

Matilda Meusel & Iida Setälä

TEATTERI JA KULTTUURI PSYYKKISENÄ VOIMAVARANA

Hoitotyön koulutusohjelma
Hoitotyön suuntautumisvaihtoehto
2013

TEATTERI JA KULTTUURI PSYYKKISENÄ VOIMAVARANA

Meusel, Matilda
Setälä, Iida
Satakunnan ammattikorkeakoulu
Hoitotyön koulutusohjelma
Marraskuu 2013
Ohjaaja: Flinck, Marja
Sivumäärä: 39
Liitteitä: 2

Asiasanat: kulttuuri, teatteri, mielenterveys ja tutkimus

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää kokevatko katsojat teatteritaiteen ja kulttuurin psyykkisenä voimavarana. Tutkimuksen tavoitteena oli tarkastella kulttuurin ja teatterin käsitteitä tutkimustiedon ja teorian pohjalta, kartoittaa teatteriyleisön ajatuksia ja kokemuksia teatteriesityksen jälkeen teatterifestivaali Lainsuojattomilla sekä selvittää tutkimuksen avulla teatterin ja kulttuurin merkitys psyykkisenä voimavarana.

Ihmisten mielenkiinto mielenterveyteen ja siihen liittyviin voimavaroihin on lisääntynyt viime aikoina. Ihmiset hyödyntävät yhä enemmän erilaisia terapiamuotoja, joiden menetelmät perustuvat johonkin taiteen lajiin. Mielenterveysongelmien määrä on kasvanut viime vuosina, mikä tekee tutkimuksen aiheesta ajankohtaisen.

Tutkimusvälineenä opinnäytetyössä käytettiin kyselylomaketta, joka sisälsi monivalintakysymyksiä, väittämiä sekä yhden avoimen palautekohdan. Esityksen jälkeen kyselyyn vastasi yhteensä 81 katsojaa. Kyselylomakkeen väittämät oli jaettu eri otsikoiden alle koskien teatteria, kulttuuria, esitystä ja Rakastajat-teatteria. Tutkimusmateriaali kerättiin yhdeksästä eri esityksestä viitenä eri päivänä ja esitykset valittiin yhteistyössä Rakastajat-teatterin kanssa. Avoimen osion palautteet Rakastajat-teatterille sekä kyselylomakkeen tulokset on koottu yhteen ja lähetetty yhteistyötaholle.

Tulosten mukaan vastaajat ovat aktiivisia teatterissa kävijöitä. Tutkimuksesta selviää, että 95 % vastaajista on sitä mieltä, että teatteritaide ja kulttuuri lisäävät heidän voimavarojaan. Suurin osa vastaajista myös koki, että teatterissa käyminen ruokkii luovuutta, lisää yhteisöllisyyttä ja mahdollistaa tunteiden käsittelyn. Vastaajat kokivat kulttuurin merkittävänä osana elämää. Tulokset kannustavat ihmisiä lisäämään omia voimavarojaan erityisesti teatteritaiteen ja kulttuurin avulla. Rakastajat-teatteri voi hyödyntää tutkimuksen tuloksia kehittäessään omaa toimintaansa.

THEATRE AND CULTURE AS A RESOURCE FOR MENTAL WELLBEING

Meusel, Matilda
Setälä, Iida
Satakunta University of Applied Sciences
Degree Programme in Nursing
November 2013
Supervisor: Flinck, Marja
Number of pages: 39
Appendices: 2

Keywords: culture, theatre, mental health and research

The purpose of this thesis was to determine whether the spectators find theatre arts and culture as a resource for mental wellbeing. The aim of the study was to discuss cultural and theatre terminology based on previous studies and literature, map out the thoughts and experiences of the audience at the theatre festival Lainsuojattomat as well as to determine the role of theatre and culture as a resource for mental wellbeing.

In recent times, interest in mental health and related resources has increased. People take advantage of different kinds of therapy that are based on some form of art. Mental health issues have become more prevalent in the past years which make the subject of this study pertinent.

In the study a questionnaire was used as a study tool, comprising of multiple-choice questions, statements and one open-frame feedback part. A total of 81 spectators answered the questionnaire after a performance. The statements in the questionnaire were divided into different topics regarding theatre, culture, the performance and the Rakastajat theatre. The study material was collected from nine different performances in five days and the performances were chosen in co-operation with the Rakastajat theatre. The open-frame feedback part and the results of the study have been assembled and sent to the co-operating party.

According to the results, all of the people answering the questionnaire are actively attending the theatre. In the study it was discovered that 95 % of the people think that theatre art and culture increase their resources for wellbeing. The vast majority also thinks that attending the theatre increases creativity and commonality and gives rise to emotional processing. The respondents considered culture as an important part of their lives. The results encourage people to increase their resources for mental wellbeing especially with the help of theatre arts and culture. The Rakastajat theatre can apply the study results in the development of its activities.

SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	5
2	OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITTEET	7
3	TEOREETTINEN VIIITEKEHYS	8
3.1	Kulttuuri.....	8
3.1.1	Kulttuuri käsitteenä	8
3.1.2	Kulttuuri ja hyvinvointi	9
3.2	Teatteritaide	11
3.2.1	Teatteritaide käsitteenä.....	11
3.2.2	Teatteritaiteen historia.....	12
3.2.3	Teatteritaide ja mielenterveys.....	13
3.2.4	Rakastajat-teatteri.....	15
3.2.5	Teatterifesivaali Lainsuojattomat.....	16
3.3	Voimavara.....	17
4	AIHEALUEESEEN LIITTYVIÄ TUTKIMUKIA.....	21
5	TUTKIMUSMENETELMÄ JA KOHDEJOUKKO.....	22
5.1	Kvantitatiivis-kvalitatiivinen lähestymistapa.....	22
5.2	Kyselylomake tutkimusmenetelmänä	23
5.3	Kohdejoukko ja aineiston keruu	24
5.4	Aineiston käsittely ja analysointi.....	24
6	TUTKIMUSTULOKSET.....	25
6.1	Vastaajien taustatiedot	25
6.2	Teatteri	26
6.3	Kulttuuri.....	27
6.4	Esitys.....	29
6.5	Rakastajat-teatteri	30
7	JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA	32
7.1	Tutkimuksen luotettavuus.....	32
7.2	Tutkimuksen eettisyys	33
7.3	Johtopäätökset.....	35
7.4	Jatkotutkimushaasteet	36
	LÄHTEET.....	37
	LIITEET	

1 JOHDANTO

Viikoittain voi lukea lehdistä kuinka ihmisten psyykinen pahoinvointi lisääntyy ja valtion budjetit joudutaan kiristämään. Mielenterveystyön yksi painopisteistä on mielenterveyden edistämiseksi, primaaripreventiossa, ja työtä tehdään kaikilla sektoreilla. Tavoitteena on edistää hyvinvointia, henkistä kasvua. (Kuhanen 2012, 24-25.) On hyvä muistaa, että taide ja kulttuuri sisältävät psyykkisiä, sosiaalisia ja taloudellisia voimavaroja sekä se vaikuttaa yhteisöjen kehitykseen (Opetusministeriö 2010, 9). Ne vaikuttavat myös tunteisiin ja ajatuksiin sekä vahvistavat elämänhallintaa (Häyrynen 2006, 27).

Laajimmassa merkityksessä kulttuuri voi tarkoittaa kaikkea tietoa, joka siirtyy sukupolvelta toiselle ilman geenien välitystä (Häyrynen 2006, 23). Kulttuurilla voidaan myös tarkoittaa pelkästään taidetta ja sen tekemistä, humanista tiedettä ja niiden ammattien harjoittamista (Honkala & Tuominen 2010). Kulttuuria tuottavat niin ammattilaiset kuin useat vapaaehtoiset kansalaisjärjestöt (Opetus- ja kulttuuriministeriön www-sivut 2013). Kulttuurin harrastajat, niin tekijät kuin kävijät, elävät kahdesta kolmeen vuoteen muita pidempään kansainvälisten tutkimusten mukaan (Kauppinen 2013).

Suomessa teatterilla on pitkät juuret ja suomalaiset ovat tunteneet teatteritaiteen muista taidelajeista kaikista luontevimmaksi. Jatkuvassa kasvussa olevat ammatti- ja harrastajateatteriryhmät ja niiden suosio tekevät Suomesta kunnan teatterimaan. (Gronow ym. 1993, 127.) Ammattiteatteriryhmä Rakastajat-teatteri haluaa tarjota Satakuntalaisille jotain rohkeaa, intensiivistä ja ajatuksia herättävää teatteria (Rakastajat-teatterin www-sivut 2013).

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli tutkia mieltävätkö ihmiset teatterin ja kulttuurin psyykkisenä voimavarana. Opinnäytetyö toteutetaan yhteistyössä Rakastajat-teatterin kanssa, jossa yhteistyöhenkilönä toimii teatterinjohtaja Angelika Meusel. Yhteistyötahon kanssa kirjoitettiin sopimus opinnäytetyön tekemisestä (Liite 1). Tutkimus toteutettiin syyskuussa 2013 Rakastajat-teatterin järjestämässä Teatterifesti-

vaali Lainsuojattomissa. Kohde-esitykset valittiin yhdessä toimeksiantajan kanssa ja valittuja esityksiä oli viitenä päivänä yhteensä yhdeksän.

2 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITTEET

Tämän tutkimusluontoisen opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää kokevatko ihmiset teatterin ja kulttuurin psyykkisenä voimavarana.

Opinnäytetyön tavoitteet olivat:

1. Tarkastella kulttuurin ja teatterin käsitteitä tutkimustiedon ja teorian valossa
2. Kartoittaa teatteriyleisön ajatuksia ja kokemuksia teatteriesityksen jälkeen Rakastajat-teatterissa
3. Selvittää teatterin ja kulttuurin merkitys psyykkisenä voimavarana.

Keskeiset käsitteet tässä opinnäytetyössä olivat: kulttuuri, teatteritaide ja voimavara.

3 TEOREETTINEN VIITEKEHYS

3.1 Kulttuuri

3.1.1 Kulttuuri käsitteenä

Kulttuuri tulee latinan sanasta colere, viljellä, josta johdettiin cultura, viljely. Aluksi sanat viittasivat vain viljelyyn, mutta myöhemmin 1700-1800-luvuilla roomalainen poliitikko ja filosofi Cicero otti käyttöön käsitteen animi cultura, hengen viljely. Laajimmassa merkityksessä kulttuuri voi tarkoittaa kaikkea tietoa, joka siirtyy sukupolvelta toiselle ilman geenien välitystä. (Häyrynen 2006, 23.)

Sosiologisesta näkökulmasta tarkisteltuna, kulttuurilla voidaan luokitella ympäristöä, arvottaa itseään ja muita sekä rakentaa identiteettiä. Kulttuurilla voidaan myös tarkoittaa pelkästään taidetta ja sen tekemistä, humanista tiedettä ja niiden ammattien harjoittamista. (Honkala & Tuominen 2010.) Kulttuuri voidaan luokitella muun muassa ajan perusteella kulttuurikausiin ja -tyyppeihin, paikkojen perusteella kulttuuri-
piireihin ja -alueisiin, kansallis- ja paikalliskulttuuriin tai sosiaalisiin osakulttuureihin (Helsingin yliopiston www-sivut 2004).

Taidetta on pidetty korkeakulttuurina, ennen kutsuttu eliittikulttuuriksi, jolloin sillä on viitattu vastaanottajan sosiaaliseen statukseen. Jotkin oppikunnat pitävät taidetta valistuksena, joka ei riipu sosiaalisista suhteista. Taiteen rajoja on mahdoton määrittää, mutta sen ilmiöillä on yhteisiä ominaisuuksia, sillä pyritään vaikuttamaan ajatukseen ja tunteisiin. Taide on kannanoton, mielihyvän, viestinnän ja ilmaisun tuottamisen väline. (Häyrynen 2006, 27.)

Suomessa koulutus-, tiede-, nuoriso-, kulttuuri- ja liikuntapolitiikka johtaa ja kehittää opetus- ja kulttuuriministeriö. Ministeriö laatii ohjeita ja linjauksia muun muassa taiteen edistämiseksi. Opetus- ja kulttuuriministeriö jaottelee taiteen ja kulttuurin alat seuraavasti:

- teatteri,
- sirkustaide,

- audiovisuaalinen kulttuuri (elokuvat, valokuvaus),
- kirjallisuus,
- kuvataide, muotoilu ja arkkitehtuuri
- säveltaide sekä
- tanssitaide.

Kulttuuria tuottavat niin ammattilaiset kuin useat vapaaehtoiset kansalaisjärjestöt. (Opetus- ja kulttuuriministeriön www-sivut 2013.) Kulttuurin harrastajat, niin tekijät kuin kävijät, elävät kahdesta kolmeen vuoteen muita pidempään kansainvälisten tutkimusten mukaan (Kauppinen 2013).

Haasteita kulttuurin tuottamiselle ja saatavuudelle asettavat väestön keskittyminen suuriin kasvukeskuksiin ja tukirahojen jatkuva leikkaaminen. Kattavuuden ja saatavuuden tasa-arvoisuus eri alueilla asuville vaatii erityisiä toimenpiteitä. (Opetusministeriö 2010, 22-24.)

