culture towards well-being is discussed. It is also discussed how cultural activities are connected to self-reflected health, feeling of having a good and a long life. I will reflect how art is experienced and how it is shown in different stages of life.

SISÄLLYS

1 JOHDANTO.....	5
2 IKÄVAIHEET.....	7
2 LAPSUUS.....	8
3 NUORUUS.....	10
4 AIKUISUUS.....	13
5 VANHUUS.....	16
6 HAASTATTELU.....	18
LIITTEET	

1 JOHDANTO

Olen viime aikoina kiinnostunut ihmisen hyvinvoinnista, fyysisestä ja henkisestä. Olen pohtinut mitkä tekijät vaikuttavan hyvään ja pitkään sekä monipuoliseen ja onnelliseen elämään. Omista kokemuksistani olen huomannut, että hyvinvointia on monenkaltaista ja että siihen voi vaikuttaa monella tavalla. Fyysinen hyvinvointi on hyvinvoinnin osa-alue, jonka ihmisestä välittyy helpoiten. Fyysisestä hyvinvoinnista on yksinkertaisempi pitää huolta, esimerkiksi liikunnalla ja ruokavaliolla. Henkinen hyvinvointi on hieman vaikeammin havaittavissa ja määriteltävissä. Jokainen voi vaikuttaa omaan kokonaisvaltaiseen hyvinvointiinsa tasapainoisella elämällä. Tasapainoisen elämän peruspilarina on työn ja vapaa-ajan tasapainottaminen.

Tekstissä kerrotaan taiteen ja kulttuurin hyvinvointia edistävästä vaikutuksesta ja että aktiivinen kulttuuriharrastus on yhteydessä koettuun terveyteen, hyvän elämän kokemuksiin sekä pitkään ikään. Tekstissäni pohdin kuvataiteen merkitystä ihmisen elämässä eri ikävaiheissa. Pidän tärkeänä asiana, että ihmisen ikävaiheet otetaan huomioon. Ikävaiheet kuitenkin määrittelevät paljolti elämäntilannettamme ja silloista ajatusmaailmaamme. Usein taiteen hyvinvointivaikutuksista puhutaan vain yleisesti, eikä ihmisen ikää ja elämäntilannetta oteta huomioon. Se miten ihminen kokee taiteen tai tekee taidetta, on hyvin erilaista nuorella yläkouluikäisellä kuin vanhainkodissa elävällä vanhuksella. Taiteella on vaikutuksia ihmisen kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin, niin fyysiseen kuin henkiseen. Ihminen tarvitsee jokapäiväiseen elämäänsä taidetta ja yhteyttä omaan luovuuteensa koko elämänsä ajan. Kulttuuri ja erilaiset taide-elämykset kuuluvat olennaisena osana ihmisen kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin.

Tekstini toisessa luvussa käsittelemme ihmisen ikävaiheita lapsuudesta vanhuuteen. Milloin ikävaiheet ovat ja mitä niissä tapahtuu? Ikävaiheissa tärkeää on jatkuva kehitys ja vaihteleva elämäntilanne, kuten puberteetti, perheen perustaminen tai muuttaminen vanhainkotiin. Kolmannessa ja neljännessä luvussa käyn läpi lapsuutta ja nuoruutta: Millainen lapsi on ja millaisia ovat lapsen ensimmäiset kosketukset taiteen parissa. Miten nuori voi hyödyntää taideharrastustaan oman identiteettinsä kehittämisessä ja ajatusten purkamisessa? Aikuinen voi taideharrastuksellaan lievittää kiirei-

sen arjen tuomaa stressiä ja käsitellä omia henkilökohtaisia ongelmiaan. Kuudennes-
sa luvussa käsittelen vanhuutta ja taideharrastuksen tuomaa iloa ja perusvoimaa.

Kuvataide. Mitä se edes on? Mihin sitä tarvitaan? Kuvataiteen perinteisiä lajeja ovat kuvanveisto, maalaus, piirustus, taidegrafiikka ja valokuvataide. Kuvataide on silmin havaittavia elementtejä, väriä, valoa, muotoja, sommittelua ja ulottuvuuksia, sekä nykyään usein myös ääntä. Kuvataide on tapa nimetä ja kuvata maailmaa tavoin, johon on muilla keinoilla vaikea päästä. Taiteen avulla käsitellään kysymyksiä, joihin ei ole olemassa lopullisia vastauksia. Kuvataiteella on rajattomasti eri ilmaisumuotoja ja tekniikoita. Ennen kaikkea kuvataide on toimintana luovaa ja intuitiivista. Kokemuksena kuvataide on aina yksilöllistä ja henkilökohtaista. Taiteen kokemisessa tärkeitä on se, että kaikki tunteet ovat sallittuja. Ei ole hyvää eikä huonoa taidetta, ei oikeaa tai väärää tapaa kokea sitä. Taiteen kenttä on tällä hetkellä niin monipuolinen, että jokainen löytää sieltä jotakin kiinnostavaa ja puhuttelevaa. Tärkeintä on kokijan oma kokemus.

Nykyaikaisessa yhteiskunnassa, jossa ihannoidaan suorittamista ja jossa kuluttamisesta, kannattavuudesta ja kilpailusta on tullut pääasia, ihmiset eivät välttämättä enää ehdi kokea ympäristöään tai itseään. Vietämme paljon aikamme töissä ja töistä tultuamme istumme väsyneenä sohvalla ja katsomme passiivisena televisiota tai hoidamme kiireisenä kotitöitä. Monet ovat tulleet riippuvaisiksi sosiaalisesta mediasta, mikä saattaa kadottaa ajantajun.

Koska taidetta ei voi suorittaa, siksi sen merkitystä nykyisessä hetkessä, tehokkuutta arvostavassa maailmassa, ei voi liikaa korostaa. Taide luo vastavoimaa elämän ka-
ventumiselle. Se pitää yllä monipuolista ihmiskäsitystä. Taiteen sivistyshistoriallinen tehtävä on yhtä tärkeä kuin ennen menneinä aikoina, mutta vain uusissa oloissa. (Bardy, Haapalainen, Isotalo & Korhonen. 2007, 32.)

Mistä ja miten taide on tullut elämäämme ja miksi on kysymys, jota usein pohdin. Miten ihmiset historiassa ovat kokeneet taiteen ja miten se on vaikuttanut heihin ja silloiseen kansaan? Jo evoluutiotamme tarkastellessamme muistamme luolamaalaukset, joista vanhimmat on tehty noin 25 000 vuotta ennen ajanlaskun alkua. Ensimmä-

mäiset taide-esineet on tehty jo noin 30 000 vuotta ennen ajanlaskun alkua. (Honour & Fleming. 2012, 35-39.)

Kuvataidetta arvostettiin yhteisöissä, sillä se oli luovaa, innovatiivista ja opettavaista. Jo kauan ennen kaupankäyntiä ihmiset ovat harjoittaneet taidetta. Taide on ollut tärkeä eloonjäämistalusteluissa ja yhteistyön kehityksessä. Kuvat, tarinat, laulut ja tanssi ovat olleet tärkeä osa erilaisia seremonioita ja rituaaleja. Naamiot ja toteemit ovat olleet tärkeä osa kulttuuria ja siirtyneet sukupolvelta toiselle. Muinoin kerrotut tarinat ovat muuttaneet muotoaan tähän päivään tultaessa. Tämän päivän tarinat ovat lasten äänisatukirjoja ja nettikirjaston romaaneja. Kuvataiteen muuttumisessakin on siis tapahtunut radikaaleja muutoksia. Mikäli kuvataidetta ja kuvataiteilijoita ei olisi pidetty tärkeinä esihistoriallisella kaudella, evoluutio olisi tehnyt heistä tarpeettomia. Taiteen olemassaolo on todiste siitä, että ihmiset haluavat olla vuorovaikutuksessa ympäristönsä kanssa. Taiteella on yhteiskunnassamme laajempikin tehtävä, kuin vain tuottaa esteettistä mielihyvää.

