



Outi Rantamäki
Diakonia-ammattikorkeakoulu
Sosiaali- ja terveysalan ammattikorkeakoulututkinto
Sosionomi (AMK)
Opinnäytetyö, 2019

TILA JA TURVA

Visuaalinen tila turvallisuuden ja hyvinvoinnin vahvistajana Punaisen Ristin Nuorten turvatalossa Vantaalla

TIIVISTELMÄ

Outi Rantamäki

Tila ja turva. Visuaalinen tila turvallisuuden ja hyvinvoinnin vahvistajana Punaisen Ristin Nuorten turvatalossa Vantaalla.

51 s.

Syksy 2019

Diakonia-ammattikorkeakoulu

Sosiaali- ja terveystieteiden ammattikorkeakoulututkinto

Sosionomi (AMK)

Tämän opinnäytetyön tavoitteena oli selvittää ne tilaan ja sen visuaalisuuteen liittyvät ominaisuudet, jotka vaikuttavat sen käyttäjien turvallisuuden tunteeseen ja hyvinvointiin. Toinen tavoite oli soveltaa tätä tietoa yhteistyökumppanin toimintaympäristön suunnittelun tueksi, jotta tila koettaisiin turvallisenä, miellyttävänä ja helposti saavutettavana. Toteutusmuotona oli kuvaileva kirjallisuuskatsaus, jonka suora tuotos oli aineistoa syntetisoiva ja johdonmukaisesti kategorisoiva kuvailu. Yhteistyökumppanina toimi Suomen Punaisen Ristin Nuorten turvatalo Vantaa.

Aineisto koostui kansainvälisissä tieteellisissä aikakauslehdissä ilmestyneistä yhdeksästä artikkelista sekä yhdestä suomalaisesta hankeraportista. Artikkelit oli valittu SAGE Journals ja NCBI PubMed -tietokannoissa suoritettujen systemaattisesti dokumentoitujen hakujen kautta ja hankeraportti valintakriteerien ulkopuolelta opettajan suosituksen kautta. Sosiaalialan kontekstiin suoraan sijoittuvia aiheeseen liittyviä tutkimuksia aineistonhaussa ei löytynyt. Tästä syystä aineisto oli monitieteellinen ja ammensi esimerkiksi hoitotieteistä ja kaupallisen toimintaympäristön tutkimuksesta kohdistuen useisiin eri kohderyhmiin. Aineiston analysoimisessa käytettiin apuna sisällyksenanalyysiä.

Kuvailussa tarkasteltiin visuaalista tilaa seitsemän eri teeman kautta, jotka ovat 1) luonnon vaikutus, 2) tilan valaistus, 3) tilan esteettisyys ja visuaalinen kompleksisuus, 4) kodinomaisuus, 5) terapeutin tilan ulkomuoto, 6) yksityisyyden ja sosiaalisuuden tasapaino sekä 7) pastoraalisen valtasuhteen rakentuminen visuaalisuuden kautta. Näitä teemoja tarkasteltiin erillisessä luvussa myös turvatalon kontekstissa. Sovellusluvun tarkoituksena oli esittää ehdotuksia tilan muokkaamiseen niin, että se tukee käyttäjiensä hyvinvointia ja turvallisuuden tunnetta. Esimerkkejä ehdotuksista ovat huonion kiinnittäminen valaistuksen laatuun ja värilämpötilaan sekä kodinomaisuuden vahvistaminen tekstiilien käytöllä. Kuvailun ja sen tietoa soveltavan luvun pohjalta oli mahdollista kehittää yhteistyökumppanin toimintaa ja sitä voi myös käyttää teoriapohjana tulevalle, esimerkiksi haastatteluaineistoon perustuvalla, tutkimuksella.

Asiasanat: esteettisyys, hyvinvointi, kodinomaisuus, kriisityö, mielenterveys, nuorisotyö, tila, turvallisuuden tunne, turvallisuus, turvatalot, visuaalinen ympäristö, visuaalisuus, ympäristö

ABSTRACT

Outi Rantamäki

Safety and Space. Constructing Safety and Well-being with Visual Environment in Finnish Red Cross Youth Shelter Vantaa.

51 p.

Autumn 2019

Diaconia University of Applied Sciences

Degree Programme in Social Services

Bachelor of Social Services

The objective of this thesis was to define the characteristics of visual space that can have a positive impact on the well-being and feeling of security of its users. Another aim was to apply this knowledge to the common practice of my collaborating partner to help them redesign their working environment to feel more safe, comfortable, and accessible. The chosen method was descriptive literary review that produced a coherently categorized and synthesizing description of the research data. The collaborating partner of this thesis was Finnish Red Cross Emergency Youth Shelter Vantaa.

The data consisted of nine research articles that have been published in international scientific journals, and one Finnish project report. The research articles were collected on SAGE Journals and NCBI PubMed databases and the search process was systematically documented. The project report was selected outside the selection criteria, following a recommendation by a teacher. During the data search there were no results that were set directly in the context of social services. Hence the review data was multidisciplinary, including the research articles considering e.g. of health and business environment studies, and several different target groups. Content analysis was also used as a method of analysing the material.

In the description chapter visual space was surveyed through seven different themes: 1) the impact of nature, 2) lighting, 3) visual complexity and the aesthetics of a space, 4) homeliness, 5) the exteriors of a therapeutic environment, 6) balance between privacy and sociability, and 7) constructing pastoral power relation through visual space. These themes were reviewed and applied to the context of the Youth Shelter's working environment as well. The purpose of the application was to suggest ways to enhance the environment of the Youth Shelter to better support the well-being and feeling of security of its users. Examples of said suggestions are paying attention to the quality and colour temperature of the lighting and building a homely atmosphere by adding textile surfaces. The description chapter and the application chapter together provided an opportunity to improve the services by the Youth Shelter. It can also be used as a theoretical context for future research based on, for instance, data collected by interviews.

Keywords: aesthetics, crisis work, environment, feeling of security, homeliness, mental health, safe houses, safety and security, space, visual environment, visuality, well-being, youth work

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	4
2 YHTEISTYÖKUMPPANINA NUORTEN TURVATALO	5
3 TURVALLISUUDEN TUNNE, HYVINVOINTI JA KRIISI: KÄSITTEELLINEN KONTEKSTI	6
3.1 Kriisit ja kriisissä tukeminen	6
3.2 Tilan turvallisuus ja estetiikka	9
3.3 Matala kynnyks ja saavutettavuus	10
4 MENETELMÄT JA AINEISTONHAKUPROSESSI.....	12
4.1 Metodina kuvaileva kirjallisuuskatsaus	12
4.2 Aineistonvalinta, kuvailun rakentaminen ja tulosten tarkastelu	13
4.3 Mahdolliset eettiset ongelmat	15
4.4 Aineistonhakuprosessi tässä työssä	16
5 TURVALLISUUDEN TUNNETTA JA HYVINVOINTIA TUKEVAT OMINAISUUDET VISUAALISESSA TILASSA.....	22
5.1 Luonnon vaikutus	23
5.2 Tilan valaistus	24
5.3 Tilan esteettisyys ja visuaalinen kompleksisuus.....	27
5.4 Kodinomaisuus	30
5.5 Terapeuttisen tilan ulkomuoto	31
5.6 Yksityisyyden ja sosiaalisuuden tasapaino	33
5.7 Pastoraalisen valtasuhteen rakentuminen visuaalisuuden kautta.....	34
6 SOVELTAMINEN TURVATALOON	38
6.1 Luonnonläheisyyden vahvistaminen.....	38
6.2 Monipuolinen ja hallittava valaistus	39
6.3 Kodinomaisuus esteettisellä suunnittelulla.....	40
6.4 Helppo tulla, helppo olla.....	42
7 POHDINTA	44
LÄHTEET.....	47

1 JOHDANTO

Perinteisestä kehon ja mielen dualismista on viime aikoina yhä enenevässä määrin alettu irrottautua, mutta yksilö ja ympäristö nähdään kuitenkin usein selvärajaisesti erotettavina toisistaan. Toisin sanoen yksilö nähdään ympäristöstään erillisenä komponenttina, jossa määräävinä ovat kehon ja mielen sisäiset toiminnot. Kehon ja mielen toiminta ovat kuitenkin aina läheisesti riippuvaisia ympäristöstä, jossa ne toimivat. Näin ollen oikealla tavalla stimuloivalla ympäristöllä pystytään vaikuttamaan esimerkiksi ihmisen tunnetilaan tai stressitasoon ja voidaan saada hänet kokemaan itsensä rentoutuneemmaksi tai virkeämmäksi. (Stevens 2010, 266–268.) Melko tutkimatonta aluetta on vielä se, millainen merkitys nimenomaan sosiaalialan toiminnassa tilalla ja sen ulkomuodolla on, ja kuinka tietoa tilan vaikutuksista ihmiseen voitaisiin hyödyntää sosiaalialan työssä.

Idea tähän opinnäytetyöhön sai alkunsa toisen harjoitteluni aikana, kun keskustelimme opiskelijatovereideni kanssa erilaisista sosiaalialan tiloista, joissa olemme vierailleet, ja erityisesti niiden viihtyvyydestä ja laitosmaisuudesta. Jäin pohtimaan sitä, kuinka laitosmaisuuutta voidaan välttää ja kuinka suuri merkitys tilan ulkonäöllä on erityisesti ensivaikutelman syntymisessä. Laitosmaisuudesta tunnutaan puhuttavan yksinomaan negatiiviseen sävyyn, mutta sen syvintä olemusta ei tarkkaan määritellä. Vahvasti se tuntuisi liittyvän juuri visuaaliseen ympäristöön. Olin tuolloin harjoittelussa Suomen Punaisen Ristin Nuorten turvatalossa Vantaalla ja keskustelin aiheesta työelämäohjaajani kanssa. Hän tarttui aiheeseen kiinnostuksella ja päädyimme ratkaisuun työstää opinnäytetyö, joka palvelisi heidän toimintansa kehittämistä yhä asiakaslähtöisemmäksi tilasuunnittelun kautta.

Tässä työssä tarkastelen sosiaalialan tilan erilaisten visuaalisten ominaisuuksien merkitystä hyvinvoinnin ja turvallisuuden tunteen kannalta. Tilan visuaalisen suunnittelun vaikutusta hyvinvointiin on käsitelty kohtuullisen paljon esimerkiksi terveysalan ja kaupallisen alan tutkimuskirjallisuudessa, mutta sosiaalipuolella se on jäänyt vähäiseksi ja painottuu enimmäkseen ikääntyneiden palvelu- tai hoitoasumiseen. Tällöinkin tulokulma on useimmiten vähintään osittain hoitotieteellinen. Hyödynnän

opinnäytetyössäni tarjolla olevia lähteitä soveltaen niitä sosiaalialan ja erityisesti yhteistyötahoni kontekstiin sekä kriisityyppiseen työhön nuorten ja perheiden kanssa.

Tavoitteenani on selvittää ne tilaan ja sen visuaalisuuteen liittyvät ominaisuudet, jotka vaikuttavat turvallisuuden tunteen syntymiseen ja vahvistamiseen sekä hyvinvoinnin lisääntymiseen, koota tietoa tähän kirjallisuuskatsaukseen ja soveltaa kerättyä tietoa yhteistyötahoni toimintaympäristöön. Selvitystyö tapahtuu kirjallisuuden kautta, ja keskeisimpänä tavoitteena on koota perustietoa tilan ja ympäristön suunnitteluun, jotta tila koetaan turvallisenä, miellyttävänä ja helposti saavutettavana. Koottua tietoa voidaan jatkossa hyödyntää tilan suunnittelun lisäksi myös pohjana mahdolliselle jatkotutkimukselle. Tieto välittyy yhteistyökumppanilleni tämän työn kautta, ja erityisesti luku 5 on koostettu tarkastelemaan spesifisti heidän toimintaympäristöään. Tutkimuskysymykset olen määrittänyt seuraavasti:

- 1. Millaiset tilan visuaaliset ominaisuudet ovat merkittäviä turvallisuuden tunteen ja hyvinvoinnin maksimoimisen kannalta?**
- 2. Kuinka edellä mainittuja tekijöitä voidaan vahvistaa tilan suunnittelussa SPR Nuorten turvatalo Vantaan työympäristössä asiakastyön tukemiseksi?**

2 YHTEISTYÖKUMPPANINA NUORTEN TURVATALO

Opinnäytetyöni yhteistyötahona toimii Suomen Punaisen Ristin Nuorten turvatalo Vantaa, jossa suoritin suuntaavien opintojeni harjoittelun syksyllä 2018. Turvatalolla tehdään yksilö- ja perhetyötä nuorten ja heidän perheidensä kanssa. Asiakkaiden ikähaitari on laaja, mutta suurin osa nuorista on kuitenkin teini-ikäisiä ja asuvat vanhempiensa kanssa. Turvatalon palvelut ovat jaettavissa karkeasti neljään eri alueeseen:

1. Väliaikainen majoitus (ent. kriisimajoitus)
2. Avotyöskentely, toteutuu pääasiassa turvatalon tiloissa keskusteluapuna
3. Alueellinen toiminta, jalkautuu yhteistyökumppaneiden tiloihin Tikkurilassa

4. Verkkoauttaminen (Sekasin-chat)

Lisäksi turvatalolla toimii tällä hetkellä Kotipolku-hanke, joka tukee itsenäistyviä nuoria. (Punainen Risti, Nuorten turvatalo, Vantaa. Palvelut.) Tässä opinnäytetyössä painopisteenä on turvatalon tila, joten sen myötä kohdetoimintanakin on nimenomaan sen tiloissa tapahtuva työskentely, erityisesti majoitustyö ja keskusteluapu.

Turvatalon toiminnassa tila on oleellisen tärkeä, sillä merkittävä osa työstä tehdään turvatalon tiloissa. Turvataloon majoittumaan tulevat nuoret ovat ajautuneet elämässään jonkinlaiseen kriisiin esimerkiksi perhesuhteissaan, minkä vuoksi he tarvitsevat väliaikaista majoittumispaikkaa ja muuta tukea. Kriisiytyneessä elämäntilanteessa ihminen tarvitsee turvallisuuden tunnetta ja vakauttamista, joten kriisimajoitustyyppisessä palvelussa on tärkeää, että tila koetaan miellyttävänä ja sitä kautta turvallisena. Turvallisuuden tunteen syntyä ja vahvistumista voidaan tukea aktiivisesti ja tietoisesti muokkaamalla tilasta sellainen, että se tukee ihmisen kokonaishyvinvointia ja viihtyvyyttä. (Ks. esim. Stevens 2010, 266–268; Hedrenius & Johansson 2016, 198-199.)

3 TURVALLISUUDEN TUNNE, HYVINVOINTI JA KRIISI: KÄSITTEELLINEN KONTEKSTI

3.1 Kriisit ja kriisissä tukeminen

Nykytiedon mukaan ihmisen kokonaishyvinvointi koostuu ainakin psyykkisestä ja fyysisestä hyvinvoinnista, joita voidaan tarkastella itsenäisinä osina, mutta jotka ovat vastavuoroisessa suhteessa keskenään. Hyvinvointiin vaikuttavia tekijöitä ovat esimerkiksi psyykkinen ja fyysinen terveys, taloudellinen toimeentulo, stressi, sosiaalisten verkostojen vahvuus ja mielekäs tekeminen. Hyvinvoinnin mittaaminen voi olla haastavaa, mutta sitä on pyritty tutkimaan esimerkiksi itsearviointeilla ja kyselytutkimuksilla, joilla kartoitetaan yksilöiden omaa kokemusta hyvinvoinnistaan tai jonkin näköistä objektiivisempaan näkemykseen pyrkivää hyvän elämänlaadun määreisiin

liittyvää hyvinvointia. Keskeisenä tekijänä on kuitenkin yksilön oma kokemus hyvinvoinnistaan. Tavallisesti mitattavia hyvinvoinnin ulottuvuuksia ovat elintaso, sosiaaliset suhteet tai psykososiaalinen hyvinvointi sekä itsensä toteuttaminen tai mielekäs tekeminen. (Ks. esim. Terveystieteiden tutkimuskeskus 2015 & 2016.) Kriisiytynyt elämäntilanne vaikuttaa hyvinvointiin negatiivisesti, koska se järkyttää psyykkistä tasapainoa (Hedrenius & Johansson 2016, 26).

Kriisi voidaan määritellä yllättävän ja uhkaavan tapahtuman johdosta syntyneeksi psyykkiseksi epätasapainotilaksi, joka aiheuttaa sen kokijalle merkittävää haittaa ja jota hän ei pysty ratkaisemaan tutuilla selviytymiskeinoillaan (Regehr 2011, 134). Psyykkisessä kriisissä ihminen kokee menettäneensä hallinnan tunteensa, jolloin hänen tasapainoa ja arjen sujuvuutta ylläpitävä kokemuksensa haavoittumattomuudesta, turvallisuudesta ja kontrollista rikkoutuu. Tällöin ensisijaisen tärkeää on tilanteen vakauttaminen. (Hedrenius & Johansson 2016, 26, 198–199.) Kriisitilalla voi olla monia seurauksia, kuten emotionaalinen kärsimys, omanarvontunnon häiriintyminen, kykenemättömyys nauttia läheisten seurasta ja tehtävistä suoriutumisen heikkeneminen. Kriisitilanteen tavallisesti synnyttämiä tunteita puolestaan ovat esimerkiksi järjestyksentunteen katoaminen, hämmennys, ahdistus ja avuttomuus. Nämä tunteet syventyvät entisestään, mikäli yksilön kokeilemat ratkaisu- tai selviytymiskeinot eivät auta. (Regehr 2011, 134.) Kriisin kokeminen on hyvin yksilöllistä. Kriisikokemus voi syntyä yhden yksittäisen tapahtuman seurauksena tai kumulatiivisesti useiden stressitekijöiden myötä. Kriisissä olevalle ihmiselle ominaista on henkisen tasapainoisuuden heikentyminen ja haavoittuvuuden lisääntyminen. (Vainionpää 2015, 11; ks. myös Chui & Ford 2000, 43.)

Kriisit voidaan jakaa tyypeittäin kehitys- ja elämänkriiseihin sekä traumaattisiin kriiseihin. Kehityskriisit ovat luonnollinen osa jokaisen elämää ja ne liittyvät erilaisiin siirtymävaiheisiin ikäkausien välillä. Esimerkiksi kotoa pois muuttaminen tai eläköityminen voidaan luokitella kehityskriiseiksi. Elämänkriisit taas ovat esimerkiksi ihmissuhteisiin tai työhön liittyviä muutosvaiheita, joihin voi osittain varautua, mutta joihin voi liittyä myös yllättäviä seikkoja. Riskinä kehitys- ja elämänkriiseissä on, että aikaisempi käsittelemätön suru tai negatiiviset kokemukset voivat nousta pinnalle niiden myötä. Ihmisen elämäntilanteen kokonaiskuormittavuus vaikuttaa aina kriisin syntyyn ja syvyyteen. (Laukkanen 2018, 4; Ruishalme & Saaristo 2007, 29.) Traumaattinen kriisi on seurausta äkillisestä traumaattisesta tapahtumasta, joka uhkaa yksilön

fyysistä olemassaoloa, sosiaalista identiteettiä ja turvallisuutta. Traumaattisen kriisin voidaan ajatella olevan muita kriisityyppejä rajumpi ja siitä toipumiseen saatetaan tarvita vankempaa tukea. (Laukkanen 2018, 4.)