3.1.2 Kulttuuri ja hyvinvointi

Luovuus on ihmiselle luontaista toimintaa ja näin synnyttää taidetta ja kulttuuria. Näiden avulla vahvistetaan identiteettiä, keskustellaan arvoista ja nostetaan esiin ympäröiviä ilmiöitä. Taide ja kulttuuri sisältävät henkisiä, sosiaalisia ja taloudellisia voimavaroja sekä vaikuttaa yhteisöjen kehitykseen. (Opetusministeriö 2010, 9.) Ne vaikuttavat myös tunteisiin ja ajatuksiin sekä vahvistavat elämänhallintaa (Häyrynen 2006, 27).

Opetusministeriön Kulttuuri – tulvaisuuden voima –julkaisussa tuodaan esiin ”reilu kulttuuri”. Reilu kulttuuri merkitsee kulttuuristen oikeuksien toteutumista ja osallisuutta muun muassa ikään, sukupuoleen, seksuaaliseen suuntautumiseen tai taustaan katsomatta. (Opetusministeriö 2010, 17.)

Suomen Mielenterveysseura on myös todennut kulttuurin- ja taidelähtöisten menetelmien käytön hyväksi terveyden ja hyvinvoinnin tukemisessa ja turvaamisessa. Seura on perustanut huhtikuussa 2013 suojiinsa Terveyttä Kulttuurista kannatusyhdistys ry:n. Sen tavoitteena on edistää edellä mainittujen menetelmien käyttöä, tukea

henkisesti ja taloudellisesti Terveyttä Kulttuurista –verkoston toimintaa sekä edistää asian tutkimusta, hankkeita ja käyttöä. (Suomen Mielenterveysseuran www-sivut 2013.) Terveyttä Kulttuurista –verkosto on taas saanut alkunsa 1992 YK:n Arts in Hospital –toiminnasta, mihin kuuluu eri ammattiryhmien edustajia, jotka ovat kiinnostuneita aiheesta. Toiminnasta on muun muassa syntynyt Taiteesta ja kulttuurista hyvinvointia – ehdotus toimintaohjelmaksi 2010-2014, joka on osa Terveystieteiden edistämisen kulttuuripolitiikkaohjelmaa. (Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitoksen www-sivu 2013).

Taidetta ja kulttuuria voidaan käyttää hyödyksi muun muassa hoitoalalla terapiana, sillä on katsottu, että ne lisäävät hyvinvointia. Esimerkiksi voimaantumisen, syrjäytymisen ehkäisemisen, arjen toimivuuden vahvistumisen, sosiaalisen kanssakäymisen ja elämän merkityksellisyyden tuottaminen ovat niiden ”sivutuotteita”. Ne vaikuttavat elämän moneen ajanjaksoon ja osa-alueeseen, mutta opetusministeriö nostaa esiin erityisesti ikääntyvien toimintakyvyn ylläpidon sekä nuorten yhteiskuntaan ja työelämään kiinnittymisen vaikutuksen. (Opetusministeriö 2010, 17.) Eduskunnan Tulevaisuusvaliokunta ehdottaa Tulevaisuuden kulttuuriosajat –julkaisussaan, että kulttuuriosaaminen otettaisiin osaksi sosiaalityötä (Hautamäki & Oksanen 2011, 8). Kulttuurin harrastaminen jo lapsena vaikuttaa lapsen kasvamiseen. Se lisää ja opettaa lasta kasvamaan yhteisöllisyyteen ja keskinäiseen luottamukseen, joista johtuen elämän hallinta paranee. Kulttuuri ja taide tuottavat elämyksiä ja nautintoa, jotka antavat elämälle merkitystä ja virkistävät aisteja. Ne myös auttavat jaksamaan työssä ja arjessa, jolloin niitä voisi käyttää hyödyksi työperäisen stressin helpottamiseen, vaikkakin siihen tarkoitukseen käyttö on vähäistä. (Opetusministeriö 2008, 20, 29.)

Tärkeänä menestystekijänä tulevaisuudessa on luova pääoma. Tulevaisuudessa luovuuden kehittymisen ja uudistumisen kannalta tulee olemaan tärkeää kulttuurialojen merkitys. Elämäntapa on muuttunut ja tulee muuttumaan tulevaisuudessa. Elämän laatua, vapaa-aikaa ja elämyksellisyyttä korostetaan, trendinä on downshifting. Näin ollen taiteen ja kulttuurin yhteiskunnallinen vaikuttavuus korostuu hyvinvoinnin edistäjänä. (Opetusministeriö 2010, 34-36, 43, 71.) Yhteiskunnan muuttuessa elämänhallinta heikkenee ja työelämän odotuksiin on haasteellista vastata. Kulttuuriosaaminen auttaa kohtaamaan muutokset mahdollisuuksina. (Hautamäki & Oksanen 2011, 7-8.) Ihminen pyrkii taiteen ja kulttuurin pariin huomaamattaan. Ilman nii-

tä, esimerkiksi musiikkia, on vaikea elää. Ne voidaan määritellä esteettiseksi kokemukseksi, jolloin niistä tulee hyvin henkilökohtaisia käyttäjilleen. Teatterissa kävijä ei välttämättä valitse tarkoin katsottavaa näytelmää, vaan hakee enemmän esteettisiä kokemuksia ja elämyksiä. Ne ovat eräänlaisia vapauden kanavia. (Liikanen 2003, 36-37.)

3.2 Teatteritaide

3.2.1 Teatteritaide käsitteenä

Hamletin mukaan: *”Näytelmän tarkoituksena on aluin ollut ja vieläkin on pitää ikään kuin kuvastinta luonnolle, näyttää hyvyydelle sen omat piirteet, pahuudelle sen oma kuva ja itse aikakaudelle ja ajan ruumiille sen oma muoto ja luonto”* (Suuri tietokirja 7 1961, 475).

Teatteri on elävää taidetta, se on tarinakerronnan monipuolisin osa-alue. Teatteri on niin todellisuutta kuin fantasiaa (Tennessean yliopiston [www-sivut](#) 2013). Se on luonteeltaan hetken taidetta, mutta jää ihmisten mieliin elämään. Teatteriesityksen voi tallentaa, mutta jälkeensä nauhalta katsottuna samaa tunnelmaa esityksestä ei voi kuitenkaan kokea kuin paikan päällä. Teatteria esittävät ihmiset tai ihminen, joten se tekee myös jokaisesta esityksestä ainutlaatuisen kokemuksen, koska jokaisella kerralla esitys ei voi olla samanlainen. (Kuopion kulttuuripalvelukeskuksen [www-sivut](#) 2013.) Teatteritaiteen kautta ihmiset ovat voineet kautta historian ilmaista itseään ja omaa maailmankuvaansa. Teatteritaide on monen eri ihmisen ja monen eri ammattikunnan yhteistyötä. Teatteriesityksen tarkoituksena on herättää ihmisissä ajatuksia, teatteri on myös näyttelijöiden ja katsojien tiivistä yhteistyötä. (Tennessean yliopiston [www-sivut](#) 2013.) Teatteritaide on luotu ilmaisemaan mielipiteitä ja jakamaan niitä katsojille, sillä on pyritty rikkomaan ihmisten välisiä kuiluja ja tuomaan ihmisiä yhteen kokemaan jotain yhdessä, tiivistämään yhteisöllisyyttä lokeroimatta ihmisiä eritasoisiksi. (Bruch 1990.)

3.2.2 Teatteritaiteen historia

Suomessa teatterilla on pitkät juuret ja suomalaiset ovat tunteneet teatteritaiteen muista taidelajeista kaikista luontevimmaksi. Teatteriperinne on alkanut kirkon myötä niin Suomessa kuin Euroopassakin. Pikkuhiljaa teatteri tuli myös kouluihin, esimerkiksi Turun akatemiassa oli jo 1600-luvun alkupuolella koulun juhlissa oppilaiden teatteriesityksiä. Ensimmäisen teatterinsa Suomi sai kuitenkin vasta vuonna 1817. Näiden vuosilukujen välissä ei paljon teatteria Suomessa harrastettu, ja siihen miksi teatteri hiljeni niin moneksi vuodeksi, ei tiedetä tarkkaa syytä. 1800-luvun alkupuolella käytiin myös paljon keskustelua siitä, onko teatteri edes tarpeellinen Suomessa. Monta vuotta kerkesi kulumaan ennen kuin Suomen teatteri sai ensimmäisen suomenkielisen esityksensä. Tämä oli Aleksis Kiven ”Lea” -näytelmä, joka esitettiin ensimmäistä kertaa suomenkielellä 10.5.1869. Aikaisemmin sitä oli esitetty vain ruotsiksi. Näytelmän esittäminen suomeksi alkoi irtauduttamaan suomenkielistä teatteria erilleen ruotsinkielisestä. Ensimmäinen suomenkielinen teatteri oli Suomen kansallisteatteri joka omaksuttiin 1900-luvulla, ja sen suuri näyttämö valmistui jo vuonna 1902. Teatterikoulutusta varten perustettiin jo vuonna 1943 Suomen Teatterikoulu, joka vuonna 1979 muuttui Teatterikorkeakouluksi. (Opetushallituksen www-sivut 2013.)

Jatkuvassa kasvussa olevat ammatti- ja harrastajateatteriryhmät ja niiden suosio tekevät Suomesta kunnan teatterimaan. Suomen historiassa teatteri on merkinnyt suomalaisille paljon muutakin kuin vain viihdettä ja hauskanpitoa, teatteri on ollut mukana 1800-luvulla kansallisessa heräämisessä ja 1900-luvun vaihteessa työväestön järjestötoiminnan syntyemisessä. Muiden maiden teatteritaide on muokannut Suomen teatteria paljon, mutta ei ole kuitenkaan hävittänyt maan kotimaisuutta, vaan usein teatteritaide Suomessa on sekoitusta kotimaisesta ja ulkomaisesta teatterista. Näin suomalainen teatteri on myös yltänyt kansainvälisille listoille. (Gronow ym. 1993, 127.)

Suomessa on todella kattava koko maan teatteriverkosto, ja teattereiden keskeisimpiä rahoittajina toimivat useimmiten teatterin oma kotikunta ja valtio. Kaikista eniten tuki saavat Suomen Kansallisooppera ja Suomen kansallisteatteri. (Teatterin tiedotuskeskuksen www-sivut 2011.) Vuonna 1993 astui voimaan teatteri- ja orkesterilaki,

joka jakaa rahoituksia niin sanotuille vosteattereille eli valtionosuusteattereille, jotka ovat lakisääteisiä valtion rahoitusosuuden piiriin kuuluvia teattereita. Teattereiden suosio on kasvanut roimasti vuosien aikana, mutta tällä hetkellä sen suurimmat ongelmat ovat talouden puolella. (Tilastokeskuksen www-sivut 2013.)

Ammattiteatterin ohella on noin tuhat harrastajateatteria, joista monet toimivat ammattijohtoisesti ja tekevät myös usein tiivistä yhteistyötä ammattilaisten kanssa (Teatterin tiedotuskeskuksen www-sivut 2011). Harrastajateatterit saivat oman liiton vuonna 1948. Harrastajateatteriliittoon kuuluu yli 570 harrastajateatteria, liitto tarjoaa monenlaisia eri palveluja harrastajille, esimerkiksi kursseja ja tapahtumia ja lähes kaikki kurssit ovat avoimia kaikille, jotka ovat niistä kiinnostuneita. Jäsenteatterit voivat anoa harrastajateatteriliitolta tuotantoavustuksia kerran vuodessa. (Suomen harrastajateatteriliiton www-sivut 2013.) Suomen opetus- ja kulttuuriministeriö tukee harrastajateatteritoimintaa osoittamalla määrärahan alan valtakunnallisten järjestöjen käyttöön ja jaettavaksi noin 800 jäsenteatterin käyttöön (Opetus- ja kulttuuriministeriön www-sivut 2013).

3.2.3 Teatteritaide ja mielenterveys

Teatteritaiteen ja mielenterveyden polut ovat hyvin yhtenäiset, sillä ihmisten mielipiteet ja käsitteet taiteesta ovat hyvin eriävät. Joillekin se on työ tai harrastus ja jotkut hyödyntävät sen luomia terapiamuotoja, kun taas toiset pitävät sitä silkkana hulluutena. (Tuomikoski 1987, 12-13.) Se on kuitenkin selvää, että jokaisella ihmisellä on kyky luovuuteen, siitä meillä on todisteena lapsuus, jolloin ihmisen mielikuvitus on parhaimmillaan ja lapsi käyttää sitä joka päivä. Lapsi viettää päivänsä niin piirtelemällä, tanssimalla, keksimällä itse satuja tai muokkaamalla niitä, leikkimällä ja jopa luomalla itselleen uusia ystäviä. Tämä nuorena opittu luovuus vain unohtuu vanhe- tessa, toisilla enemmän ja toisilla vähemmän, mutta jokaisella on luovuuteen hyvät lähtökohdat. (Bruch 1990.)