2 IKÄVAIHEET

Ihmisen elämä jaetaan eri ikävaiheisiin. Ikävaiheet jaetaan kronologisesti ihmisen iän ja kehityksen mukaan. Ikävaiheita ovat lapsuus, nuoruus, aikuisuus ja vanhuus. Lapsuus voidaan jakaa vielä vauva-, leikki-, ja kouluikään. Ensimmäisen elinvuoden aikana lapsen fyysisessä kehityksessä tapahtuu suuria muutoksia. Lapsen fyysisen kehityksen myötä hänen motoriikkansa paranee. (Saarniaho, Lapsen fyysinen ja motorinen kehitys. 2005.) Tällöin lapselle usein annetaan esimerkiksi puuvärit ja lapsi saa ensimmäistä kertaa nähdä oman kätensä jäljen. Lapsuus alkaa syntymästä ja loppuu noin 12 ikävuoden kohdalla, jolloin siirrytään nuoruuden ikävaiheeseen.

Nuoruudessa on varhais-, keski- ja myöhäisnuoruus. Nuoruus on ihmiselle hämmäntävä ja tunteidensekainen vaihe elämässä. Tässä ikävaiheessa nuori käy läpi erilaisia haasteita ja kriisejä, joista yksi on identiteettikriisi, jolloin nuoren minäkuva muodostuu. Oman kehon muutokset aiheuttavat myös hämmennystä ja epävarmuutta. Sosiaaliset suhteet muuttuvat. Ikätovereista tulee entistä tärkeämpiä ja vanhempien merkitys vähenee. Nuori alkaa tehdä yhä enemmän omaa elämää ja tulevaisuuttaan kos-

kevia päätöksiä, jotka ovat reitti kohti aikuisuutta. (Saarniaho, Nuoruuden psykososiaalinen kehittyminen. 2005.)

Nuoruuden jälkeen tulee aikuisuus. Aikuisuus on ikävaiheista pisin ja tasaisin, jos sitä verrataan esimerkiksi nuoruuteen, jolloin muutokset ovat suurimpia. Aikuisuuskin on jaettavissa varhaisaikuisuuteen ja keski-ikään. Aikuisuus on itsenäisen aikakauden alku, jolloin ei enää olla riippuvaisia omista vanhemmista. Aikuisuuteen liittyviä keskeisiä haasteita ovat parisuhde ja oman perheen perustaminen. Perheen perustamisen myötä tulee suuri vastuu – vastuu parisuhteesta, lapsista, työstä ja omasta hyvinvoinnista. Aikuisuuteen kuuluvat tietyt kriisit, kuten ikäkriisi, mutta sitä ei esiinny kaikilla. Ikäkriisi tulee yleisemmin keski-ikässä, kun huomataan oman elämän rajallisuus ja että ei ole tullut toteutetuksi nuoruuden haaveitaan. Voimme huomata monella viidenkymmenen villityksen. Tällä villityksellä pyritään kieltämään oma vanheneminen. (Saarniaho, Psykososiaalinen kehitys aikuisuudessa. 2005.)

Vanhuus alkaa noin 65 ikävuodesta. Tällöin myös jäädään pois työelämästä eli jäädään eläkkeelle. Tämä muutos on suuri ja vaikuttaa ihmiseen kokonaisvaltaisesti. Sosiaalinen elämä kapenee, sillä työyhteisö on jäänyt päivittäisestä elämästä pois. Elämään voi jäädä suuri aukko, koska päivittäin ei enää mennäkään työpaikalle, vaan jäädään kotiin. Tällöin mukaan olisi hyvä ottaa jokin itselle mieleinen tai vaikka aivan uusi harrastus, jossa on tarpeeksi haastetta ja joka olisi itselle mielekästä ja jossa saisi tavata ihmisiä, ja näin saada elämään lisää sosiaalisia vuorovaikutussuhteita. Vanhuudessa toiminnot ja suorituskyky heikkenevät. Esimerkiksi kuulo, näkö ja verenkierto heikentyvät. Vanhuudessa fysiologisten muutosten myötä ihmisen aivojen ja hermoston toiminta muuttuu, jolloin myös muistin toiminta heikkenee ja aistit epätarkentuvat. (Saarniaho, Vanhuuden kognitiivinen kehitys. 2005.)

2 LAPSUUS

Nykypäivänä lapsen ensimmäiset kosketukset kuvataiteeseen ovat satukirjojen kuvitukset ja syötävät sormimaalit. Aina ei kuitenkaan muisteta, että kuvitukset ovat kuvataidetta, vaikka kuvitustaiteella on merkitys lapsuudessa ja muistoissa myöhemmin elämässä. Satukirjojen kuvitukset voivat lapsuudessa olla pohja muuhun kuvataiteel-

liseen työskentelyyn värityskirjojen lisäksi. Satukirjoista tutut prinsessat, eläimet, lohikäärmeet ja autot ovat lapsille kiinnostavia aiheita, joita voidaan käyttää malleina, kun piirretään. Kuvataide tulee lapsen elämään virikkeenä. Lapsi pitää piirtämistä, maalaamista ja muovailua hauskana puuhailuna. Kuvataide virikkeenä on lapselle hyvin kehittävää toimintaa sekä fyysisen että psyykkisen kehittymisen kannalta. Hienomotoriikan kehittyminen merkitsee lapselle yhä tarkempia ja hallitumpia tuotoksia samalla kun oma ajattelu ja mielikuvitus kehittyvät.

Luovuus voi ilmetä erilaisena lahjakkuutena tai taiteellisuutena. Lapsi on luonnostaan luova, etsivä ja kokeileva. Lapsi havaitsee ympäristöään ja nauttii uusien esineiden ja taitojen löytämisestä ja niiden suomista mahdollisuuksista. Kokeilu ja syyseuraussuhteiden löytäminen on luonnostaan uteliaalle lapselle kehittävää ja opettavaista puuhaa. Lapsi oppii kokeilemalla ja tekemällä. Kuvataiteen tekeminen on lapselle usein mielekästä ja leikkisää puuhaa. Lapsille kuvataide on hauskanpitoa: on hauskaa pelata väreillä ja kokeilla mitä hulluimpia asioita ilman rajoituksia. Luovuuden kautta myös lasten myönteiset tunteet itsestään ja ympäristöstään lisääntyvät. Luovat taidemuodot, muun muassa sadut ja tarinat antavat lapselle tärkeää ”polttoainetta” tunne-elämän ja ajatusmaailman kehittymiseen. (Bardy ym. 2007, 173.)

Lapsille suunnatut taidekurssit ovat yleinen muoto harrastaa kuvataidetta. Erilaisilla kursseilla lapset saavat askarrella, piirtää, maalata ja muovaila. Kursseilla lapset saavat mahdollisuuden tutustua uusiin taiteellisiin toimintatapoihin ja myös harjoitella sosiaalisia vuorovaikutussuhteita. Olen itse opettanut lapsille kuvataidetta, jossa tehdään juuri edellä mainittuja asioita. Opettajan näkökulmasta taiteelliset sosiaaliset hetket ovat merkittäviä lasten kehityksen kannalta. Tunneilla tapahtuva taiteellinen hauska työskentely näkyy lasten innostuksena ja uskomattomana keskittymisenä.