Kriisityön tavoitteena on tukea yksilöä kriisin käsittelyssä tiedon ja konkreettisen tuen avulla. Kriisityö voidaan jakaa akuuttiin ja niin sanottuun tavanomaiseen kriisityöhön. Näissä olennaisena erona on akuutin kriisityön lakisääteisyys, jolloin sen tarjoamisesta vastaa yleensä kunta tai kuntayhtymä. Tavanomainen kriisityö on akuuttia kriisityötä täydentävää, ja sitä tarjoaa moni toimija esimerkiksi järjestösektorilla. Kriisityö on menetelmällisesti ja teoreettisesti moninainen työkenttä eikä kriisityyppisen työn tekeminen nojaa vain yhteen teoreettiseen tai metodologiseen taustaan. (Laukkanen 2018, 6; ks. myös Saari 2003, 171.)

Vantaan turvatalossa asiakkaiden kriiseissä painottuvat selkeästi enemmän tavanomainen kriisityö sekä kehitys- ja elämänkriisit, sillä akuutit traumaattiset kriisitapaukset ohjautuvat tavallisesti Vantaan sosiaali- ja kriisipäivystykseen, joskin silloin tällöin myös kriisipäivystyksestä ohjataan nuoria turvatalolle jatkotuen piiriin. Asiakkaiden kriisiytyneiden tilanteiden syyt liittyvät usein esimerkiksi perheensisäisiin tai muihin ihmissuhteisiin tai itsenäistymiseen. Toisaalta maininnan arvoista on, että turvatalon asiakkuuteen ei vaadita varsinaista kriisiä ja kriisi-sanaa käytetään toiminnassa ylipäänsä harkiten, koska on huomattu, että monet yhdistävät ”kriisin” vain traumaattiseen, järkyttävään ja elämää perinpohjaisesti mullistavaan tapahtumaan. Tällöin kynnys hakeutua palvelun piiriin on korkeampi, koska omaa tilannetta pidetään helposti liian vähäisenä, jotta se voitaisiin luokitella kriisitukea tarvitsevaksi.

Kriisimajoituksen tarve voi liittyä esimerkiksi henkilön asunnottomuuteen, lähisuhdeväkivaltaan tai alaikäisellä nuorella perheen välisiin, melko arkisiinkin ristiriitoihin. Kriisimajoituksen määritelmät vaihtelevat hieman toimijasta ja toiminnan kohderyhmästä riippuen, mutta yhteistä kriisimajoituksen määritelmille on sen päivystyksellinen luonne ja pyrkimys lyhytaikaisuuteen tai vähintäänkin väliaikaisuuteen (ks. esim. Voutilainen, Juvonen, Randell, Sutinen & Leivo 2013, 5). Turvatalo tarjoaa nuorille väliaikaista majoitusta, joka aikaisemmin tunnettiin kriisimajoituksena, mutta edellisessä kappaleessa mainitusta kriisi-sanan miellelyhtymähaasteista johtuen on toiminnassa alettu suosia termiä ”väliaikainen majoitus”. Turvatalon verkkosivuilla majoitustoiminnasta kerrotaan seuraavasti:

Majoituksen syy voi olla mikä tahansa asia, missä tauko kotona olemisesta voi edistää tilanteen helpottumista, tai väliaikainen majoitus on muuten tarpeen.

Nuori majoittuu väliaikaisesti turvatalolla klo 17-10 välisenä aikana, saaden aamiaisen, päivällisen ja iltapalan. Nuoren perhe ja muut tärkeät ihmiset otetaan kiinteästi mukaan ratkaisujen etsimiseen. Majoituksen kesto sovitaan nuoren ja huoltajien kanssa.

Palveluun pääsee nopeasti ja se on asiakkaille maksutonta. Asiakkuus perustuu vapaaehtoisuuteen. (Punainen Risti, Nuorten turvatalo, Vantaa. Nuorten väliaikainen majoitus.)

Majoittumisjaksot vaihtelevat yhdestä yöstä jopa kuukausiin riippuen nuoren ja hänen perheensä tilanteesta ja tarpeesta. Lähtökohtana on se, että tuki räätälöidään aina nuoren ja perheen tarpeiden mukaiseksi ja prosessissa edetään heidän ehdoillaan kunnioittaen jokaisen kokemusta. Kriisimajoitusta järjestäessä tulee ottaa huomioon aikaisemmassa kuvattu kriisissä olevan henkilön haavoittuvainen tila.

3.2 Tilan turvallisuus ja estetiikka

Turvallisuuden tunne liittyy perusturvallisuuteen, eli henkisellem kehitykselle ja tasapainolle välttämättömien tekijöiden toteutumiseen. Nämä ovat niitä tekijöitä, jotka kriisissä – erityisesti traumaattisessa – järkkyvät: fyysinen koskemattomuus, sosiaalinen identiteetti ja olemassaolo. Tasapainoisessa tilanteessa ihmisen perusturvallisuus on hyvä, eli hänellä on esimerkiksi mahdollisuus ja pääsy ravintoon, suojaan ja omaan tilaan sekä luotettavia ihmisiä ympärillään. Häneen kohdistuva väkivallan teko tai vakava luottamuksen pettäminen vahingoittaa olennaisesti tätä perusturvallisuutta, ja tästä toipumiseksi tulee turvallisuuden tunne palauttaa. Turvallisuuden takaamisessa tilalla on suuri merkitys. (Ks. esim. Hedrenius & Johansson 2016, 199, 210.) Tila määritellään sanakirjassa seuraavasti: ”paikka, kohta, alue, ala, sija varsinkin jotakin esinettä, oliota, tarkoitusta tms. varten” (Suomisanakirja. Tila). Tässä työssä tilalla tarkoitetaan erityisesti sisätilaa, jossa toiminta tapahtuu, sen fyysisiä puitteita ja visuaalisia ominaisuuksia. Tässä yhteydessä tila siis on ”paikka nuoren ja perheen kohtaamista, auttamista ja tukemista varten”, eli turvatalon rakennuksen fyysiset tilat, joiden sisässä toiminta toteutuu.

Esteettisyyden tutkimiselle on omistautunut kokonainen filosofian osa-alue, estetiikka, joten tästä voidaan päätellä, että kauneuden merkitys ihmiselämässä on suuri. Helsingin yliopiston filosofian, historian ja taiteiden tutkimuksen osaston estetiikan tutkimusprofiilissa tieteenalasta sanotaan seuraavaa: “Estetiikan perinteisiä ongelmia ovat kysymykset taiteen olemuksesta ja taideteoksen luonteesta sekä taiteen kokemuksesta, merkityksestä ja tulkinnasta. [---] Perinteisiä ovat samoin kysymykset kauneuden olemuksesta sekä esteettisen arvottamisen ja kritiikin perusteista.” Estetiikassa tutkitaan siis kauneuden ja taiteellisuuden olemusta ja subjektiivisia kokemuksia niistä. Tilaan liittyvä estetiikan tutkimushaara on ympäristöestetiikka, josta edellä mainitussa lähteessä kerrotaan sen tutkivan ”vastaavia kysymyksiä [kuin estetiikan perinteessä] sekä rakennetun että luonnonympäristön suhteen, pohtien myös ihmisen vuorovaikutusta ympäristön kanssa ja esteettisten arvojen merkitystä elinympäristön kokonaisuudessa” (Helsingin yliopisto. Estetiikka).

Estetiikassa voidaan tutkia myös muita kuin visuaalisia elementtejä, mutta tässä työssä relevanteinta on nimenomaan visuaalisen estetiikan tarkastelu. Visuaalisen määrittelyyn voidaan käyttää sanakirjamääritelmääkin, sillä sen merkitys on yksinkertaisesti ”näköaistia koskeva, siihen perustuva, näkö-” (Suomisanakirja. Visuaalinen). Visuaalinen ympäristö on siis ensisijaisesti näköaistiin perustuva ja näöllä havaittava ympäröivä tila, josta saadaan visuaalisia viestejä ja tehdään visuaalisia havaintoja.

3.3 Matala kynnys ja saavutettavuus

Toiminnan matala kynnys liittyy suoraan sen saavutettavuuteen. Matala kynnys on sosiaalialan palveluissa varsin vakiintunut termi, joka viittaa palvelun tai toiminnan piiriin hakeutumisen ja pääsyn helppouteen, ja sen on tarkoitus edistää sosiaalista osallisuutta. Niissä asiakkailta vaadittavia edellytyksiä palveluun hakeutumisessa on madallettu tai vähennetty verrattuna muuhun vastaavaan toimintaan. Kynnyksen mataluuteen liittyy sellaiset tekijät kuin aukioloajat ja sijainti, maksut, leimautumisriskin vähäisyys, anonymiys ja mahdollisuus spontaaniin asiointiin ilman ajanvarausta tai etukäteisilmoitusta. Valittavissa madaltamistoimenpiteissä tulee aina huomioida kohdeasiakasryhmä, sillä kaikki toimenpiteet eivät palvele kaikkia ryhmiä. (Leemann & Hämäläinen 2015, 1–2, 4.) Esimerkiksi päihteiden salliminen voi muissa kuin päihteidenkäyttäjille suunnatuissa palveluissa jopa nostaa kynnystä, jos asiakas ahdistuu

päihtyneistä ihmisistä. On myös muistettava, että kokemus kynnyksen mataluudesta on aina subjektiivinen. Matalan kynnyksen palveluissa korostuu asiakkaan omaehtoisuus, asiakaslähtöisyys, vaivattomuus ja vapaaehtoisuus. (Leemann & Hämäläinen 2015, 3–5.) Nämä termit kuvaavat hyvin myös turvatalon asiakastyötä.

Esteettömyys viittaa siihen, että paikka, palvelu tai toiminta on kaikille esteettä saavutettavissa riippumatta fyysisestä tai psyykkisestä hyvinvoinnista, taloudellisesta tilanteesta tai yksilön muista ominaisuuksista. Se liittyy vahvasti yhteiskunnan yleiseen toimivuuteen, ja on tasa-arvon ja inklusion edellytys. (Putkinen 2009, 9–10.) Saavutettavuutta käytetään usein esteettömyyden synonyyminä, mutta se saattaa sisältää pieniä näkökulmaeroja siinä, mitä saavutettavuuden seikkoja painotetaan (etäisyys, sijainti, hinta jne.) (Putkinen 2009, 11; Tuominen & Saari 2009, 35–36). Esteettömyys tulee ottaa huomioon esimerkiksi rakentamisessa niin, että julkisiin tiloihin on mahdollista päästä myös pyörätuolia käytettäessä tai opaskoiran kanssa. Yhdenvertaisuuslain mukaan ”ketään ei saa syrjiä iän, alkuperän, kansalaisuuden, kielen, uskonnon, vakaumuksen, mielipiteen, poliittisen toiminnan, ammattiyhdistystoiminnan, perhesuhteiden, terveydentilan, vammaisuuden, seksuaalisen suuntautumisen tai muun henkilöön liittyvän syyn perusteella”. Laissa tarkennetaan välittömän ja välillisen syrjinnän lisäksi syrjinnäksi laskettavan myös ”häirintä, kohtuullisten mukautusten epääminen sekä ohje tai käsky syrjiä”. (L 1325/2014.) Kohtuullisia mukautuksia voisivat olla esimerkiksi juuri esteettömyyteen liittyvät muutokset toiminnassa.

Esteettömyyttä voivat rajoittaa myös muut, kuin fyysiset esteet. Esimerkiksi Korkeakoulujen yhteisessä esteettömyyshankkeessa ympäristön esteettömyyttä tarkasteltiin kolmella eri tasolla: fyysinen, sosiaalinen ja psyykkinen. Fyysinen viittaa tiloihin ja materiaaliseen ympäristöön, sosiaalinen yhteisön jäsenten osallistumista edistäviin tietoihin, taitoihin ja asenteisiin, ja psyykkinen siihen, että monenlaisuutta arvostetaan voimavarana. (Putkinen 2009, 10.) Vantaan turvatalo sijaitsee Rekolan kartanossa, joka on kulttuurihistoriallisista syistä suojeltu rakennus. Vaikutusmahdollisuudet fyysiseen esteettömyyteen ovat tämän vuoksi varsin rajalliset, minkä vuoksi vaikkapa pyörätuolia käyttävät nuoret joudutaan ohjaamaan esimerkiksi Espoon turvataloon. Sosiaalisiin ja psyykkisiin esteisiin puolestaan on mahdollista vaikuttaa myös Vantaan turvatalon puitteissa.

4 MENETELMÄT JA AINEISTONHAKUPROSESSI

4.1 Metodina kuvaileva kirjallisuuskatsaus

Koska tutkimustietoa tuotetaan nykymaailmassa valtavaa vauhtia, on kirjallisuuskatsauksilla tärkeä paikkansa tiedontuottajina ja -jakajina. Tämä pätee erityisen hyvin sosiaalialalla, jossa ajankohtaisen tiedon tasalla pysyminen on ehdottoman tärkeää, mutta perehtymiseen käytettävä aika usein varsin rajallista. Kirjallisuuskatsaus on tutkimusmetodi, jossa tutkittavaa aihetta koskevaa aikaisempaa tutkimustietoa kootaan yhteen (Johansson 2007, 3). Kirjallisuuskatsaukset ovat joukko erilaisia lähestymistapoja joko empiirisen tutkimuksen osana tai omana tutkimusmenetelmänä, ja ne voidaan jaotella useisiin eri alatyyppeihin, kuten systemaattiseen, narratiiviseen ja kartoittavaan katsaukseen, joissa on toisiinsa nähden selkeitä eroja mutta myös päällekkäisyyksiä (Kangasniemi, Utriainen, Ahonen, Pietilä, Jääskeläinen & Liikanen 2013, 293; Coughlan, Cronin & Ryan 2013). Kirjallisuuskatsauksista käytetty käsitteistö on osin vakiintumatonta, mistä johtuen samasta menetelmästä saatetaan käyttää useaa eri nimeä. Narratiivinen kirjallisuuskatsaus tunnetaan Suomessa myös kuvailevana kirjallisuuskatsauksena, jota termiä käytän myös tässä työssä lähdekirjallisuuteni mukaisesti. (Kangasniemi ym. 2013, 293.)

Suhtautuminen kuvailevaan kirjallisuuskatsaukseen on vaihteleva; toisaalta sen katsotaan olevan tieteellisiä periaatteita noudattava itsenäinen tutkimusmenetelmä, jonka avulla kuvataan valittua ilmiötä tarkoituksenmukaisesti valitun kirjallisuuden kautta rajatusti, jäsennetysti ja perustellusti, mutta toisaalta sen on myös kritisoitu olevan tieteellisesti epätarkka, tarkoituksenhakuinen ja aikaisemman tutkimuksen arvioinnin osalta puutteellinen. Kriitikistä huolimatta menetelmää on hyödynnetty runsaasti, koska usein se on tarkoituksenmukaisin menetelmä etsittäessä vastausta tutkimuskysymykseen, joka kohdistuu esimerkiksi humanistiseen tutkimusperinteen mukaisiin käsitteellisiin tai kielellisiin merkitysilmiöihin. Kuvaileva kirjallisuuskatsaus onkin aineistolähtöinen menetelmä ja tähtää ilmiön ymmärtämiseen. Verrattuna systemaattiseen kirjallisuuskatsaukseen, kuvailevan kirjallisuuskatsauksen yksi etu on sen avulla tuotettava ilmiölähtöinen kuvaileva tieto, jonka kautta pystytään tutkimuskysymystä tarkastelemaan kriittisesti eri näkökulmista. (Kangasniemi ym. 2013, 293, 295, 297–298.)

Epätieteellisuuden välttämiseksi ja luotettavuuden lisäämiseksi tulee kuvaileva kirjallisuuskatsaus suorittaa johdonmukaisesti. Kangasniemi et al. (2013, 294) ovat kuvanneet kuvailevan kirjallisuuskatsauksen etenemisen neljässä vaiheessa: 1) tutkimuskysymyksen muodostaminen, 2) aineiston valitseminen, 3) kuvailun rakentaminen ja 4) tuotetun tuloksen tarkasteleminen. Näin ollen kuvaileva kirjallisuuskatsaus mukailee varsin pitkälti muitakin kirjallisuuskatsausprosesseja määrittäviä työvaiheita (Niela-Vilén & Mahari 2016, 23). Erityistä kuvailevalle kirjallisuuskatsaukselle on se, että eri vaiheet etenevät osin päällekkäin koko prosessin ajan (Kangasniemi ym. 2013, 293–295, 298).

Tarkoituksena kuvailevassa kirjallisuuskatsauksessa on usein etsiä vastausta kysymyksiin ”mitä ilmiöstä tiedetään” tai ”mitkä ovat ilmiön keskeiset käsitteet ja niiden suhteet toisiinsa”, tai toisaalta selvittää millaista on ilmiöstä käytävä keskustelu tai siitä vallitsevat teoriat. Sen avulla on myös usein löydettävissä uusi näkökulma aiheeseen. Erityisen hyvin kuvaileva kirjallisuuskatsaus soveltuu hajanaisiin ja pirstaleisiin aiheisiin. (Kangasniemi ym. 2013, 293–295, 298.) Tiedon hajanaisuus kuvaa esiselvitysteni (ei-systemaattinen tiedonhaku ja aiheeseen tutustuminen) perusteella aihepiiriä varsin täsmällisesti. Tämän työn tarkoitus on löytää vastauksia vahvasti kokemukseellisuuteen liittyviin tutkimuskysymyksiin sekä soveltaa koottua tietoa yhteistyökumppanini kontekstiin. Tähän kuvaileva kirjallisuuskatsaus on hyvin tarkoituksenmukainen menetelmä.

4.2 Aineistonvalinta, kuvailun rakentaminen ja tulosten tarkastelu

Kuvailevan kirjallisuuskatsauksen aineistonvalintaa ohjaa tutkimuskysymys. Menetelmän aineistolähtöisyys viittaa siihen, että aineisto valitaan aineiston sisällön perusteella ja valinta ja analyysi tapahtuvat osittain samanaikaisesti. Aineiston valinnassa keskeisin painoarvo on käytettävien tutkimusten sisällössä ja valittujen tutkimusten keskinäisissä suhteissa toisiinsa. (Kangasniemi ym. 2013, 295.) Opinnäytetyön rajatun luonteen vuoksi tutkimuskysymys on hyvä pitää kohtalaisen suppeana, jotta aineiston laajuus ei tuota ongelmaa (Niela-Vilén & Hamari 2016, 24). Valittu aineisto voi kuvailevassa kirjallisuuskatsauksessa olla hyvin heterogeenistä niin menetelmällisesti

kuin tieteenalankin suhteen. Kuten muissakin kirjallisuuskatsauslajeissa, myös kuvailevassa kirjallisuuskatsauksessa aineisto koostuu aikaisemmin julkaistusta, tutkimusaiheen kannalta relevantista tutkimustiedosta ja tavanomaisesti sisältää jonkinlaisen kuvauksen aineistonvalintaprosessista. Erona esimerkiksi systemaattiseen kirjallisuuskatsaukseen on se, että kuvailevassa kirjallisuuskatsauksessa prosessin ja sen kuvauksen kriteerit ovat väljemmät. (Kangasniemi ym. 2013, 296.)