Se miten teatteritaidetta ymmärtää, riippuu jokaisen ihmisen omasta sisäisestä mieltymyksestä. Jokainen ihminen vetää itselleen omat rajansa minkälaista taidetta haluaa ymmärtää ja milloin taide muuttuu itselle järjenvastaiseksi. (Niemi 2000, 35.) Tai-

teen tarkoituksena onkin, että itse taiteilija siirtää omia ajatuksiaan taiteensa kautta ihmisille heidän käsiteltäväikseen, näin jokainen taidetuotanto, jonka ihminen luo, on aina viesti ja näin taide käsitetään myös hyvin vahvaksi viestintäkulttuurissa. Teatteritaiteesta ei koskaan välity ihmisille mitään käsin kosketeltavaa, vaan ihmiset muokkaavat sen omassa mielessään millaiseksi haluaa, eikä ole olemassa rajoja joiden yli ei voi mennä. (Tuomikoski 1987, 12-13.)

Teatteri on yksi tärkeimmistä taiteen lajeista mielenterveydelle, koska teatteri taiteen muotona on läheisin elävää ja toimivaa ihmistä kohtaan. Ilman ihmistä ei voi myöskään olla teatteria. Kuitenkin kaikella taiteella on pakko olla jonkinlainen suhde ihmiseen, mutta juuri teatteri, ja se kokonaisuus jonka se käsittää, on nimenomaan ihmisten maailma. Teatteritaide on myös hyvin yhteisöllinen ja kulttuurinen ilmentymä. Ihmisen suhde taiteeseen ja sen tuomiin ajatuksiin ja kokemuksiin on niin henkilökohtainen kuin sosiaalinen asia. Teatteritaiteesta syntyy keskustelua, joka nitoo ihmisiä yhteen auttamalla omien ajatusten jakamista toisten kanssa. Taiteen kautta ymmärrämme paremmin itseämme kuin myös toisia ja tämä antaa hyvän mahdollisuuden rakentaa omaa minäkuvaamme ja samalla saada syvempiä ja ymmärtäväisempiä suhteita toisiin ihmisiin. (Pirkola 2007.)

Kun teatteria käsitellään ihmiseen liittyvänä taiteen muotona, niin se myös käsittelee ihmisen elämän sisältöä. Siihen sisältöön mahtuu niin huonoa kuin hyvää ja niin tervettä kuin sairastakin. Teatteritaiteen mielenterveydelliset juuret ovat kaukaa. Jo 400 vuotta ennen ajanlaskua vallitsi ihmiskäsitys ja siitä on myöhemmin johdettu draaman perusajatus. Jopa ajatukset draamasta ja draaman rakenteesta elävät yhä Aristoteleen kirjoitusten mukaisesti. Aristoteles on keksinyt käsitteen peripetia, joka tarkoittaa sitä, että ihmisten elämän kuvaileminen alkaa usein jonkinlaisesta ongelmatilanteesta. Tämä ongelma saattaa olla sellainen, että ihminen ei sitä aluksi itse käsitä, mutta mieli työstää ajatusta. Lopullinen ajatus ihmisellä asiasta voi olla hyvinkin moninainen ja ihmisen tunnetilat voimistuvat ja kärjistyvät, eikä tilanteesta enää päästä mihinkään kunnon ratkaisuun eikä ongelmassa edetä. Tästä syntyy käänne, jolla useimmiten tarkoitetaan sitä, että ihmiselle selviää mistä on kysymys ja mikä on ongelman perimmäinen syy. Tämä käsite on hyvin läheinen niin teatterille kuin mielenterveydellekin kun sen sanomaa tarkastelee lähemmin. (Niemi 2000, 35-36.)

Draamasta ja teatterista onkin vuosien varrella kehkeytnyt mielisairauksien tärkeä terapiamuoto. Vaikka teatterin luonne on monessa mielessä muuttunut ja se on monella tapaa hyvin erilaista mitä se on alkujaan ollut, sitä on sovellettu ja myös alettu ymmärtämään eri tavoilla. Siitä on löydetty paljon erilaisia positiivisia vaikutuksia ihmisen mielenterveyteen. (Niemi 2000, 35-36.)

Teoreettisella tasolla on jo kauan tiedetty, että mieli ja ruumis toimivat yhtenäisenä kokonaisuutena, mieli vaikuttaa ruumiiseen ja ruumis mieleen. Se mitä mieli ottaa vastaan, peilaa se ruumiiseen voimakkaasti. Ruumiin erilaisia keinoja vaikuttaa mieleen ovat hormonit ja hermosolujen välittäjäaineet, jotka aktivoituvat ärsykkeistä ja siten vaikuttavat ihmisen mielialaan ja terveyteen. Näin kaikki kokema jättää muistijälkensä. (Vainio 2009.)

3.2.4 Rakastajat-teatteri

Rakastajat-teatterin ovat perustaneet Hilikka Ollikainen, Angelika Meusel, Kai Tanner sekä puvustaja-lavastaja Lizz Santos vuonna 1991 ja se on Satakunnan ainoa vapaa ammattiteatteriryhmä. Rakastajat-teatteri haluaa tarjota satakuntalaisille jotain rohkeaa, intensiivistä ja ajatuksia herättävää teatteria. Rakastajat-teatteri on saanut nimensä heidän ensimmäisen ensi-iltansa mukaan, joka pohjautui Harold Pinterin ”Rakastaja” käsikirjoitukseen. (Rakastajat-teatterin www-sivut 2013.)

Rakastajat saivat oman teatteritilan vuonna 1997 ja se nimettiin edesmenneen Hilikka Ollikaisen mukaan Hilikka-näyttämöksi. Nimi on muutettu muutama vuosi sitten Studio Hilikaksi. Studio Hilikka on tiloiltaan pieni, sinne mahtuu näytelmästä riippuen 70-100 katsojaa. Rakastajat-teatteri laajensi vuonna 2005 tilojaan Puuvillatehtaan alueelle, nimekseen tila sai Kulttuuritehdas Kehräämö. Kulttuuritehdas Kehräämö on paljon laajempi kuin Rakastajat-teatterin vanhempi näyttämö, ja jonka vuoksi siellä järjestetään nykyään kaikki klubi-esitykset ja isot vierailuesitykset. (Rakastajat-teatterin www-sivut 2013.)

Rakastajat-teatteri järjesti vuonna 2000 vapaille teatteriryhmille tarkoitettut Lain-suojattomat-festivaalin, josta on tämän jälkeen kehkeytnyt vuosittainen tapahtuma

Porissa. Myöhemmin tapahtuman nimeksi on muotoutunut Teatterifestivaali Lainsuojattomat. Tapahtuma vetää ihmisiä puoleensa ympäri Suomea ja myös ulkomailta. (Rakastajat-teatterin www-sivut 2013.)

Rakastajat-teatterin henkilökunta on kiinnostunut terveyden edistämisestä ja mielen-terveyden tukemisesta työyhteisöissä. He kouluttautuvat parhaimmillaan terapeuteiksi ja antavat isoille yrityksille erilaisia vuorovaikutus- ja voimavarakoulutuksia ympäri Suomea. (Teatterijohtaja A. Meuselin mukaan (henkilökohtainen tiedonanto 7.10.2013).)

3.2.5 Teatterifestivaali Lainsuojattomat

Lainsuojattomat sai alkunsa samoin kuin monet Rakastajat-teatterin hullut ideat vastaamalla myöntävästi miettimättä sen enempää, miten ideaa lähdetään toteuttamaan paremmin. Kaikki alkoi tapaamisesta Helsingissä, jossa oli laitosteattereiden edustajia ja vapaiden ammattiteattereiden, silloin harvoja, edustajia. Heidät kutsuttiin keskustelemaan mahdollisesta yhteistyöstä ammattiteatteriryhmien edustajien kanssa. Idea festivaaleista lähti pitkään istutun illan päätteeksi siitä ajatuksesta, että vapaat teatteriryhmät kokoontuisivat omien esitysten kanssa yhteen tiettyyn paikkaan. Yhtenä tärkeänä lähtökohtana oli, että festivaali olisi teatteriryhmien yhteinen kohtaamispaikka, jossa pystyttäisiin kartoittamaan, minkälaisia esityksiä muissa vapaisissa ryhmissä harjoitetaan. Tapahtuma tarkoituksena oli, että siitä saisi paljon inspiraatioita ja voimavaroja niin itselleen kuin myös omalle teatterille. Päätettiin, että vuonna 2000 järjestettäisiin syksyllä vapaiden ammattiteatteriryhmien oma festivaali. (Teatterijohtaja A. Meuselin mukaan (henkilökohtainen tiedonanto 7.10.2013).)

Nimeä festivaaleille mietittiin kokouksissa Helsingissä, ja koska on olemassa teatterilaki ja vapaat ryhmät ovat teatterilain ulkopuolella, syntyi Lainsuojattomat-nimike. Meusel laittoi aloitteen, että ensimmäinen festivaali voisi olla Porissa. Alkuperäisajatuksena oli, että festivaalit pidettäisiin toisella paikkakunnalla aina kolmen vuoden välein, mutta Rakastajat-teatteri tunsu Lainsuojattomat jo kuitenkin kolmen vuoden järjestämisen jälkeen omakseen ja se oli löytänyt hyvin paikkansa Porin kulttuuritar-

jonnassa. Näin syntyi päätös, että festivaali jää pysyvästi Poriin. (Teatterijohtaja A. Meuselin mukaan (henkilökohtainen tiedonanto 7.10.2013).)

Niin kauan kuin ihmisillä on mielenkiintoa Lainsuojattomia kohtaan ja avustusta saadaan, niin Lainsuojattomat-festivaali järjestetään. Apurahat lainsuojattomien järjestämiseksi joudutaan hakemaan joka vuosi uudelleen, eikä koskaan ole varmaa, että ne saadaan. Aluksi jokainen vapaa teatteriryhmä toi festivaaleille yhden esityksen, mutta nykyään näitä ryhmiä on jo niin paljon, että festivaaleille valitaan vain parhaiten sinne sopivat esitykset, jotta festivaali olisi mahdollisimman kiinnostava, monipuolinen, ajatuksia herättävä ja tietenkin myös viihdyttävä. Festivaali muuttuu ja sen on muututtavakin ajan mukana, ja joka vuosi Lainsuojattomia pyritään uudistamaan. Vuonna 2013 toteutui jo 14. festivaali, uutena nimenään Teatterifestivaali Lainsuojattomat. (Teatterijohtaja A. Meuselin mukaan (henkilökohtainen tiedonanto 7.10.2013).)

3.3 Voimavara

Nykyään korostetaan hyvinvointia ja elämänlaatua, joihin pyritään muun muassa henkisen rikkauden, itsensä toteuttamisen ja taide-elämyksien avulla. Muuttuva maailma ja yhteiskunta asettavat haasteita nykyihmiselle arkeen ja työhön. Näin ollen arki vaatii voimavarojen tunnistamista ja käyttämistä (Hautamäki & Oksanen 2011, 15, 72). Terveysjärjestö (WHO) määrittää terveyden täydelliseksi fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin tilaksi, ei pelkästään sairauksien puuttumiseksi (World Health Organizationin www-sivut 2013). Mielenterveys voi olla psyykkisten toimintojen voimavara, jota tulisi nostaa esiin omana arvona ja mielenterveyden edistämisen kulmakivenä, jotta se olisi osa kansanterveyttä. Voimavarojen vähäisyydellä on selvä yhteys masennusoireiden esiintymiseen. (Lehtonen & Lönnqvist 2001, 26-28.)

Tutkimusten mukaan suomalaisten yleinen terveys on kohentunut, mutta edelleen esiintyy muun muassa alkoholiriippuvuutta, masennusta ja ahdistuneisuushäiriöitä. Lisäksi jopa 25 % Terveys 2000 –tutkimukseen osallistuneista aikuisista tunsi työuupumusta. Osa sairauslomista ja eläkkeelle jäämisistä johtuu mielenterveyshäiriöis-

tä. (Oittinen 2010, 35-36.) Voimavarojen puuttuminen lisää todennäköisyyttä muun muassa stressiin (Salo & Tuunainen 1996, 214-215).

Elämästä, arjesta ja kehityshaasteista selviytymiseen ihminen tarvitsee voimavaroja. Voimavarat ovat abstrakteja asioita, joilla on hyödyllinen tarkoitus. Kaikki voimavarat vaikuttavat yhdessä, joten niiden tärkeyttä ei voida erikseen tarkastella. (Opetushallituksen www-sivut 2013.) Usein ihmiset eivät tunnista ”itsestään selviä asioita” voimavaroikseen, vaan he ajattelevat voimavarojen olevan esimerkiksi erityistaitoja. Usein myös puhutaan mielenterveyteen vaikuttavista asioista, jotka voidaan liittää myös voimavaroiksi. Ne karttavat iän karttuessa ja vaikeuksista selviytyessä. (Suomen Mielenterveysseuran www-sivut 2013.)