Olen huomannut lapsissa isoa kehitystä kun esimerkiksi sekoitetaan kahta maalia ja yllätetään uudesta väristä! Samoin saksien käyttämisen oppiminen luo uusia mahdollisuuksia käyttää työvälineitä. Tunneilla lapset ovat oppineet sosiaalisia vuorovaikutustaitoja: kuinka tehdään työtä yhdessä, lainataan kynää toiselle ja puhutaan mitä päiväkodissa on tänään tehty. On ollut myös hienoa kuulla kun lapsi, joka ei ole ennen erityisemmin välittänyt maalaamisesta ja askartelusta, nyt pyytää kotona, että

saisiko hän piirtää. Opettajana koen tällöin onnistuneeni innostamaan lapsia toteuttamaan itseään ja he ovat huomanneet oman toimintansa merkityksen.

Itse muistan kun olin lapsena mummulassa hoidossa, kun vanhemmat olivat töissä. Muistan kuinka piirsin mummulassa pappani kanssa hevosia ja pappa lauloi. Nyt olen tätä kirjoittaessani miettinyt, kuinka ne silloiset hetket ovat vaikuttaneet itseeni. Suurin vaikutus on varmasti se, että olen saanut rakkaita muistoja papastani, joka on nyt poissa keskuudestamme. Piirtäessä pappa opetti, miten hevoselle piirretään korvat ja millaisia erilaisia otsamerkkejä hevosen päässä voi olla ja mitkä ovat niiden nimet. Muistot papasta, mummulasta ja onnellisesta lapsuudestani ovat kiteytyneet juuri tuohon muistoon, kun piirsin hänen kanssaan. Uskon, että nämä muistot ovat olleet määrittämässä tulevaisuuttani ja ammatinvalintaani.

3 NUORUUS

Nuorten kuvataidekokemukset painottuvat usein koulun kuvataidetunneille ja vapaa-ajan kuvataideharrastuksiin. Koulussa taito- ja taideaineet auttavat nuoria jaksamaan. Nuorelle koulupaineet ja vaatimukset saattavat olla haastavat ilman taideaineiden luomaa vastapainoa. Koulujen taideaineet tuovat koulumaailmaan kaivattua tunnekasvatusta ja sen vuoksi taideaineet ovat kouluissa erityisen tärkeitä. (Nikkola, Rautiainen & Räihä. 2014, 222). Taito- ja taideaineet tuottavat hyvinvointia. Taideaineiden tuottama hyvinvointi perustuu omilla käsillä tekemiseen. Omien tunteiden purkaminen omin käsin tuottaa hyvinvointia. Se on haasteiden voittamista ja omien tunteiden käsittelyä ja purkamista. Taito- ja taideaineet lisäävät onnistumisen tuntemuksia ja lisäävät nuorten motivaatiota. (Yle. Uutiset, Kulttuuri, Taito- ja taideaineet tuottavat hyvinvointia ja onnistumisia. 2014.)

Koulussa en ole ollut mitenkään erityisen lahjakas ja hyvä. Yläkoulun kuvataiteen tunneilla kuitenkin koin, että olen hyvä jossakin koulun oppiaineessa ja josta sain rakentavaa ja positiivista palautetta. Nuorelle tärkeää on kokea onnistumisen tunteita kouluelämässä. Opettajien pienikin kehu ja kannustus voi olla oppilaalle tärkeä oppimisen, asenteen ja itsetunnon kannalta. Nuoret haluavat opettajilta aikaa ja huo-

miota. He haluavat positiivista ja rakentavaa palautetta, eivät halveksuvaa ja vähättelevää kommentointia.

Otin yläkoulussa ja lukiossa paljon ja monipuolisesti kuvataiteen kursseja ja suoritin kuvataiteen lukiodiplomin. Taide on ollut minulle koko ikäni intohimoinen harrastus. Vasta lukion lopulla kuitenkin uskalsin kokeilla lahjojani vakavammin ja määrätietoisemmin ja päätin pyrkiä taidekouluun. Otin suuren riskin ja se kannatti. Se, että sain kannustusta niin kotona kuin koulussa rohkaisivat ja kasvattivat itsevarmuuttani niin, että uskalsin edes pyrkiä taidekouluun. Koen, että nuorelle varsinkin kannustus ja onnistumisen tunteet ovat erittäin tärkeitä oman hyvinvoinnin ja tulevaisuuden kannalta.

On hienoa tunkea onnistumisen tunteita, kun on nähnyt tunteja vaivaa jonkin itselle miellyttävän ja tärkeän asian parissa. Myös oman kehittymisen oivaltaminen luo positiivisia tunteita: onnen ja itsevarmuuden tunteita, kun kaikki työ ei ole mennyt hukkaan. Kehittyminen on aina yksilökohtainen prosessi, johon vaikuttavat monet sisäiset ja ulkoiset tekijät. Joskus omaa kehittymistä ei huomaa tai kehitys ei tule heti, tällöin nuori ihminen turhautuu tai mielenkiinto omaa tekemistä kohtaan hiipuu. Tämä oman kuvataiteellisen kehityksen tuominen esiin on noussut viime aikoina Instagramissa melkein hitiksi. Nuoret ylpeänä esittelevät omaa kuvataiteellista kehittymistään sosiaalisessa mediassa. He julkaisevat kuvia piirustuksistaan, joiden tekoväli on esimerkiksi pari vuotta. Näistä kuvista ilmenee heidän kehityksensä. Sosiaalisessa mediassa saatu positiivinen palaute ja ihailu ovat nuorelle nykyään tärkeää. Sosiaalisessa mediassa yleisöltä saatu palaute, vertaispalaute, voi olla nuorelle tärkeämpi kuin esimerkiksi joltakin läheiseltä, vaikkapa sukulaiselta saatu palaute.

Lapsi on jo pienenä tietoinen itsestään. Todellista ja laadullista kuvaa itsestään ihminen alkaa vasta muodostaa nuoruusiässä. Identiteetillä tarkoitetaan yksilöllistä käsitystä omasta itsestä ”Kuka minä olen?”. Identiteetin kehittyminen on aina kuitenkin yksilöllinen kasvuprosessi. (Lehtinen, Kuusinen & Vauras. 2007, 26.) Kuvataide voi toimia nuorella oman identiteetin rakentajana. Käsitys itsestä kehittyy kasvun myötä ja syvenee itsetuntemuksen kasvaessa. Se vahvistuu sitä mukaa, kun nuori löytää luontevan tavan olla oma itsensä ja ilmaisutapansa. Itselle sopiva ilmaisutapa löytyy kokeilun ja oman henkilökohtaisen kokemuksen kautta. Nuorena koetaan minäkuvan

muodostuminen. Minäkuvan muodostumisessa taide ja kulttuuri voivat olla apuna. Taiteen tekeminen ja kokeminen ovat hyviä ja varteenotettavia tapoja tutkia itseä ja oppia uutta. Taiteesta ja kulttuurista voi löytää hyviä harrastusmahdollisuuksia, joiden avulla nuori voi rakentaa ja kehittää omaa identiteettiään.

Kuvataide on monelle nuorelle intohimoinen harrastus, jonka parissa kasvetaan ja kehitytään. Kuvataide on aina itseilmaisua, joka kertoo jotakin tekijästään. Itseilmaisus on tunne-elämän tiedostamisen prosessi. (Nikkola ym. 2014, 223). Usein nuoria kiinnostava ilmaisutapa on sarjakuva, joka on helppo tapa kuvata erilaisia asioita ja tapahtumia muutaman pienikokoisen kuvan avulla. Kun koulussa tai kursseilla kysytään, mitä nuoret haluaisivat tehdä, vastaus on usein vapaa-aiheinen työ, mikä ei aina välttämättä ilahduta opettajia. Nuoret haluavat vapaasti valita työnsä aiheen ja toteutustavan. Se kertoo oman ilmaisun voimakkuudesta, ja nuori yleensä tietää, mitä aihetta haluaa käsitellä. Vapaata aihetta käsitellessään nuoret ovatkin luovimmillaan, sillä mitään tekniikkaa ja toteutustapaa ei ole ennalta rajattu. Tällöin nuori voi päästä sellaiselle luovuuden ja ajattelun tasolle, jolla ei ole aiemmin ollut.