Kangasniemi et al. jakavat prosessin implisiittiseen ja eksplisiittiseen valintaan, joissa lähdehakemistot ovat samat, mutta niiden systemaattisuus ja raportointitapa ovat erilaiset. Implisiittisessä valinnassa ei erikseen raportoida valittuja tietokantoja tai hakukriteereitä, vaan valinnan luotettavuus tuodaan esille tekstinsisäisesti argumentaation vaikuttavuudessa. Eksplisiittinen valinta puolestaan muistuttaa enemmän systemaattista kirjallisuuskatsausta, mutta on tätä joustavampi. Hakua ohjaa tutkimuskysymys, jonka mukaan hakusanat ja mahdolliset rajaukset valitaan. Näistä voidaan kuitenkin perustellusti poiketa kesken prosessin, koska tärkein valintakriteeri on aineiston sisältö. (Kangasniemi ym. 2013, 295–296.)

Kun systemaattisen kirjallisuuskatsauksen luotettavuus perustuu yksityiskohtaiseen ja johdonmukaiseen prosessiin, kuvaileva kirjallisuuskatsaus puolestaan perustuu aineiston sisällölliseen valintaan aikaisemmin asetettujen ehtojen tarkan noudattamisen sijaan. Tämä vaatii aineiston jatkuvaa reflektointia suhteessa tutkimuskysymykseen, mikä aikaansaa sen, että tutkimuskysymys ja siihen vastaamaan valittu aineisto tarkentuvat jatkuvasti. (Kangasniemi ym. 2013, 295–296.) Tämä vaatii nähdäkseni erityisesti laadullisen tutkimuksenteon osaamista, ja ehkä juuri siitä syystä on tullut kritisoiduksi tieteellisen tarkkuuden puutteesta.

Kirjallisuuskatsauksen ydin on käsittelyosan eli itse kuvailun rakentaminen. Sen tarkoituksena on tutkimuskysymykseen vastaaminen aineiston pohjalta koostettuna laadullisena kuvailuna. Kuvailussa on tarkoitus yhdistää ja analysoida sisältöä kriittisesti syntetisoiden tietoa eri tutkimuksista ja tehden samalla mahdollisesti uusia tulkintoja. Aineistosta etsitään ilmiön ymmärtämisen kannalta keskeisiä seikkoja, joita ryhmitellään sisällöllisiksi kokonaisuuksiksi esimerkiksi teemoittelun tai muun kategorisoinnin avulla, joita itsekkin hyödynnän prosessin aikana. (Kangasniemi ym. 2013, 296–297.) Tässä työssä olennaista on myös liittää aineisto ja kuvailu yhteistyökumppanini työympäristön kontekstiin. Kuvailevan kirjallisuuskatsauksen analyysin tarkoituksena

ei ole siis vain referoida tai raportoida aikaisempaa tietoa, vaan olennaisesti myös analysoida ja soveltaa sitä (Kangasniemi ym. 2013, 296).

Käytän kuvailun rakentamisessa apuvälineenä myös sisällönanalyysiä. Sisällönanalyysi on tapa tarkastella tekstimuotoista aineistoa eritellen, yhtäläisyyksiä ja eroja etsien ja tiivistäen. Sisällönanalyysin avulla tavoitteena on muodostaa tutkittavasta ilmiöstä tiivistetty kuvaus, jossa ilmiö kytketään myös laajempaan kontekstiin. Laadullisessa sisällönanalyysissä aineisto pilkotaan ensin pienempiin osiin, käsitteellistetään ja lopuksi järjestetään uudeksi kokonaisuudeksi. Sisällönanalyysi on mahdollista tehdä joko aineistolähtöisesti, teoriaohjaavasti tai teorialähtöisesti. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006.)

4.3 Mahdolliset eettiset ongelmat

Opinnäytetyön aineisto koostuu erilaisista tietolähteistä eikä siihen sisälly itse kerättyä aineistoa, kuten haastatteluja tai kyselytutkimuksia. Näin ollen informantteihin liittyvät eettiset ongelmat on lähtökohtaisesti poissuljettu, ja eettisyyden toteutuminen liittyy oleellisesti minuun itseäni opinnäytetyön tekijänä, eli esimerkiksi tutkimus- ja hyvän tieteellisen käytännön osaamiseen, kuten lähdeviittausten oikeellisuuteen, plagiarismin välttämiseen ja tiedon kelvolliseen analysointiin, sekä laadullista tutkimusta tehtäessä itsereflektiokykyyn. Myös lähdekriittisyys ja tieteellisen tiedon tunnistaminen ovat olennainen osa eettistä ja luotettavaa kokonaisuutta. Koska kuvaileva kirjallisuuskatsaus on menetelmällisesti ”väljä”, korostuu tutkijan valintojen ja raportoinnin läpinäkyvyys sekä itsereflektion tärkeys kaikissa prosessin vaiheissa. Eettisyys ja luotettavuus kulkevat käsi kädessä ja koko prosessin sekä tutkijan oman position läpinäkyväksi tekeminen on olennainen askel luotettavuuden rakentamisessa. (Kangasniemi ym. 2013, 297–298.)

Edellä mainittuja riskikohtia vähentää aikaisemman akateemisen koulutuksen kautta hankittu osaamiseni niin tutkimuksen käytännön toteutuksessa kuin hyvän tieteellisen käytännön noudattamisessakin. Taustani on etnologiassa ja kulttuuriantropologiassa, ja opintoihini on kuulunut esimerkiksi tieteenfilosofiaa ja tieteen etiikkaa käsitteleviä kursseja sekä tiedon keräämiseen ja käsittelyyn liittyviä harjoituksia. Kvalitatiivisia menetelmiä runsaasti hyödyntävissä humanistisissa tieteissä minulle on tullut tutuksi

myös itsereflektion tärkeys sen kannalta, että tutkimusta voidaan pitää validina ja mahdollisimman objektiivisena (ks. esim. Niela-Vilén & Hamari 2016, 24). Reflektoidessaan tutkija sijoittaa ja paikantaa itsensä suhteessa tutkimuskohteeseensa. Tulkinnoissaan tutkija pysyy avoimena. Kvalitatiivisiin prosesseihin liittyy vahvasti subjektiivisuus, ja tutkijan omat lähtökohdat sekä persoona vaikuttavat yleensä väistämättä tulointoihin. (Fingerroos 2003.) Myös kuvailevaa kirjallisuuskatsausta tehdessä kuvailun rakentaminen on suhteellisen subjektiivinen prosessi, johon vaikuttaa tekijän kokemusympäristö, ja tästä syystä eri tutkijat voivat samoillakin lähteillä päätyä erilaisiin johtopäätöksiin (Kangasniemi ym. 2013, 298).

4.4 Aineistonhakuprosessi tässä työssä

Tutkimuskysymykset olen muodostanut jo ennen aineistonhakuvaihetta, ja ne esitellään johdantoluvussa. Tämän myötä saatoinkin alkaa etsimään ja valitsemaan aineistoa. Kielirajaukset tein oman kielitaitoni ja käytettävien lähdetietokantojen mukaan suomen- ja englanninkielisiin aineistoihin. Luotettavuuden varmistamiseksi rajasin aineistonhaun julkaistuihin tieteellisiin teksteihin mukaan lukien esimerkiksi tieteelliset artikkelit, opinnäytetyöt ja väitöskirjat. Tätä puolsi se, että julkaistut tieteelliset tekstit läpikäyvät vertaisarvioinnin tai muun tarkistusprosessin (Niela-Vilén & Hamari 2016, 26). Listasin käyttämäni hakusanat ja -lausekkeet sekä muut hakua rajaavat kriteerit, kuten julkaisuvuodet, tieteenalat tai muut vastaavat tekijät (ks. TAULUKKO 1, KUVIOT 1 ja 2). En halunnut aineistonhaun systemaattisuuspyrkimysten sulkevan pois potentiaalisia hyviä lähteitä, joihin törmäisin sattumalta esimerkiksi vapaa-ajallani. Kuvailevan kirjallisuuskatsauksen joustavuus mahdollistaa myös tällaisten ei-tarkoituksenhakuisesti löydettyjen lähteiden käytön, kunhan ne vastaavat sisällöllisesti tutkimuskysymykseen. Nojasin enemmän eksplisiittisen valinnan malliin, mutta mahdollistin kuitenkin tarkoitusta palvelevan jouston aineistoa hakiessa ja valitessa.

Ensimmäisessä aineistonhakuvaiheessa hain aineistoa tietyillä rajauksilla erilaisilla avainsanojen yhdistelmillä. Selasin tuloksia ja valikoin seuraavaan vaiheeseen päätyvät aineistot otsikon perusteella varsin löyhästi, sillä hakutulossivuilla ainoa suunta antava tieto sisällöstä on yleensä työn nimi. Tässä valinnan perusteena oli se, että tutkimus liittyy (visuaaliseen tai fyysiseen) ympäristöön ja sen linkittymiseen hyvinvointiin tai muihin tutkimuskysymyksen määrittämiin aiheisiin jollain tasolla. Seuraavassa

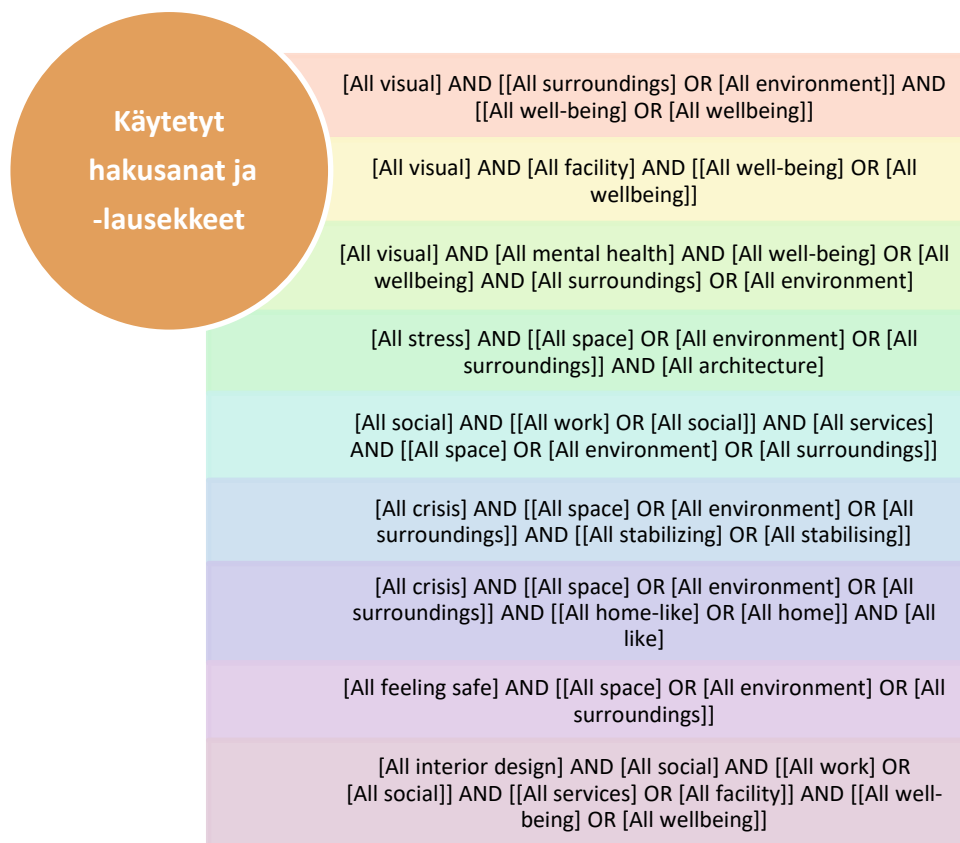
vaiheessa kävin läpi valitsemieni aineistojen tiivistelmät ja karsin pois niitä, jotka eivät vastanneet tutkittavaa aihetta. Huono vastaavuus liittyi esimerkiksi kohderyhmän spesifiyteen tai liian vahvaan terveystekstiin, joita olisi vaikea soveltaa sosiaalialaan. Tiivistelmien perusteella karsimisen jälkeen aineistoa oli yhteensä 17 tutkimusartikkelia kuudesta eri tieteellisestä julkaisusta. Yksi näistä tuli valituksi sisäänottokriteerien ulkopuolelta (ks. KUVIO 1).

Varsinaista aineistonhakua ennen määrittelin keskeisimmät sisäänottokriteerit. Jätin kuitenkin mahdollisuuden sille, että hakutulokset ja aineistoon perehtyminen saattaisivat muuttaa kriteerejä sen mukaan, kuinka hyvin aineistoa löytyy. Tarkentumisia ja uusien kriteereiden muodostumisia tapahtuikin jonkin verran erityisesti poissulkukriteerien kohdalla. Mahdollisina ongelmina oli sekä aineiston niukkuus että sen ylitarjonta, koska massiivisen aineiston sisällyttäminen rajattuun työhön on mahdotonta. Aineistonhaun suoritin SAGE Journals (SAGE) ja NCBI PubMed (PubMed) -tietokannoissa, joista ensimmäinen sisältää hyvin laajan kirjon eri tieteenalojen tutkimusjulkaisuja ja jälkimmäinen on keskittynyt terveysalaan. SAGEn julkaisuista valtaosaan on pääsy oppilaitoksen tunnuksilla, joten tarjonta oli tämän myötä laaja. SAGEn tietokanta osoittautui myös käytettävyydeltään erittäin toimivaksi ja tarjosi riittävästi sopivia tuloksia. Aikakauslehtiartikkelit sopivat hyvin opinnäytetyön aineistoksi, koska ne usein tiivistävät laajempia tutkimuksia ja esittävät asiansa kompaktisti, joten aineisto pysyy kokonsa puolesta hallittavana.

Toteutin haut molemmissa tietokannoissa samoin hakulausekkein, jotka olen eritellyt alle taulukkomuotoon (TAULUKKO 1, KUVIO 1). SAGE tuotti tuloksia huomattavasti enemmän, johtuen todennäköisesti osin monialaisuudestaan ja osin siitä, että rajasin PubMedin haut ilmaiseksi saatavilla oleviin, koska oppilaitoksen portaalin kautta käyttäessä suljettuja artikkeleita ei päässyt kokonaisuudessaan lukemaan.

TAULUKKO 1. Käytetyt tietokannat, rajauskriteerit ja hakutulosten järjestämiskriteeri

Tietokanta	Rajauskriteerit	Järjestäminen
SAGE Journals	2009–2019, Research Article, Review Article	Relevance
NCBI PubMed	2009–2019, Clinical Study, Clinical Trial, Comparative Study, Controlled Clinical Trial, Meta-Analysis, Observational Study, Review, Systematic Reviews, Humans, free full text	Best match

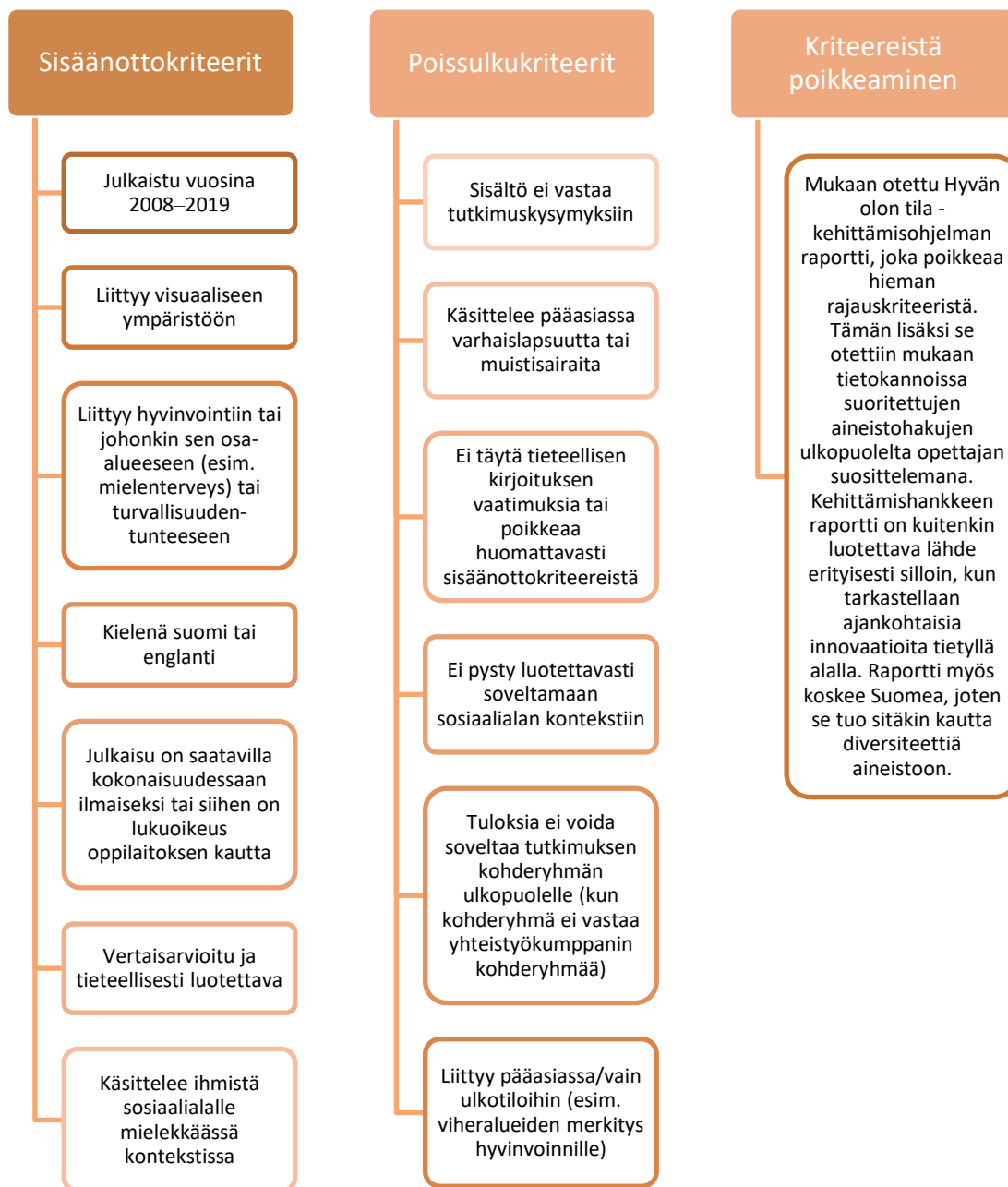


KUVIO 1. Tiedonhaussa käytetyt hakusanat ja -lausekkeet SAGE Journalsin kirjoitusasussa

Seuraavissa kuvioissa (KUVIO 2, TAULUKKO 2) esittelen tarkemmin lopullisen valitsemani aineiston ja perusteet valinnoille. Aineiston esittely lisää kirjallisuuskatsauksen luotettavuutta, ja valintojen perusteleminen on kuvailevan kirjallisuuskatsauksen ei-systemaattisen luonteen vuoksi erityisen tärkeää luotettavuuden kannalta. Tyypillisesti aineistosta esitellään julkaisua ja käytettyjä menetelmiä koskevat tiedot. (Kangasniemi & Pölkki 2016, 83–84.) Esittelen taulukkomuodossa valitun aineiston perustiedot, kuten julkaisutiedot, työn keskeiset tavoitteet ja käytetyt menetelmät.