Voimavarat voidaan jakaa eri tavoin. Tärkein kriteeri on, että henkilö itse katsoo kyseisen asian olevan hyödyksi itselleen ja saavansa siitä apua muutoksessa. Voimavarat voivat olla joko ympäristössä tai henkilössä itsessään. Ympäristön tuomat voimavarat voidaan jakaa fyysisiin ja sosiaalisiin. Fyysisiin voidaan lukea muun muassa taloudellinen tilanne, asunnon toimivuus, helppo kulkeminen ympäristössä tai se, että palvelut ovat helposti saatavilla kodin lähellä. Ympäristön voimavarojen vaikuttavuuden huomaa erityisesti vanhusten ja kehitysvammaisten kohdalla. Arkiympäristön toimimattomuus tai hankaluus kuormittaa turhaan henkilöä. Ympäristöön kuitenkin on helppo tehdä konkreettisia muutoksia, jolloin sen toimivuus on voimavara. Ympäristön sosiaalisiin voimavaroihin katsotaan kuuluvan ulkopuolinen apu, emotionaalinen tuki, saatavilla oleva informaatio ja harrastukset. Informaatio auttaa ymmärtämään omaa sairautta, löytämään siihen tai arkeen apua. Harrastukset voivat auttaa virkistäytymään ja lisäävät yhteisöllisyyttä. Yksinäisyys on monen kuntoutujan ongelma, lisäksi eristäytyminen heikentää kuntoutumista. Sosiaalisessa ympäristössä saa muilta ihmisiltä palautetta, oman verkoston ja sosiaalisia taitoja tulee ylläpidettyä. (Suvikas, Laurell & Nordman 2011, 111-113.)

Yksilön voimavarat voidaan jakaa fyysisiin, psyykkisiin, sosiaalisiin ja henkisiin voimavaroihin. Fyysisiin voimavaroihin kuuluvat muun muassa ikä, fyysinen toimintakyky, kunto ja terveydentila. Psyykkisiin voimavaroihin liittyvät muun muassa älyllinen toiminta, muisti, ajattelu, tunnetaito, motivaatio, persoonallisuus, minäkuva ja itsearvostus. Motivaatio on tärkeä edistymisen kannalta kuntoutujalle. Tavoitteet ja

keinot pitää olla mielekkäitä, jotta motivaatiota syntyy ja sitä saadaan ylläpidettyä. Kuntoutumisessa on hyvä olla pieniä etenemistavoitteita, näin on mahdollista kokea onnistumista ja etenemistä. Tunnetaito auttaa ymmärtämään omia ja muiden tunteita. Tunteiden tunteminen helpottaa omaa oloa, jolloin niitä ei tarvitse pitää sisällä tai tukahduttaa. Tunteet myös lisäävät elinvoimaisuuden tunnetta. Kielteiset tunteet voivat olla myös hyvin kuluttavia, varsinkin jos ne siirretään sivuun. Ne voivat lisätä entisestään voimattomuuden tunnetta. Kulttuuriosaaminen voidaan laskea psyykkiseksi voimavaraksi, joka edistää muutos- ja menestyspaineista selviytymistä. (Hautamäki & Oksanen 2011, 74; Suvikas ym. 2011, 113-116.)

Sosiaalisiin voimavaroihin kuuluvat muun muassa parisuhde, perhe ja yhteiskunnallinen asema. Henkisiin voimavaroihin kuuluvat maailmankatsomus ja henkinen vakaumus. Ihmistä ohjaavat sisäiset arvot vaikka niitä ei tietoisesti ajattele koko ajan. Omaa elämää rakennetaan oman maailmankatsomuksen mukaisesti, jonka mukaan myös tarkastellaan ympäröivää maailmaa. Maailmankatsomus ja henkinen vakaumus voivat heijastua uskonnon kautta, mutta ilman tiettyä uskontoakin ne rakentuvat ajan kuluessa. (Opetushallituksen www-sivut 2013; Suvikas ym. 2011, 113-116.)

Salo ja Tuunainen (1996, 239-243) esittelevät kirjassaan yleisiä selviytymisvoimavaroja, jotka vaikuttavat arjessa vastaan tuleviin kuormitustekijöistä selviytymiseen ja stressioireiden välttämiseen. Fyysisiin ja biokemiallisiin voimavaroihin kuuluvat ihmisen perimä ja kehon immunologinen järjestelmä. Aineellisiin voimavaroihin kuuluvat perusturvallisuutta ylläpitävät voimavarat, kuten asunto, varallisuus ja toimeentulo sekä ammatti ja asema yhteiskunnassa. Koulutus, ammattipätevyys, näistä johdettavat kokemukset, itsetunto, maailmankuva sekä vapaaehtoinen opiskelu ovat kognitiivisia ja emotionaalisia voimavaroja. Arvostus-asenteelliset voimavarat liittyvät ihmissuhteisiin ja käyttäytymismalleihin, joilla selviydytään erilaisista konfliktitilanteista eli coping-strategioista. Ihmissuhteisiin liittyviin voimavaroihin kuuluvat perhe-, ystävä- ja työsuhteiden lisäksi niiden toimivuus ja niihin sitoutuminen sekä mahdollisuus turvautua viranomaisten apuun. Kulttuurilliset voimavarat sisältävät synnyinmaan, äidinkielen ja sen käytön arkielämässä, perinteiden noudattaminen ideologiset näkemykset ja uskonnon. Kulttuuri tuo turvallisuutta yhteisöille, erityisesti pakolaisille, mutta se myös muokkaa asenteita ja uskomuksia.

Positiiviseksi mielenterveydeksi kutsutaan voimavarakeskeistä mielenterveyden käsitettä (Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen www-sivut 2013). Positiivinen mielenterveys on vastakohta sairauslähtöiselle näkökulmalle. Siinä keskitytään omien voimavarojen riittävyyteen, kykyyn vastoinikäymisten kohtaamiseen, itseluottamukseen, tyytyväisyyteen elämään, tunteeseen elämän hallinnasta ja optimismiin. (Toivio & Nordling 2013, 65-66.)

Mielenterveystyössä, erityisesti kuntoutuksessa, käytetään usein voimavarakartoitusta tai voimavarakeskeistä ongelmanratkaisua hyödyksi, jolloin potilaan kanssa käydään lävitse kunkin osa-alueen voimavaroja ja näin muistutetaan niistä. Ne ovat siis jo olemassa olevia asioita, jotka sairastuessa voivat olla vähissä, mutta niitä on tarkoitus vahvistaa ja tukea, jolloin ongelmien ratkaisuun löytyy omia voimia ja vahvuuksia. Tällöin on mahdollista selviytyä ja uudistua. Tarkoituksena on nostaa esiin muun muassa psyykkistä hyvinvointia ja toimintakykyä tuottavia sekä tukevia tekijöitä terveyden edistämiseksi. Lisäksi on tärkeää, että henkilö oppii itse tunnistamaan eri voimavaroja eli voimaantumaan. Voimavarakeskeistä ajattelua on alettu käyttää myös työpaikoilla ja johtamisessa. (Kuhanen 2012, 16-22; Rostila 2001, 38-40; Leinonen.)

4 AIHEALUEESEEN LIITTYVIÄ TUTKIMUKIA

Kulttuurin ja taiteen vaikutusta terveyteen on tutkittu erityisesti 1990-luvun jälkeen. Tutkimusten lisäksi aihetta on käytetty hyödyksi erilaisissa hankkeissa 2000-luvulla, erityisesti hyvinvointialalla. (Ketonen & Linnapuomi 2010; Malte-Colliard & Lampo 2013.) Suomessa voimavarasuuntautunut työote on yleistynyt käytössä 1980-luvun lopulta alkaen. Sitä käytetään muun muassa avohoidossa, sosiaalityössä ja mielenterveyskuntoutuksessa. Vuodesta 1994 Kuntoutussäätiö on ollut mukana projektissa, jossa on saatu viitteitä voimavarasuuntautuneen työotteen hyödyllisyydestä. (Riikonen & Vataja 2001.)

Hyypän ja Mäen johdosta tutkittiin kulttuuristen tekijöiden ja sosiaalisen pääoman vaikutusta eliniän odotteeseen ja terveyteen 1990-luvun lopussa alkaneessa tutkimuksessa. Tutkimuksessa verrattiin suomensuomalaisia ja suomenruotsalaisia. Tulokset olivat parempia suomenruotsalaisten kohdalla, sillä heidän eliniän odotteensa oli 2-3 vuotta suomensuomalaisia enemmän. Kulttuuri ja kulttuurin sosiaalinen pääoma selittävät eron, sillä suomenruotsalaiset tekevät jotain mielekästä yhdessä muiden kanssa, harrastavat enemmän vapaaehtoistyötä ja toimivat yhteisöllisesti. Tutkimusta jatkettiin myös vuosina 2008-2009 eri alueella, mutta tulokset olivat samoja. (Simola 2012; Suviaks ym. 2011, 103-104.)

Mäkelä-Eskolan väitöskirjan tutkimuksessa PANG - siinä se on! tarkasteltiin katsojan tunneresonanssia. Tutkimusta tehtäessä tutkija käytti apunaan kirjallista kyselyä, sydämen sykemittausta, haastattelua, havainnointia, videointia ja äänentaltointia sekä niiden analysointia. Tutkimustuloksista ilmeni, että teatterikokemus on hyvin emotionaalinen, niin fyysisesti kuin hengellisestikin. Katsojien tunteet vaelsivat esityksessä mielihyvän ja ahdistuksen molemmin puolin. Näihin tunteisiin vaikuttivat paljon katsojien omat tunnekokemukset menneisyydestä, joita he peilasivat esityksen herättämiin tunteisiin. Noin 40 % tutkimukseen osallistuneista tunsivat vanhojen muistojen tulevan mieleen esityksen aikana, ja noin kolmasosalla katsojista nämä tunnekuohut eivät laantuneet esityksen jälkeen vaan ne jäivät mieleen pitemmäksi aikaa. Noin puolet vastaajista tunsivat kehoa ja tunteita puhdistavia vaikutuksia. (Mäkelä-Eskola 2001.)

5 TUTKIMUSMENETELMÄ JA KOHDEJOUKKO

5.1 Kvantitatiivis-kvalitatiivinen lähestymistapa

Tutkimustyyppin valinta perustuu siihen, mitä halutaan tutkia ja minkälaisia tuloksia tutkimuksista halutaan saada. Kaikesta olennaisin kysymys on, onko ilmiötä ylipäättään aiheellista tutkia ja miten sitä voidaan tutkia. Tutkimustietoa on kerrytetty hoitotieteissä usein lähinnä kyselyin, haastatteluin ja havainnoinnein siitä syystä, että hoitotieteiden tutkimusten tarkoituksena on kehittää hoitotyön toimintaa. Tämän vuoksi tutkimuksissa ei usein tarkastella liikaa kemiallis-fysiologisia raameja, koska se ei tuottaisi haluttuja hoitotyötä edistäviä tuloksia. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013, 65-69.)

Kvantitatiivisella tutkimuksella, jossa lähestymistapana on kyselylomake, tarkoitetaan sitä, että tuloksia pystytään mittaamaan käyttäen apuna erilaisia taulukoita ja tuloksia voidaan vertailla toisten tulosten kanssa. Kvantitatiivisia tutkimuksia voi olla kahta eri tyyppiä. Se voi olla pitkittäistutkimus, jolloin aineistoa kerätään useammin kuin kerran. Tällöin tutkimus voidaan toistaa muutaman vuoden jälkeen käyttämällä samaa tutkimusta tai suorittaa tutkimusta monen vuoden ajan aktiivisesti. Kun tutkimus kestää useamman vuoden, muuttujia voidaan verrata vuosien välillä. Toinen mahdollinen tutkimustapa on poikittaistutkimus, jossa aineisto kerätään yhdellä kertaa, eikä tarkoituksena ole tarkastella ajallista etenemistä. Suurin osa hoitotieteissä tehtävistä tutkimuksista on poikittaistutkimuksia. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013, 55-60.)

Kvalitatiivisella tutkimuksella, jossa lähestymistapana on kyselylomake, tarkoitetaan tutkimusta, jossa ihmiset saavat vastata vapaasti annetusta aiheesta. Tämä tekee kvalitatiivisesta tutkimuksesta ehkä hankalamman toteuttaa kuin kvantitatiivinen kysely, koska vastaajilla menee kauemmin aikaa vastata kyselyyn. Ongelmana voi olla myös se, että vastaukset jäävät niukoiksi ja niistä on vaikeaa saada luotettavaa tutkimustietoa. Kvalitatiivisen tutkimuksen analysointiin kuluu myös enemmän aikaa, koska kaikki vastaukset tulee tulkita ennen kuin niitä voi tarkastella. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013, 65-69.)

Kvalitatiivinen tutkimus kattaa laajan kirjon erilaisia lähestymistapoja ja se on kovin moninaista ja sitä on vaikeampi määrittää tiettyihin raameihin kuin kvantitatiivista tutkimusta. Voidaan luokitella, että kaikki se, mikä ei ole kvantitatiivista tutkimusta on kvalitatiivista tutkimusta. Useimmiten kvalitatiiviset tutkimukset käsittävät ne tutkimukset, joista ei vielä ole olemassa minkäänlaista tutkimustietoa, ja lähtökohtana ovat olleet yhteiskunnallisten ongelmien havaitseminen ja tiedostaminen. Kvalitatiivinen tutkimus sopii myös tutkimukseen josta on jo olemassa tietoa, mutta tutkituun tietoon halutaan saada uusia näkökulmia tai epäillään aiemman tutkimuksen tuloksia tai tutkimusmetodiikkaa. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013, 65-69.)

Tässä opinnäytetyössä käytetään kvantitatiivis-kvalitatiivista kyselylomaketta (Liite 2), joka koostuu taustamuuttujista, väittämistä sekä avoimesta kysymyksestä.