Mielenterveys on hyvinvoinnin tila, jossa ihminen ymmärtää omat kykynsä, selviää elämän normaaleista vaikeuksista ja pystyy tekemään työtä. Psykkisen terveyden tunnistettavuus on paljon haastavampaa kuin fyysisen terveyden. (Bardy ym. 2007, 174). Sairastuminen psyykkiseen sairauteen tai traumaattisten kokemusten kokeminen ei katso henkilöä tai aikaa. Aina sairastumisesta ei selvitä yksin, vaan tarvitaan ammattihenkilön apua. Yhä useammalla nuorella on tänä päivänä todettu mielenterveyshäiriöitä. Yleisimpiä mielenterveyden häiriöitä ovat masennus ja ahdistuneisuushäiriöt.

Psyykkisten häiriöiden hoitoon soveltuvat myös luovat menetelmät, jossa taiteellinen ilmaisu on avain terveyden edistämiseksi. Tällaisissa hoitomuodoissa potilas ilmaisee itseään taiteellisin keinoin ja toteuttaa tämän terveitä puoliaan. Maalaaminen ja muovailu auttavat vaikeiden aiheiden laittamista muotoon, jolloin niistä puhuminen olisi helpompaa. (Bardy ym. 2007, 174-175). Taiteet toimivat ennaltaehkäisevästi mielenterveyshäiriöiden syntymiseen. Taiteellisen työskentelyn avulla jokainen ihminen, niin nuori kuin iäkäskin, voi käsitellä itselle vaikeita asioita ja purkaa niitä kuvin,

värein ja sanoin. Taiteet ja kulttuuri on koettu isoksi osaksi hyvinvointia, sillä ne myös ehkäisevät syrjäytymisriskiä.

4 AIKUISUUS

Hyvinvointi merkitsee eri ihmisille erilaisia asioita. Toisille hyvinvointia on fyysinen terveys ja hyvä ruokavalio, toiselle hyvinvointi merkitsee sosiaalista vuorovaikutusta ja itsensä toteuttamista. Työn ja vapaa-ajan tasapainoinen suhde muodostaa ison osan ihmisen kokonaisvaltaisesta hyvinvoinnista. Työ vaatii rinnalleen vapaa-aikaa. Vapaa-aikaa voi olla omat rauhoittumisen hetket mielenkiintoisen kirjan kanssa, luovat hetket maalauspuhjan äärellä tai vaikkapa hengästyttävä liikunta. Omasta hyvinvoinnista huolehtiminen on hyvän elämän perusedellytyksiä. Omaa hyvinvointia voi edistää monella tavalla, esimerkiksi ruokavaliolla, liikunnalla ja riittäväällä unensaannilla, mutta myös kulttuurilla, huumorilla ja riittäväällä vapaa-ajan määrällä.

Pisin elämänjaksoista on aikuisuus. Aikuisuudessa käsitys omasta itsestä ja ympäristöstä muuttuvat. (Lehtinen ym. 2007, 31). Työn, perhe-elämän ja vapaa-ajan muuttuvat toimintaympäristöt vaativat yksilöltä sopeutumista. Aikuisiällä työelämän paineet saattavat olla hyvinkin suuret tai työ on muuten vaatimustasoltaan hyvin korkea. Nykyään yhä useampaa ihmistä uhkaa työttömyys ja työnsaanti saattaa olla vaikeaa. Perhe ja siihen liittyvät asiat kuten, lapset, koti, talousasiat ja muu arjen pyörittäminen ovat stressiä lisääviä asioita. Kiireen keskellä ja sen vastapainoksi moni valitsee taiteellisen harrastusmuodon, joka tuo sisältöä elämään ja uusia voimavaroja. Erilaisia taiteellisia harrastusmuotoja ovat esimerkiksi kuvataide, musiikki, teatteri ja tanssi.

Moni aikuinen on harrastanut kuvataidetta lapsuudestaan lähtien eikä halua luopua harrastuksestaan aikuisenakaan, vaan haluaa säilyttää taitonsa ennallaan ja parantaa sitä. Harrastus voi olla myös jotakin, josta on haaveillut jo kauan, esimerkiksi maalaus, mutta ei ole uskaltanut tai saanut mahdollisuutta kokeilla sitä. Aikuisille yleinen ja helppo paikka harrastaa kuvataidetta ja kokeilla uusia asioita ovat kurssit työväenopistoissa tai kansalaisopistoissa, joihin on matala kynnys mennä kokeilemaan omia mielenkiinnon kohteitaan. Monet myös tekevät taidetta yksin kotonaan. Kuvataiteen

merkitys aikuisiällä on ihmiselle moninainen: harrastus, elämäntapa tai sosiaalinen tapahtuma.

Kulttuuriharrastuksen myötä itsetunto ja sosiaaliset verkostot vahvistuvat. Erilaiset taiteelliset kurssit ovat monelle aikuiselle ihmiselle henkireikä elämässä. Kun ihminen tietää, että aina tiettyinä päivinä ja kellonaikana pääsee taas luomaan jotakin omilla käsillään, ja tuomaan osan itsestään tai muistoistaan omaan teokseen, on se hyvin voimaannuttava kokemus. Työskentelyprosessin aikana teokseen liittyvät asiat voivat tulla muistoista, hyvin onnellisista lapsuuden muistoista. Omiin teoksiin saattaa heijastua myös elämän dramaattisia asioita ja jopa traumaattisia muistoja.

Taide on tapa purkaa omia ongelmia ja saada niitä järjestykseen, jäsentää omaa ajattelua. Taideharrastuksessa oleva työ on prosessi, joka alkaa ideasta tai ajatuksesta. Työn aloittamisen ja valmiin työn välissä tapahtuu eri tunteita sekoittava prosessi, joka saattaa olla hyvinkin vaikea ja tunnepitoinen. Käsiteltävänä saattaa olla hyvin vaikeita asioita, kuten sairastuminen, työpaikan menettäminen tai läheisen poismeno. Surua ja menetystä voidaan taiteen avulla helpottaa tai käsitellä. Surullisten tai vaikeiden asioiden käsittely taiteen keinoin antaa usein lohtua. Taidetta voi käyttää apuna kuvaamaan tapahtunutta tai taide voi olla keino, joka vie ajatukset pois tapahtuneesta. Näihin vaikeisiin asioihin voi tulla myös taiteellisen työskentelyn ja pohdinnan kautta uusia merkityksiä. Taiteellisessa työskentelyssä itsestä voi löytää uusia piirteitä ja puolia. Moni pitää taiteen tekemistä itselleen hyvin terapeuttisena kokemuksena.

Monelle taiteita harrastavalle yhä tärkeämmäksi on tullut taiteellinen työskentely sosiaalisessa vuorovaikutuksessa muiden ihmisten kanssa. Tällaiset rauhoittumisen hetket ja kokemukset tekevät tilaa omille ajatuksille ja oma mielikuvitus pääsee liikkeelle. Ryhmissä pääsee myös koukuttavan intensiiviseen tunnelmaan, jonka ei tahdo loppuvan. Monet myös kokevat vapauttavaksi ja lähes terapeuttiseksi tällaiset tilanteet, jossa kaikki puurtavat oman työn parissa, mutta kaikki tapahtuu sosiaalisessa vuorovaikutuksessa. Ryhmässä saa halutessaan jakaa henkilökohtaisia tarinoitaan työskentelyn kautta, ja saada vastakaikua tarinoilleen ja kokemuksilleen ilman, että kokee arvostelua. (Bardy ym. 2007, 42.)