Pyrin saamaan aineistoa mahdollisimman monipuolisesti niin, että opinnäytetyön laajuuden puitteissa tutkittava aihe tulisi tarkastelluksi mahdollisimman monesta näkökulmasta. Tämän vuoksi en esimerkiksi rajannut tutkittavan kohderyhmän ikää sen tarkemmin, kuin rajaten pois varhaislapsuuden, koska sen yhteydessä painotetaan yleensä kehityksellistä näkökulmaa, joka ei tässä työssä ole relevantti. Toinen poisra-

jattu ryhmä oli muistisairaat, koska heidän turvallisuuden kokemuksiinsa liittyi sairauteen liittyviä erityispiirteitä, mikä vähentää sovellettavuutta. Pyrin saamaan kuvailuun mukaan metodologisesti vaihtelevia aineistoja niin, että tarkasteltavana on niin aikaisempaa koottua teoriaa ja sen analysointia kuin erilaisten (lähi)asiakasryhmien kokemusten tarkasteluakin. Myös aiemmista kirjallisuuskatsauksista saa hyvin koottua tietoa aihepiiriin liittyen, joten hyödynsin myös niitä.



KUVIO 2. Aineiston sisäänotto- ja ulossulkukriteerit

TAULUKKO 2. Katsaukseen valittu kirjallisuus

Tekijät ja työn nimi	Julkaisupaikka ja -aika	Keskeiset tavoitteet ja menetelmät
Bank & Nissen: <i>Beyond spaces of counselling.</i>	Qualitative Social Work, 2017.	Tarkastellaan kahta tanskalaista sosiaalityön toimistoa (nuorten päihdetyö), niiden tilallisuutta ja tilan tukemaa neuvonta- ja keskusteluaputyötä. Myös katsaus sosiaalityön/terapeuttisen tilan teorioihin. Keskeisenä teemana Foucault'n kurinpidollinen ja pastoraalinen valta ja valtasuhteet sosiaaliohjaustyöskentelyssä. Tavoitteena kehittää tiloja tukemaan työskentelyä ja turvallista keskusteluympäristöä. Käytössä yhteistyöhön perustuva käytäntöjä kehittävä tutkimusmenetelmä (<i>collaborative practice research</i>), joka sisälsi esimerkiksi haastatteluja, havainnointia ja verkostotyötä.
Connellan, Gaardboe, Riggs, Due, Reinschmidt & Mustillo: <i>Stressed Spaces. Mental Health and Architecture.</i>	HERD: Health Environments Research & Design Journal, 2013.	Tutkimuskohteena mielenterveyslaitosten arkkitehtonisten suunnitteluratkaisujen vaikutus niiden käyttäjiin sekä mielenterveyden ja arkkitehtuurin yhteys. Kartoittava ja systemaattinen kirjallisuuskatsaus.
Denk, Jimenez & Schulz: <i>The impact of light source technology and colour temperature on the well-being, mental state and concentration of shop assistants.</i>	Lighting Research & Technology, 2014.	Valaistuksen vaikutus hyvinvointiin, psyykkiseen tilaan ja keskittymiseen erityisesti työympäristössä. Tutkittavana ryhmänä 48 myymäläassistenttia, joista kerättiin kvantitatiivista dataa laboratorio-olosuhteissa mm. kyselylomakkeilla. Dataa tulkittiin useilla eri analyysimenetelmillä.
Fleming & Kydd: <i>What makes a nursing home homely? A Scottish based study, using Q methodology of the perceptions of staff, residents and significant others.</i>	Journal of Research in Nursing, 2018.	Tavoitteena selvittää, mitä kodikkuus tai kodinomaisuus (<i>homely</i>) tarkoittaa hoivakodin yhteydessä. Mitkä tekijät edesauttavat kodinomaisten ympäristön luomista? Narratiivinen kirjallisuuskatsaus, kvantitatiivista aineistoa kerätty sekä asukkailta että henkilökunnalta.
Houle, Coulombe, Radziszewski, Boileau, Morin, Leloup, Bohémier & Robert: <i>Public housing tenants' perspective on residential environment and positive well-being. An empowerment-based Photovoice study and its implications for social work.</i>	Journal of Social Work, 2016.	Tavoitteena selvittää julkisen asumispalvelun asukkaiden näkemyksiä asumisympäristön rakenteista, jotka tukevat hyvinvointia. <i>Photovoice</i> -metodi, johon kuuluu ns. vertaistutkijoiden fasilitoimat ja analysoimat ryhmäkeskustelut.
Lovio & Muurinen: <i>Sosiaalitoimisto 2.0. Kuinka teemme sosiaalitoimistosta voimauttavan paikan?</i>	Soccan työpöytä, 2013.	Hyvän olon tila -kehittämissuunnitelman (2012–2013) loppuraportti. Tavoitteena tuottaa tietoa palveluympäristöjen merkityksestä sosiaalityössä. Erityispiirteinä palvelumuotoiluajattelun soveltaminen sosiaalitoimistojen suunnitteluun.

MacAllister, Zimring & Ryherd: <i>Environmental Variables That Influence Patient Satisfaction. A Review of the Literature.</i>	HERD: Health Environments Research & Design Journal, 2016.	Kirjallisuuskatsaus syvällisempää jatkotutkimusta varten. Aineistona täsmällistä, tilastollisesti testattua dataa sisältäviä tutkimuksia, joissa esiintyy riippumaton tilallinen muuttuja sekä siihen yhdistettävä terveydellinen tai behavioraalinen seuraus.
Orth & Wirtz: <i>Consumer Processing of Interior Service Environments: The Interplay Among Visual Complexity, Processing Fluency, and Attractiveness.</i>	Journal of Service Research, 2014.	Tutkimuskohteena visuaalisen suunnittelun ja erityisesti visuaalisen kompleksisuuden ja ärsykkeiden prosessoinnin sujuvuuden vaikutus tilan koettuun viehättävyyteen ja miellyttävyyteen. Kohteena kaupallinen sisätila. Kaksiosainen tutkimus: 1) laboratoriossa suoritettu ihmiskoe, josta kerättiin kvantitatiivista dataa osallistujien arvioista, 2) kenttätutkimus, jossa mukaan värvättiin ohikulkijoita arvioimaan 15 ennalta valittua kahvilaympäristöä kyselylomakkeella.
Schreuder, Lebesque & Bottenheft: <i>Healing Environments: What Design Factors Really Matter According to Patients? An Exploratory Analysis.</i>	HERD: Health Environments Research & Design Journal, 2016.	Tavoitteena selvittää, mitkä suunnittelulliset ominaisuudet potilashuoneissa potilaat itse kokevat hyvinvointiaan tukeviksi. Potilaat arvioivat huoneiden suunnittelua kahdeksan piirteen kautta (tilan mukavuus, turvallisuus, itsenäisyys, aistillinen mukavuus, yksityisyys ja sosiaalinen mukavuus).
Trzpuć, Wendt, Heitzman, Skemp, Thomas & Dahl: <i>Does Space Matter? An Exploratory Study for a Child-Adolescent Mental Health Inpatient Unit.</i>	HERD: Health Environments Research & Design Journal, 2016.	Tutkimuskohteena suunniteltujen elementtien ja tilojen vaikutus potilaiden, henkilökunnan ja omaisten käyttäytymiseen ja hyvinvointiin lasten ja nuorten mielenterveysyksikössä. Metodeina kirjallisuuskatsaus, kyselyt ja haastattelut.

Valintojen jälkeen etenin prosessissa lukemisvaiheeseen. Aluksi luin tekstit silmäillen ne suurpiirteisesti läpi. Tässä vaiheessa vielä osa teksteistä karsiutui pois aiheeseen vastaamattomuutensa vuoksi, ja lopulliseen katsaukseen aineistoja valikoitui 10. Näissä tutkimuskohteena oli esimerkiksi asumispalveluiden asiakkaat, mielenterveys ja sairaalassa majoittuvat potilaat. Tämän jälkeen luin jokaisen valitsemani aineiston huolellisesti läpi tehden samalla muistiinpanoja niistä kohdista, jotka liittyivät läheisesti tutkittavaan aiheeseen ja tutkimuskysymyksiini. Muistiinpanoja tehdessä alkoi jo hahmottua joitain toistuvia teemoja, jotka selkenivät, kun lukutyö oli valmis. Kategorisoin aineistoani laajojen muistiinpanojeni pohjalta eri teemoihin ja etsin aineistojen välisiä yhtäläisyyksiä. Teemoittelun jälkeen varsinaisen kuvailuosuuden kirjoitusprosessi pääsi alkamaan.

5 TURVALLISUUDEN TUNNETTA JA HYVINVOINTIA TUKEVAT OMINAISUUDET VISUAALISESSA TILASSA

Ympäristöpsykologian kentällä on osoitettu, että ympäristöllä on selkeä vaikutus ihmisen käyttäytymiseen, ja ihmiset vuorovaikuttavat jatkuvasti ympäristönsä kanssa (MacAllister, Zimring & Ryherd 2016, 159). Ympäristöä havainnoidaan holistisesti kokonaisuutena, joten sitä tulisi myös suunnitella kokonaiskuvaan huomiota kiinnittäen (Schreuder, Lebesque & Bottenheft 2016, 88). Tutkimusnäytön pohjalta voidaan todeta, että ympäröivän tilan yhteydessä hyvinvointiin tärkeintä on se, kuinka henkilö havaitsee ympäristönsä ja millaiseksi hän sen mieltää (Houle, Coulombe, Radziszewski, Boileau, Morin, Leloup, Bohémier & Robert 2016, 706). Palveluympäristöissä visuaalinen suunnittelu on tärkeä alue, ja sen päätavoitteena on vahvistaa tilan viehättävyyttä. Viehättävillä sisätiloilla puolestaan on monia (sosiaalialallakin olennaisia) vaikutuksia: ne kiinnittävät huomion, synnyttävät innostusta ja halun jäädä, parantavat kävijän käyntikokemusta ja ylipäänsä vahvistavat positiivisia tunteita ja mielihyvää tilaa ja siihen kiinnittyvää toimintaa kohtaan. (Orth & Wirtz 2014, 29.) Kuitenkin esimerkiksi ihmisen ikä vaikuttaa merkittävästi hänen tarpeisiinsa ja tilallisiin preferensseihinsä. Erityisesti nuorena ihminen elää jatkuvaa muutosta ja kehityskohtaa, jolloin tarpeet ympäristön ominaisuuksille voivat olla erityisen tarkat. (Connellan, Gaardboe, Riggs, Due, Reinschmidt & Mustillo 2013, 157-158.)

Tähän lukuun olen rakentanut kirjallisuusaineiston pohjalta kuvailun tutkittavasta aiheesta. Osaa aineistolähteistä olen käyttänyt laajemmin ja osaa niukemmin, soveltuvilta osin. Rakennan kuvailun seitsemän teeman varaan: 1) luonnon vaikutus, 2) tilan valaistus, 3) tilan esteettisyys ja visuaalinen kompleksisuus, 4) kodinomaisuus, 5) terapeutin tilan ulkomuoto, 6) yksityisyyden ja sosiaalisuuden tasapaino ja 7) pastoraalisen valtasuhteen rakentuminen visuaalisuuden kautta. Tässä luvussa tarkoitukseni on käsitellä aiheen kannalta merkityksellisiä seikkoja aineistosta ja konkreettisesti turvatalon kontekstiin sovellettaessa tähän lukuun koottua tietoa seuraavassa luvussa.

5.1 Luonnon vaikutus

Lähestulkoon kaikissa katsaukseen valikoituneissa artikkeleissa käsiteltiin vähintään maininnan tasolla luonnon ja luontokokemusten vaikutusta hyvinvointiin, mielenterveyteen tai toipumiseen. Usein luontokokemuksissa ikkunoilla ja niistä avautuvilla näkymillä on avainrooli, mutta myös esimerkiksi puutarhanhoitomahdollisuudet, sisäkasvit ja luontokuvasto ovat toistuvia teemoja. Luonto näyttäytyykin usein yhtenä merkittävimmistä hyvinvointiin positiivisesti vaikuttavista tekijöistä (Connellan ym. 2013, 142–143). Tutkimuksissa on havaittu, että näkymä ikkunasta vaikuttaa positiivisesti leikkauspotilaiden toipumiseen. Ne, joilla ikkunasta avautuu näkymä puihin tai muihin luontoelementteihin valittavat vähemmän ja kärsivät harvemmistä leikkauskomplikaatioista kuin ne, joiden ikkunasta näkyy vain rakennettua ympäristöä, kuten talon seinää. Luontonäkymästä nauttineet potilaat myös kokevat vähemmän kipuja ja kotiutuvat nopeammin, kun taas seinää katselevat joutuvat muun muassa käyttämään suurempia lääkannostuksia. (MacAllister, Zimring & Ryherd 2016, 160.) Luontonäkymillä on kipua ja stressiä lievittäviä ominaisuuksia, ja luonto ja luonnonvalo liitetään myös masennuksen ja bipolaarisen mielialahäiriön oireiden vähenemiseen (Schreuder, Lebesque & Bottenheft 2016, 88; Trzpuć, Wendt, Heitzman, Skemp, Thomas & Dahl 2016, 27; Connellan ym. 2013, 142–143).

Yksilöiden välillä on toki huomattavia eroja siinä, kuinka he arvioivat samaa ikkunäkymää, mutta luonto koetaan lähestulkoon aina positiivisena maisemana. Yleensä näkymät muihin rakennuksiin heikentävät positiivista hyvinvointivaikutusta. (Schreuder, Lebesque & Bottenheft 2016, 98.) Poikkeuksena absoluuttiseen luontonäkymäpreferenssiin toimivat eräässä tutkimuksessa kohteena olleet ryhmäkodissa asuvat nuoret: noin kaksi kolmasosaa tutkituista halusivat mieluiten tasaisesti saman verran sekä rakennuksia että kasvillisuutta, kun taas aikaisemmissa tutkimuksissa luonto oli aina halutumpaa kuin rakennukset. Muista poikkeavaa preferenssiä tutkijat selittivät sillä, että täyskasvillisuuteen liittyi tuttuudessaan negatiivinen assosiaatio: ryhmäkodit olivat sijainneet usein syrjässä tiheästä asutuksesta luonnon keskellä ja näin ollen rakennukset koettiin positiivisena. (Connellan ym. 2013, 158.) Yksilölliset elämäkokemukset siis vaikuttavat merkittävästi visuaalisiin preferensseihin.

Ikkunoiden puutteella voi olla negatiivisia vaikutuksia positiivisten sensoristen ärsykeiden vähäisyyden myötä. Stressiä voidaan vähentää luontonäkymillä joko ikkunoiden kautta, tai niiden puutteessa luontoaiheisella kuvastolla, kuten tauluilla. Ikkunatomissa potilashuoneissa majoittuvilla on havaittu enemmän esimerkiksi depression oireistoa. Luonnon näkemisellä ja kokemisella, eli luontoon konkreettisesti pääsyllä, voi olla erilaisia vaikutuksia, ja luontokokemusten on raportoitu alentavan stressiä ja lihasjännitystä sekä vaikuttavan vähentävästi väkivaltatapauksiin. (Connellan ym. 2013, 145.) Luonto koetaan usein rauhoittavana elementtinä, joka motivoi pitämään huolta terveydestä, saa aikaan positiivisia tunteita ja tukee henkistä ja hengellistä kasvua (Houle ym. 2016, 719). Luonnon puutetta on mahdollista kompensoida lisäämällä sisustukseen viherkasveja, sillä niilläkin on havaittu olevan hyvinvointia vahvistava vaikutus (Connellan ym. 2013, 145). Aitojen näkymien vähyyttä voidaan kompensoida myös luontoaiheisilla kuvilla tai ulkotilalla, esimerkiksi terassilla, jossa on luontoelementtejä, kuten istutuksia (Schreuder, Lebesque & Bottenheft 2016, 88; Trzpuc ym. 2016, 28).

5.2 Tilan valaistus

Toinen useimmissa artikkeleissa toistuva teema on valaistuksen ja erityisesti luonnonvalon merkitys. Myös tässä ikkunat ovat keskeisessä roolissa. Luonnon näkemisen lisäksi luonnonvalon tarjoaminen on yhdistetty muun muassa masennuksen ja bipolaarisen mielialahäiriön oireiden lievittymiseen, keskittymiskyvyn ylläpitoon, stressiin, sensoriseen mukavuuteen, syömishäiriöihin, terapeuttiseen tilaan ja erityisen vahvasti vuorokausirytmiin. (Connellan ym. 2013, 134, 136, 142–143; Trzpuc ym. 2016, 25, 27; Schreuder, Lebesque & Bottenheft 2016, 99.) Eräässä tutkimuksessa vertailtiin potilaita, jotka oli sijoitettu sairaalassa valoisille alueille ja varjoisille alueille (valoisilla alueilla auringonvalo oli keskimäärin 46 % intensiivisempää), ja huomattiin, että valoisilla alueilla majoittuvat potilaat kokivat vähemmän stressiä, hieman vähemmän kipuja ja heidän kipulääkkeidensä kulut olivat 21 % vähäisemmät (Connellan ym. 2013, 135). Luonnonvalon vaikutusta voidaan pyrkiä maksimoimaan tilan suunnittelussa esimerkiksi sillä, että ikkunoita vastapäätä olevat seinät ovat vaaleita ja heijastavat näin ikkunasta tulevaa valoa (Trzpuc ym. 2016, 28).

Valaistuksen vaikutuksia terveydenhuollon kontekstissa on tutkittu kohtalaisen runsaasti. Sen on havaittu vaikuttavan esimerkiksi visuaalisten tehtävien suorittamiseen, mielialaan ja havaitsemiseen. Positiivisia vaikutuksia on ikkunoiden läheisyydellä ja luonnonvalolla, negatiivisia puolestaan häikäisemisellä, joka vaikuttaa mielialaan ja suorituskykyyn. Unirytmien valolla on huomattava vaikutus esimerkiksi unen laadun ja nukahtamis- ja valveillaoloajan säätelyn kautta. Erityisesti luonnonvalon määrä säätelee unirytmien melatoniinintuotannon sekä biokemiallisen ja hormonirytmien kautta. (Connellan ym. 2013, 135.)

Valon laadussa vaikuttavia tekijöitä ovat esimerkiksi valaistusvoimakkuus, yhdenmukaisuus, diffuusio, väri ja UV-säteily. Kirkkaalla valolla (2500–10 000 luxia) on havaittu yhteys myös masennuksen, kaamosmasennuksen sekä bipolaarisen mielialahäiriön oireiden vähenemiseen. Erityisen vahva vaikutus on aamuaikaan saadulla aurin-
gonvalolla. (Connellan ym. 2013, 135.) Luonnonvalon ohella myös keinovalaistuksen huolellisella suunnittelulla voidaan saada aikaan huomattavia hyvinvointivaikutuksia, vaikkakin terveyden tukemiseksi tulisi potilas- ja asiakashuoneissa olla myös ikkunoita, joista tulee aitoa luonnonvaloa huoneeseen. Tärkeää on myös säilyttää mahdollisuus omatoimiseen valon määrän säätelyyn sekä häikäisyn estämiseen, sillä kyky hallita valaistusta riittävän monipuolisesti liittyy vahvasti hyvinvointiin. (Schreuder, Lebesque & Bottenheft 2016, 97.)