5.2 Kyselylomake tutkimusmenetelmänä

Kyselylomakkeet ovat useimmiten käytetty tutkimusmenetelmä tehtäessä kvantitatiivisia tutkimuksia, varsinkin hoitotieteissä. Aineistoa voi myös kvantitatiivisessa tutkimuksessa kerätä haastatteleamalla tai havainnoimalla. Kyselylomakkeesta voi myös käyttää toista käsitettä, joka on mittausväline. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013, 114.)

Kyselylomakkeen laatiminen on kaikista tärkein osa tutkimusta tehtäessä, koska kysymykset määrittävät kyselyn suunnan ja sen kuinka luotettavaa tietoa kyselystä voidaan saada. Kaikista olennaisinta lomakkeen laadinnassa on se, että siitä saadaan oikeanlaista aineistoa, joka tukee tutkimuksen perimmäistarkoitusta ja sitä mitä halutaan tutkia. On siis erittäin tärkeää, että teoretieto jota tutkimuksessa on käytetty, on kytköksissä kyselylomakkeeseen, ja tutkimuksen teoretieto tulee olla kattava ja luotettava, koska se on tukipilarina lomakkeen tekemisessä. Koko prosessi alkaa käsitteiden määrittelyllä, ja niiden tulee olla teoreettisia, eli perustua jo olemassa olevaan tietoon. Kysymykset laaditaan tämän teorian pohjalta ja näin saadaan koottua kysymykset joista koostuu tässä tapauksessa määrällinen eli kvantitatiivinen tutkimus jota voidaan mitata. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013, 114.)

Tämän opinnäytetyön kyselylomake (Liite 2) on laadittu yhdessä toimeksiantajan kanssa.

5.3 Kohdejoukko ja aineiston keruu

Aineistonkeruumenetelmät kvantitatiivisessa tutkimuksessa perustuvat primaari- ja sekundaariaineistoiksi. Primaariaineisto käsittää välitöntä tietoa tutkittavasta aihealueesta kun taas sekundaari käsittää jo tutkittua tietoa aiheesta. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013, 113.)

Opinnäytetyössä käytettiin aineistona kvantitatiivis-kvalitatiivista kyselylomaketta (Liite 2), jonka täyttivät Rakastajat-teatterin järjestämän Teatterifestivaali Lain-suojattoman kävijät. Lomake laadittiin sen mukaisesti, että vastaajien oli suhteellisen helppo ja nopea vastata kyselyyn esityksen väliajalla tai esityksen jälkeen. Vastaaminen oli vapaaehtoista. Kohde-esitykset valittiin yhdessä toimeksiantajan kanssa ja valittuja esityksiä oli viitenä päivänä yhteensä yhdeksän. Kyselyä toteutettaessa kohdejoukkoa ei rajattu mitenkään, vaan siihen vastasivat kaikki ne esityksissä kävijät jotka olivat halukkaita vastaamaan. Lomakkeen täyttivät yhteensä 81 esityksiin osallistujaa.

5.4 Aineiston käsittely ja analysointi

Kaikki palautetut kyselylomakkeet saatiin käytettyä tutkimuksessa. Vastauksien tiedot taulukoitiin numeroin, mistä muodostui havaintomatriisi. Tätä analysoitiin Microsoft Excel -ohjelmaa apuna käyttäen. Analysoinnista saadut raportit on esitettynä opinnäytetyössä frekvenssein, prosentein sekä graafisin kuvioin. Avoimet kysymykset analysoitiin sisällön erittelyn avulla.

6 TUTKIMUSTULOKSET

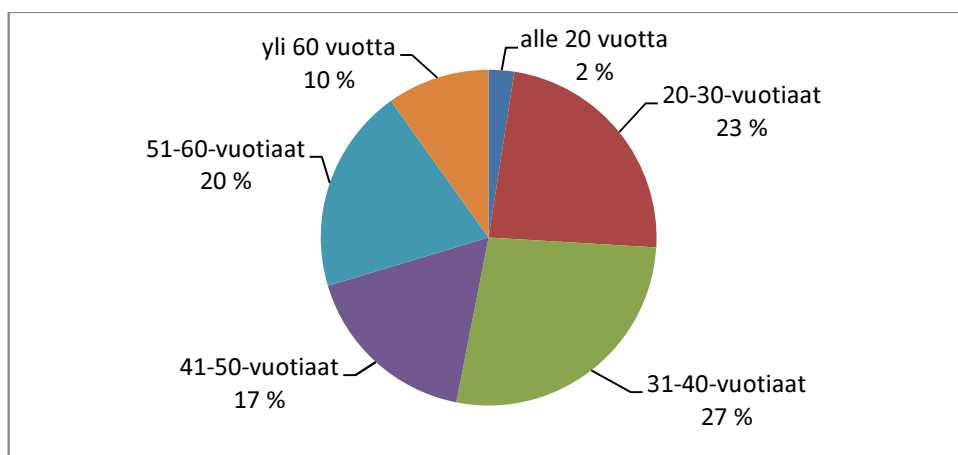
6.1 Vastaajien taustatiedot

Sukupuolijakauma

Kyselyyn vastasi 81 festivaalikävijää. Avoimeen kysymykseen vastasi 16. Vastanneista 78 % (63) oli naisia ja 36 % (22) miehiä. Kyselylomakkeita oli jaettavana 90, joten vastausprosentiksi muodostui 90 %.

Ikäjakauma

Suurin osa vastaajista oli 31-40-vuotiaita (27 %, 22). Seuraavaksi eniten oli 20-30-vuotiaita (23 %, 19). Kolmannella sijalla oli 51-60-vuotiaita (20 %, 16) ja neljännellä oli 41-50-vuotiaita (17 %, 14). Yli 60-vuotiaita oli 10 % (8) ja alle 20-vuotiaita 2 % (2). Naisten ikäjakauma oli tasaisempi kuin miesten. Miesvastaajista yksikään ei ollut yli 60-vuotias. Kuvio 1.

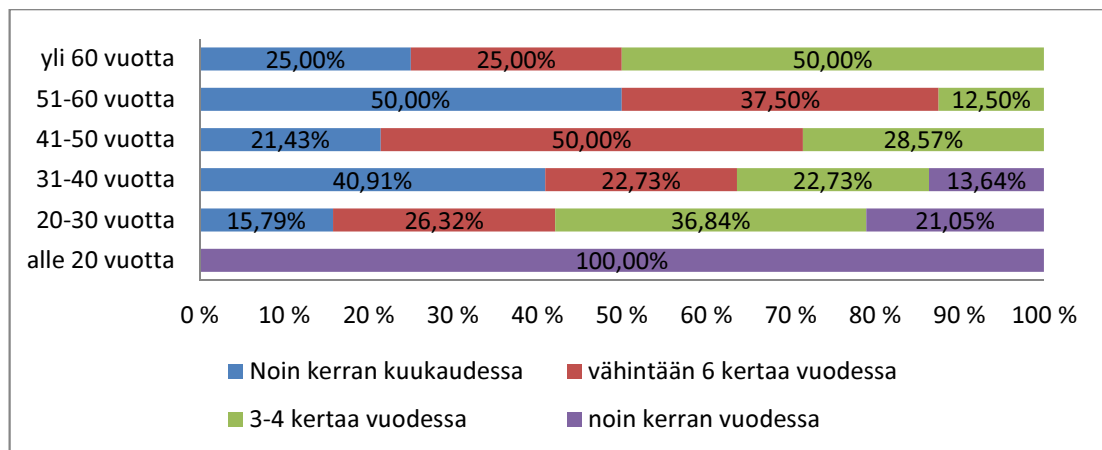


Kuvio 1. Ikäjakauma

6.2 Teatteri

Teatterissa käynti

Vastaajat olivat aktiivisia teatterissa kävijöitä. Sukupuolten välillä ei ollut juurikaan eroa. Teatterissa noin kerran kuukaudessa kävi 31 % (25) vastaajista. Joka toinen kuukausi teatterissa kävi 31 % (25), ja 3-4 kertaa vuodessa kävi 43 % (35) vastaajista. Noin kerran vuodessa teatterissa ilmoitti käyvänsä 11 % (9) vastaajista. Kuviosta 2 käy ilmi, että aktiivisimpia teatterissa kävijöitä olivat keski-ikäiset, 51-60-vuotiaat, ja heti heidän jälkeensä 31-40-vuotiaat sekä 41-50-vuotiaat. Vähiten teatterissa kävivät alle 20-vuotiaat.



Kuvio 2. Teatterissa käyminen ikäjakauman mukaan.

Tunteiden käsittely

Vastaajista 46 % (37) kertoi teatterin mahdollistavan omien tunteiden käsittelyn. Osittain samaa mieltä oli 44 % (36). Osittain eri mieltä oli 10 % (8) vastaajista.

Yhteisöllisyys

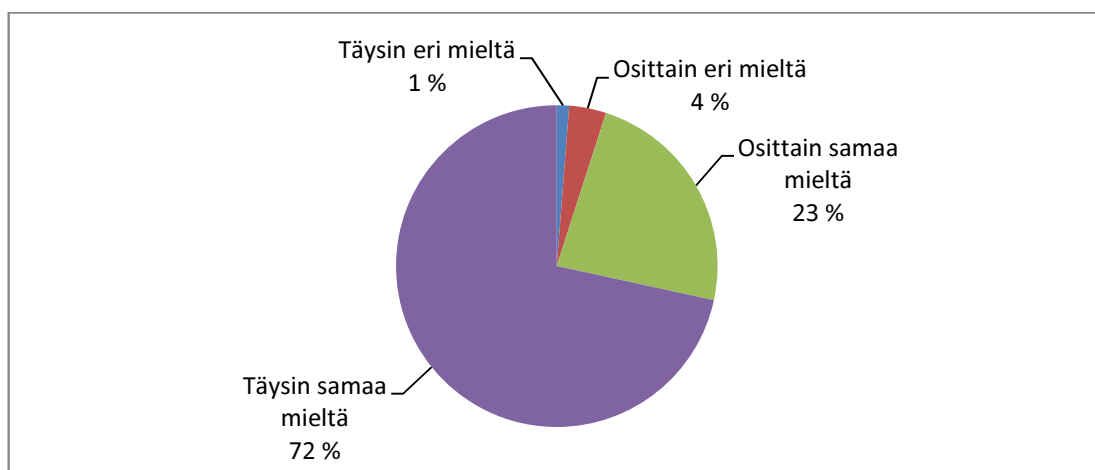
Vastaajista 47 % (38) koki teatterin lisäävän yhteisöllisyyttä. Osittain samaa mieltä oli 44 % (36). Osittain tai täysin eri mieltä oli 9 % (7) vastaajista. Naisvastaajista suurempi prosenttiosuus oli sitä mieltä, että teatteri lisäsi yhteisöllisyyttä.

Luovuus

Vastaajista 49 % (40) kertoi teatterin ruokkivan heidän omaa luovuuttaan. Osittain samaa mieltä oli 38 % (31). Osittain eri mieltä oli 12 % (10) vastaajista.

Psyykkiset voimavarat

Yli puolet (72 %, 58) vastaajista oli sitä mieltä, että teatterissa käyminen lisää heidän psyykkisiä voimavarojaan. Osittain samaa mieltä oli 23 % (19). Osittain tai täysin eri mieltä oli 5 % (4) vastaajista. Kuvio 3. Miesvastaajista kaikki (100 %, 22) kokivat teatterissa käymisen lisäävän heidän psyykkisiä voimavarojaan.



Kuvio 3. Teatterin yhteys psyykkisten voimavarojan lisääntymiseen

6.3 Kulttuuri

Kulttuurin harrastaminen

Vastaajista 75 % (61) harrastaa kulttuuria säännöllisesti. Osittain samaa mieltä oli 20 % (16). Vastaajista 5 % (4) oli osittain tai täysin eri mieltä. Sukupuolella ei ollut merkitystä. Vastaajista 65 % (53) kertoi harrastavansa kulttuuria rentoutuakseen. Osittain samaa mieltä oli 28 % (23). Osittain tai täysin eri mieltä oli 6 % (5) vastaajista.

Kulttuurin kokeminen

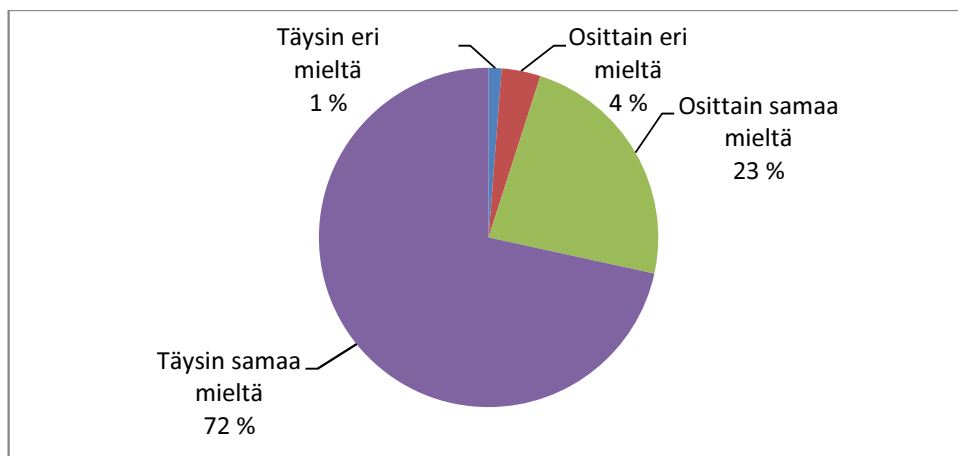
Vastaajista 83 % (67) koki kulttuurin **merkittävänä elämän sisältönä** ja 14 % (11) oli osittain samaa mieltä. Vastaajista 4 % (3) oli osittain tai täysin eri mieltä. Vastaajista täysin tai osittain samaa mieltä oli 95 % (77), että **kulttuuri tukee humaania ihmiskäsitystä**. Kulttuurin koki täysin tai osittain olevan **osa luovuutta** 98 % (79) vastaajista. Kulttuuri **lisää** osittain tai täysin **kansainvälisyyttä** vastasi 92 % (75) vastaajista. Vastaajista 93 % (75) koki kulttuurin **mahdollistavan yhteisöllisyyttä** täysin tai osittain. Taulukko 1.