Olen itse ollut opiston maalauskurssilla jo vuosia. Kurssit ovat suunnattu kaiken ikäisille, mutta valtaosa kurssilla käyneistä ovat olleet aikuisia. Olen saanut näillä kursseilla mahdollisuuden tarkkailla itseäni ja ympäristöäni ja omaa suhdettani siihen. Harrastajien iloinen hymy ja tervehdys ovesta sisään astuessaan meidän pieneen maalausyhteisöömme on piristävää. Kaikki vaihtavat kuulumisia ja pian alkaa jo siveltimekset innokkaasti heilua. Joskus kurssilla rupertellaan, joskus ollaan hiljaa ja joskus nauretaan oikein kunnolla. Jokainen uppoutuu maan työhönsä. Silloin tällöin joku turhautuu, kun mikään ei onnistu ja opettaja tulee auttamaan.

Tällaiset kurssit ovat olleet itselleni tärkeitä. Olen tavannut uusia ihmisiä ja päässyt eroon ennakkoluuloista uskaltamalla tutustua toiseen ihmiseen tämän taiteen kautta. Kaikilla kurssilla olevilla on erilainen elämäntilanne. Osa on teinejä ja opiskelijoita, osa työssäkäyviä kiireisiä ihmisiä ja osalla on vaikeita henkilökohtaisia ongelmia. Kurssilla saamme tukea samanhenkisiltä ihmisiltä ja pääsemme siirtämään ajatuksemme maalauskaikalle. Toiset voivat kirjoittaa ajatuksensa paperille sanoin, mutta sen voi toteuttaa myös maalaten tai piirtäen.

Taiteellisen työskentelyn kautta voi purkaa tunteita ja ajatuksia, mutta myös oppia itsestään. Vaikka ihmisen identiteetin ja persoonallisuuden kehitystä korostetaan nuoruudessa, sen kehitys kuitenkin jatkuu aina aikuisuudesta vanhuuteen asti. Tällöin taiteellisen harrastuksen jatkaminen tai aloittaminen aikuisiällä auttaa rakentamaan omaa identiteettiä ja minätietoisuutta. Lev Vygotski oli valkovenäläinen psykologi. Hän uskoi, että taiteen avulla ihminen voi vapauttaa psyykkistä energiaa tavalla, jolla ihminen ei voi ilmaista asioita muussa päivittäisessä toiminnassa. Koska tämä taiteen avulla vapautettava psyykkinen energia, joka on ihmiselle tiedostamatonta eikä ilmene ihmisen käyttäytymisessä, on taiteen avulla käytettävä ja eletävä. Vygotski ajatteli, että mikäli taide ajatellaan tunne-elämän tiedostamattomaksi osaksi, silloin tunteen on oltava tunne, jota pyritään selvittämään. Siispä taidetta voidaan pitää järjestelmänä omien tunteiden käsittelyyn. (Nikkola ym. 2014, 223.)

Oma taiteellinen työskentely ja erilaiset kurssit ovat vain osa taiteen kentästä. Museot ja gallerioiden usein vaihtuvat näyttelyt ovat yleinen ja helppo tapa seurata ja kokea taidetta. Museoissa tapahtuu myös erilaisiin kulttuureihin tutustuminen. Gallerioissa ja museoissa voi myös tutustua taiteilijoihin heidän teoksiensa kautta. Näytte-

lyissä kiertäessä voi löytää teoksia ja uusia taiteilijoita, joiden töitä haluaisi nähdä tulevaisuudessakin. Galleriat ja museot ovat paikkoja, joista haetaan kokemuksia. Kokemus taiteesta ja taideteoksesta on aina henkilökohtainen ja yksilöllinen. Kokemus on tunnetta ja kaikki tunteet ovat sallittuja, niin positiiviset kuin negatiiviset.

Työelämässä jaksamista edistävät vapaa-ajalla tapahtuvat kulttuuriharrastukset. Taide ja kulttuuriharrastukset tuovat merkitystä elämään ja rikastuttavat elämysmaailmaamme. Koemme taidetta erilaisin aistein, joten taide on aisteille kuin piristysruiske. Taideharrastukset edistävät yhteisöllisyyttä, joka auttaa elämänhallinnassa. Taiteella on todettu vaikutus ihmisen terveyteen. Sillä on vaikutusta myös hyvään työkykyyn ja työssä jaksamiseen. (Bardy ym. 2007, 182.)

Julkisissa tiloissa ja työpaikoilla oleva taide on iso osa tilan viihtyvyyttä. Julkinen taide on isossa osassa työhyvinvointia. Julkiset tilat ja työpaikat ilman taidetta ovat helposti laitosmaisia ja epäviihtyisiä. Tilat ilman taidetta ovat helposti luotaantyöntäviä. Taide tuo tilaan läheisyyden tunnetta. Taiteen lisäksi tilan arkkitehtuurilla ja sisustuksella voidaan vaikuttaa ympäristön viihtyisyyteen. (Bardy. ym. 2007, 182). Työyhteisössä työelämän kovuudelle taide voi tuoda enemmän pehmeämpiä arvoja, kuten inhimillisyyttä ja toisten huomioon ottamista. Taide voi tuoda työpaikalle ja työyhteisöön tunteen vapaudesta. (Bardy ym. 2007, 186.)

5 VANHUUS

Hoitolaitos on asiakkaalle käyntipaikka, tilapäinen asuinpaikka tai pysyvä koti. Kun iäkäs ihminen siirtyy asumaan hoitolaitokseen, se on usein vanhukselle stressaava, ahdistava ja surullinen asia. Ihminen, joka on mahdollisesti aina asunut samassa asunnossa, jonka seinille ja pöydille on kerääntynyt koko elämä, muistot ja tärkeimmät esineet, on yhtäkkiä valkoisten seinien sisällä huoneessaan, jossa on vain sänky ja yöpöytä. Omasta sisustetusta, muistojen täyteisestä kodista steriiliin huoneeseen siirtyminen ei ole helppoa eikä se kuullosta hyvältä. Vanhasta kodista tuotu tuttu ja tärkeä maalaus seinällä on vanhukselle tärkeämpi, mitä voisi kuvitella. Se sisältää muistot, mistä teos on saatu ja miten, missä huoneessa se on kotona ollut ja mitä muistoja teoksesta tulee. Taideteos seinällä voi tuoda vanhukselle henkistä perus-

voimaa, joka auttaa vanhusta jaksamaan. Usein vanhainkotien seinillä olevat teokset ovat uskonnollisia. Esimerkiksi erilaisissa odotustiloissa tai on usein esillä viikkoleh- tiä, joiden tarkoituksena on saada odottajan aika kulumaan ja kohdistamaan huomi- onsa muualle kuin itse steriiliin tilaan. Hoitoympäristössä vanhuksat kuitenkin viet- tävät paljon pidempiä aikoja, jolloin on tärkeää tehdä asuttava ympäristö laadukkaak- si ja kotoisaksi. (Bardy ym. 2007, 77-78.) Vanhuksen kuntoutumista edesauttavia tekijöitä ovat kaunis ympäristö ja luonto. (Bardy ym. 2007, 182).