Laajin valaistuksen hyvinvointivaikutuksiin keskittynyt artikkeli aineistossani on Denkin, Jimenezin ja Schulzin (2014) valaistusta kaupallisessa ympäristössä tarkasteleva tutkimus. Tutkimuskohteena on erityisesti työympäristö ja työntekijänäkökulma, mutta hyvinvointiin liittyvät tulokset ovat sovellettavissa myös muihin viiteryhmiin. Turvatalon asiakkaisiin ne soveltuvat nähdäkseni myös siitä syystä, että he ovat talolla työstävässä elämässään kriisiytyneitä tilanteita, joiden käsittelyyn tarvitaan pitkälti samoja asioita kuin muunkin työn tekemiseen: motivaatiota, keskittymiskykyä, tunnetyöskentelyä ja kognitiivista suorituskykyä. Koska valaistuksen on todettu olevan läheisessä yhteydessä tilan tunnelmaan ja sen käyttäjien hyvinvointiin, tunteisiin, motivaatioon, mielialaan sekä kognitiiviseen suorituskykyyn, voidaan valaistuksen suunnittelulla saada aikaan positiivisia tai negatiivisia vaikutuksia. Erilaisia valaistuksen lopputulokseen vaikuttavia tekijöitä ovat esimerkiksi valaistusteknologiat (esim. polt-

timon tyyppi) ja väriämpötila. Oikein suunniteltu ja väriämpötilaltaan sopiva valaistus voi vaikuttaa muun muassa parantamalla keskittymiskykyä ja säätelemällä väsymystä. (Denk, Jimenez & Schulz 2014, 419–420.)

Tutkimukseen sisältyi laboratorio-olosuhteissa suoritettu koe, jossa tarkasteltiin vaikutuksia eri väriämpötilojen (lämmin ja neutraali valkoinen) ja polttimoiden (LED ja HID) välillä myymäläympäristöä mukailevassa tilassa. Tuloksissa eroa ei ollut eri polttimoiden välillä, mutta olennainen huomio oli kuitenkin se, että LED-valoja ei koettu epämiellyttäväiksi tai tunnelmaa huonontaviksi. Tutkimuksessa huomattiin selkeästi, että väriämpötilalla on vaikutusta tutkittaviin henkilöihin. Lämpimän valkoinen valo näyttäytyy kellertävänä tai punaiseen taittavana, kun taas neutraalin valkoinen voi näyttää sinertävältä. Lämmin valkoinen koetaan kotoisana ja miellyttävänä, neutraali puolestaan kylmänä ja ”kohteellistavana”. Tämä voi olla yksi syy sille, miksi lämmin valkoinen vahvistaa positiivista mielentilaa ja hyvinvointia, kun vertailukohtana on neutraali valkoinen. Aikaisemmissa tutkimuksissa, joissa ei ole havaittu yhteyttä väriämpötilan ja hyvinvointivaikutusten välillä, on käytetty väriämpötiloja, joiden ero on melko pieni (4250 K ja 5000 K) ja molemmat näyttäytyvät jokseenkin sinertävinä. Tässä tutkimuksessa ero oli havaittavampi (3000 K ja 4200 K). Neutraalin valkoinen valo kuitenkin näyttäisi tutkimuksen mukaan vaikuttavan positiivisesti keskittymistä vaativaan suoriutumiseen. (Denk, Jimenez & Schulz 2014, 422–423, 428–429.)

Sisätilojen keinovalaistus voi muuttaa ihmisen luonnollista vuorokausirytmää sekä vaikuttaa suorituskyykyyn ja hyvinvointiin. Oikeanlainen valaistussuunnittelu voi siis tukea mainittuja asioita, ja lisäksi eliminoida subjektiivisia negatiivisen stressin oireita. Tutkimuksissa on esitetty, että valkoista päivänvaloa matkivien keinovalojen väriämpötila (5500–6500 kelviniä) sopii huonosti esimerkiksi toimistotiloihin, sillä yhdistettynä matalaan valaistustehokkuuteen tämä lämpöalue saa usein aikaan kylmän ja elottoman vaikutelman, joka antaa tilasta epämiellyttävän kuvan. Tutkimuksissa on osoitettu, että väriämpötilan säätely vaikuttaa työmotivaatioon ja luovaan ongelmanratkaisukykyyhin. Denkin, Jimenezin ja Schultzin kokeessa huomattiin, että lämpimän valkoinen valaistus sai osallistujat luomaan parempia konfliktistrategioita ja he työskentelivät jopa vapaaehtoisesti ilman korvausta. (Denk, Jimenez & Schulz 2014, 420–421.)

5.3 Tilan esteettisyys ja visuaalinen kompleksisuus

Sisustuksen esteettisyys liittyy erityisen keskeisesti visuaaliseen ympäristöön. Sisustukseen liittyy niin huonekalut ja niiden järjestys kuin väri- ja materiaalivalinnatkin. Tilan esteettisyys liittyy siihen, kuinka viehättävänä ihminen tilan kokee. Orthin ja Wirtzin (2014) mukaan metakognition tutkimus on osoittanut, että avaintekijänä viehättävyyden kokemuksessa on se, kuinka sujuvasti (eli millä nopeudella ja helpoudella) henkilö prosessoi ärsykkeen, eli tässä tapauksessa tilan ja sen visuaalisen sisällön. Heidän tutkimuksensa keskittyy erityisesti visuaaliseen kompleksisuuteen, joka on yksi viehättäväksi koetun tilan kannalta avainasemassa oleva tekijä. Visuaalinen kompleksisuus viittaa tilan ulkomuodon monimutkaisuuteen, ja sitä määrittäviä tekijöitä ovat esimerkiksi epäsäännöllisyys, yksityiskohtaisuus, ei-samanlaisuus, käytettyjen värien vaihtelevuus ja kontrasti sekä eri esineiden määrä ja niiden sijoittelun epäsymmetrisyys ja epäsäännönmukaisuus. (Orth & Wirtz 2014, 296–297.)

Visuaalinen kompleksisuus näkyy koko tilassa: seinien, lattioiden, katon, huonekalujen ja kiinteiden kalusteiden suunnittelussa. Yleisesti ottaen kokemus visuaalisesta kompleksisuudesta kasvaa sitä mukaa, mitä enemmän tilassa on esineitä, sekä sen mukaan, mitä enemmän näissä esineissä on käytetty eri värejä, materiaaleja ja tyylejä. Tilan koettu kompleksisuus riippuu myös siitä, kuinka esineet on sijoitettu ja ryhmitelty, joten pelkkä esineiden määrä tai erilaisuus ei ole määrittävä tekijä. Visuaalista kaavaa puolestaan yksinkertaistaa säännönmukaisuus, kuten symmetria ja toistuvuus. Sama pätee tekstuureihin, eli toistuvat ja yhtenäiset kuviot koetaan vähemmän kompleksina kuin epäjärjestyneet tai hajanaisesti sekoitetut tekstuurit. (Orth & Wirtz 2014, 296–298.)

Prosessoinnin sujuvuus liittyy ajatukseen, että ihmiset metakognitiivisesti monitoroivat sitä psyykkisen vaivannäön määrää, jota ärsykkeen prosessointiin kuluu. Ärsykkeen sujuva prosessointi aikaansaa positiivisen vaikutuksen, koska evolutiivisesti tarkasteltuna sujuvaprosessiset ärsykkeet ovat viitanneet tuttuuteen, turvaan ja turvallisuuteen. Psykofyysisiä tutkimusmetodeja käyttämällä on havaittu yhteys sujuvan prosessoinnin ja mielihyvän välillä, mikä voidaan nähdä esimerkiksi suurempana aktiivisuutena hymyilystä vastaavissa poskilihaksissa. Nämä positiiviset reaktiot voidaan selittää sillä, että sujuvampi prosessointi tarkoittaa usein myös virheetöntä prosessointia ja ärsykkeen onnistunutta tunnistusta. (Orth & Wirtz 2014, 298.)

Viehättävyyden arviointiin prosessoinnin sujuvuus liittyy sitä kautta, että sujuvuudesta välittömästi syntyvä mielihyväreaktio liittää sujuvuuden yhteen viehättävyyden kokemuksen kanssa ja näin saa aikaan positiivisempia arvioita tilan visuaalisesta muodosta. Eli kun ihminen arvioi ärsykettä (tilan ulkonäkö), hän yhdistää siihen sen sujuvuuden aiheuttaman positiivisen mielihyväreaktion ja tästä syystä kokee sen viehättäväksi ja miellyttäväksi, jopa turvalliseksi. (Orth & Wirtz 2014, 298.) Aiemman kirjallisuuden sekä Orthin ja Wirtzin suorittamilla kokeilla todennetaan, että korkea visuaalinen kompleksisuus vaikeuttaa prosessoinnin sujuvuutta, minkä johdosta kompleksisempi ärsykeympäristö on prosessoinniltaan haastavampaa ja näin ollen koetaan vähemmän viehättäväksi ja tuottaa vähemmän mielihyvää. (Orth & Wirtz 2014, 298, 303–304.)

Selvästi keskenään erilaisten esineiden ja elementtien vähentäminen ja enemmän samankaltaisten asioiden valitseminen tilalle vähentävät kompleksisuutta. Kompleksisuutta voidaan vähentää myös asettelemalla esineet järjestelmällisemmin ja suunnitelmalla tila niin, että sen eri osat on helppo erottaa toisistaan (esim. huoneet, joilla on erilainen käyttötarkoitus). Esineiden ryhmittely myös johdonmukaistaa kokonaisuutta ja alentaa kompleksisuutta ja voi osaltaan kompensoida sitä, että tilassa on ”liikaa” esineitä suhteessa sen kokoon. Myös värien, pintatekstuuri- ja materiaalien yhdenmukaistaminen madaltaa kompleksisuutta. Esimerkiksi pintojen, kuten lattioiden ja mattojen, tekstuurien ja kuvioiden yhdenmukaisuus ja toistuvuus koetaan vähemmän kompleksisena kuin epäjärjestelmälliset ja sattumanvaraiset kuvioinnit. (Orth & Wirtz 2014, 305.)

Kompleksisuuden vähentäminen siis yleisesti ottaen lisää viehättävyyden kokemusta, mutta joissain tilanteissa voi sen lisääminen tukea tilan toimintastrategiaa. Korkea kompleksisuuden aste voi edesauttaa kävijöiden jäämistä pidemmäksi aikaa, koska tutkittavaa on paljon. Tämän vuoksi kompleksisuus on tavallista esimerkiksi huvipuistoissa ja lapsille suunnatuissa kohteissa. Matala kompleksisuus puolestaan auttaa luomaan rentouttavan ja mukavan ilmapiirin, joten yhdenmukaiseen sisustukseen kiinnitetään usein huomiota esimerkiksi kylpyläympäristöissä. Tutkimuksessa ehdotetaan, että kompleksisuuden vähäisyys on erityisen tärkeää silloin, kun sen käyttäjillä on utilitaariset tavoitteet, eli esimerkiksi julkisten palveluiden tiloissa. (Orth & Wirtz 2014, 305.)

Visuaalista ympäristöä tarkastellessa keskitytään myös tilan värivalintoihin sekä kuvalliseen taiteeseen. Majoittumiseen ja asumiseen tarkoitettujen sisätilojen sisustuksen suunnittelussa on tärkeää tähdätä ”kodinomaiseen ympäristöön”, jossa huomioidaan muun muassa spatiaalinen järjestys, kalustus ja värien käyttö. (Connellan ym. 2013, 160; ks. luku 5.4 tässä työssä.) Oleellista on myös se, millaisia tunteita ja kokemuksia tila ihmisessä herättää. Tunnetilojen yhteyttä eri väreihin on tutkittu jonkin verran, ja esimerkiksi sinisävyiset seinäpinnat yhdistetään useissa tutkimuksissa rauhoittavaan efektiin, vaikkakaan täyttä johdonmukaisuutta optimaalisten pintavärien suhteen ei ole löydetty. Mitäänsanomattoman vaisuja sekä toisaalta nopeasti vaihtuvia trendivärejä kannattaa kuitenkin välttää. (Connellan ym. 2013, 138–139.) Näyttävän väriset seinäpinnat herättävät usein positiivisia mielikuvia, koska ne poikkeavat laitospäivämaailman harmaavoittoisesta värikysestä (Houle ym. 714, 717).

Taideinterventioihin keskittyviä tutkimuksia on varsin vähän. Eräässä tutkimuksessa todettiin masennuksen ja ahdistuksen vähentyneen 34 % ja 20 % taideintervention myötä verrattuna verrokkiryhmiin, joita ei altistettu taiteelle lainkaan. Toisessa taidetta, estetiikkaa ja viihdettä tarkastelleessa tutkimuksessa havaittiin, että tutkittava ryhmä arvosti erityisesti visuaalista taidetta, joka liittyi luontokuvastoon, positiivisiin tunteisiin liittyviin kasvoniilmeisiin sekä välittäviä ihmissuhteita kuvastaviin teoksiin. Abstraktit ja muut monitulkintaiset kuvateokset puolestaan vaikuttivat tutkittaviin jopa negatiivisesti.

Samansuuntaisia tuloksia saatiin tutkimuksessa, jossa mitattiin visuaalisen taiteen vaikutuksia mielenterveysyksikön potilaiden kiihtymys- ja ahdistustasoihin pro re nata (PRN) -tapauksien (kun potilas tarvitsee ennalta suunnittelematonta lääkitystä ahdistukseen tai agitaatioon) ja hoitajien palautteen avulla. Havaittiin, että PRN-lääkitysten määrään vaikutti selvästi esitetyn taiteen tyyli: kun esillä oli abstraktia taidetta, lääkitysten määrä oli merkittävästi suurempi kuin silloin, kun esillä oli realistisia maisemia esittäviä kuvia. Tulosta vahvistaa myös muutama vuosi aiemmin tehty tutkimus, jossa potilaiden arvioitavaksi annettiin teoksia useista eri taidesuuntauksista. Potilaita pyydettiin kertomaan subjektiivisia kokemuksiaan, joita kuvat herättivät kysymällä heiltä mitä teos saa heidät tuntemaan ja ripustaisivatko he kyseisen teoksen huoneensa seinälle. Potilaat suosivat realistista luontoon liittyvää kuvastoa enemmän kuin tyyli-tyyjä ja abstrakteja teoksia. (Connellan ym. 2013, 145, 156–157.)

Näin ollen vaikuttaisi, että luonnon tärkeys ja parantava vaikutus toistuvat myös kuvataiteessa, eikä hyvinvoinnin kannalta ole lainkaan merkityksetöntä, millaista kuvastoa seinille ripustetaan. Olennaista tilan viihtyvyyden kannalta on kuitenkin myös niin-kin arkinen asia, kuin siisteys ja toimiva jätehuolto. Likaisuus liitetään epähygieenisyyteen ja voi vaikuttaa jopa tilassa majoittuvan minäkuvaan. Viehättävä, turvallinen ja hyvin hoidettu tila voi siis olla tärkeää yksilön omanarvontunnolle. (Houle ym. 2016, 714, 717.)

5.4 Kodinomaisuus

Kodinomaisuus on monikäsitteellinen kysymys, mistä huolimatta monet tutkimukset ovat keskittyneet tarkastelemaan ilmiötä vain yhden näkökulman kautta. Flemingin ja Kyddin (2018) mukaan näkökulmat voidaan teemoitella seuraavasti: 1) koti tilana, 2) koti paikkana, 3) muotoilulliset piirteet, 4) kodikkuus tai kodinomaisuus, 5) koti ja identiteetti, 6) dementia ja hoitokodit ja 7) spesifit huoneet. Kirjallisuudessa voidaan havaita suuri määrä kompleksisuutta ja epävarmuutta kodinomaisen ympäristön saavuttamisen ympärillä. Lähtökohtana vaikuttaisi kuitenkin olevan se, että tila oli kodikas tai kodinomainen silloin, kun se ei ole institutionaalinen tai laitostenmainen, ja kun se on kooltaan pieni. (Fleming & Kydd 2018, 148.) Kodinomaisuus liittyy kirjallisuuden perusteella vahvasti visuaalisuuteen, sillä monet tilan kodinomaisuutta tukevat tekijät ovat nimenomaan visuaalisia.

Flemingin ja Kyddin tekemässä kvantitatiivisessa SCEAM-analyysissä selvitettiin kodinomaisuuden luomiseen vaikuttavia seikkoja hoitokotiympäristössä kuudessa eri yksikössä. Järjestyksessä eniten kodinomaisuutta ja kodikkuutta tukivat muun muassa ominaisuudet, jotka mahdollistivat tilan yksilöllistämisen, turvallisuuden ja terveyden, yksityisyyden, yhteisöllisyyden ja mukavuuden. Avainasemassa tilan viihtyvyydessä oli jälleen näkymä ikkunoista, huoneiden koko ja mahdollisuus päästä ulkotiloihin, joskin vastauksissa oli jonkin verran hajontaa. Tässä tutkimuksessa muotoilullisilla seikoilla ei koettu olevan merkitystä kodinomaisuuden muodostamisessa. Kuulumisen tunne oli kodinomaisuuden ja kodikkuuden tekijöistä tärkein. Tunne siitä, että on kotona (*feeling at home*), oli tutkimukseen osallistuneille tärkeää. (Fleming & Kydd 2018, 148, 152–153, 155–156.)

Eräässä toisessa tutkimuksessa kohteena oli norjalainen akuuttipsykiatrian sairaala, joka remontoitiin kodinomaiseksi, eli muistuttamaan ympäristöltään standardinomaista norjalaista kotia. Alkuperäinen sisustus oli “perinteisen laitospäinen” sisältäen lähinnä harmaita sävyjä, kalseita valaistusratkaisuja sekä minimaalisen määrän tekstiilipintoja. Uuteen sisustukseen tuotiin värikkäiksi maalattuja ja tapetoituja seiniä, useita erilaisia valaistusratkaisuja, verhot ikkunoihin, uusia huonekaluja, kasveja ja henkilökohtaisia tavaroita. Verrokkina käytettiin rakennuksen toista siipeä, joka jätettiin alkuperäiseen tilaan. Uusi kodinomainen tila ei tuonut mukanaan yhtään negatiivisia vaikutuksia eikä pidentänyt sairaalassaoloaikaa. Vandalismi puolestaan loppui kokonaan. Kodinomainen ympäristö ei siis vaikuttanut hoidon tuloksiin verrattuna perinteiseen puoleen, mutta sillä oli positiivisia vaikutuksia useiden potilaiden hyvinvointiin, erityisesti naispuolisten tutkittavien joukossa. Näin ollen, vaikka hyvinvointivaikutukset eivät tässä tutkimuksessa olleetkaan radikaaleja, tutkijat ehdottavat ankean laitospäisestä perinteisestä sairaalaympäristöstä luopumista. (Connellan ym. 2013, 146–147.)

Kodinomaisen määrittely on haastavaa johtuen käsitteen muuttuvasta luonteesta, kodin käyttökulttuurin muutoksista sekä vaihtelevista tavoista elää perhe-elämää kodissa. Yhteistilat ovat erityisen haastavia kodinomaisuuden näkökulmasta, koska niitä käyttävä joukko on usein hyvin heterogeenistä niin ikärakenteeltaan kuin henkilökohtaisen sisustusmakunsa puolesta. Yksi mahdollinen ratkaisu tähän on sisällyttää samaan yksikköön useita eri sisustustyyliä eri huoneisiin, jolloin todennäköisemmin useampi löytää jotain itselleen mieltuisaa. (Fleming & Kydd 2018, 151.)