Taulukko 1. Kulttuurin kokeminen.

	Täysin samaa mieltä	Osittain samaa mieltä	Osittain eri mieltä	Täysin eri mieltä
Merkittävä elämän sisältö	86 %	14 %	2 %	1 %
Tukee humaania ihmiskäsitystä	62 %	30 %	6 %	-
On osa luovuutta	77 %	21 %	2 %	-
Lisää kansainvälisyyttä	54 %	38 %	7 %	-
Mahdollistaa yhteisöllisyyttä	65 %	28 %	6 %	-

Psyykkiset voimavarat

Vastaajat kokivat erittäin voimakkaasti kulttuurin lisäävän heidän psyykkisiä voimavarojaan. Vastaajista 72 % (58) kertoi kulttuurin harrastamisen lisäävän heidän psyykkisiä voimavarojaan. Osittain samaa mieltä oli 23 % (19). Osittain tai täysin eri mieltä oli 5 % (4) vastaajista. Kuvio 4. Miesvastaajista kaikki (100 %, 22) vastasi väittämään osittain tai täysin samaa mieltä, kun taas naisvastaajista 94 % (59).



Kuvio 4. Kulttuurin harrastamisen yhteys psyykkisten voimavarojan lisääntymiseen

6.4 Esitys

Esityksen vaikutus

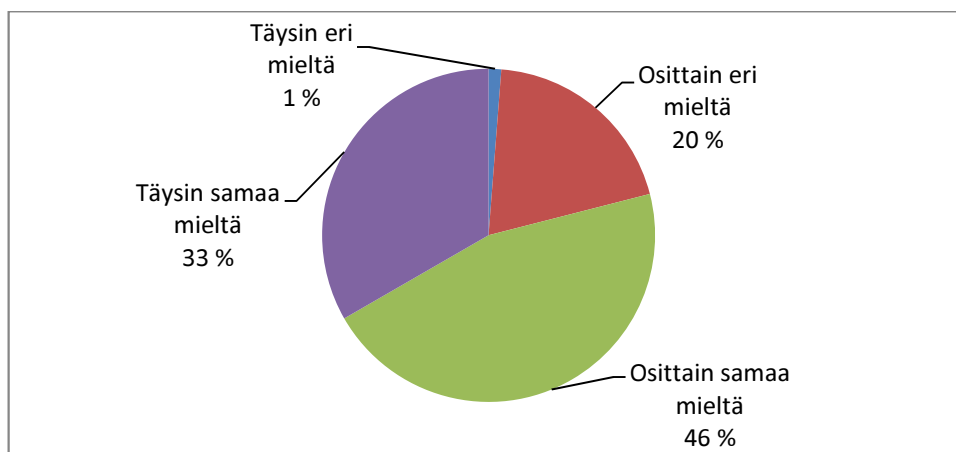
Vastaajista 40 % (32) kertoi esityksen **auttaneen rentoutumaan**, osittain samaa mieltä oli 40 % (32). Kuitenkin 21 % (17) oli osittain tai täysin eri mieltä. Vastaajista 62 % (50) kertoi esityksen **herättäneen heissä tunteita**, osittain samaa mieltä oli 36 % (29). Osittain tai täysin eri mieltä oli 2 % (2) vastaajista. Vastaajista 43 % (35) kertoi esityksen **saaneen pohtimaan elämää syvemmin**, osittain samaa mieltä oli 42 % (34). Vastaajista 15 % (12) oli osittain tai täysin eri mieltä. Vastaajista 54 % (44) kertoi esityksen **tarjonneen nautittavan kokonaisuuden**, osittain samaa mieltä oli 37 % (30). Osittain tai täysin eri mieltä oli 9 % (7) vastaajista. Taulukko 2.

Taulukko 2. Esityksen vaikutus

	Täysin samaa mieltä	Osittain samaa mieltä	Osittain eri mieltä	Täysin eri mieltä
Auttoi rentoutumaan	40 %	40 %	18 %	3 %
Herätti tunteita	62 %	36 %	2 %	-
Sai pohtimaan elämää syvemmin	43 %	42 %	14 %	1 %
Tarjosi nautittavan kokonaisuuden	54 %	37 %	9 %	-

Psyykkiset voimavarat

Vastaajista kolmasosa (33 %, 27) kertoi esityksen lisänneen heidän psyykkisiä voimavarojaan. Osittain samaa mieltä oli 46 % (37). Osittain tai täysin eri mieltä vastaajista oli 21 % (17). Kuvio 5.



Kuvio 5. Esityksen yhteys psyykkisten voimavarojan lisääntymiseen

6.5 Rakastajat-teatteri

Rakastajat-teatterin kävijät

Vastaajista 43 % (35) kertoi käyvänsä säännöllisesti **Rakastajat-teatterin** esityksissä, osittain samaa mieltä oli 30 % (24). Osittain tai täysin eri mieltä oli 27 % (22) vastaajista. Vastaajista 75 % (61) koki Rakastajat-teatterilla olevan suuri vaikutus **Porin alueen kulttuuritarjonnalle**, 20 % (16) oli osittain samaa mieltä ja 5 % (4) osittain tai täysin eri mieltä. Vastaajista 58 % (47) kertoi suosivansa myös **vierailuesityksiä** Rakastajien Kulttuuritehdas Kehräämössä, osittain samaa mieltä oli 27 % (22). Osittain tai täysin eri mieltä oli 15 % (12) vastaajista.

Teatterifestivaali Lainsuojattomat

Vastaajista 93 % (75) oli käynyt kyselyä aikaisemmin Rakastajat-teatterissa. Vastanneista 80 % (65) oli käynyt aikaisemmin Lainsuojattomissa. Kokemuksen perusteella

annettujen kouluarvosanojen keskiarvoksi muodostui 8,8. Eniten annettu arvosana oli 9.

Avoimeen kysymykseen vastasi 16 esityksiin osallistunutta. Kaikki saatu palaute koski Teatterifestivaali Lainsuojattomia tai Rakastajat-teatteria yleisesti. Avoimen kysymyksen vastauksista neljä sisälsi kiitoksia.

”Kiitos hienosta Lainsuojattomat-festivaalista!”

Neljässä vastauksessa kehoitettiin jatkamaan festivaalien pitämistä.

”Lisää vierailunäytäntöjä ja jatkakaa Lainsuojattomat-festareiden nykyisenlaista kehittämistä. Hyvä, että on sekä kotimaisia että ulkomaisia esityksiä eri ikäryhmille!”

Neljä palautetta käsitteli improvisaatiota ja kokeellisuutta.

”Vielä kokeellisempaa!”

Palautteista neljä oli yksittäisiä toiveita. Toivottiin naisteniltaa, stand uppia, talk showta tai perinteistä teatteria lisää.

7 JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA

7.1 Tutkimuksen luotettavuus

Tutkimuksesta pyritään aina saamaan luotettava ja looginen. Siinä tulisi aina olla selvillä, mitä tutkitaan ja mihin halutaan vastauksia, jotta tutkimus olisi mahdollisimman käyttökelpoinen. Tämän opinnäytetyön tutkimus koskee mielenterveyttä ja se on psykologinen tutkimusalue, jossa korostuvat operationalisointi, reliabiliteetti ja validiteetti. Psykologisessa tutkimuksessa käsitteet voivat olla hyvin moniselitteisiä varsinkin, jos turvaudutaan vain sanallisesti ilmaistuihin käsitteisiin. Tutkijoiden mielipiteet käsitteiden määritelmistä voivat olla eriäviä, jolloin tutkimus ei tule olemaan luotettava. Psykologinen tutkimus pyrkii tutkimaan ja arvioimaan ihmismieltä ja täten tarkoin määritellyt tutkimusvälineet ovat avain näitä tutkimuksia tehtäessä. (Toivio & Nordling 2013, 244-245). Psykologiselle tutkimusprosessille on laadittu neljä eri kriteeriä, jotka tulisivat täytyä:

1. käsitteen yleinen hahmottaminen ja määrittäminen
2. käsitteen osa-alueiden määrittäminen
3. siirtyminen teoreettisesta kielestä konkreettiseen arkikieleen
4. operationalisoinnin tarkka kuvaaminen (Alkula & Pöntinen 1995.)

Operationalismin tarkoituksena on avata teoreettiset käsitteet ja sovittaa ne arkikielellä, jotta jokainen joka tutkimusta lukee ymmärtää, mitä ne oikeasti tarkoittavat ja mitä tutkimuksessa halutaan käsitellä. Esimerkiksi mielenterveys on laaja käsite jonka jokainen mieltää eri tavalla, joten käsite avataan lukijalle ensiksi, jotta hän mieltää mitä mielenterveys käsitteenä oikeasti pitää sisällään. (Toivio & Nordling 2013, 244-245).

Validiteetilla tarkoitetaan tutkimuksen pätevyyttä. Tarkoituksena on, että tietyllä tutkimusvälineellä pystytään mittamaan juuri sitä mitä sillä halutaan mitata. Validiteetti kuvaa myös tutkimusvälineen pätevyyttä, kykyä mitata tutkittavaa asiaa. Jotta se olisi luotettava, on operationalisoinnin oltava onnistunut. (Toivio & Nordling. 2013, 245.) Jos tutkimuksesta puuttuu validiteetti, on tutkimus turha eikä sillä ole minkäänlaista arvoa, koska silloin tutkimuksen perusajatus ei ole sama ja tutkitaan jotain sellaista

mitä ei alkuperäisessä tutkimussuunnitelmassa ollut tarkoitus tutkia. Validiteetissa on tärkeää, että tutkimuksen kohderyhmä ja heille laaditut kysymykset ovat oikeat. (Hiltunen 2009.)

Tämän opinnäytetyön kyselylomakkeen kysymykset on laadittu tarkoin opinnäytetyön otsikon mukaisesti. Kysymykset on muotoiltu siten, että ne vastaavat siihen mitä tällä työllä halutaan tutkia. Tutkimuksen käsitteet on avattu laajasti lukijoille, jotta heidän on helppo ymmärtää mitä tekstissä käsitellään. Opinnäytetyön tutkimusjoukko on käytetty Rakastajat-teatterin järjestämällä Teatterifestivaali Lainsuojattomilla käyneitä katsojia. Tutkimuksen toteutus järjestettiin niin, että katsojat vastasivat kyselylomakkeeseen esityksen väliajalla tai sen jälkeen. Tutkimus on tehty juuri sillä hetkellä kun katsojien tunteet ja ajatukset esityksestä ja teatterista ovat parhaiten saatavilla. Tutkimuksen kysymykset ovat hyvin yksityiskohtaisia, jotta vastaaja ei voi vastata harhaan ja näin tutkimustulosten luotettavuus ei järkkäisi. Kyselylomake on laadittu yhteistyötahon kanssa teoriaosuuden pohjalta. Kyselylomake on testattu seminaariryhmässä ja täydennetty saatujen huomioiden pohjalta.

Reliabiliteetilla tarkoitetaan tutkimuksen luotettavuutta, pysyvyyttä ja toimintavarmuutta (Toivio & Nordling. 2013, 245). Luotettavuus on sitä, kun tutkimuksen tulokset ovat johdonmukaisia ja tarkastelun kohteena on koko populaatiota tutkimusta hyvin edustava otos. Pysyvyydellä tarkoitetaan, että jos tutkimuksen tulokset voidaan tuottaa uudelleen tutkittavalle otokselle samankaltaisella menetelmällä ja tutkimuksella, riippumatta ihmisen persoonallisuudesta tai elämäntilanteesta, saataisiin samat mitattavat tulokset mitä on saatu aikaisemmilla tutkimuskerroilla. Mitä tasapainoisempi ja yksityiskohtaisempi tutkimus on, sitä luotettavimpia ja toistettavimpia tutkimuksen tulokset ovat. (Golafshani 2003.)

7.2 Tutkimuksen eettisyys

Eettisyys on tutkimuksen yksi tärkeimpiä osia ja se on varsinkin tieteellisessä tutkimuksessa kaiken toiminnan ydin. Tutkimusetiikkaa on kehitetty jatkuvasti vuosien varrella ja se on myös kaiken keskeisimpiä kehittämisen alueita mitä tutkimukseen liittyy. Varsinkin tehtäessä tutkimuksia psykologiasta ja siihen liittyvästä mielen-

veydestä, on etiikka ja eettisyys erittäin tärkeitä, koska tutkimuksen kohdejoukkona ovat yleensä ihmiset ja heidän hyvinvointinsa eri tavoilla. Suomessa on myös oma lainsäädäntö tutkimuksen eettisyydestä, mikä on kansainvälisesti hyväksytty ja uusin suomennos laista hyväksyttiin Suomen Lääkäriliiton hallituksessa 10.5.2001. (Kankunen & Vehviläinen 2013, 211-213.)