Siirryttyään hoitolaitokseen vanhuksen taiteelliset harrastukset jäävät pois usein hoi- tolaitoksen olosuhteiden vuoksi. Tämä saattaa vaikuttaa vanhuksen tärkeisiin sosiaa- lisiin suhteisiin, esimerkiksi toimintaan tietyssä ryhmässä, johon hän on aiemmin kuulunut. Vanhuksilla on kuitenkin samanlaiset oikeudet kokea kulttuuria kuin kai- killa muillakin ihmisillä. Heidän oikeutensa ei kuitenkaan tapahdu automaattisesti, sillä vanhus ei pääse kulttuuriharrastuksiin kuten muut. Hoitolaitoksissa oleva taide saattaa luoda vanhusten välille uusia sosiaalisia kontakteja ja uusia tunne-elämyksiä. Taidetuokiot tuovat kaivattua vaihtelua hoitolaitosten samanlaisina toistuviin päiviin. Yhteen kokoontuminen tuo ihmisiä yhteen sosiaaliseen kanssakäymiseen, se kohot- taa mielialaa ja heidän väsymyksensä unohtuu.

Entisten aikojen muistelu on vanhuksille mielekästä ja tärkeää. Vanhojen asioiden läpikäynti keskustelun ja tarinoiden avulla on vanhukselle tärkeää. Tarina ja taide- tuokioiden tuomat naurut tekevät kaikille hyvää. (Bardy ym. 2007, 73.) Vanhoja asioita voi käydä läpi myös taiteellisen työskentelyn keinoin. Kuvataide ja käsillä tekeminen tuottavat vanhuksille iloa. Pienimuotoinenkin askartelu, piirtämien tai maalaaminen ovat ihmiselle jo iso piristys harmaaseen arkeen. Se tuo esiin itselle merkityksellisiä asioita, tunteita ja kokemuksia. (Bardy ym. 2007, 30.) Kuvataide voi aktivoida aivojen ja muistin toimintaa vanhojen valokuvien ja muun kuvamateriaalin avulla. Kuvat auttavat vanhusta muistamaan, mutta myös tuntemaan. Taiteen avulla voidaan hoitolaitoksissakin tavoittaa muistisairaana ajatusmaailmaa ja yrittää ymmär- tää ja auttaa vanhusta paremmin.

Taiteen on havaittu sairaiden tai muistisairaiden hoidossa vähentävän stressiä ja tuo- van iloa. Taide ja sen tekeminen vievät ajatukset hetkeksi pois sairaudesta, kivusta ja ahdistuksesta. Myös eriarvoisuuden ja erilaisuuden tunne hälvenevät. Taiteellinen

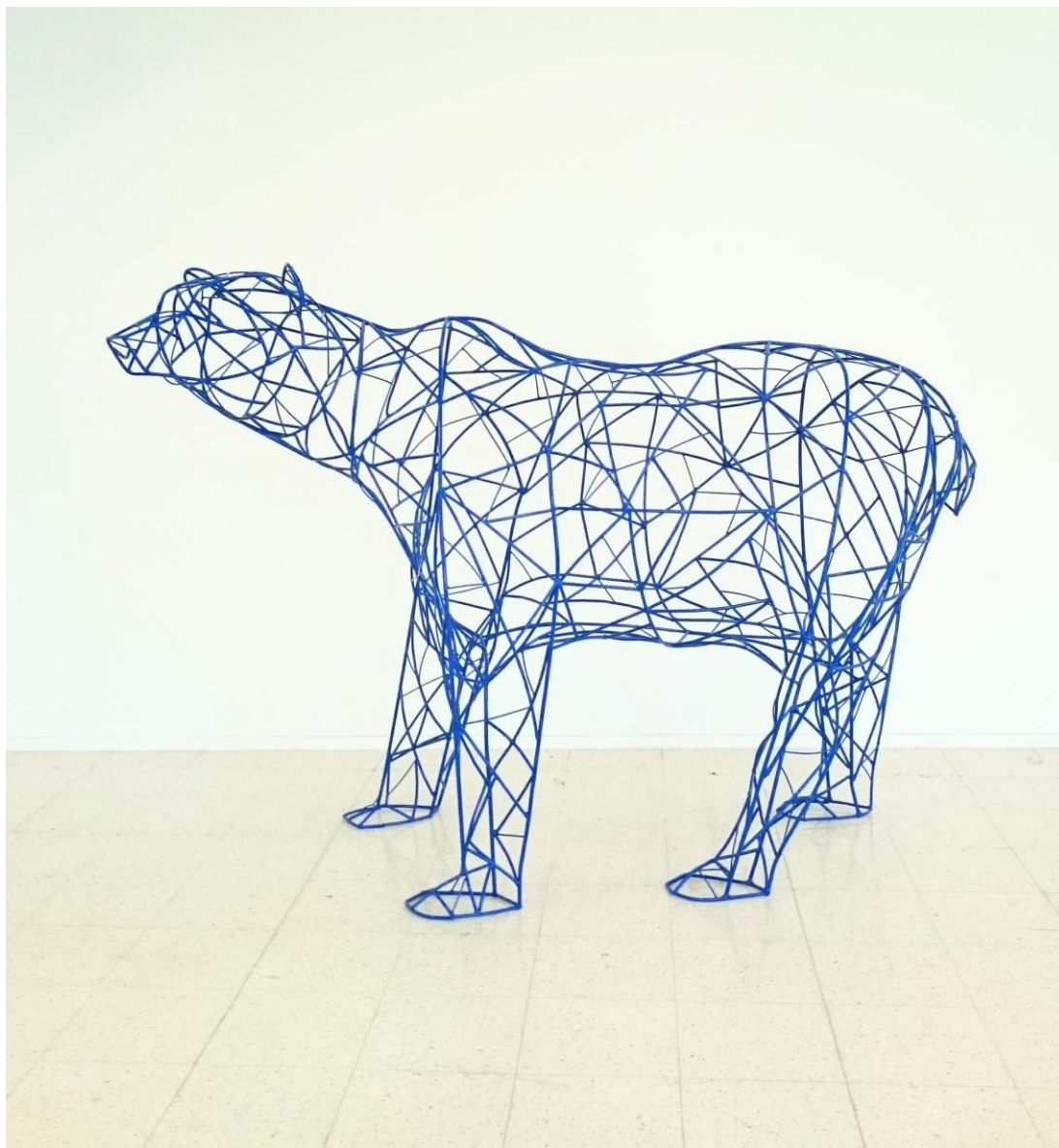
toiminta ehkäisee ja auttaa lievittämään myös vanhusten kokemaa masentuneisuutta. (Bardy ym. 2007, 26.) Vähäkin määrä mielekästä arjesta poisvievää toimintaa tuo ison vaikutuksen. Toiminnan myötä vanhus usein tulee iloisemmaksi, positiivisemmaksi ja vähemmän aggressiiviseksi. Taiteen terveyttä edistävä merkitys on todettu. Joissakin tapauksissa taiteellinen toiminta saattaa vähentää vanhusten lääkkeiden tarvetta hoitolaitoksissa. Esimerkiksi aggressiivinen vanhus ei välttämättä tarvitse niin paljon rauhoittavaa lääkettä, kun on saanut tehdä jotakin mielekästä ja itselleen tärkeää toimintaa. Eli taiteet voivat olla vaikuttavampia kuin lääkkeet. Useinkaan hoitolaitoksissa ei tiedetä siellä asuvien vanhusten taustoista, esimerkiksi harrastuksista ja kiinnostuksista, joihin heitä voisi hoitolaitoksissakin ohjata. Taide tuo vanhusten elämään iloa katselun, toiminnan, kokemisen, muistelun ja tarinoiden keinoin. Se antaa vanhukselle henkistä perusvoimaa ja antaa elämälle merkitystä.