5.5 Terapeuttisen tilan ulkomuoto

Tutkimus fyysisen ympäristön vaikutuksesta mielenterveyteen on alkanut jo 1950-luvulla. Ympäristöllä on tunnistettu olevan vähintään kaksi merkittävää tapaa, joiden kautta se vaikuttaa mielenterveyteen: suorat vaikutukset, jotka liittyvät asumiseen, meluun, ilmanlaatuun ja valoon sekä epäsuorat vaikutukset, jotka tarkoittavat niitä tapoja, joilla ympäristö vaikuttaa yksilön psykologisiin prosesseihin ja näiden kautta mielenterveyteen. Niin kutsuttujen terapeuttisten tilojen on havaittu vaikuttavan positiivisesti mielenterveyslaitoksissa asuviin potilaisiin. Näin ollen ympäristö ja tila voitaisiin nähdä yhtenä kriittisenä osatekijänä mielenterveysongelmien hoidossa. (Trzpuć ym.

2016, 24.) Mielenterveyshoitolaitosten tilasuunnittelussa tulee luoda tila, joka on ehdottoman turvallinen, toivottaa tervetulleeksi, parantaa, auttaa toipumaan ja on lohdullinen, miellyttävä ja turvallisen tuntuinen (Trzpuc ym. 2016, 26).

Tutkimuksissa käytetään paljon termejä parantava tila (*healing environment*) ja terapeuttinen tila (*therapeutic environment*). Tilan fyysiset tekijät vaikuttavat osaltaan sen parantaviin ominaisuuksiin. Tilaa voidaan suunnitella niin, että painotetaan sen rauhoittavia ja ”lohduttavia” ominaisuuksia, jotka tukevat toipumis- tai työstämisprosessia. (Trzpuc ym. 2016, 24.) Arkkitehtonisesti tällainen ympäristö on suunniteltu siten, että se luo levolle optimaalisen tilan. Keskeisiä tekijöitä on ikkunanäkymä ulos tai tämän puutteessa luontoon liittyvä kuvasto esimerkiksi tauluissa, riittävän suuri kylpyhuone, vaihtoehtoiset istumapaikat sängyn lisäksi, meluhaitan vähentäminen, mahdollisuus valaistukseen liittyviin valintoihin (useampia erilaisia valaistusvaihtoehtoja), miellyttävä huonelämpötila sekä huomion kiinnittäminen tilan estetiikkaan. (Connellan ym. 2013, 137.) Ympäristön rikastuttaminen harkitulla estetiikalla, järjestyksellä sekä sopivalla määrällä monimutkaisuutta on hyödyksi mielenterveydelle (Connellan ym. 2013, 145).

Eräässä tutkimuksessa luotiin lasten ja nuorten mielenterveyslaitokseen suunnittelustrategioita, joissa painotettiin erityisesti luonnonvalon maksimointia, värien ja sisustusyksityiskohtien huolellista sijoittelua sekä asiakkaiden yksilöllisiin tarpeisiin spesifisti suunniteltujen parantavien tilojen kehittämistä. Siinä perehdyttiin värien ja pyöreäpintaisten arkkitehtonisten elementtien käyttöön, ympäristön kontrolloinnin mahdollisuuksien tarjoamiseen, yksityisyyden ja sosiaalisuuden tasapainottamiseen eri tiloissa, liikkumista ja fyysistä aktiivisuutta tarjoavien tilojen mahdollistamiseen sekä luontoelementtien integroimiseen ympäri koko yksikköä. Kokonaisuudessaan henkilökunta koki uudistuksen jälkeisen tilan toivottavan tervetulleeksi, mikä auttoi sinne tulevia perheitä kokemaan olonsa lohdulliseksi ja turvalliseksi lapsen jäädessä, kun vertailukohteena oli vanha yksikkö. 79 % henkilökunnasta huomasi, että erityisesti taideteoksilla ja värienkäytöllä oli potilaisiin rauhoittava vaikutus (Trzpuc ym. 2016, 26–27, 39). Asiakaskyselyllä selvitettiin, mitkä seikat koettiin terapeuttisiksi tai parantaviksi. Korkeimmalle arvoitettiin sellaiset seikat, joihin liittyi valinnan tai kontrollin mahdollisuus, kuten musiikkipaneeli, itsesäädettävät värivalot, oma huone ja valonhimentimet. (Trzpuc ym. 2016, 37-38.)

Toisessa remontin sisältäneessä tutkimuksessa käytettiin metodina *Environmental Design Survey* -kyselyä, jossa henkilökunta arvioi suunnitteluelementtejä, ja vastaukset analysoitiin yhdistäen ne observointiin ja käyttäytymiskartoitukseen. Uudistuksessa muutettiin sisustus esimerkiksi vaihtamalla seinien maaleja ja tapetteja, lisäämällä sisäkasveja ja uusia hyväkuntoisia huonekaluja, muokkaamalla valaistusta sekä remontoimalla kylpyhuoneet. Aikaisemmin tiloissa oli ollut vihreät ja harmaat seinät ja yhteensopimattomat vinyyliverhoillut istuinkalusteet. Lopputuloksena oli potilaiden stereotyyppisen käytöksen väheneminen ja henkilökunnan työmoraalin paraneminen. (Connellan ym. 2013, 147.) Positiivisesti käytökseen vaikuttavat yksilöllisten tarpeiden mukaan mukautettavat huoneet. Itsenäistä toimintaa tukee se, että huoneessa majoittuva henkilö pystyy itse säätelemään tilaa esimerkiksi valaistuksen kontrolloinnin avulla. (Trzpuć ym. 2016, 40.)

Myös näkymät luontoon toimivat positiivisena ajatusten harhauttajana. Sisätilojen sisustuksen tulisi sisältää mahdollisimman vähän yhteyksiä laitospaisuuteen. Eräässä hankkeessa yhdistettiin psykoterapeuttisia metodeja arkkitehtuuriin ja luotiin ”humanistisen arkkitehtuurin” malli, jonka tavoitteena oli luoda parantava terveydenhoitoympäristö. Siinä hyödynnettiin esimerkiksi aikaisempaa tietoa värien vaikutuksesta tiettyihin tunteisiin, kuten sinisen aggressiivisuutta rauhoittavaa vaikutusta. Siinä tunnistettiin myös, että visuaalinen monotonisuus voi vahvistaa fysiologista ja emotionaalista stressiä. (Connellan ym. 2013, 138–139.)

5.6 Yksityisyyden ja sosiaalisuuden tasapaino

Tutkimuksissa fyysistä tilaa tarkastellaan esimerkiksi mukavuuden, järjestyksen ja miellyttävän tunnelman näkökulmista, eli sen kautta, miltä tila näyttää ja tuntuu. Väehällä painotuksella tutkimuksissa on ollut tilan rooli sen käyttäjien sosiaalisten suhteiden tukijana. Tilan muoto-oppia (*space syntax*) käsittelevien tieteenalojen tutkimuksissa on osoitettu, että tilan rakenne ja kokoonpano ovat merkittävä tekijä ihmisten sosiaalisessa vuorovaikutuksessa, kun on tarkasteltu esimerkiksi museoita ja erilaisia työympäristöjä. Yksi tärkein tilallinen tekijä on näköyhteyden mahdollistaminen, eli se, että vuorovaikutus ihmisten välillä sujuu niin, että vuorovaikutuskumppanin pystyy näkemään tai että tämä vähintäänkin on pienellä vaivalla mahdollista. Tässä merkittä-

vänä tekijänä on toki tilan kiinteät rakenteet, kuten seinät ja ovet, mutta myös sisustukselliset ratkaisut esimerkiksi tuolien, sohvien ja työpöytien asettelun suhteen. (MacAllister, Zimring & Ryherd 2016, 158, 165.)

Yksityisyyden voi määritellä tarkoittamaan esimerkiksi yksilön tarvetta omalle tilalle ja mahdollisuutta rajoittaa muista ihmisistä ja asioista tulevaa informaatiovirtausta. Tämän puute voi aiheuttaa epämukavuutta ja stressiä. Terveysalan tutkimuksissa on paikannettu useita suunnitteluelementtejä, jotka vaikuttavat yksityisyyteen potilashuoneissa: sänkyjen lukumäärä (yksityishuoneet lisäävät yksityisyyden tunnetta ja yleistä tyytyväisyyttä, kuten myös unen laatua), sänkyjen asettelu suhteessa toisiinsa, näkyvyys, ääntä vaimentavien materiaalien käyttö ja mahdollisuus tiloihin, joissa voidaan keskustella yksityisesti. (Schreuder, Lebesque & Bottenheft 2016, 88.) Vuonna 1970 osoitettiin, että yksilöhuoneiden tarjoaminen psykiatrisessa yksikössä johti korkeampaan sosialisoinnin asteeseen potilaiden välillä (Trzpuc ym. 2016, 25).

Yksityisyyden ja sosiaalisuuden tasapainottaminen on erityisesti epätasapainoisessa elämäntilanteessa tärkeää. Tilaisuuksia molempiin olisi hyvä mahdollisuuksien mukaan tarjota. (Trzpuc ym. 2016, 27.) Tilan suunnittelu erityisesti niin, että se mahdollistaa käyttäjiensä sosiaalisen kanssakäymisen helposti ja minimoi ahtaiden ”ruuhkapeiteiden” syntymisen tukee sosiaalista hyvinvointia. Tätä voidaan tavoitella esimerkiksi helposti liikutettavilla huonekaluilla, jotta tilaa saadaan muokattua tarpeen mukaan. (Trzpuc ym. 2016, 24.) Yksilöhuoneiden mahdollisuuden puuttuessa voidaan etsiä muunlaisia yksityisyyden mahdollisuutta lisääviä ratkaisuja käyttämällä esimerkiksi sermejä, verhoja tai muita näkösuojia.

5.7 Pastoraalisen valtasuhteen rakentuminen visuaalisuuden kautta

Sisäänkäynti on merkittävä tekijä siinä, millaisen vaikutelman tilaan ensimmäistä kertaa tuleva siitä saa, joten sisäänkäynnin ulkomuotoon on hyvä kiinnittää erityistä huomiota. Sisäänkäynnin ja eteistilan tulisi viestiä saapujalle toivoa ja turvallisuutta. Näiden tunteiden syntyä voidaan edesauttaa positiivisen ensivaikutelman avulla. Erityisesti tilan tulee toivottaa tulija lämpimästi tervetulleeksi. Mahdollisuuksien mukaan voidaan välttää viereisten tilojen ovien sulkemista, jotta asiakas näkee vilauksia eteistä pidemmällekin. Tällä voidaan helpottaa epävarmuuden tunteita, jotka ovat tavallisia

silloin, kun ihminen saapuu uuteen, täysin vieraaseen paikkaan. Asiakkaille on hyvä tarjota myös mahdollisuus vaikuttaa ympäristöönsä esimerkiksi istumajärjestyksen päättämisen ja valaistuksen säätelyn kautta (esim. valaistuksen voimakkuus). (Trzpuć ym. 2016, 27.)

Ensikosketus palvelun kanssa synnyttää ja jättää kokemuksen siitä. Kokemus muodostuu useiden asioiden, niin tiedostettujen kuin tiedostamattomien, yhteisvaikutuksena. Loivio ja Muurinen nostavat sosiaalitoimiston aulatilaa kehittäneen hankkeen raportissa esille sen seikan, että sosiaalitoimistojen tiedotus perustuu usein erilaisiin kieltöihin ja kieltokyltteihin, mitä vahvistavat lukitut ovet ja panssarilasit. Tämän koettiin viestivän lähtökohtaisesti epäluottamusta ja toimistojen tunnelma koettiin etuovelta lähtien poistyöntäväksi. (Lovio & Muurinen 2013, 8, 12, 14.)

Ihmislähtöisesti suunniteltu tila tarjoaa turvallisuudentunnetta ja mukavuutta. (Trzpuć ym. 2016, 40). Kaikessa aineistossani korostui turvallisuuden tärkeys, olipa tilan käyttäjinä sitten asiakkaat/potilaat, henkilökunta tai vierailijat. Turvallisuuden teemoja ovat esimerkiksi tilan tarkoitukseen sopivuus, ahtaus, ympäristön aiheuttama stressi ja stigmatisoitumisen riski (Connellan ym. 2013, 131). Koettu turvallisuus liittyy vahvasti mahdollisuuteen havainnoida ympäristöä, suojautua ja tarvittaessa paeta. Potilas- tai asiakashuoneissa mahdollisuus havainnointiin linkittyy tilan yleiskatsaukseen, valaistukseen ja näkölinjoihin, eli siihen, että tuleva vaara on mahdollista havaita. Turvallisuuskokemus voi syntyä myös sillä, että henkilöllä on mahdollisuus säilyttää (arvo)omaisuuttaan turvallisesti. Sänkyjen ja majoittujien määrä samassa huoneessa yhdistetään myös turvallisuuteen, koska samassa huoneessa majoittuviin liittyy mahdollisuus tukeen. (Schreuder, Lebesque & Bottenheft 2016, 89, 96–97.)

Laitosympäristössä hoitajien työpisteen läheisyys, joka turvatalokontekstissa voisi tarkoittaa työntekijöiden toimiston saavutettavuutta, on myös tärkeää (Trzpuć ym. 2016, 24). Erään nuorille teetetyt kyselytutkimuksen mukaan psykiatrisessa sairaalassa ollessaan he kokivat tärkeimmiksi tarpeikseen pääsyn television, musiikin ja puhelimen ääreen. Tätä voidaan selittää esimerkiksi sillä, että nuorille stressaavassa tilanteessa yksi tärkeimmistä coping- eli selviytymiskeinoista on keskittymisen suuntaaminen muualle, mihin televisio tai ystävien kanssa juttelu on nopea tapa. (Connellan ym. 2013, 158.)

Turvallisuuden tunne liittyy usein myös asiakkaan ja ammattihenkilön välisiin valtasuhteisiin ja asiakkaan aiempiin kokemuksiin vastaavista ammattilaisista tai viranomaisista. Bank ja Nissen (2017) ottavat tarkasteluun Foucault'n määrittämät kaksi vallan muotoa: kurinpidollisen ja pastoraalisen. Kurinpidolliseen valtaan liittyy tiiviisti muun muassa tarkkailemisen ja säätelemisen teemat. Erityispiirteensä tälle vallan muodolle on myös sen sisäistetty versio yksilötasolla, eli normalisoivan katseen internalisoituminen, jolloin yksilö tarkkailee ja säätelee itse itseään suhteessa yhteiskunnan normeihin. Tämä vallan muoto on läsnä yleensä esimerkiksi kouluissa, armeijoissa ja sairaaloissa. Moderneiksi pastoraalisen vallan harjoittajiksi puolestaan nimetään esimerkiksi vanhemmat, ystävät, terapeutit ja erilaiset ohjaustyötä tekevät ammattilaiset. (Bank & Nissen 2017, 514–516.) Sana pastoraalinen viittaa papilliseen tai paimennalliseen, joten pastoraalisuus liittyy vahvasti ohjaavaan työotteeseen käskävän sijaan.

Pastoraalista valtasuhdetta voidaan tukea tilallisella suunnittelulla, jossa olennaista on rehellisen ja avoimen keskusteluyhteyden mahdollistaminen. Pastoraalinen vallan muoto onkin erityisen olennainen erilaisissa terapeuttisissa ja keskusteluapuun pohjaavissa suhteissa. Modernienkin psykoterapiaympäristöjen (ja niihin rinnastuvien keskusteluapuun liittyvien ympäristöjen) taustalla vaikuttaa freudilainen ”puhumisen kautta parantumisen” (*”talking cure”*) ajatus ja sen ympärille luotu tila, jossa painottuu tilan neutraaliuden ja ulkoisten ärsykkeiden voimakkuuden vaimentamisen tärkeys. (Bank & Nissen 2017, 514–517.)

Bankin ja Nissenin tutkimuksessa tarkasteltavia asiakastapaamishuoneita oli kaksi. Toinen niistä oli suomalaisittainkin hyvin perinteisen ”toimistomainen”, eli siellä oli minimalistinen kalustus, hailakka värimaailma ja paljon toimistoon kuuluvia elementtejä, kuten työpöytiä, toimistopapereita ja -tarvikkeita, puhelimia, tietokoneita ynnä muuta. Toinen tila, Buddha-huone, puolestaan oli nimenomaan ohjaus- ja keskustelutyöhön suunniteltu. Sen sisustuksessa oli käytetty väreinä violettia, mustaa ja punaista ja huoneessa oli suuri sohva, paljon tyynyjä, torkkupeitto, ikkuna luontonäkymillä, suuri ruskea Buddha-patsas, pyöreitä punottuja raheja sekä puinen sohvapöytä, jonka päällä oli orkidea, kynttilöitä ja papereita. Tilassa oli paljon pehmeitä tekstiilejä ja luonnonmateriaaleja. (Bank & Nissen 2017, 521, 524.)

Tutkimuksessa haastateltiin asiakkaita selvittäen heidän kokemuksiaan toimitiloista ja niiden vaikutuksesta ohjauskeskustelukokemukseen. Kävi ilmi, että toimistomaisena

koettu ympäristö vahvasti asiakkaiden kokemusta ”ohjaava auktoriteetti vs. ohjauksen kohde” -asetelmasta ja ne nähtiin ensisijaisesti kurinpidollisen vallan tiloina. Päihde-riippuvuusasiakkailta toimistoympäristö korosti addiktiksi leimautumisen kokemusta. Toimiston negatiivinen yhteys ei välttämättä kuitenkaan liity suoranaisesti tilaan itseensä, vaan sen assosioimiseen perinteisesti kurinpidollisiin tiloihin, kuten rehtorin kansliaan, etuustoimistoon ja erilaisiin viranomaistiloihin sekä (huume)testaushuoneisiin, joissa haastateltavat ovat kokeneet tulleen tarkkailluiksi, arvioituiksi ja marginalisoiduiksi. Tällä tavoin tilaan liitettävät (kurinpidolliset) ominaisuudet syntyvät prosessinomaisesti vuorovaikutuksessa yksilön kokemusten ja niihin liittyvien materiaalien, kulttuuristen ja historiallisten referenssien kautta. Tämä ei tarkoita sitä, etteivätkö tilan materiaaliset seikat olisi merkityksellisiä kokemuksen rakentajina. Haastateltava otti esiin toimiston muoviset tuolit, joissa voi istua vain ryhdikkäästi. Sekä muovi materiaalina (epämukava, laitosmainen) että asennonvalintamahdollisuuksien rajallisuus vaikuttivat tilanteeseen orientoitumiseen niin, että se vahvisti työntekijän ja asiakkaan epätasa-arvoista ja formaalia suhdetta. (Bank & Nissen 2017, 520–522.)

Tutkimuskohteiden työntekijät olivat kokeneet erityisen suureksi haasteeksi keskustelutyössä sen, että nuoret orientoituvat menneisyyteensä ja juuttuvat sen problemaattisuuteen, minkä vuoksi keskustelutilanteessa on hankalaa rentoutua ja päästää irti menneeseen liittyvästä häpeästä ja muista negatiivisista tunteista. Nuori on vaikeaa saada suuntaamaan katsettaan nykyhetkeen tai tulevaisuuteen ja siten ratkaisuihin. Tämä on ominaista juuri kurinpidollisille tiloille: nykyisyys nähdään tiukasti suhteessa menneeseen, kun taas tulevaisuus on läsnä korkeintaan määrittäen negaation kautta, eli ilman menneisyyden ongelmaa. Asetelma on ongelmallinen, sillä tälle pohjalle on vaikeaa rakentaa mitään myönteistä, ja näin ollen tulevaisuuteen ei sijoiteta unelmia tai toiveita. Toimiston steriilissä, standardoidussa tilassa kurinpidollinen katse on liian voimakas, mikä enneminkin sulkee kuin avaa mahdollisuuksia keskustelulle, jossa asiakkaan subjektiivisen rehellisen puheen kautta vahvistuisi työntekijän toteuttaman pastoraalisen ohjaussuhteen avulla. Tilan kurinpidollisuuteen assosioituva visuaalinen olemus syrjäyttää potentiaalisen pastoraalisen valtasuhteen syntymisen, ja näin aiheuttaa asiakkaassa vaikenemista, huonommuuden tunnetta, paheksuntaa ja vastarintaa. (Bank & Nissen 2017, 523.)