Tutkimusta tehtäessä aiheen valitseminen ja siihen suunniteltu aineistonkeruumenettelmä ovat jo itsessään eettisiä valintoja. Tutkittavien tulisi tietää tutkijoiden ja tutkimuksen taustatiedot, kenen kanssa tutkimus tehdään yhteistyössä ja sen mahdolliset tukiorganisaatiot ja muut tutkimuksen suorittamiseen osallistuvat tekijät. Kohdejoukon tulee myös tietää, missä tutkimukseen käytettyjä aineistoja tullaan säilyttämään tutkimuksen päättyessä. Tutkimusta aloitettaessa tutkittaville selvitetään tutkimuksen tarkoitus, tavoitteet ja mikä merkitys tutkimuksella ja sen tuloksilla on. Ennen aineistonkeruuta pitäisi selvittää kuinka kauan tutkimuksen tekeminen tulee kestämään, jotta vastaajat tietävät, onko heillä tarpeeksi aikaa ja mielenkiintoa vastata kyselyyn. Tämä palvelee molempia osapuolia, niin tutkijaa kuin tutkittavaa. Jos vastaajalla ei ole mielenkiintoa vastata kyselyyn, mutta se kuitenkin tehdään, ei vastauksia ole todennäköisesti mietitty huolella, vaan on vastattu mitä sattuu. Tämä heikentää tutkimuksen luotettavuutta. Vastaajille on oltava selvillä mihin vastattuja tietoja tullaan käyttämään ja miten niitä käytetään. Tutkimuksen etiikassa on myös hyvin tärkeää, että henkilöt saavat vapaasti kieltäytyä vastaamasta. On myös hyvä, että vastaajat saavat missä tahansa vaiheessa tutkimusta kysyä lisätietoja jos he näin haluavat. (Jyväskylän Yliopiston www-sivut 2013.)

Tämän opinnäytetyön tutkimus on toteutettu noudattaen tutkimuksen eettisiä ohjeita. Ennen tutkimuksen aloittamista tutkittaville kerrottiin ketkä suorittavat tutkimusta, mitä varten, miten ja kenelle. Alussa myös ilmoitettiin, että vastaamiseen ei kulu paljon aikaa ja se suoritetaan väliajalla tai esityksen jälkeen. Kaikki halukkaat saivat vastata kyselyyn. Ihmiset tulivat kyselyn aikana kyselemään ja keskustelemaan paljon eri asioita tutkimukseen ja sen aiheeseen liittyen. Kysymyksiin vastattiin avoimesti ja kattavasti. Oli hienoa nähdä kuinka moni oli kiinnostunut tästä aiheesta.

7.3 Johtopäätökset

Tutkimuksen tavoitteena oli kartoittaa teatteriyleisön ajatuksia ja kokemuksia teatteriesityksen jälkeen Rakastajat-teatterissa sekä selvittää teatteritaiteen merkitystä psyykkisenä voimavarana. Tulokset antavat hyvän kuvan vastaajien mielipiteestä, sillä vastaukset on kerätty kun katsojien tunteet ja ajatukset ovat parhaiten saatavilla. Tutkimustulokset tukevat teoriaa. Tulokset kannustavat ihmisiä lisäämään omia voimavarojaan erityisesti teatteritaiteen ja kulttuurin avulla. Tutkimuksesta selviää myös suoraan katsojien teatteritaiteen ja kulttuurin käyttö voimavarana. Positiivisesti väittämiin teatteri lisää psyykkisiä voimavarojani vastasi 95 % ja kulttuuri lisää psyykkisiä voimavarojani vastasi 95 %.

Tutkimuksen vastaajista suurin osa oli naisia, joten tuloksia tarkastellessa miesten otos jäi pieneksi. Kaikkia ikäryhmiä oli edustettuna. Vastaajat olivat myös erittäin aktiivisia teatterissa kävijöitä. Aktiivisempia olivat työikäiset, jotka hakevat teatterista esimerkiksi vastapainoa työlle. Nuoret kävivät vähiten teatterissa. Syy voi olla taloudellinen tai nuorten kiinnostuksen kohteet voivat olla muut. Teatterifestivaali Lainsuojattomilla käy paljon teatteria eri tavalla harrastavia tai teattereissa työskenteleviä, joten tulokset ovat hyvin positiivisia kaikilta osin.

Iän karttuessa koettiin vahvemmin teatterin mahdollistaneen tunteiden käsittelyn. Tunteiden käsittelyn taito varmasti myös kehittyy eletyn elämän myötä. Suurin osa vastaajista koki teatterin lisäävän yhteisöllisyyttä. Teatterin tekeminen lisää tekijöiden yhteisöllisyyttä, teatterissa käydään usein esimerkiksi ystävien, perheen tai työkavereiden kanssa. Vaikka teatterin koettiin ruokkivan luovuutta, vastaajat eivät välttämättä tunnista itsessään sitä muutosta.

Kulttuuria yleisesti harrastettiin myös säännöllisesti. Tutkimuksesta ei kuitenkaan selviä, mitkä asiat vastaajat laskivat kulttuuriksi. Kulttuurilla koettiin olevan samoja vaikutuksia kuin teatterilla rentoutumiseen ja luovuuteen. Vastaajat kokivat myös kulttuurin vaikuttavan heidän voimavaroihinsa.

Esitys vaikutti vastaajien vastauksiin, erityisesti esitys-kohdan väittämiin. Esitykset, joissa tutkimus toteutettiin, olivat hyvin erilaisia, osa jopa hyvin kokeellisia. Vasta-

uksiin ovat vaikuttaneet ihmisten kokemukset ja asenteet esityksistä. Tämän vuoksi vastauksissa on suurinta hajontaa verrattuna muihin tutkimuksen kohtiin. Vaikka esityksien yhteenvedosta käy ilmi, että suurin osa vastaajista koki esityksen lisänneen heidän voimavarojaan, jäi tulos pienemmäksi verrattuna siihen, miten teatterin koettiin lisänneen voimavaroja.

Tutkimuksesta selvisi, että Rakastajat-teatterilla on vakiintunut paikka Porin alueen kulttuuritarjonnassa. Suurin osa vastaajista kertoi käyneensä ennenkin Rakastajat-teatterissa tai Teatterifestivaali Lainsuojattomissa. Festivaali oli tavoittanut tänä vuonna myös uusia kävijöitä. Vaikka arvosanat olivat hyviä, arvosanat annettiin kokemuksen perusteella, johon ovat vaikuttaneet järjestelyt, esitys, kokemus festivaalista ja Rakastajat-teatterista.

7.4 Jatkotutkimushaasteet

Jatkossa voisi olla mielenkiintoista toteuttaa samankaltainen tutkimus eri kohderyhmällä muussa ympäristössä, jolloin tutkimustuloksissa voisi olla enemmän hajontaa. Tutkimusta voisi myös kehittää, eli lisätä taustatietoihin esimerkiksi koulutus. Kohdejoukoksi voisi myös ottaa ihmiset, joilla on diagnosoitu mielenterveysongelma ja selvittää, miten he kokevat taiteen, teatterin tai kulttuurin hyvinvoinnin edistäjänä. Olisi myös mielenkiintoista selvittää kokevatko ihmiset kulttuurin ja taiteen mielen-terveyden ja hyvinvoinnin edistäjänä tai parantaako se työssä jaksamista. Voisi myös selvittää kokevatko kulttuurin ja taiteen tarjoajat olevansa hyvinvoinnin edistäjiä.

LÄHTEET

- Alkula, T. Pöntinen, P. 1995. Sosiaalitutkimuksen kvantitatiiviset menetelmät. Helsinki: WSOY.
- Bruch, D. 1990. The Experience of Theatre. Viitattu 25.10.2013. <http://www.dbruch.hypermart.net/engineer/exper.html>
- Golafshani, N. 2003. Understanding Reliability and Validity in Qualitative Research. Viitattu 26.10.2013. <http://www.nova.edu>
- Gronow, P., Helander, V., Helistö, P., Koski, P., Nevala M-L., Reitala, A., Sihvonen, J., Virtanen L. & Väkevää, S. 1993. Suomen taide ja kulttuuri. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Hautamäki, A. & Oksanen, K. 2011. Tulevaisuuden kulttuuriosajat – Näkökulmia moderniin elämään ja työhön. Helsinki: Tulevaisuusvaliokunta. Eduskunnan tulevaisuusvaliokunnan julkaisu 5/2011. Viitattu 10.7.2013. [http://www.eduskunta.fi/triphome/bin/thw.cgi/trip?\\${APPL}=erekj&\\${BASE}=erekj&\\${THWIDS}=0.34/1384620934_429630&\\${TRIPPIFE}=PDF.pdf](http://www.eduskunta.fi/triphome/bin/thw.cgi/trip?${APPL}=erekj&${BASE}=erekj&${THWIDS}=0.34/1384620934_429630&${TRIPPIFE}=PDF.pdf)
- Helsingin yliopiston www-sivut. 2004. Viitattu 29.5.2013. <http://www.helsinki.fi/yliopisto>
- Hiltunen, L. 2009. Validiteetti ja reliabiliteetti. Viitattu 26.10.2013. <http://www.jyu.fi>
- Honkala, S. & Tuominen, R. 2010. Kulttuurin käsite. Viitattu 29.5.2013. <http://www.edu.fi>
- Huokkola, T. 2008. Porin ainoa vapaa ammattiteatteri: Rakastajat. Viitattu 27.10.2013. <http://www.teatterikeskus.fi>
- Häyrynen, S. 2006. Suomalaisen yhteiskunnan kulttuuripolitiikka. Jyväskylä: Minerva kustannus.
- Jyväskylän Yliopiston www-sivut. 2013. Viitattu 27.10.2013. <http://www.jyu.fi/>
- Kauppinen, T. 2013. Lääkäri: Kulttuuri pidentää elinikää enemmän kuin laihduttaminen. Helsingin Sanomat 4.5.2013, Tiede. Viitattu 30.5.2013. <http://www.hs.fi>
- Ketonen, H. & Linnapuomi, A. 2010. Hyvinvointia taiteesta ja kulttuurista –kooste. Viitattu 20.9.2013. <http://www.cultureforall.info>
- Kuhanen, C. 2012. Mielenterveys ja mielenterveyshoitotyö. Teoksessa C. Kuhanen, P. Oittinen, A. Kanerva, T. Seuri & C. Schubert Mielenterveyshoitotyö. Helsinki: Sanoma Pro Oy, 16-34.

Lehtonen, J. & Lönnqvist, J. 2009. Mielenterveys. Teoksessa J. Lönnqvist, M. Heikkinen, M. Henriksson, M. Marttunen & T. Partonen (toim.) Psykiatria. Helsinki: Duodecim, 26-32.

Leinonen, E. Psykiatriset hoitomuodot. Viitattu 30.5.2013.
<http://www.therapiafennica.fi>

Liikanen, H-L. 2003. Taide kohtaa elämän: Arts in Hospital –hanke ja kulttuuritoiminta itäsuomalaisten hoitoyksiköiden arjessa ja juhlassa. Väitöskirja. Keuruu: Otavan kirjapaino Oy.

Malte-Colliard, K. & Lampo, M. 2013. Voimaa taiteesta – Malleja taiteen soveltamiseen hyvinvointialalle. Tampereen Yliopisto & Tutkivan teatterityön keskus. Viitattu 20.9.2013. <http://www.voimaataiteesta.fi>

Meusel, A. 2013. Teatterinjohtaja, Rakastajat-teatteri. Pori. Henkilökohtainen tiedonanto 7.10.2013.

Mäkelä-Eskola, R. 2001. PANG - Siinä se on! Väitöskirja. Tampereen Yliopisto. Viitattu 26.10.2013. <http://www.tampub.uta.fi/handle/10024/67144>

Niemi, I. 2000. Mielisairaudet teatterissa. Teoksessa T. Heikkilä, L. Paloheimo; I. Taipale (toim.) Mieli ja taide. Vantaa: Printway Oy, 35-42.

Oittinen, P. 2012. Yhteiskunnallinen osaaminen mielenterveyshoitotyössä. Teoksessa C. Kuhanen, P. Oittinen, A. Kanerva, T. Seuri & C. Schubert Mielenterveyshoitotyö. Helsinki: Sanoma Pro Oy, 35-53.

Opetushallituksen www-sivut. 2013. Viitattu 20.5.2013. <http://www.edu.fi>

Opetus- ja kulttuuriministeriön www-sivut. 2013. Viitattu 20.5.2013.
<http://www.minedu.fi>

Kankkunen, P. & Vehviläinen-Julkunen, K. 2013. Tutkimus hoitotieteessä. Helsinki: Sanoma Pro Oy.