Käyn säännöllisesti myös vanhainkodissa tapaamassa erästä tuttuani. Usein vanhainkodissa ympäristö on valkoinen ja siellä täällä on satunnainen pöytäryhmä. Huoneiden ovissa on numerot ja vanhukset ovat yksin huoneissaan. Usein vanhukset ovat tekemättä mitään ja yksin. Tässä minulle tutussa vanhainkodissa tilanne on näkemykseni mukaan toinen. Vanhainkoti on kotoisa ja valoisa. Vanhukset istuvat yhdessä lounaalle ja puhuvat päivän tapahtumista. He ovat iloisia ja kyselevät minulta paljon asioita. Tässä vanhainkodissa vanhukset usein askartelevat ja tekevät väritystehäviä. Heillä on myös mahdollisuus keilata ja heittää tikkaa. Virikkeellinen ympäristö tekee vanhainkodista viihtyisän ja kodinomaisen. Vanhainkodin työntekijät myös näyttävät vanhuksille rakkautensa halauksilla ja hellällä kosketuksella, sillä sitä vanhuskin tarvitsee: kosketusta, hyväksyntää ja lohtua.

6 HAASTATTELU

Kesällä 2017 päätin tehdä kuvanveistoa vakavammin ja määrätietoisemmin. Se tuntui kuin hypyltä tuntemattomaan. Kuvanveisto ja metalli eivät ennen taidekoulua olleet itselleni tuttuja. Koulussa metallikurssilla pääsin kokeilemaan metallin työstöä ja hitsausta. Kurssilla havahduin metallin monipuolisuuteen ja sen sallimiin mahdollisuuksiin kuvanveistossa. Vähitellen kiinnostukseni materiaalia kohtaan kasvoi ja sain hankittua oman hitsauskoneen, jolla sain harjoiteltua paremmin ja sain tehdä erilaisia

kokeiluja. Lähes heti aloin tehdä ensimmäistä isoa metallista veistosta. Halusin tehdä kookkaan suomalaisen eläimen Suomi 100-juhlavuoden kunniaksi, joten päädyin karhuun. Karhuveistokseni sai nimekseen Mesikämmen. Väriksi metalliselle karhuleni valitsin intuitiivisesti sinisen. Mesikämmen on kesällä 2017 tehty sininen metallinen karhuveistos, jonka koko on 216x156x90.



Mesikämmen, 2017, metalli, 216x156x90cm

Ilona Tala, Kuva: Ilona Tala

Minä inspiroidun luonnosta ja sen monimuotoisuudesta. Luonnossa minua kiehtoo sen uskomattomuus, kauneus, mutta myös luonnon julma armottomuus. Taiteessani luonto on usein esillä jollakin tavalla. Tällä hetkellä olen kiinnostunut juuri suomalaisista eläimistä, jotka ovat itselleni tärkeitä. Eläimessä vahvuus ja herkkyys ovat minua kiehtovia piirteitä. Myös omat luontokokemukseni vaikuttavat teokseni aiheeseen. Teen taidetta hyvin intuitiivisesti ja menen usein tunne edellä. Tunne ja esteettisyys menevät työskentelyssäni käsi kädessä. Veistokseni teen rakentamalla veistoksen pintaa eri-mittaisilla, taivutetuilla metallin palasilla. Veistoksieni pintakuvion jälki on hyvinkin graafista, mutta itse eläin on vaikutelmaltaan pehmeä ja soljuva. Tavoitteeni on, että veistoksissani eläimen luonne tulee esiin ja koskettaa katsojaa.

Halusin itse kuulla ihmisten mielipiteitä taiteesta ja sen merkityksestä julkisessa tilassa. Tein haastattelun SAMKIn Porin kampuksella syksyllä 2017. Haastattelin kahatakymmentä ihmistä, joista opiskelijoita oli yksitoista, opettajia kolme, muuta henkilökuntaa kolme ja vierailijoita kolme. Haastateltavat olivat 19 - 65 -vuotiaita. Haastattelussa käytin hyväkseni Mesikämmen -taideteostani, joka on toistaiseksi ollut esillä Porin SAMKIn kampuksen aulassa syksystä 2017 lähtien. Haastattelussa käytin veistostani esimerkkinä julkisesta teoksesta ja sen sijoittamisesta julkiseen tilaan.

Haastattelussa halusin selvittää ihmisten mielipiteistä julkista taidetta kohtaan. Miten ihmiset havaitsevat julkista taidetta ja kiinnittävätkö he siihen erityistä huomiota. Minua kiinnosti, uskovatko ihmiset taiteen vaikuttavan positiivisesti kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin. Halusin haastaa haastateltavat pohtimaan omia tunteitaan, kun he kohtasivat teokseni. Myös se minkälaisia assosiaatioita heille teoksesta tulee eli millaisia omakohtaisia mielikuvia tai muistoja teos katsojassa herättää, oli yksi tavoitteistani haastattelua tehdessäni.

Kaikki haastattelemanani opiskelijat olivat pääosin nuoria aikuisia, noin 19 - 30 -vuotiaita. Kaikki opiskelijat totesivat, että he havaitsevat taidetta julkisissa tiloissa ja kaikki olivat havainneet Mesikämmen -teoksen kampuksen aulassa. Yli puolet opiskelijoista uskoi taiteen rauhoittavan ja lievittävän heidän stressiään. Opiskelijoista kahdeksan uskoi taiteen tuovan heidän elämäänsä sisältöä ja merkitystä. Katsellessaan hetken Mesikämmen -teosta neljä opiskelijaa pystyi unohtamaan arjen kiireet ja

he pystyivät keskittymään teokseen ja sen sisältöön. Kaikki myös uskoivat, että taiteella on merkitys ihmisen mielenterveyteen ja sen positiiviseen vaikutukseen.

Opiskelijoiden mielestä Mesikämmen -teos toi tilaan lisää kokonaisvaltaista positiivisuutta. Taide tekee julkisesta usein hieman laitospainoisesta tilasta paljon kotoiseman ja helpommin lähestyttävämmän. Teosta pidettiin siis rauhallisena vastapainona tilan niin sanotulle laitospainoisuudelle. Julkiset teokset tekevät tilan ihmisläheisemmäksi ja kutsuvammaksi. Taideteos kiinnittää ohikulkijan huomion, rentouttaa tilan jännitteitä ja tuo tilaan omaperäisyyttä. Vain yksi opiskelija ei pitänyt teosta merkittävänä tilalle. Moni opiskelija myös yhdisti Mesikämmen -veistoksen Satakuntaan ja porilaisuuden.

Opiskelijoita miellytti julkiseen tilaan tuodussa Mesikämmen -teoksessa luonto, väri, muoto ja erilaisuus. Monet pitivät luontoaiheista teosta rauhoittavana ja miellyttävänä. Teos toi mieleen muistoja rauhoittavista metsälenkeistä ja muista luontokokeuksista. Usein opiskelijat pitivät maalaustaidetta julkisessa tilassa yleisempänä, mutta veistosta he pitivät mielenkiintoisempänä. Teoksen väriä opiskelijat pitivät mielenkiintoisena ja näyttävänä. Kun opiskelijat katselivat teosta ja hetken analysoivat omia tunteitaan, he tunsivat muun muassa rauhallisuutta, levollisuutta, uteliaisuutta ja iloa. Vain yksi opiskelija ei huomannut veistoksen herättävän itsessään mitään erityistä tunnetta.

Haastattelussa opettajia ja muuta henkilökuntaa oli yhteensä kuusi. Haastattelussa opettajat ja muu henkilökunta suhtautui kriittisemmin taiteeseen ja sen lisäviiniin terveyshyötyihin verrattuna opiskelijoihin. Kriittisyyteen saattoi vaikuttaa pieni otanta tai aikuisen kypsyneempi arviointikyky. Haastatteluun vastanneista opettajista ja muusta henkilökunnasta kuitenkin kaikki havaitsivat ympärillään olevia julkisia taideteoksia. Lähes puolet henkilökunnasta uskoi Mesikämmen -veistoksen rauhoittavan heidän mieltään ja vähentävän stressiä. Kaikki henkilökunnan jäsenet uskoivat taiteen kuitenkin tuovan sisältöä heidän elämälleen ja vaikuttavan positiivisesti mielenterveyteen ja sen ongelmiin.

Opettajien ja muun henkilökunnan keskuudessa Mesikämmen -teos on herättänyt keskustelua positiivisessa mielessä. Sitä on katseltu ihailevasti ja siitä on keskusteltu.

Mesikämmen -teos muun henkilökunnan mukaan pehmentää ison tilan kovuutta ja avaruutta. Se myös tuo tilaan kiinnostavuutta ja elävyyttä. Erään henkilökunnan jäsenen mukaan on ihanaa, kun saa rauhoittua kesken työpäivän pohtimaan ja ihmettelemään eläimiä. Opettajien mukaan teos rauhoittaa tilaa ja on yllättävä elementti, joka synnyttää ajatuksia katsojassa.

SAMKin muuta henkilökuntaa Mesikämmen -teoksessa miellytti sen sininen väri. Se oli mielenkiintoinen ja erilainen. Monet myös kehuivat toteutustapaa nerokkaaksi ja he pitivät karhun luonnollisesta koosta ja asennosta. He vaikuttuivat myös siitä, että massiivinen luonnoneläin on tehty erilaisella ja hieman erikoisella tavalla. Heitä miellytti teoksen aihe, luonto ja Porista muistuttava karhu. Muuta henkilökuntaa myös miellytti voimakas porilaisuus, joka heille karhusta syntyy. Se on heille kuin voimaeläin. Opettajia eniten viehätti teoksen kirkas sininen väri, jota he kutsuivat rauhoittavaksi. Heissä Mesikämmen -teos herätti eniten rauhallisuuden ja ilon eri tunteita. Opettajat kutsuivat veistosta myös hauskaksi ja humoristiseksi.

Haastattelin kolmea vierailijaa SAMKin kampuksella tutkimustani varten. Vierailijoista kaksi olivat kampuksella ensimmäistä kertaa, mutta he kaikki olivat silti havainneet Mesikämmen -veistokseni. He kaikki kokivat taiteen tuovan heidän elämäänsä sisältöä ja uskoivat sen vaikuttavan heidän mielenterveyteensä. Yksi vastaajista ei kuitenkaan uskonut taiteen erityisesti vaikuttavan häneen ja taide ei ollut hänen mielenkiinnon kohteensa. Vierailijoiden mukaan eläinaihe siniseksi toteutettuna tuo tilaan lisää kiinnostavuutta ja hauskuutta. Vierailijat kokivat teoksen hyvin samalla tavalla kuin muutkin haastateltavat. Heitä teoksessa miellytti teoksen muoto, koko ja vahva yhteys luontoon, joka vaikuttaa olevan tärkeä aihe meille suomalaisille. Eräs vierailija piti teoksen eläinaiheesta, mutta ei niinkään itse teoksesta. Iloisuus ja energisyys olivat tunteet, joita vierailijat havaitsivat itsessään teosta katsellessaan.

Vaikka otantani haastattelussa oli melko pieni, kaksikymmentä ihmistä, oli se mielestäni silti hyvin onnistunut. Haastateltavat vastasivat kysymykseen mielestäni rehellisesti, enkä huomannut mitään miellyttämiseen viittaavaa. Vastajat käyttivät vastaamiseen reilusti aikaa. Huomasin, kuinka he oikeasti pohtivat kysymyksiä ja pyrkivät vastaamaan kysymyksiin tarkasti. Haastattelussani oli mielenkiintoista nähdä ihmisten aitoja mielipiteitä siitä, kuinka he kokevat taiteen. Olin yllättyneet ja otet-

tu siitä, kun haastateltavat totesivat Mesikämmen -veistoksen sopivan tilaan ja pitivät sitä energisenä lisänä tilaan.

Pidin varsin mielenkiintoisena opiskelijoiden osuutta haastattelussa, sillä opiskelijaikäiset ovat tulevaisuuden vaikuttajia. He ovat myös tulevaisuuden taideharrastajia, tekijöitä ja kuluttajia. Opiskelijoiden ajatukset taiteesta ja sen positiivisista vaikutuksista ihmisen kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin olivat lupaavia ja suurin osa uskoi taiteen hyvinvointivaikutuksiin. Aluksi epäilin opiskelijoiden asenteita taidetta kohtaan. Ajattelin, että he eivät pitäisi taidetta hyödyllisenä ollenkaan ja vähättelisivät sitä ja sen merkitystä. He ajattelivat kuitenkin päinvastoin. Valtaosa piti julkista taidetta merkittävänä. Haastattelussa korostui julkisen taiteen merkitys tilaan. Oli positiivista nähdä, mitä yleisö odottaa julkiselta taiteelta. Taide tilassa sai tilan siis vaikuttamaan vähemmän laitospaiselta, mielenkiintoisemmalta ja kotoisemmalta. Uskon, että haastatteluni SAMKin kampuksella antaa kuvaa ihmisten tämänhetkisistä asenteista taidetta ja kulttuuria kohtaan. Sain haastatteluni kannalta tärkeää tietoa, miten ihmiset kokevat julkisen taiteen ja sen hyvinvointivaikutukset. Olen yllättynyt kuinka positiivisia vastaukset olivat kaikkien vastaajien kesken iästä ja sukupuolesta riippumatta.

LÄHTEET

Bardy, M., Haapalainen, R., Isotalo, M. & Korhonen, P. 2007. Taide keskellä elämää.

Honour, H. & Fleming, J. 2012. Maailman taiteen historia. 3. uud. p.

Lehtinen, E., Kuusinen, J. & Vauras, M. 2007. Kasvatuspsykologia. 2. uud. p.

Saarniaho, R., 2005, Lapsen fyysinen ja motorinen kehitys. Viitattu: 20.3.2018
http://opinnot.internetix.fi/fi/materiaalit/ps/ps2/3_kehitys_ikakausittain/01_lapsenfyysinkehitys?C:D=gjsZ.eyaT&m:selres=gjsZ.eyaT

Saarniaho, R., 2005, Nuoruuden psykososiaalinen kehittyminen. Viitattu: 20.3.2018
http://opinnot.internetix.fi/fi/materiaalit/ps/ps2/3_kehitys_ikakausittain/06_nuoruudenpsykofyysinenkehitys?C:D=gjsZ.eyaY&m:selres=gjsZ.eyaY

Saarniaho, R., 2005 Psykososiaalinen kehitys aikuisuudessa. Viitattu 21.3.2018
http://opinnot.internetix.fi/fi/materiaalit/ps/ps2/3_kehitys_ikakausittain/09_aikuisuudenpsykososiaalinenkehitys?C:D=gjsZ.eya2&m:selres=gjsZ.eya2

Saarniaho, R., 2005, Vanhuuden kognitiivinen kehitys. Viitattu 21.3.2018
http://opinnot.internetix.fi/fi/materiaalit/ps/ps2/3_kehitys_ikakausittain/11_vanhuudenkognitiivinenkehitys?C:D=gjsZ.eya4&m:selres=gjsZ.eya4

Nikkola, T., Rautiainen, M. & Räihä, P. 2014. Toinen tapa käydä koulua.

Väinämö, J., 2014, Professori Antti Juvonen: Taito- ja taideaineet tuottavat hyvinvointia ja onnistumisia. Viitattu: 27.2.2018, Yle. <https://yle.fi/uutiset/3-7240755>