Ero kokemukseen toimistosta ja Buddha-huoneesta on kiistaton: kun toimistossa haastateltavat kokivat olleensa kurinpidollisen katseen alla ja kiinni menneisyydessään,

Buddha-huoneessa he kokivat pystyvänsä nimenomaan puhumaan ongelmansa ja mieltään askarruttavat asiat ”ulos” eivätkä olleet samalla tavalla jumissa menneisyydessä. Buddha-huoneessa siis niin pastoraalinen suhde kuin aiemmin mainittu *talking cure* -ajattelutapa toteutuvat huomattavasti paremmin. Syiksi sille, että kurinpidollinen katse ei tunnu ulottuvan Buddha-huoneeseen haastateltavat kuvaavat esimerkiksi sen, että istumis- ja istuinvaihtoehtoja on useampia, ne ovat mukavia ja mahdollistavat rennon istumisasennon, mikä saa tilanteen tuntumaan rennommalta ja vähemmän formaalilta. (Bank & Nissen 2017, 523–525.)

Haastateltavien kuvauksista voi päätellä, että Buddha-huoneen tilasuunnittelu mahdollistaa heille sosiaalisen subjektiivisuuden, jonka työntekijöiden lisäksi myös he itse tunnistavat ja tunnustavat. Vaikka tässäkin huoneessa valtasuhde ei pyri olemaan tasaväkisen työntekijän ammattilaisauktoriteetin vuoksi, haastateltu henkilö pystyy rentoutumaan, avautumaan ja antautumaan keskustelulle. Buddha-huoneen sisustus ei viittaa perinteisiin kurinpidollisen vallan tiloihin vaan yhdistyy ennemminkin laajempaan kulttuuriin ja esimerkiksi meditaatioon. Yksi haastateltava vertasi keskustelutilannetta Buddha-huoneessa sukujuhlisiin, joissa voi jutella aikuisten (vertautuu työntekijään) kanssa nimenomaan keskustelullisesti. ”Perheenomaisen” epäformaalin keskustelumuotoon voi nähdä niin, että se antaa haastatellulle äänen sillä tapaa kuin sosiaalialan työlle on keskeistä: asiakas nähdään holistisesti kokonaisuutena yksilönä eikä vain ongelminaan tai niiden summana. Tilalla voidaan vaikuttaa siihen, että toiminta on asiakas-keskeistä ja antaa asiakkaalle äänen ja mahdollisuuden tehdä valintoja keskustelutilanteen sisällä. (Bank & Nissen 2017, 523–525.)

6 SOVELTAMINEN TURVATALOON

6.1 Luonnonläheisyyden vahvistaminen

Turvatalon sijainti on siitä onnekas, että se on pitkälti luonnon ympäröimä, mutta ei kuitenkaan kaukana asutuksesta. Näin ollen se ei ole eristyksissä, mutta tarjoaa kuitenkin helposti luontokokemuksia hyvinvointia tukemaan. Jokaisesta ikkunasta on

nähtävillä enemmän tai vähemmän viherkasvillisuutta. Ikkunoiden määrään ei pystytä turvatalon puitteissa vaikuttamaan, mutta kaikeksi onneksi rakennuksessa on paljon ikkunoita, ja vähintään yksi jokaisessa huoneessa (pois lukien WC-tilat). Näin ollen ohjeena voisikin olla, että ikkunoita ei turhaan peitetä verhoilla tai huonekaluilla, ja huonekalut pyritään mahdollisuuksien mukaan asettelemaan niin, että niiden ääressä istuessa näkee ulos ja luontoa. Luonnon näkemisellä ja kokemisella tuetaan mielenterveyttä ja se luo osaltaan terapeutista tilaa.

Koska valtaosa ympäröivästä kasvillisuudesta on lehtipuita, ovat maisemat talvella paljon vähemmän vehmaat kuin kesäisin. Luontoelementtejä voi siis sisällyttää sisustukseenkin esimerkiksi huonekasvien muodossa. Tauluissa ja muussa kuvastossa olisi hyvä suosia esittäviä taitteita, joissa on rauhallinen ja positiivinen tunnelma. Varmoja valintoja ovat luontoaiheiset, tyyliiltään kohtuullisen realistiset kuvat ja valokuvat. Luontoteemaa voi käyttää myös tekstiileiden, tapettien tai muiden pintojen kuvioinneissa.

6.2 Monipuolinen ja hallittava valaistus

Luonnonvalon vaikutus ihmisen biologiseen vuorokausirytmiiin on monissa tutkimuksissa kiistatta todistettu, mutta Suomessa luonnonvaloa on vaikeaa saada säännöllisellä rytmillä vuoden ympäri. Erityisesti talvella luonnonvalon hyötyjä on haastavaa saada irti turvatalon tavallisimman toiminta-ajan puitteissa, eli aamuisin ja alkuillasta iltaan. Koska erityisesti aamun valolla on hyvinvointia vahvistavia ja kaamosmasennusta torjuvia vaikutuksia, voidaan harkita pimeiden talviaamujen tehostamista tarpeeksi voimakasvaloisilla kirkasvalolampuilla esimerkiksi keittiössä aamiaisen aikana. Tässä tärkeää on ottaa huomioon, että neutraalinvalkoisen kirkasvalolampun rinnalla tilaa valaistaan pääasiassa muilla, lämpimämmillä valoilla, jotta kokonaisvalaistus ei ole kalsea. Valojen häikäisevyyttä voidaan ehkäistä toimivilla lampunvarjostimilla tai suuntaamalla kirkkaimmat valot vaaleaan seinäpintaan, josta se heijastuu miellyttävämmiin ilman, että valaistustehokkuutta merkittävästi menetetään.

Kirjallisuuden pohjalta erittäin tärkeäksi seikaksi valaistuksessa nousi värilämpötilan (lämmin valkoinen) lisäksi se, että valaisinvaihtoehtoja on riittävästi erilaisia, ja että niitä voi jokainen tarpeen mukaan itse säätää mieluisaksi. Jaetuissa tiloissa on toki

tehtävä kompromisseja, mutta mahdollisuus hallintaan kompromissinkin kautta näytettyä tärkeänä hyvinvoinnin kannalta. Tavanomaisten kattolamppujen funktiona on valaista koko tila tehokkaasti näkemisen helpottamiseksi, mutta kodikkaan, rennon tunnelman luojina ne eivät ole yhtä käytettäviä. Turvallisuuden tunteeseen liittyvän pastoraalisen valtasuhteen luominen edellyttää muun muassa sitä, että asiakkaasta ei tunnu siltä, että hän on tarkkailun alla. Nimenomaan neutraali (tai kylmä) valkoinen valo vahvistaa tarkkailuasetelmaa, joten valaistus liittyy sitä kautta myös turvallisuuden tunteeseen. Erityisesti keskusteluaputilanteet voivat olla sellaisia, joissa riski edellä mainitulle on suuri, joten myös keskusteluun ja neuvotteluihin käytetyissä tiloissa tulisi kiinnittää huomiota valaistuksen värilämpötilaan, pehmeuteen ja kodikkuuteen. Vaihtoehtojen moninaisuus (kattovalaisin, lattiavalaisin, useampia pöytävalaisimia, kirkkaudensäätömahdollisuus tai eri vaihtoehtoja jne.) mahdollistaa sekä sen, että useampi löytää itselleen sopivan valaistuksen että sen, että valaistusta voidaan säätää tarkoituksenmukaisesti erilaisia toimintoja varten erilaiseksi (keskustelu, työnteko, koulutus jne.).

Valaistusvaihtoehtovaatimukset pätevät toki myös nuorten huoneissa, erityisesti, koska huoneet ovat turvatalon sisällä kaikkein lähimpänä nuorten ”omaa tilaa”, jossa olisi tärkeää pystyä vaikuttamaan sensorisiin elementteihin, kuten valaistukseen ja mahdolliseen auringon häikäisyyn. Valaistukseen huomion kiinnittäminen on tärkeää myös muiden, kuin asiakkaiden näkökulmasta. Valaistus vaikuttaa muun muassa työmotivaatioon ja kognitiiviseen suorituskyykyyn, jotka ovat tärkeitä seikkoja asiakkaiden lisäksi myös työntekijöille ja vapaaehtoistoimijoille.

6.3 Kodinomaisuus esteettisellä suunnittelulla

Koska yhdellä sisustustyyllillä on mahdotonta miellyttää kaikkia, voidaan eri huoneissa toteuttaa erilaisia ratkaisuja jonkin teeman (värit, kuosit, tunnelma) mukaisesti. Tällöin sisustukseen tulee myös monipuolisuutta ja vaihtelua ilman, että visuaalinen kompleksisuus kasvaa liiaksi. Tällaista temaattisuutta on turvatalon nuorten majoitushuoneissa toteutettu hieman jo nyt, sillä ainakin yhdessä huoneessa on pyritty pysymään värin mukaisessa teemassa. Tätä ajatusta voisi viedä pidemmällekin joko värin tai jonkin muun teeman ympärille. Yhtenäisyyttä eri huoneiden välille voidaan luoda esimerkiksi

samanlaisten tai -tyylisten mattojen avulla, jotta visuaalinen kompleksisuus pysyy hallinnassa silloinkin, kun eri huoneiden ovet ovat auki.

Matot liittyvät vahvasti myös kodinomaisuuteen muiden tekstiilien ohella: tekstiileistä riisuttu, steriili ympäristö liittyy laitosmaisuuuteen, kun taas kodissa on ikkunoissa verhot ja sohvilla tyynyjä ja torkkupeittoja. Tekstiiliyksityiskohdat tuovat tilaan pehmeyttä ja vähentävät hyvinvoinnille haitallista visuaalista yksitoikkoisuutta. Bankin ja Nissenin tutkimuksessa tyynyt ja pehmeät, rennot istuinsijat olivat yksi niistä tekijöistä, jotka saivat nuoret sekä rentoutumaan ja puhumaan että suuntaamaan katseensa menneisyydestä tulevaisuuteen ja ratkaisuihin. Turvatalon ratkaisukeskeisyyden ja voimavaraistamisen kehystämässä toiminnassa tämä on ensisijaisen tärkeää keskusteluavun onnistumisen kannalta. Kodinomaisuuden tulisi siis ulottua myös majoitustilojen ulkopuolelle alakerran neuvottelutiloihin, koska avoasiakkuudessa olevat näkevät säännöllisesti useimmiten vain alakerran tiloja.

Visuaalisen kompleksisuuden suhteen erilaisten esineiden ryhmittely on myös suuressa roolissa. Tämän voi ajatella liittyvän suoraan myös siisteyteen ja järjestykseen: epäjärjestyksessä ja sikin sokin olevat esineet ovat visuaalisesti kompleksisempia kuin siististi järjestetyt. Esimerkiksi kirjahyllyjen pitäminen järjestyksessä ja sekalaisen tavaroitten säilyttäminen piilossa esimerkiksi laatikoissa vähentää kompleksisuutta ja näin lisää viehättävyyttä ja miellyttävyyttä. Samoin ehjät ja siistit huonekalut, jotka sopivat yhteen ainakin saman huoneen sisällä. Visuaalisen kompleksisuuden hallitseminen on tärkeää, koska evoluutiossa ihminen on kehittynyt liittämään matalan kompleksisuuden turvaan. Näin ollen visuaalinen yhdenmukaisuus voi osaltaan vahvistaa turvallisuuden tunnetta.

Seinien värejä voidaan tarkastella monesta näkökulmasta. Toisaalta valkoiset tai vaaleat seinät heijastavat eniten ikkunoista tulevaa luonnonvaloa, mutta taas toisaalta näyttäytyvät helposti melko persoonattomina ja valjuina. Värikkäät seinät tuovat tilaan persoonallisuutta ja sen kautta kodinomaisuuttakin, ja lisäksi värivalinnoilla voidaan mahdollisesti vaikuttaa mielialoihin, kuten sinisen rauhoittavalla vaikutuksella. Liian värikkäät seinät kuitenkin vaikuttavat jälleen visuaaliseen kompleksisuuteen ja voivat aiheuttaa myös negatiivisia reaktioita, erityisesti pienissä huoneissa, joissa on jo paljon kalusteita ja muita tavaroita. Kompromissi tässä olisi esimerkiksi yksi värillinen te-

hosteseinä yhdistettynä valkoisiin tai valkoiset seinät koristeltuna keskenään yhteensopivilla tauluilla tai muilla koristeilla yhdistettynä muun sisustuksen värikkyteen. Tärkeää on kuitenkin pitää kunkin huoneen väripaletti yhdenmukaisena ja sopivan suppeana, sekä kiinnittää huomiota pintakuvioihin ja niiden kohtuulliseen yhdenmukaisuuteen, jotta visuaalinen kompleksisuus ei kasva liian korkeaksi.

Koska korkeakompleksisista tilaa voidaan luonnehtia myös sellaiseksi, jossa on paljon mukaansatempaavaa tutkittavaa ja matalakompleksisista taas rentouttavaksi ja rauhoittavaksi, voidaan tätä käyttää hyödyksi myös eri huoneiden suunnittelussa käyttötarkoitusta silmällä pitäen. Mikäli esimerkiksi olohuoneessa pyritään lisäämään aktiivisuutta, voi siellä kompleksisuuden taso olla korkeampi kuin esimerkiksi makuuhuoneissa, joissa keskeinen pyrkimys on rauhoittua, rentoutua ja nukkua. Kaiken kaikkiaan tila tulee pitää sopivan mielenkiintoisena ja välttää liian neutraalia ja valjua yleisilmettä, sillä valjuus esimerkiksi värivalinnoissa liitetään usein laitosmaisuuksiin. Siksi värien käyttö suunnitellusti yhteensopivien väripalettien mukaisesti toimii laitoskonnotaatioita vastaan, muttei kuitenkaan sopivan kompleksisuuden kustannuksella.

6.4 Helppo tulla, helppo olla

Lähestyttävyyden helpottamiseksi kannattaa huomiota kiinnittää erityisesti ulko-oven ympäristöön sekä eteistiloihin niin, että ne toivottavat tulijan tervetulleeksi ja viestivät viihtyisästä ympäristöstä. Koska Suomessa luonnonvalon määrä on talvisin merkittävän vähäistä, myös ulkovalaistukseen kannattaa panostaa. Lämmin valkoinen valo toivottaa tervetulleeksi ja viestii kodikkaasta, lämpimästä ilmapiiristä jo ennen sisälle astumista. Tila, johon on helppo tulla ja helppo olla rakentuu merkittävältä osin visuaalisella tasolla muun muassa luonnon, valaistuksen, esteettisen suunnittelun ja kodinomaisen tunnelman kautta. Koska viehättävät tilat synnyttävät halun jäädä, on erityinen painoarvo uusien asiakkaiden näkökulmasta niillä tiloilla, jotka ensimmäisellä käynnillä nähdään ja joissa vietetään aikaa eniten.

Tilan, etenkin sisäänkäynnin ja eteisen, tulee toivottaa tulija tervetulleeksi. Tämän tehtävän voi ajatella alkavan jo ulkona, kun ensi kertaa turvatalolle saapuva muodostaa ensikäsityksensä ulkoisten puitteiden perusteella. Aikaisemmin mainitun ulkovalaistuksen voi toteuttaa esimerkiksi lämpimänvalkoisilla LED-valoilla. Koska eteinen on

ensimmäinen huone, jonka tulija sisään astuessaan näkee, myös sen ulkomuodolla on merkitystä. Eteinen on usein myös paikka, jossa odotetaan, joten siinäkin mielessä siihen panostaminen kannattaa. Siisti, miellyttävästi valaistu eteinen viestii viihtyisyydestä, ja sitä voi tehostaa myös huonekasveilla. Mattoratkaisuja eteisessä rajoittaa kien käyttö, mutta mahdollisuuksien mukaan voidaan jättää viereisten huoneiden ovia auki, jotta asiakas näkee taloa eteistä pidemmällekin. Avoimien ovien voidaan nähdä viestivän myös luottamuksesta ja avoimuudesta vastakohtana Hyvän olon tila -hankkeen raportissa esitetyle kokemukselle siitä, kuinka lukitut ovet, kieltokyltit ja panssarilasit viestivät epäluottamuksesta ja luovat poistyöntävää tunnelmaa.

Bankin ja Nissenin tutkimuksessa toimistotila yhdistyi kurinpidolliseen valtaan sen kautta, mihin toimistoympäristö aikaisemmissa kokemuksissa negatiivisesti yhdistyi. Turvatalolla yksi keskustelutiloista sijaitsee toimistomaisessa ympäristössä, koska sama huone palvelee tarkoitustaan myös kahden työpisteen työhuoneena. Keskusteluympäristönä huomiota voisi kiinnittää siis siihen, miten tilasta saadaan mahdollisimman epätoimistomainen ja enemmän kodinomainen ja rento. Vaihtoehtoja ovat esimerkiksi erilaiset tilanjakajaratkaisut, kuten työpisteiden ja keskustelutilan välille vedettävä verho tai hyllykkö, tai huonekalujen järjestely niin, että keskustelualueeksi varatut nojatuolit suunnataan toimistonurkkauksesta poispäin, optimaalisesti ikkunaan päin, ja keskustelualueelle lisätään mahdollisimman paljon perinteiseen formaaliin toimistotilaan kuulumattomia elementtejä, kuten kasveja, kynttilöitä, lempeä ja lämmin valaistus, nojatuoleille tyynyjä ja lattialle matto.

Turvatalossa majoittuvalle nuorelle tarjotaan tasapainoa oman tilan ja sosiaalisuuden välillä sen kautta, että makuuhuoneet on tarkoitettu ensisijaisesti hiljaisia toimintoja (läksyt, lukeminen, lepääminen) varten ja seurustelun tulisi tapahtua lähtökohtaisesti olohuoneessa tai ruokailujen aikana keittiössä. Huoneissa kuitenkin majoittuu usein useampi kuin yksi nuori (huoneissa 2–3 sänkyä), joten saniteettitiloja lukuun ottamatta täyteen yksityisyyteen ei turvatalon tiloissa ole mahdollisuutta. Yksityisyyden tuntua voidaan tässäkin asetelmassa tukea esimerkiksi muunneltavilla näköesteillä, kuten sermeillä tai verhoilla sänkyjen välillä, jotta nuoret saavat nukkumisrauhan kenenkään tuijottamatta toiselta puolen huonetta. Mahdollisuus olla tarvittaessa katseilta piilossa vähentää stressiä.

7 POHDINTA

Ympäröivä tila ja sen ulkonäkö vaikuttaa ihmisten mielialoihin, tunteisiin, viihtyvyyteen ja kokonaishyvintointiin. Tässä työssä olen tarkastellut niitä visuaalisia elementtejä, jotka voivat lisätä tilan viihtyisyyttä ja turvallisuuden tunnetta sekä tukea sitä käyttävien hyvinvointia, ja soveltanut keräämäni tietoa yhteistyökumppanini tiloihin ja toimintaan. Yksilöllisyyden merkitys on visuaalisissa preferensseissä suuri, ja tämän työn tarkoitus oli tuoda esiin laajempia melko yleispäteviä suuntaviivoja. Vaikuttaa siltä, että tutkimuksissa on keskitytty paljon terveysalaan, erityisesti sairaaloihin, tai vaihtoehtoisesti ikääntyneiden asumis- ja hoitopalveluihin ja muistisairauksiin. Nuoret olivat esillä hyvin harvoissa tutkimuksissa, joita aineistonkeruussa kävin läpi, mutta heidän erityiset tarpeensa voivat olla muista poikkeavia, kuten huomattiin esimerkiksi ryhmäkodissa asuvien nuorten ikkunanäkymäpreferensseissä. Visuaalisten seikkojen lisäksi mielenkiintoista lisätietoa toisi ääneen ja akustiikkaan keskittyminen, sillä myös nämä teemat olivat kirjallisuudessa vahvasti läsnä. Erityisen vahvana alueena kirjallisuudessa näyttäytyi luonnon merkitys sekä visuaalisina elementteinä että luonnossa olemisena ja tekemisenä. Luonnon hyödyntämistä mielenterveyteen liittyvässä nuorisotyössä kannattaakin tehostaa mahdollisuuksien mukaan. Myös valaistuksen moninaiset hyvinvointivaikutukset olivat kirjallisuudessa vahvasti esillä.

Kuvaileva kirjallisuuskatsaus oli metodivalintana oivallinen ja tarkoitusta palveleva tähän työhön, koska kerättävä tieto on varsin hajautettua ja pirstaleista. Minulle hyvin soveltuva tutkimuksellisen työn tekotapa mukaillee pitkälti kuvailevan kirjallisuuskatsauksen hermeneuttista tyyliä, eli eri työvaiheiden vuorottelua ja osittaista päällekkäisyyttä, jossa jokaisen osion työstäminen ja myöhemmin työstämään palaaminen lisää ymmärrystä tutkittavasta ilmiöstä. Aineiston löytäminen oli hiukan haastavaa, ja tiedonhakuun kuluikin yllättävän paljon aikaa ja vaivaa. Tähän olin toisaalta varautunut siinä mielessä, että kuvailevan kirjallisuuskatsauksen aineistokeskeisyys väistämättä aiheuttaa sen, että aineistoon tutustumiseen tulee varata tarpeeksi aikaa. Työhön löytyi kuitenkin riittävästi relevanttia aineistoa, jonka pohjalta pystyin vastaamaan tutkimuskysymyksiin mielekkäästi. Aineistosta kootun kuvailun pohjalta kirjoitettu sovellusluku syntyi myös varsin jouhevasti, minkä voi tulkita viittaavan aineiston soveltuvuuteen ja käytettävyyteen juuri yhteistyökumppanini kontekstissa.

Dokumentoin aineistonhaun eksplisiittisesti, mikä lisää työn luotettavuutta. Tämän lisäksi se myös helpotti omaa työtäni sekä vahvisti hyvän eettisen käytännön noudattamista vähentämällä inhimillisten virheiden, kuten unohdusten riskiä. Lähdin työstämään aihetta varsin avoimin mielin pääasiassa sillä ennakoajatuksella, että tilalla ja sen ulkomuodolla on yhteys ihmisen hyvinvointiin tai mielialaan. Näin ollen pyrin etsimään aineistoa nimenomaan sellaisista lähteistä, joissa tätä yhteyttä tarkastellaan. Kuvailussa toki painottuvat ne aineistot, joissa vaikutusyhteyksiä jonkin ympäristötekijöiden ja hyvinvoinnin välillä oli löydetty, koska tarkoituksena oli kartoittaa niitä tilan ominaisuuksia, jotka nimenomaan vaikuttavat hyvinvointiin. Vähemmälle painotukselle jäivät maininnat sellaisista ominaisuuksista, joita ei ole havaittu merkitykselliseksi tekijöiksi hyvinvoinnin suhteen. Ne ominaisuudet, joilla oli tutkimuksissa vahvin yhteys hyvinvointiin, voidaan tässä työssä tunnistaa myös siitä, että niistä on muodostunut enemmän sisältöä, koska niistä on enemmän lähdeaineistoa.

Työn aiheeseen liittyen minulla oli luonnollisesti joitain alustavia ajatuksia siitä, millaisia teemoja aihepiiriin voisi liittyä. Näitä olivat esimerkiksi värit ja värienkäyttö, sisustus sekä siisteyteen ja tavarapaljouteen liittyvät teemat. Juuri näitä teemoja käsiteltiin esimerkiksi esteettisyyden ja visuaalisen kompleksisuuden yhteydessä. Kordinomaisuuden odotin olevan näkyvämpi teema, mutta loppujen lopuksi sitä käsiteltiin löytämässäni aineistossa yllättävän vähän juuri visuaalisuuden näkökulmasta. Se oli kuitenkin selvästi toistuva teema, mistä syystä sisällytin sen tähänkin työhön. Visuaalisuuden kontekstissa sitä kuitenkin on tutkittu hämmästyttävän vähän, minkä vuoksi soveltuvaa aineistoa kerääntyi lopulta odotettua vähemmän. Odottamaton ”yllättäjä” oli myös pastoraalisen valtasuhteen tematiikka, joka puolestaan liittyi merkittävällä tavalla juuri visuaaliseen tilaan ja on keskusteluaputyypillisessä työssä hyvin tärkeä seikka. Valtasuhteet ja niiden läpinäkyvyys ovat keskeisiä teemoja sosiaalialan töissä etenkin silloin, kun työnkuvaan kuuluu päätösvaltaa asiakkaaseen nähden. Turvatalossa päätösvalta rajoittuu lähinnä asiakkuuden jatkumiseen, mutta pastoraalinen työote ja valtasuhteen laadun tunnistaminen ovat siitä huolimatta hyödyksi nuoriso- ja perhetyön työnkuville. Tärkeytensä ohessa koin tavattoman kiinnostavaksi sen, kuinka vahvasti visuaalinen tila liittyi valtasuhteisiin.

Oman ammatillisen kehittymiseni kannalta opinnäytetyöprosessi on tuonut minulle tietoa ja ymmärrystä tilan merkityksestä sekä osaamista sen muokkaamiseen asiakasta ja asiakassuhdetta tukeväksi. Olen oppinut paljon itseäni kiinnostavasta aihepiiristä ja

pystyn käyttämään hankittua tietoa jatkossa myös työkentällä, mikäli mahdollisuus tilan muokkaamiseen ja suunnitteluun suodaan. Sosiaalialan kompetensseihin peilattaessa vahvistumista näen tapahtuneen erityisesti asiakastyön osaamiseen liittyen. Pätevä sosionomi osaa muun muassa ”luoda ammatillisen vuorovaikutus- ja yhteistyösuhteen”, jonka kehittymisessä tila vaikuttaisi olevan merkittävämpi tekijä, kuin tähän mennessä yleisesti on ajateltu. Lisäksi sosionomilla on tutkimuksellista kehittämis- ja innovaatio-osaamista, eli hän osaa esimerkiksi ”soveltaa tutkimus- ja kehittämismenetelmiä toimintakäytäntöjen kehittämiseksi” ja ”tuottaa ja arvioida tietoa hyvinvoinnin edistämiseksi”, joita molempia tämän opinnäytetyön tekeminen on minussa vahvistanut. (Sosiaalialan kompetensseista ks. esim. Sosiaalialan ammattikorkeakouluverkosto. Sosiaalialan ammattikorkeakoulutuksen kompetenssit.)

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli kartoittaa aikaisempaa tilaan ja visuaalisuuteen liittyvää tutkimusta sosiaalialan kontekstissa, ja sen voi nähdä sekä itsenäisenä työnä että pohjana tulevalle jatkotutkimukselle. Jatkotutkimusta ajatellen tämän työn anti on arvokasta, sillä se voi merkittävästi säästää (hajanaisen) teoreettisen tiedonkeruun vaivaa. Jatkossa voitaisiin kartoittaa esimerkiksi turvatalon nuorten ja muiden asiakkaiden tai vapaaehtoisten kokemuksia haastattelututkimuksen avulla, ja saada näin arvokasta lisätietoa nimenomaan turvatalon asiakaskunnan spesifeistä tarpeista. Eroja voi esiintyä esimerkiksi lyhyesti ja pidemmän aikaa majoittuvien tai avoasiakkuudessa ja majoitusasiakkuudessa olevien kokemuksissa. Tämän työn keskeisin anti on siis teoreettisen pohjatiedon tarjoaminen tilan visuaalisen suunnittelun tueksi. Yhteistyötaholtani olen jo saanut positiivista palautetta työn hyödynnettävyydestä heidän toiminnassaan. Työhön kootun tiedon avulla pystytään toimintaa kehittämään pienillä teoilla asiakkaiden, työntekijöiden ja vapaaehtoistoimijoiden tarpeita paremmin huomioivaksi.

LÄHTEET

- Bank, M. & Nissen, M. (2017). Beyond spaces of counselling. *Qualitative Social Work* 17(4), 509–536. Saatavilla 30.8.2019 <https://journals.sagepub.com/doi/full/10.1177/1473325016680284>.
- Chui, W. H. & Ford, D. (2000). Crisis Intervention as Common Practice. Teoksessa Stepney, P. & Ford, P. (toim.), *Social Work Models, Methods, and Theories. A Framework for Practice (s. 80–101)*. Russel House Publishing: Lyme Regis, Dorset, Great Brittainy.
- Connellan, K., Gaardboe, M., Riggs, D., Due, C., Reinschmidt, A. & Mustillo, L. (2013). Stressed Spaces. Mental Health and Architecture. *HERD: Health Environments Research & Design Journal* 6(4), 127–168. Saatavilla 30.8.2019 <https://journals.sagepub.com/doi/full/10.1177/193758671300600408>.
- Coughlan, M., Cronin, P. & Ryan, F. (2013). *Doing a Literature Review in Nursing, Health and Social Care*. Lontoo: Sage Publications Ltd.
- Denk, E., Jimenez, P. & Schulz, B. (2014). The impact of light source technology and colour temperature on the well-being, mental state and concentration of shop assistants. *Lighting Research & Technology* 47(4), 419–433. Saatavilla 30.8.2019 <https://journals.sagepub.com/doi/full/10.1177/1477153514532280>.
- Fingerroos, O. (2003): Refleksiivinen paikantaminen kulttuurien tutkimuksessa. *Elore* 2.
- Fleming, A. & Kydd, A. (2018). What makes a nursing home homely? A Scottish based study, using Q methodology of the perceptions of staff, residents and significant others. *Journal of Research in Nursing* 23(2–3), 141–158.
- Hedrenius, S. & Johansson, S. (2016). Kriisituki. Ensiapua onnettomuuksien, katastrofien ja järkyttävien tapahtumien käsittelyyn. Helsinki: Tietosanoma. Helsingin yliopisto. Estetiikka. Tutkimusprofiili. Saatavilla 30.8.2019 <https://www.helsinki.fi/fi/humanistinen-tiedekunta/tutkimus/tieteenalat/filosofia-historia-ja-taiteiden-tutkimus/estetiikka>.
- Houle, J., Coulombe, S., Radziszewski, S., Boileau, G., Morin, P., Leloup, X., Bohémier, H. & Robert, S. (2016). Public housing tenants' perspective

- on residential environment and positive well-being. An empowerment-based Photovoice study and its implications for social work. *Journal of Social Work* 18(6), 703–731. Saatavilla 30.8.2019 <https://journals.sagepub.com/doi/full/10.1177/1468017316679906>.
- Kangasniemi, M. & Pölkki, T. (2016). Aineiston käsittely: kirjallisuuskatsauksen ydin. Teoksessa M. Stolt, A. Axelin & R. Suhonen (toim.), *Kirjallisuuskatsaus hoitotieteessä* (s. 23–34). (Turun yliopisto. Hoitotieteen laitoksen julkaisuja. Tutkimuksia ja raportteja. Sarja A73.)
- Kangasniemi, M., Utriainen, K., Ahonen, S-M., Pietilä, A-M., Jääskeläinen, P. & Liikanen, E. (2013). Kuvaileva kirjallisuuskatsaus: eteneminen tutkimuskysymyksestä jäsenettyyn tietoon. *Hoitotiede* 25(4), 291–301.
- L 1325/2014. Yhdenvertaisuuslaki. Saatavilla 30.8.2019 <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2014/20141325>.
- Laukkanen, S. (2018). Kriiseistä selviytymisen ja kriisiavun monet merkitykset. Diskursiivinen tutkimus SOS-kriisikeskuksen asiakkaiden haastattelupuheesta. Tampereen yliopiston julkaisuarkisto. (Pro gradu -tutkielma, Tampereen yliopisto.) Saatavilla 30.8.2019 <https://tampub.uta.fi/handle/10024/102822>.
- Leemann, L. & Hämäläinen, R.-M. (2015). Matalan kynnyksen palvelut. Sosiaalisen osallisuuden edistämisen koordinaatiohanke (Sokra). Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Saatavilla 30.8.2019 www.thl.fi/sokra tai https://thl.fi/documents/966696/3775621/Tietopaketti_Matalan_Kynnyksen_Palvelut.pdf/97b1aef8-b8ca-4ec3-ac4c-b80d3e754cec.
- Loivio, I. & Muurinen, H. (2013). *Sosiaalitoimisto 2.0. Kuinka teemme sosiaalitoimistosta voimauttavan paikan?* (Soccan työpapereita 2013:2.) Helsinki: Socca.
- MacAllister, L., Zimring, C. & Ryherd, E. (2016). Environmental Variables That Influence Patient Satisfaction. A Review of the Literature. *HERD: Health Environments Research & Design Journal* 10(1), 155–169. Saatavilla 30.8.2019 <https://journals.sagepub.com/doi/full/10.1177/1937586716660825>.
- Niela-Vilén, H. & Hamari, L. (2016). Kirjallisuuskatsauksen vaiheet. Teoksessa M. Stolt, A. Axelin & R. Suhonen (toim.), *Kirjallisuuskatsaus hoitotieteessä* (s. 23–34). (Turun yliopisto. Hoitotieteen laitoksen julkaisuja. Tutkimuksia ja raportteja. Sarja A73.)

- Orth, U. R. & Wirtz, J. (2014). Consumer Processing of Interior Service Environments. The Interplay Among Visual Complexity, Processing Fluency, and Attractiveness. *Journal of Service Research* 17(3), 296–309. Saatavilla 30.8.2019 <https://journals.sagepub.com/doi/full/10.1177/1094670514529606>.
- Punainen Risti, Nuorten turvatalo, Vantaa. Nuorten väliaikainen majoitus. Saatavilla 30.8.2019 <https://rednet.punainenristi.fi/node/40807>.
- Punainen Risti, Nuorten turvatalo, Vantaa. Palvelut. Saatavilla 30.8.2019 <https://rednet.punainenristi.fi/node/41366>.
- Putkinen, M. (2009). Kohti opiskelun esteettömyyttä? Teoksessa I. Tanskanen & T. Suominen-Romberg (toim.), *Esteettömästi saavutettavissa (s. 8–21)*. (Turun ammattikorkeakoulun raportteja 82.) Tampere: Tampereen yliopistopaino Oy.
- Regehr, C. (2011). Crisis Theory and Social Work Treatment. Teoksessa Turner, F. J. (toim.), *Social Work Treatment. Interlocking Theoretical Approaches (s. 134–143)*. New York: Oxford University Press.
- Ruishalme, O. & Saaristo, L. (2007). *Elämä satuttaa. Kriisit ja niistä selviytyminen*. Helsinki: Tammi.
- Saaranen-Kauppinen, A. & Puusniekka, A. (2006). Sisällönanalyysi. KvaliMOTV – Menetelmäopetuksen tietovaranto. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoaarkisto. Saatavilla 30.8.2019 https://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L7_3_2.html.
- Saari, S. & Tuominen, T. (2009). Online-saavutettavuus majoituspalveluissa. Teoksessa I. Tanskanen & T. Suominen-Romberg (toim.), *Esteettömästi saavutettavissa (s. 35-58)*. (Turun ammattikorkeakoulun raportteja 82.) Tampere: Tampereen yliopistopaino Oy.
- Saari, S. (2003 & 2012). *Kuin salama kirkkaalta taivaalta. Kriisit ja niistä selviytyminen*. Keuruu: Otava.
- Schreuder, E., Lebesque, L. & Bottenheft, C. (2016). Healing Environments. What Design Factors Really Matter According to Patients? An Exploratory Analysis. *HERD: Health Environments Research & Design Journal* 10(1), 87–105. Saatavilla 30.8.2019 <https://journals.sagepub.com/doi/full/10.1177/1937586716643951>.

- Sosiaalialan ammattikorkeakouluverkosto. (2016). Sosiaalialan ammattikorkeakoulutuksen kompetenssit. Saatavilla 3.9.2019 <https://www.innokyla.fi/documents/1167850/5e8f1ef1-7a5b-4dfb-a629-0ea09dbfe904>.
- Stevens, P. (2010). Embedment in the environment. A new paradigm for well-being? *Perspectives in Public Health* 130(6), 265–269. Saatavilla 30.8.2019 <https://journals.sagepub.com/doi/pdf/10.1177/1757913910384047>.
- Suomisanakirja. Tila. Saatavilla 30.8.2019 <https://www.suomisanakirja.fi/tila>.
- Suomisanakirja. Visuaalinen. Saatavilla 30.8.2019 <https://www.suomisanakirja.fi/visuaalinen>.
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (2015). Hyvinvointi. Saatavilla 30.8.2019 <https://thl.fi/fi/web/hyvinvointi-ja-terveyserot/eriarvoisuus/hyvinvointi>.
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (2016). Hyvinvoinnin mittaaminen. Saatavilla 30.8.2019 <https://thl.fi/fi/web/hyvinvointi-ja-terveyserot/eriarvoisuus/hyvinvointi/hyvinvoinnin-mittaaminen>.
- Trzpuć, S. J., Wendt, K. A., Heitzman, S. C., Skemp, S., Thomas, D. & Dahl (2016). Does Space Matter? An Exploratory Study for a Child–Adolescent Mental Health Inpatient Unit. *HERD: Health Environments Research & Design Journal* 10(1), 23–44. Saatavilla 30.8.2019 <https://journals.sagepub.com/doi/full/10.1177/1937586716634017>.
- Vainionpää, M. (2015). ”Kun muu työ keskeytyy”. Sosiaalityön asiantuntijuus kriisitilanteiden tarinoissa. Jyväskylän julkaisuarkisto JYX. (Pro gradu -tutkielma, Jyväskylän yliopisto.) Saatavilla 30.8.2019 <https://jyx.jyu.fi/handle/123456789/47575>.
- Voutilainen, P., Juvonen, H., Randell, M., Sutinen, P. & Leijo, M. (2013). Kriisimajoitustyöryhmä. Loppuraportti. Helsingin kaupunki. Saatavilla 30.8.2019 <https://www.hel.fi/static/kanslia/Julkaisut/Kotikaupunkina-Helsinki/Kriisimajoitustyoryhma-loppuraportti.pdf>.