Kulttuuri – tulevaisuuden voima. Toimikunnan ehdotus selonteoksi kulttuurin tulevaisuudesta. 2010. Helsinki: Opetusministeriö. Opetusministeriön julkaisu 2010:10. Viitattu 30.5.2013.
<http://www.minedu.fi/export/sites/default/OPM/Julkaisut/2010/liitteet/opm10.pdf?lang=fi>

Kulttuurin ja hyvinvoinnin välisistä yhteyksistä – Näköaloja taiteen soveltavaan käyttöön. 2008. Helsinki: Opetusministeriö. Opetusministeriön julkaisu 2008:12. Viitattu 12.10.2013.
<http://www.minedu.fi/export/sites/default/OPM/Julkaisut/2008/liitteet/opm12.pdf?lang=fi>

Kuopion kulttuuripalvelukeskuksen www-sivut. 2013. Viitattu 25.10.2013.
<http://www.kulttuurikasvatus.kuopio.fi>

- Pirkola, S. 2007. Mielenterveys, aivot ja taide. Viitattu 9.9.2013.
<http://www.terveyskirjasto.fi>
- Rakastajat-teatterin www-sivut. 2013. Viitattu 28.5.2013. <http://www.rakastajat.fi>
- Riikonen, E. & Vataja, S. 2001. Voimavarasuuntautuneet neuvonta-, ohjaus ja terapiamuodot. Teoksessa J. Lönnqvist, M. Heikkinen, M. Henriksson, M. Marttunen & T.Partonen (toim.) Psykiatria. Helsinki: Duodecim, 699-704.
- Rostila, I. 2001. Tavoitelähtöinen sosiaalityö – Voimavarakeskeisen ongelmaratkaisun perusteet. Jyväskylä: Kopiojyvä Oy.
- Salo, O. & Tuunainen, K. 1996. Da Capo – alusta uudelleen. Hämeenlinna: Salutona Oy.
- Simola, P. 2012. Suomenruotsalaiset elävät suomalaisia pidempään – Tässä syy. Studio55.fi. Viitattu 18.10.2013. <http://www.studio55.fi/>
- Suomen harrastajateatteriliiton (SHTL) www-sivut 2013. Viitattu 30.5.2013.
<http://www.shtl.fi>
- Suomen Mielenterveysseuran www-sivut. 2013. Viitattu 22.5.2013. <http://www.e-mielenterveys.fi>
- Suomen Mielenterveysseuran www-sivut. 2013. Viitattu 12.10.2013
<http://www.mielenterveysseura.fi>
- Suvikas, Laurell & Nordman. 2011. Kuntouttava lähihoito. Helsinki: Edita Prima Oy.
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen www-sivut. 2013. Viitattu 30.5.2013.
<http://www.thl.fi>
- Teatteri ja näytelmä. 1961. Teoksessa P.Huovinen, J.Manninen & H.Tarmio (toim.) Suuri tietokirja 7. Porvoo: Werner Söderström Oy, 475-487.
- Teatterin tiedotuskeskuksen www-sivut 2011. Viitattu 29.5.2013. <http://www.tinfo.fi>
- Tennesseen Yliopiston www-sivut. 2013. Viitattu 25.10.2013.
<http://www.theatre.utk.edu>
- Tilastokeskuksen www-sivut. 2013. Viitattu 30.5.2013. <http://www.tilastokeskus.fi>
- Toivio, T. & Nordling, E. 2013. Mielenterveyden psykologia. Porvoo: Edita Publishing Oy.
- Tuomikoski, P. 1987. Taide ja ihminen. Helsinki: Hakapaino Oy.
- Vainio, A. 2009 Ruumiin ja mielen yhteys. Viitattu 5.9.2013.
<http://www.terveyskirjasto.fi>
- World Health Organizationin www-sivut. 2013. Viitattu 17.9.2013.
<http://www.who.int>




samk

SATAKUNNAN AMMATTIKORKEAKOULU
SATAKUNTA UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

OP07A

1(2)

SAMK / Sopimus opinnäytetyön tekemisestä

Opinnäytetyön tekijä: Iida Setälä, Matilda Meusel	
Opiskelijanumero: 1001080, 1001084	Aloitusryhmä: HT10P2B
Koulutusohjelma: Hoitotyö	
Opinnäytetyötä ohjaavan opettajan nimi, sähköposti, puhelinnumero ja osoite: Marja Flinck, marja.flinck@samk.fi, 0447103430, Maamiehenkatu 10 28500 PORI	
Toimeksiantaja, yhteys henkilön nimi, sähköposti, puhelinnumero ja osoite: Rakastajat-teatteri, teatterijohtaja Angelika Meusel, angelika@rakastajat.fi, 0445933414, Viilanhakkaajankatu 14 a 1, 28130 Pori	
Opinnäytetyön nimi: Kulttuuri ja teatteri psyykkisenä voimavarana	
Työn etenemisaikataulu: Teoriaosuus kirjoitetaan kesällä ja keväällä 2013. Kysely pidetään syyskuussa 2013, jonka jälkeen tulokset analysoidaan välittömästi. Lopullinen raportti pidetään syksyllä 2013. Tarkempi selvitys on sopimuksen liitteenä olevassa hyväksytyssä tutkimus-/projektisuunnitelmassa.	
Tätä sopimusta koskevat erimielisyydet pyritään ratkaisemaan ensisijaisesti neuvottelemalla osapuolten kesken. Mikäli asiasta ei päästä sopimukseen, erimielisyydet ratkaistaan Satakunnan käräjäoikeudessa. Tätä sopimusta on laadittu kappaleita, yksi kullekin osapuolelle.	
Olemme lukeneet sopimusehdot (sivu 2) ja hyväksymme ne.	
Päiväys: 2.9.2013	
Toimeksiantajan edustajan allekirjoitus, nimike ja nimen selvitys:  Teatterijohtaja Angelika Meusel	
Osaamisalueen johtajan allekirjoitus ja nimen selvitys:  	
Opinnäytetyön tekijän allekirjoitus: M. Meusel Matilda Meusel Iida Setälä Iida Setälä	

Sopimusehdot

Vakuutukset. Jos oppinnytetyö tehdään kokonaan tai osittain työsuhteessa palkkaa vastaan, niin toimeksiantajan on laadittava asianmukainen kirjallinen työsopimus. Työnantaja huolehtii lainmukaisista vakuutuksista, sillä ammattikorkeakoulun vakuutukset eivät kata työsuhteessa tehtävän oppinnytetyön tekijää.

Oppinnytetyön kustannukset ja niiden korvaaminen. Oppinnytetyöstä mahdollisesti aiheutuvien kustannusten (ml. Aineiston hankinta, raaka-aineet, matkat, työkorvaus jne.) korvaamisesta sopivat toimeksiantaja ja opiskelija keskenään. Pääsääntöisesti Satakunnan ammattikorkeakoulu ei vastaa yksittäisen oppinnytetyön kustannusten korvaamisesta.

Oikeudet oppinnytetyön tuloksiin. Toimeksiantaja saa käyttöoikeuden oppinnytetyön tuloksiin ja niiden kaupalliseen hyödyntämiseen. Oppinnytetyön tekijä on velvollinen raportoimaan oppinnytetyön tulokset toimeksiantajalle.

Immateriaalioikeudet. Tekijänoikeus ja muut immateriaalioikeudet oppinnytetyöhön kuuluvat oppinnytetyön tekijälle. Oppinnytetyön tekijä ja toimeksiantaja sopivat erikseen, missä laajuudessa tekijänoikeus tai muut immateriaalioikeudet siirtyvät toimeksiantajalle.

Oppinnytetyön ohjaus ja vastuu. Vastuu oppinnytetyön tekemisestä ja tuloksista on opiskelijalla. Ammattikorkeakoulu vastaa työn ohjauksesta, seurannasta ja työn riittävästä laatusostosta. Ammattikorkeakoulu ei ole taloudellisesti vastuussa työn tuloksista tai aikataulusta. Oppinnytetyön tekijä ei vastaa toimeksiantajalle vahingosta, joka toimeksiantajalle syntyy oppinnytetyön viivästyisestä, ellei erikseen toisin sovita. Toimeksiantaja sitoutuu antamaan opiskelijan käyttöön kaikki oppinnytetyön tekemisessä tarvittavat tiedot ja aineistot sekä ohjaamaan oppinnytetyötä toimeksiantajaorganisaation näkökulmasta. Opiskelija sitoutuu palauttamaan toimeksiantajalle työn aikana saamansa luottamuksellisen aineiston, kun oppinnytetyö on valmistunut, tai kun osapuolet yhdessä toteavat, että yhteistyöedellytyksiä oppinnytetyön loppuun saattamiseksi ei ole.

Tulosten julkistaminen ja luottamuksellisuus. Oppinnytetyö on kokonaisuudessaan julkinen. Mikäli oppinnytetyö sisältää liikesalaisuuksia tai muuta julkisuuslaissa salassa pidettäväksi määrättyjä tietoja, on oppinnytetyön raportti laadittava niin, että tietojen luottamuksellisuus säilyy. Tarvittaessa salassa pidettävät tiedot on jätettävä työn tausta-aineistoon. Oppinnytetyö tai sen osia voidaan julkaista myös internetissä sopimalla niistä erikseen. Oppinnytetyön osapuolet (opiskelija, toimeksiantaja ja opettaja) sitoutuvat pitämään salassa kaikki oppinnytetyön tekemisessä ja sitä edeltävissä tai sen jälkeisissä neuvotteluissa esiin tulevat luottamukselliset tiedot ja asiakirjat sekä pidättäytymään käyttämästä hyväkseen toisen osapuolen ilmaisemia luottamuksellisia tietoja ilman erillistä lupaa. Satakunnan ammattikorkeakoululla on oikeus käyttää yhteistyöhanketta referenssinä ammattikorkeakoulun työelämäyhteyksistä, mukaan lukien SAMKin yhteistyötietokanta, johon voi tehdä hakuja internetissä. Oppinnytetyöstä näkyvät otsikko, organisaatio ja organisaation yhteyshenkilö. Hanketta voidaan lisäksi hyödyntää ammatillisen korkeakoulutuksen tavoitteita edistävällä esim. opetusmateriaalina tai -metodina edellyttäen, ettei hankkeeseen sisältyneiden tietojen luottamuksellisuutta vaaranneta.

Hei!

Olemme sairaanhoitajaopiskelijoita Satakunnan ammattikorkeakoulusta. Teemme opinnäytetyötä kulttuurin ja teatterin käyttämisestä psyykkisenä voimavarana yhteistyössä Rakastajat-teatterin kanssa. Kyselyyn vastataan nimettömästi ja niitä käytetään vain opinnäytetyötä varten. Vastauksellasi on suuri merkitys, joten pyydämme ystävällisesti vastaamaan kyselyyn. Vastattuasi kyselyyn, voit palauttaa sen palautuslaatikkoon.

Yhteistyöstä kiittäen,
Iida Setälä ja Matilda Meusel

Ympyröi sopivin vaihtoehto tai vastaa avoimeen tilaan omin sanoin.

VASTAAJAN TAUSTATIEDOT

Sukupuoli 1) nainen 2) mies

Ikä alle 20 20-30 31-40 41-50 51-60 yli 60

TEATTERI

Kuinka usein käyt teatterissa? 1) noin kerran kuukaudessa 2) vähintään 6 kertaa vuodessa
3) 3-4 kertaa vuodessa 4) noin kerran vuodessa

	täysin samaa mieltä	osittain samaa mieltä	osittain eri mieltä	täysin eri mieltä
Valikoin tarkasti teatteriesityksen, jonka katson	4	3	2	1
Teatteriesitys mahdollistaa omien tunteiden käsittelyn	4	3	2	1
Teatterissa käyminen lisää psyykkisiä voimavarojani	4	3	2	1
Teatterissa lisää yhteisöllisyyttä	4	3	2	1
Teatteri ruokkii luovuuttani	4	3	2	1

KULTTUURI

Harrastan kulttuuria säännöllisesti	4	3	2	1
Kulttuurin harrastaminen lisää voimavarojani	4	3	2	1
Harrastan kulttuuria rentoutuakseni	4	3	2	1

	täysin samaa mieltä	osittain samaa mieltä	osittain eri mieltä	täysin eri mieltä
Koen kulttuurin merkittävänä elämän sisältönä	4	3	2	1
Kulttuuri lisää kansainvälisyyttä	4	3	2	1
Kulttuuri tukee humaania ihmiskäsitystä	4	3	2	1
Kulttuuri on osa luovuutta	4	3	2	1
Kulttuuri mahdollistaa yhteisöllisyyden	4	3	2	1

ESITYS

Esitys auttoi rentoutumaan	4	3	2	1
Esitys herätti tunteita	4	3	2	1
Esitys sai pohtimaan elämää syvemmin	4	3	2	1
Esitys lisäsi psyykkisiä voimavarojani	4	3	2	1
Esitys tarjosi nautittavan kokonaisuuden	4	3	2	1

RAKASTAJAT-TEATTERI

Käyn säännöllisesti Rakastajat-teatterin esityksissä	4	3	2	1			
Rakastajat-teatterilla on suuri vaikutus Porin alueen kulttuuritarjonnalle	4	3	2	1			
Suosin myös vierailuesityksiä Rakastajien Kulttuuritehdas Kehräämössä	4	3	2	1			
Olen ensimmäistä kertaa Teatterifestivaali Lainsuojattomilla		1) kyllä	2) en				
Olen ensimmäistä kertaa Rakastajat-teatterissa		1) kyllä	2) en				
Anna kokemuksesi perusteella kouluarvosana Rakastajat-teatterille	4	5	6	7	8	9	10

Vapaa palaute, kehittämisideoita Rakastajat-teatterille:
