



Annu Hannulabacka & Hanna Korhonen

# Luova ryhmätoiminta ja mielenterveystoipujien osallisuuden kokemukset

Taiteen Sulattamon kävijöiden ryhmähaastattelu

Metropolia Ammattikorkeakoulu

Sosionomi (AMK)

Sosiaalialan tutkinto-ohjelma

Opinnäytetyö

31.10.2023

Tekijä	Annu Hannulabacka & Hanna Korhonen
Otsikko	Luova ryhmätoiminta ja mielenterveystoipujien osallisuuden kokemukset
Sivumäärä	48 sivua + 5 liitettä
Aika	31.10.2023
Tutkinto	Sosionomi (AMK)
Tutkinto-ohjelma	Sosiaalialan tutkinto-ohjelma
Ohjaajat	Lehtori Katja Ihamäki Lehtori Elina Savolainen
<p>Opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää mielenterveystoipujien osallisuuden kokemuksia luovassa ryhmätoiminnassa. Työelämäyhteistyökumppanina oli Taiteen Sulattamo ry, joka järjestää avointa ja maksutonta luovaa ryhmätoimintaa. Opinnäytetyön toimintaympäristönä oli Taiteen Sulattamon taidepajatoiminta. Osallisuuden kokemukset jaoteltiin Nivalan ja Ryynäsen hahmotteleman sosiaalipedagogisen osallisuuden ideaalin kolmen ulottuvuuden mukaan, jotka ovat yhteisöön kuuluminen, osallistuminen yhteisön toimintaan ja kuulumisen tunne. Taiteen Sulattamo voi hyödyntää opinnäytetyön tuloksia omassa kehittämis-toiminnassaan.</p> <p>Opinnäytetyön teoreettisena viitekehyksenä toimi kulttuurihyvinvoinnin kenttä ja sosiaalipedagogisen osallisuuden käsite. Lisäksi opinnäytetyössä tarkasteltiin luovuuden ja luovien menetelmien sekä toipumisorientaation käsitteitä. Opinnäytetyö toteutettiin laadullisena tutkimuksena, jonka aineistonkeruumenetelmä oli puolistrukturoitu teemoihin perustuva ryhmähaastattelu. Ryhmähaastatteluun osallistui neljä Taiteen Sulattamon taidepajatoiminnassa käyvää mielenterveystoipujaa. Analyysimenetelmänä käytettiin teorialähtöistä sisälönanalyysia.</p> <p>Opinnäytetyön tulokset osoittivat, että taidepajatoiminnassa osallisuuden kokemukset toteutuvat jokaisessa kolmessa ulottuvuudessa. Tuloksista nousi esiin, että taidepajatoiminnan avoimuus madaltaa kynnystä osallistua toimintaan, levittää tietoisuutta toimintapaikasta sekä edistää osaltaan mielenterveyden haasteiden ympärille muodostuneen stigman purkua. Taidepajatoimintaa ohjaa turvallisemman tilan ohjeistus, jonka puitteissa voi olla turvallisesti yhdessä muiden ihmisten kanssa omien voimavarojen mukaisesti. Toimintaan voi tulla omana itsenään, tukea on saatavilla ja osallistuminen toimintaan on täysin vapaaehtoista. Kävijöillä on vapaus tehdä halutessaan myös muuta kuin mitä suunnitellut ohjaukset sisältävät. Toiminnan maksuttomuus edistää taiteen ja kulttuurin saavutettavuutta. Tuloksissa kävi ilmi, että taidepajatoiminta voi tukea ihmisen toimintakykyä ja sen myötä myös elämänhallintaa. Oman luovuuden löytämisessä ja kehittämisessä voi kokea merkittäviä voimaantumisen kokemuksia, jotka tukevat itsetuntoa ja hyvinvointia.</p> <p>Tulosten perusteella kehittämistarpeita oli iltatoiminnan lisäämisessä, sillä taidepajatoiminta kuten monet muutkin maksuttomat ja toipumista edistävät luovat ryhmätoiminnat toteutetaan lähtökohtaisesti päivätoimintana. Tuloksissa kyseenalaistettiin yleisesti luovien ryhmätoimintojen ikärajojen tarkoitus ja tarpeellisuus. Kansalaisjärjestöjen tarjoamien matalan kynnyksen palveluiden merkitys mielenterveystoipujille vaatisi enemmän huomiota sosiaali- ja terveysalan nykytilaa käsittelevässä julkisessa keskustelussa.</p>	
Avainsanat	luova ryhmätoiminta, taidepajatoiminta, mielenterveys, toipumisorientaatio, osallisuus, kulttuurihyvinvointi

Author	Annu Hannulabacka & Hanna Korhonen
Title	Creative Group Activities and the Experience of Social Inclusion of People Recovering from Mental Health Problems
Number of Pages	48 pages + 5 appendices
Date	31 October 2023
Degree	Bachelor in Social Services
Degree Programme	Degree Programme in Social Services
Instructors	Katja Ihamäki, Senior Lecturer Elina Savolainen, Senior Lecturer
<p>The purpose of this thesis was to find out the experiences of social inclusion in creative group activities amongst people recovering from mental health problems. The working life partner was Taiteen Sulattamo, which is an organization that arranges open and free of charge art and culture related group activities. The experiences of social inclusion were divided according to the theory of three dimensions of the ideal of inclusion in social pedagogy, which are being part of community, participating in the community and the sense of belonging in the community. Taiteen Sulattamo can use the results of this thesis in their development work.</p> <p>The theoretical frame of this thesis was the field of cultural wellbeing and the term of social inclusion in social pedagogy. In addition, the terms of creativity, creative methods in social pedagogy and recovery-orientated practices were observed in the thesis. The thesis was performed as qualitative research, and the data was collected in a semi-structured thematic group interview. Four people in recovery who go to art-based group activities of Taiteen Sulattamo took part in the group interview. Theoretical content analysis was used as the method of analysis.</p> <p>The results of the thesis pointed out that in the art-based group activities all three dimensions of social inclusion were addressed. The results showed that openness of group activities lowers the threshold to take part in activities, spreads awareness of the organization and improves dismantling of the current stigma around mental health challenges. All activity of the organization is guided by the safer space instructions, which allow spending time safely with other people and according to one's own personal resources. In the activity, it is possible to be who you are, support is available when needed and participating is completely voluntary. The participants also have the freedom to do other things than what is planned in the guided program. Since the activities are free of charge, they also improve accessibility in arts and culture. The results also showed that art-based group activities can support individual's cognitive performance and thus control in one's own life too. Finding one's own creativity and improving it might give remarkable experiences of empowerment, which supports self-esteem and wellbeing.</p> <p>Based on the results, the need for development was to have more evening activities, since the current art-based activities, as also many other free activities supporting recovery, are arranged mostly in daytime. In the results of the thesis the need and meaning of age limits for creative group activities in general were questioned. The importance of low-threshold services provided by non-governmental organizations for those recovering from mental health problems would also require more attention in the public debate regarding the current state of social and health care field in Finland.</p>	
Keywords	creative group activity, art-based activity, mental health, recovery-oriented practices, social inclusion, cultural wellbeing

## Sisällys

1	Johdanto	1
2	Yhteistyökumppani Taiteen Sulattamo ry	2
3	Kulttuurihyvinvointi	5
4	Luovat menetelmät sosiaalipedagogiikassa	8
5	Osallisuus	10
6	Opinnäytetyön toteutus	13
6.1	Toimintaympäristö	14
6.2	Laadullinen ryhmähaastattelu	16
6.3	Eettiset kysymykset ja luotettavuus	17
6.4	Aineiston analyysi	19
7	Aineiston analyysin tulokset	23
7.1	Minä Sulattamon kävijänä	23
7.2	Osallistuminen Sulattamon toimintaan	27
7.3	Kuulumisen tunne toiminnassa	30
8	Johtopäätökset	33
8.1	Yhteisöön kuuluminen	33
8.2	Osallistuminen yhteisön toimintaan	35
8.3	Kuulumisen tunne	36
9	Pohdinta	38
	Lähteet	42

### Liitteet

Liite 1. Tutkimuslupa

Liite 2. Informointitiedote

Liite 3. Suostumuslomake

Liite 4. Haastattelurunko

Liite 5. Analyysivaiheen taulukko

# 1 Johdanto

Opinnäytetyössä tarkastellaan Taiteen Sulattamo ry:n järjestämässä luovassa ryhmätoiminnassa käyvien mielenterveystoipujien osallisuuden kokemuksia laadullisen ryhmähaastattelun keinoin. Opinnäytetyön toimintaympäristönä toimii Taiteen Sulattamon järjestämä taidepajatoiminta. Taiteen Sulattamo on valtakunnallinen taide- ja mielenterveysjärjestö, joka tuottaa sosiaalista kuntoutumista edistävää taidetoimintaa toipumisorientaation viitekehyksessä yhteistyössä ammattitaiteilijoiden kanssa mielenterveystoipujille ja muille syrjäytymisriskissä oleville erityisryhmille. Taidepajatoiminta on maksutonta matalankynnyksen luovaa ryhmätoimintaa, jonka tavoitteena on edistää mielen hyvinvointia taiteen keinoin. Taiteen Sulattamo on kolmannella sektorilla toimiva osa suomalaista kulttuurihyvinvoinnin verkostoa. (Taiteen Sulattamo.)

Julkinen päätäntävalta on viime vuosina käsitellyt monin tavoin osallisuuden lisäämistä ja kulttuuritoiminnan saavutettavuutta yhteiskunnassa. Vuoden 2019 hallitusohjelmassa asetettiin tavoitteita hyvinvoinnin lisäämiseksi, kun kauden pääministeri Sanna Marinin hallitus otti ohjelmakseen entisen pääministeri Rinteen hallituksen ohjelman Osallistava ja osaava Suomi – sosiaalisesti, taloudellisesti ja ekologisesti kestävä yhteiskunta (Houni & Turpeinen & Vuolasto 2020: 185). Vuonna 2018 ministerit Saarikko ja Terho antoivat suosituksen taiteen ja kulttuurin saatavuuden ja saavutettavuuden parantamiseksi sosiaali- ja terveydenhuollossa. Suositus on osa Taiteen prosenttiperiaatteen laajentamisen kärkihanketta, jonka tavoite on lisätä ja vakiinnuttaa taiteen sekä kulttuurin asemaa sosiaali- ja terveydenhuollossa. (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2018: 2.)

Mielenterveyden häiriöt ovat yleisiä, ja aikuisista 20–25 % sairastaa mielenterveyden häiriötä vuosittain. Mielenterveyden häiriöt ovat syynä yli puoleen kaikista työkyvyttömyyseläkkeistä (MIELI). Sairastumiseen liittyy yhä myös paljon stigmaa eli häpeäleimaa. Näistä syistä pitkäaikaisista mielenterveyden häiriöistä kärsivillä on muuta väestöä suurempi riski tulla yhteiskunnassa syrjäytetyiksi (Vorma & Rotko & Larivaara & Kosloff 2020:13, 26). Terveysongelmat ovat yhteydessä heikompaan osallisuuden kokemukseen sekä suurempaan riskiin syrjäytyä sosiaalisista suhteista ja yhteiskunnan instituutioista. Erityisesti nuorena vakavaan mielenterveyden häiriöön sairastuminen voi johtaa varhaiseen työkyvyttömyyteen, mikä puolestaan voi vähentää mahdollisuuksia luoda merkityksellisiä ihmissuhteita, kun liittyminen sosiaalisiin verkostoihin opiskelun tai työelämän kautta hankaloituu. (Rouvinen-Wilenius 2014: 55; Vorma ym. 2020: 31, 44.)

Opinnäytetyössä tarkastellaan taidepajatoiminnassa käyvien mielenterveystoipujien osallisuuden kokemuksia myös viime vuosien koronapandemian vaikutusten vuoksi, sillä rajoitustoimet ja sosiaalisen etäisyyden ottaminen ovat vaikuttaneet monella tapaa ihmisiin ja ihmisten väliseen vuorovaikutukseen sekä yhteiskuntaan. FinSoten tutkimuksessa Aikuisväestön mielenterveys ja avun hakeminen mielenterveysongelmiin todetaan, että psyykkisen kuormittuneisuuden havaittiin lisääntyneen etenkin epidemian toisen aallon aikana, eikä muutoksia väestön positiivisen mielenterveyden suhteen ollut havaittavissa (Suvisaari ym. 2021). Pandemiavuodet olivat erityisen vaikeita niille väestöryhmille, jotka olivat jo valmiiksi haavoittuvassa asemassa, kuten mielenterveyden häiriöitä sairastavat (Suvisaari & Rissanen 2022: 123–124).

Opinnäytetyössä puhutaan sekä kävijöistä että toipujista. Kävijöistä puhutaan, kun kuvataan taidepajatoiminnassa käyviä yleisellä tasolla, sillä heidän mahdolliset diagnosoinsinsa eivät ole tiedossa eikä ole tarpeen määritellä heitä tarkemmin. Toipujista puhutaan, kun puhutaan ryhmähaastatteluun osallistuneista kävijöistä. Toipujan käsitettä käytetään, koska toipumisorientaatio on yhteistyökumppanin toiminnan viitekehys ja opinnäytetyötä koskeva toive. Toipujaan liittyy sanana vähemmän stigmaa ja negatiivisia miellytyksiä kuin kuntoutujan käsitteeseen. Taiteen Sulattamon toiminnanjohtaja Eveliina Lafghani (2023a) painottaa sanavalintojen voimaa muutoksen aikaansaamisessa. Kukaan ei ole kuntoutuja koko elämänsä ja moni mielenterveyden haasteita kohdannut kokee mielenterveyskuntoutujan terminä eriarvoistavana, alentavana ja stigmaa vahvistavana (Lafghani 2023a). Tutkimuskysymyksemme on: Millaisia osallisuuden kokemuksia mielenterveystoipujilla on ollut Taiteen Sulattamon luovassa ryhmätöiminnassa? Taiteen Sulattamo voi hyödyntää opinnäytetyön tuloksia omassa kehittämistoiminnassaan.

## **2 Yhteistyökumppani Taiteen Sulattamo ry**

Työelämän yhteistyökumppanimme on Taiteen Sulattamo ry, taide- ja mielenterveysjärjestö, joka järjestää avointa ja maksutonta taidetoimintaa mielenterveystoipujille ja muille syrjäytymisriskissä oleville erityisryhmille. Toiminnassa keskiössä ovat taidepajat ja -kurssit sekä niistä syntyvät taiteelliset produktiot. Taidetoiminta on tavoitteellista sosiaalista kuntoutumista edistävää toimintaa. Produktioihin osallistuminen perustuu omaan motivaatioon ja vapaaehtoisuuteen. Taiteen Sulattamon missio on olla osaltaan tekemässä Suomesta kulttuurihyvinvoinnin kärkimaata. Järjestön visio on olla taiteen menetelmin tuotettavan mielenterveys-, hyvinvointi- ja kehittämistyön edelläkävijä, asi-

antuntija sekä kulttuurihyvinvoinnin edistäjä. Taiteen Sulattamon arvot ovat edelläkävijyys, yhteisöllinen tasavertaisuus, vastuullisuus ja uskallus. Järjestön strategia on voimakkaasti tulevaisuusorientoitunut ja pannaan toimeen viiden vuoden sykleissä. Vuoden 2022 vuosikertomuksen mukaan Taiteen Sulattamon työpajatoimintaan osallistui yhteensä 2913 osallistujaa. Keväällä 2022 paikan päällä järjestettävä toiminta jouduttiin perumaan koronarajoitusten takia, mutta toimintaa jatkettiin verkkoympäristössä muun muassa live-lähetysten ja keskustelualustojen kautta. Osallistujamäärät ovat kasvaneet joka vuosi viimeisen neljän vuoden aikana. (Lafghani 2021; Lafghani 2023b.)

Taiteen Sulattamon toiminta tapahtuu toipumisorientaation viitekehyksessä (Taiteen Sulattamo). Toipumisorientaatiossa sairaudet ja diagnoosit eivät ole toipumisen keskiössä, vaan toipuminen ymmärretään yksilöllisenä muutosprosessina, jossa yksilö on oman prosessinsa asiantuntija (Martin 2021: 10). Viitekehyksen perusarvoina ovat osallisuus, itsemääräämisoikeus, yksilöllisyys ja jokaisen kasvun mahdollisuudet. Toipumista määrittää ensisijaisesti yksilön oma kokemus mielekkäästä elämästä, eikä ihmistä lokeroida kuntoutujaksi tai sairaaksi. Toipumisorientaation ihmiskäsitys tunnistaa yksilön moninaiset identiteetit ja sen, että yksilön hyvinvointi koostuu monesta eri tekijästä. Toipumisorientaatio korostaa osallisuutta yhteisössä, yksilöllisyyttä ja identiteettiä, positiivista mielenterveyttä sekä kokemuksellisuuden ja toivon merkitystä. Toipuminen ymmärretään yksilön ainutlaatuisena prosessina, johon sisältyy usein muutoksia tunteissa, taidoissa, tavoitteissa, arvoissa, asenteissa ja rooleissa. Se näyttäytyy myönteisinä muutoksina yksilön kokemuksissa ja palveluilla voidaan vahvistaa näiden kokemusta muodostumista. Vuonna 2011 Mary Leamyn johtaman työryhmän tekemässä systemaattisessa kirjallisuuskatsauksessa tunnistettiin viisi prosessia ja toipumisorientaation keskeistä periaatetta, joihin vaikuttaminen voi tukea toipumista: yhteisöllisyys ja kumppanuus, toivo, identiteetti, elämän merkityksellisyys ja voimaantuminen (*eng. connectedness, hope and optimism about the future, identity, meaning in life and empowerment*), joista muodostuu kirjainlyhenne CHIME. (Martin 2021: 9; Raivio & Raivio 2020: 28; Mielenterveys.)

Käsitteenä mielenterveysongelma viittaa erilaisiin psyykkisiin oireisiin tai koettuihin haittoihin, jotka voivat olla psyykkisiä, fyysisiä tai sosiaalisia tai kaikkia näitä samanaikaisesti. Mielenterveyden häiriö puolestaan on diagnostiset kriteerit täyttävä tila, johon tarvitaan tukea ja hoitoa. (Strand & Ridanpää & Kotovirta 2023: 18). Toipuminen alkaa yksilön yhteydestä muihin ihmisiin, ja kaikenlainen viestintä on periaatteessa yhteyden rakentamista. Mielenterveyteen liittyvät ongelmat voivat tehdä yhteyden rakentamisesta haastavampaa, sillä ongelmiin voi liittyä muiden välttelyä. Stigmaan ja häpeään liittyvät

ilmiöt voivat estää yhteydenpitoa, sillä on riski tulla torjutuksi. Toipumisen edellytykseksi nähdään kokemus osallisuudesta, sillä kaikki haluavat kuulua jollain tapaa itselleen merkitykselliseen yhteisöön. Yhteyden luominen vertaisiin luo yhteenkuuluvuuden tunnetta sekä uskoa omiin voimavaroihin, ja toipuja voi vahvistaa identiteettiään vertaistoiminnan avulla. Yhteenkuuluvuuden tunne perustuu luottamukseen, joka taas luo turvallisuutta. Vertaistoiminnan perustana on kokemusasiantuntijuus ja arvoina ovat tasavertaisuus sekä toisen ihmisen kunnioitus. (Raivio & Raivio 2020: 29–32.)

Taiteen Sulattamo järjestää vertaistoimintaa ja kokemusasiantuntijakoulutuksia sekä kouluttajien koulutuksia. Sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskeskus (STEA) rahoittaa Taiteen Sulattamon kokemus- ja vertaistoimintaa. Kokemusasiantuntijakoulutukset on suunnattu mielenterveystoipujille. Kokemustoiminnassa kokemusasiantuntijat käyttävät taiteen keinoja oman kokemustarinansa kertomisessa. Tavoitteena on, että taiteen keinot tekevät kokemuksesta toipujalle helpomman kertoa ja yleisölle puolestaan ymmärrettävämmän kuulla. Lähtökohtana kokemustoiminnalle on Kokemusasiantuntija taiteen keinoin -koulutusmalli. Taiteen Sulattamolla on myös vertaistoimintaa, joka on toteutettu soveltavan taiteen keinoin. Lähtökohtana vertaistoiminnalle on Kulttuurin Verso -hankkeessa kehitetty Soveltavan taiteen vertaisryhmäohjaaja -koulutusmalli. Tämän mallin avulla koulutetaan vertaisryhmäohjaajia, jotka käyttävät toimintamenetelminä erilaisia taiteenmuotoja. Soveltavan taiteen vertaisryhmäohjaaja -koulutusmalli nojaa toipumisorientaation viitekehykseen, ja oppimiskäsitys mallissa on toiminnallinen ja kokemuksellinen. (Kokemus- ja vertaistoiminta.)

Taiteen Sulattamo hallinnoi myös STEA:n rahoittamaa kehittämishanketta Kokemuksesi on arvokas -hanke, joka on käynnissä vuodet 2022–2024. Hankkeen tavoite on yhtenäistää ja kehittää valtakunnallista kokemusasiantuntijakoulutuksen sekä muiden kokemustietoa jalostavien koulutusten kenttää. Kehittäminen tapahtuu vahvistamalla oppimisympäristöjen vertailukelpoisuutta ja tukemalla koulutuksenjärjestäjien mahdollisuutta rakentaa paikallisia koulutuksia vastaamaan omien kohderyhmien tarpeita. Kokemuksesi on arvokas -hankkeessa on luotu myös alati päivittyvä materiaaliportaali kokemusXkoulutus-portaali, jonka tavoitteena on kerätä, tuottaa ja levittää hyviä materiaaleja kokemusasiantuntijuudesta, kouluttamisesta ja kokemustoiminnan käynnistämisestä. (Kokemuksesi on arvokas.)

Vaikka taiteen konseptia on haastavaa määritellä tarkasti, sen on ehdotettu koostuvan terveystutkimuksen näkökulmasta viidestä laajasta kategoriasta, jotka ovat esittävät taiteet, visuaaliset taiteet, muotoilu ja käsityöt, kirjallisuus, kulttuuri ja elektroniset taiteet (Fancourt & Finn 2019: 1). Taiteen Sulattamon toiminnasta löytyy vaihtoehtoja lähes



jokaisesta näistä viidestä kategoriasta kirjoitus-, kuvataide- ja musiikkipajojen sekä käsityö- ja muotoilupajojen muodossa. Kulttuuritoimintaa järjestetään yhteisten maksuttomien päiväretkien muodossa muun muassa museoihin. Yhdistys järjestää lisäksi muuta vaihtuvaa ohjelmaa, kuten hyvinvointia tukevia ryhmätoimintoja. Verkkoympäristössä on viikoittainen online-kirjoituspaja, Twitch-alustalla tapahtuva striimi sekä Discord-keskustelualustalla käytävä Avomielin-verkkokeskustelu. Jossain taidepajoissa valmistellaan myös yleisölle esitettäviä taideproduktioita, kuten vuonna 2022 valmistuneet ja esitetyt *Minäkö hullu?* -museoteatteriesitykset, *Hulluus*-ääniteokset sekä Helsingin kaupunginmuseossa esillä ollut *Rikki*-näyttely. (Luovat taidepajat; Taiteelliset produktiot.)

### 3 Kulttuurihyvinvointi

Taiteen Sulattamo toimii kulttuurihyvinvoinnin kentällä, joka on myös opinnäytetyön teoreettinen viitekehys. Kulttuurihyvinvointi on kehitetty terminä Suomessa moniammatillisessa yhteistyössä Turun ammattikorkeakoulun, yliopiston ja kaupungin sekä kolmannen sektorin toimijoiden kanssa vastamaan napakasti taidetta, kulttuuria, hyvinvointia ja hyvinvointivaikutuksia koskeviin sanayhdistelmiin. Kulttuurihyvinvointi kiteytetynä viittaa yksilölliseen tai yhteisöllisesti jaettuun kokemukseen siitä, että taide ja kulttuuri lisäävät hyvinvointia tai ovat yhteydessä hyvinvointiin. Kulttuurihyvinvointi sanana viestii mahdollisuudesta hyvinvointiin ja terveyteen huolimatta sairauksista tai rajoitteista. (Lilja-Viherlampi 2021: 74.)

2010-luvulla kulttuurihyvinvointi vakiintui suomenkieliseksi kattokäsitteeksi, jota käytetään puhuttaessa taiteen ja kulttuurin hyvinvointi- ja terveysvaikutuksista sekä laajemmin ihmisten kulttuurisista oikeuksista. Käsite itsessään kattaa inhimillisen kokemusmaailman, tavat, tottumukset ja ihmisoikeuksiin liittyvät humanistiset sekä kulttuuriset oikeudet. Kulttuurihyvinvointi viittaa myös alaan, joka tutkii, kehittää ja kouluttaa kulttuurihyvinvointiin liittyvää osaamista ja toimintatapoja. Opinnäytetyössä tarkastellaan kulttuurihyvinvointia yksilön kokemuksena ja pyritään selvittämään, millaisia osallisuuden kokemuksia Taiteen Sulattamon taidepajatoiminnassa käyvillä mielenterveystoipujilla on ollut. (Houni & Turpeinen & Vuolasto 2020: 17.)

Kulttuurihyvinvoinnin ytimessä on ihmisen toiminta taiteen ja kulttuurin parissa: yksilön henkilökohtainen kokemus tai havainto siitä, millaisia merkityksiä ja mahdollisuuksia taide ja kulttuuri tuovat. Tämä sisältää myös arjen kulttuurisuuden, joka merkitsee sitä, että ihmiset voivat tehdä ja kokea arjessa elämänsä sekä mielekkääksi että merkityk-

selliseksi, mikä puolestaan on edellytys fyysiselle, henkiselle ja sosiaaliselle hyvinvoinnille. Taide ja kulttuuri ymmärretään ihmisen koko elämänkaaren läpäisevänä osana hyvää elämänlaatua ja jatkuvaa oppimista. Jokainen ihminen on jollain tapaa luova ja kulttuurinen itseään ilmaiseva olento sekä taiteen ja kulttuurin kokija ja toimija, jolla on kulttuurisia tarpeita ja oikeuksia, joiden täytyminen ja toteutuminen on kulttuurihyvinvointia. (Lilja-Viherlampi 2021: 74–75.)

Itseilmaisun ja oman elämän tarkastelun lisäksi vuorovaikutus taiteen ja kulttuurin parissa kantaa hyvinvointiin liittyviä mahdollisuuksia ja merkityksiä, kun henkilökohtainen kokemus avautuu jaetuksi ja yhteiseksi kokemukseksi. Taiteen ja kulttuurin parissa tapahtuva toiminta haastaa ja vahvistaa ihmisen toimintakykyä ja toimijuutta, joka on keskeinen rakenteellinen osa hyvinvointia. Taiteen äärellä tapahtuvien minäkuvaa muodostavien kokemusten kautta ihmiselle rakentuu myös sosiaalista ja kulttuurista pääoma: kokemuksia, suhteita, tietoa ja taitoa, jotka lisäävät esimerkiksi vuorovaikutustaitoja, yhteistyökykyä ja empatiaa. Nämä kaikki ovat yhteydessä ihmisen kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin ja resilienssiin eli mukautumis-, sopeutumis- ja sietokykyyn (Laitinen 2017: 87). (Lilja-Viherlampi 2021: 76–77, 79.)

Mahdollisuus rakentaa ja syventää omaa taidesuhdettaan harjoittamalla taiteellista ilmaisua sekä oppimalla ja kerryttämällä taiteellista osaamista, on kulttuurihyvinvointia (Lilja-Viherlampi 2021: 77). Toisaalta puhuttaessa kulttuurihyvinvoinnista on myös kyse nimenomaan kulttuurin välinearvosta hyvinvoinnin tuottajana, jolloin keskiössä on taiteen ja kulttuurin vaikutusten mittaaminen ja tutkimusnäyttö. Taiteita välineellistävä puhe tosin ei ole ongelmatonta, sillä jos taide nähdään vain keinona tuottaa hyvinvointia, hukataan sen kriittinen potentiaali ongelmien jäsentäjänä ja yhteiskunnan normien laajentajana. Taiteilla on kuitenkin paljon erilaisia todettuja positiivisia vaikutuksia hyvinvointiin, terveyteen ja mielenterveyteen, joita voidaan selittää muun muassa aistien aktivoitumisella, sosiaalisella kanssakäymisellä ja fyysisellä toiminnalla. Taiteen avulla on myös mahdollista kuvata mielentiloja ja tuntemuksia, jotka eivät muutoin välittyisi kokijoidensa ulkopuolelle, mikä voi auttaa omien tunteiden ja tuntemusten säätelyssä, sietämisessä ja tukemisessa. (Aholainen ym. 2021: 564–567.)

WHO:n kartoittavassa katsauksessa taiteen todetaan olevan yhteydessä sosiaaliseen hyvinvointiin vähentämällä yksinäisyyttä ja eristäytyneisyyttä, edistämällä sosiaalisen tuen saantia sekä kehittämällä sosiaalista kanssakäymistä ja käyttäytymistä (Fancourt & Finn 2019: 4). Kognitiivinen stimulaatio, joka syntyy taiteiden parissa toimiessa, voi luoda oppimisen ja taitojen kehittymisen mahdollisuuksia, jotka ovat yhteydessä alemman mielenterveysongelmien, kuten esimerkiksi masennuksen, riskiin (Fancourt &

Finn 2019: 4). Taiteellisen toiminnan merkitys sosiaalisen osallisuuden lisäämisessä ja eksklusion vähentämisessä on havaittu muissakin tutkimuksissa, joissa osallistavan ja yhteisöllisen taidetoiminnan on havaittu voivan antaa osallistujille kokemuksia nähdä, kuulla ja arvostetuksi tulemisesta sekä lisäävän sosiaalista luottamusta, vuorovaikutusta ja tukea. Osallistava ja yhteisöllinen taidetoiminta voi luoda turvallisia ympäristöjä, jotka tarjoavat sosiaalista tukea sekä mahdollisuuksia avoimeen dialogiin ja kommunikaatioon. Taiteen keinoin tapahtuva itseilmaisuus mahdollistaa omien kokemusten ja tunteiden ilmaisemisen sekä yhteyden luomisen muiden kanssa tavalla, jota pelkkä verbaalinen vuorovaikutus ei saavuta. Yksinäisyys on merkittävä ongelma nyky-Suomessa, ja taide sekä taidetoiminta voivat vahvistaa niin yksilön kokemusta itsestään kuin ihmisten välistä yhteenkuuluvuutta. Vaikeitakin kokemuksia jakamalla voidaan luoda toivoa ja rakentaa myös hyvinvointia. (Laitinen 2017: 91–93; Aholainen ym. 2021: 567.)

Englannissa koronapandemian aikana tehdyn tutkimuksen mukaan taiteen ja kulttuurin parissa olemisen ja toimimisen huomattiin edistävän sosiaalisen yhteyden kokemista luomalla sosiaalisia mahdollisuuksia, jakamista, kuulumisen tunnetta sekä kollektiivista ymmärrystä. Pandemian aikana taidetta käytettiin keinona luoda yhteyttä muihin keskustelun aloittajana, ihmissuhteiden ylläpitäjänä ja vahvistajana sosiaalisen etäisyyden aikana sekä sosiaalisen kanssakäymisen mahdollistajana. Taiteen ja kulttuurin parissa oleminen pandemian aikana sekä yhdisti ihmisiä haastavan tilanteen äärellä että vei huomiota muihin asioihin. (Perkins ym. 2022)

Mielenterveysongelmista toipumisesta ja luovista kirjoitusryhmistä on tehty vuonna 2022 systemaattinen kirjallisuuskatsaus, jossa käsitellään sekä kvalitatiivisia että kvantitatiivisia tutkimuksia. Arvioinnin jälkeen yhteensä kuusi tutkimusta sisällytettiin katsaukseen. Kvantitatiivisessa tutkimuksessa havaittiin kyselyjen avulla masennuspisteiden laskua eli positiivista kehitystä masennusoireiden lievittymisessä. Laadullisissa tutkimuksissa luovissa kirjoitusryhmissä havaittiin yhteyden kokemista muiden kanssa sekä ystävyysuhteiden luomista vertaisten kanssa, jotka toivat kuulumisen tunnetta, kokemusta tuen saamisesta ja yksinäisyyden vähentymistä. Kirjoitusryhmät mahdollistivat kommunikaatiota ja hankalien tunteiden tutkimista sekä jakamisen kautta saatavaa tunnetta niiden hallinnasta. Kaikissa tutkimuksissa huomattiin, että osallistajat kokivat saavuttaneensa jotain, mikä puolestaan tuki identiteettiä ja voimaantumista. Toisaalta tutkimuksissa nousi esiin myös ihmisten välisiä haasteita, stigmatisointia ryhmän jäsenten kesken sekä haavoittuneisuuden, paineen, syyllisyyden, ulkopuolisuuden ja kykenemättömyyden tunteita. Yksi tutkimuksista korosti fasilitoijan merkitystä ryhmädyna-

miikan muodostumisessa. Kirjallisuuskatsauksen tulokset osoittivat, että lisää tutkimusta aihepiiristä tarvitaan, sillä katsaukseen valittujen tutkimusten havaittiin vaihtelevan niin paljon tutkimusasetelmien ja käytännön järjestelyjen kannalta, ettei suorita tai selkeitä johtopäätöksiä voitu tehdä. (Skriver Mundy ym. 2022)

#### 4 Luovat menetelmät sosiaalipedagogiikassa

Kulttuurihyvinvoinnin keskiössä ovat taide- ja kulttuurilähtöiset luovat menetelmät sekä niiden vaikutukset hyvinvointiin. Luovuus, osallistuminen ja itsensä toteuttaminen ovat ihmisen henkistä aktiivisuutta korostavia inhimillisiä ominaisuuksia, jotka tarvitsevat toteutuakseen ympäristön virikkeitä (Hämäläinen 1999: Liite 1). Luovuus sosiaalipedagogiikassa tarkoittaa sekä luovia menetelmiä että ihmisen luovuuden kasvatuksellista vahvistamista. Luovilla menetelmillä tarkoitetaan kaikkea sellaista toimintaa, jossa pelkän rationaalisen ajattelun sijaan otetaan käyttöön myös aistit, kehollisuus, tunteet ja kokemuksellisuus sekä tuetaan monipuolisen ilmaisun kehittymistä. Luova tekeminen ja toiminta liittyvät keskeisesti ajatukseen leikin tärkeydestä niin lasten kuin aikuistenkin elämässä. (Nivala & Ryyänen 2019: 209, 213, 215.)

Toiminnallisuus ja luovuus ovat sosiaalipedagogisen työotteen ominaispiirteitä. Toiminnallisuuden periaate liittyy yhteisöllisyyteen, sillä keskeistä on yhdessä tekeminen sekä jaettujen kokemusten tarkastelu yhdessä. Se tarkoittaa usein yhteistoiminnallisuutta eli ihmisten yhteisen toiminnan mahdollistamista ja helpottamista. Yhteistoiminnallisuuden periaatteen mukaan osallistujia pyritään saamaan mukaan vuorovaikutukseen, jossa toimintaa toteutetaan yhdessä. Käytännössä yhteistoiminnan mahdollistaminen on esimerkiksi kohtaamisia ja vuorovaikutusta mahdollistavien tilojen ja tilanteiden luomista, ryhmäprosessien käynnistämistä sekä toiminnallisten ryhmien perustamista. Osallistujien yhdessä toimimista voidaan helpottaa ja tukea auttamalla osallistujia etsimään yhteisiä tavoitteita, löytämään keinoja niiden toteuttamiseen, kulkemaan yhdessä kohti tavoitteita ja refleктоimaan kokemuksia. Sosiaalipedagoginen toimija pyrkii edistämään rakentavaa yhteistyötä päätösten teon sijaan, tavoitteenaan tuottaa osallistujille positiivisia kokemuksia. Käsitettä yhteinen kolmas (*eng. common third*) käytetään, kun ammattilainen ja asiakas suuntaavat huomionsa yhdessä jaettuun toimintaan. Tällöin yhteisen toiminnan kohteesta tulee objekti ja toiminnan osapuolista tasavertaisia subjekteja. Tunne tasavertaisuudesta luo perustan luottamuksen ja yhteenkuuluvuuden tunteiden kehittymiselle. (Nivala & Ryyänen 2019: 209–210.)

Elämykselliset ja luovat toimintamenetelmät voivat toteuttaa monenlaisia tarkoituksia: auttaa rentoutumaan ja unohtamaan arjen huolet, haastaa löytämään uusia näkökulmia, tukea ongelmien työstämistä, vahvistaa itsetuntoa ja -tuntemusta sekä kehittää itseä, ajattelua ja maailmankuvaa, tukea itseilmaisua, auttaa löytämään uutta sisältöä ja merkityksiä elämään, herättää ihmettelyä ja kyseenalaistamista, edistää sosiaalista vuorovaikutusta, vahvistaa kuulumisen tunnetta, lujittaa yhteisöllisyyttä ja tarjota tapoja lähteä toteuttamaan yhteistoiminnallisia muutoksia ympäristössä. Elämyksellisyys sosiaalipedagogisessa toiminnassa voi tarkoittaa uusien ja kokijalleen erikoisten kokemusten mahdollistamista. Elämykselliset elementit voivat olla pieni osa varsinaista toimintaa, mutta ne herkistävät osallistujia oppimiselle ja kasvamiselle eritasoisten aistimusten kautta. (Nivala & Rynnänen 2019: 211.)

Sosiokulttuurinen innostaminen on erityislaatuinen sosiaalipedagogiikan soveltamisen ala, jonka tieteellinen perusta löytyy sosiaalipedagogiikasta. Sosiokulttuurisen innostamisen sosiaalinen ulottuvuus keskittyy ihmisen oman osallistumisen avulla tapahtuvaan ryhmään ja yhteisöön integroitumiseen, ja kulttuurinen ulottuvuus taas tavoittelee etenkin luovuuden ja ilmaisun kehittymistä, jolloin taiteet eri muodoissaan korostuvat. Kasvatuksellinen ulottuvuus pyrkii ihmisen oman ajattelun ja tiedostamisen kehittymiseen sekä herkistymisen, vastuullisuuden ja motivaation heräämiseen. Innostaminen on tapa elähdyttää ihmisen itsensä toteuttamisen ja herkistymisen prosessia suuntautuen samalla sosiaalisen vuorovaikutuksen lisäämiseen ja kehittämiseen. Innostaminen pyrkii mahdollistamaan ihmisen elämän laatua parantavan sosiaalisen transformaation herättämällä tietoisuutta, organisoimalla toimintaa ja saamalla ihmiset liikkeelle. Innostamisen tavoitteita ovat ajatusten ja tunteiden herättely sekä liikkeen luominen kyvyille, jotka ovat jo olemassa. Ranskalaisen innostamiskäsityksen mukaan yksilötasolla ihmisiä tuodaan yhteen toistensa kanssa ja tuetaan kulttuurista luovuutta sekä moniarvoisuutta. Ryhmätasolla taas motivoidaan ryhmäprosessien liikkeelle lähtemistä ja edistetään ryhmien itseohjautuvuutta. (Kurki 2000: 19–23, 44, 47.)

Kulttuurinen demokratisaatio tarkoittaa taiteen ja kulttuurin tavoitettavuuden ja saavutettavuuden lisäämistä. Väestön eri osilla on erilainen pääsy kulttuuriin, ja kulttuurisella demokratisaatiolla tavoitellaan kulttuurin leviämisen määrällistä kasvua. Kulttuurinen demokratisaatio on vaihe, joka on käytävä läpi, jotta kulttuurinen demokratia voitaisiin saavuttaa. Kulttuurisen demokratian lähtökohtana puolestaan on tunnistaa jokaisen ihmisen luovuus ja toimijuus sekä tunnustaa yksilön kyvyt ja mahdollisuudet luoda omaa elämäänsä ja osallistua aktiivisesti yhteisönsä kehitykseen. Keskeistä on niin yhteinen tekemään ryhtyminen kuin tekeminen itsessään. Kulttuurinen demokratia on perusta

myös poliittiselle sekä taloudelliselle demokratialle. (Nivala & Ryyänen 2019: 213–214; Kurki 2000: 58.)

## 5 Osallisuus

Opinnäytetyössä tarkastellaan sosiaalipedagogisen osallisuuden kokemuksia kulttuurihyvinvoinnin viitekehyksessä. Osallisuuden käsite on monitulkintainen ja monitieteellinen. Osallisuudesta puhutaan niin sosiaalipolitiikassa, yhteiskuntatieteissä, sosiologiassa kuin sosiaalipsykologiassakin. Osallisuuskäsitteen moninaisuutta voi havainnollistaa käyttämällä siitä kielioppimetaforaa: Vaikka käytettävä sana itsessään on sama, niin sen merkitys muuttuu eri tieteenalojen näkökulmista tarkasteltuna. Sosiaalialan kontekstissa osallisuudesta puhutaan usein yhdessä syrjäytymisen ja huono-osaisuuden kanssa, sillä sen koetaan olevan niiden vastavoima. (Hämäläinen 2008: 15, 18.)

Osallisuus on mahdollisuutta osallistua elämäänsä ja ympäristöönsä koskevaan toimintaan ja päätöksen tekoon kiinnittymällä elämän eri vaiheissa merkityksellisiin instituutioihin, kulttuuriin ja toimintajärjestelmiin (Hämäläinen 1999: Liite 1). Näitä ovat muun muassa perhe, ystävyys-suhteet, harrastusporukat, opiskelu- ja työyhteisö, kansalaistointa sekä laajemmin yhteiskunnallinen vaikuttaminen. Osallisuus siis toteutuu sekä yhteisö- että yhteiskuntatasoilla. Osallisuus on yhteydessä vahvasti hyvinvointiin: osallisuuden kokemus lisää todetusti hyvinvointia, turvallisuutta sekä uskoa omiin mahdollisuuksiin ja tulevaisuuteen, kun taas matala osallisuuden kokemus liittyy muun muassa psyykkiseen kuormittuneisuuteen, heikentyneeseen työkykyyn ja yksinäisyyteen (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2023: 27–30; Isola & Leemann 2021). Suomalainen haaste osallisuudelle on työkeskeisyys ja Suomessa työ nähdään tärkeänä ihmistä määrittävänä ominaisuutena, minkä vuoksi työelämän ulkopuolella olevat, kuten esimerkiksi pitkällä sairauslomalla tai työkyvyttömyyseläkkeellä olevat henkilöt, tulevat herkästi syrjäytetyiksi (Särkelä-Kukko 2014: 44).

Osallisuus ja osallisuutta edistävät toimet voidaan jaotella sosiaali-, käyttäytymis- ja terveystieteellisen tutkimuksen perusteella kolmeen osa-alueeseen, jotka ovat osallisuus omassa elämässä, osallisuus yhteisöissä ja vaikuttamisen prosesseissa sekä osallisuus yhteisestä hyvästä. Osallisuus omassa elämässä merkitsee perustarpeiden tyydyttymistä, päätösvaltaa omasta elämästä ja vaikutusmahdollisuuksia elämänkulkuun sekä omiin palveluihin. Osallisuus yhteisöissä ja vaikuttamisen prosesseissa merkitsee kuulumista itselleen tärkeisiin yhteisöihin sekä tukea ja vaikutusmahdollisuuksia niissä.

Osallisuus yhteisestä hyvästä puolestaan tarkoittaa mahdollisuutta yhdessä tekemiseen, tuottamiseen, jakamiseen sekä yhteisestä hyvästä nauttimiseen. Kaikkien ihmisten osallisuuden edistämisen periaatteita ovat toiminnan vapaaehtoisuus, yksilöllisten ratkaisujen etsiminen osallistujakohtaisesti, kunnioittava kohtaaminen ilman kategorisointia, yksinäisten osallistaminen, yhteiskehittäminen, osallistujan vaikutusmahdollisuuksien vahvistaminen myös toiminnan ulkopuolella, yhteisöön kiinnittyminen, yhteisen hyvän tuottaminen tasavertaisena muiden kanssa ja siitä nauttiminen, arvostuksen saaminen, yhteiskuntaryhmien kohtaaminen sekä osallisuutta edistävien keinojen juurtuminen osaksi jatkuvaa toimintaa. (Terveystieteiden tutkimuskeskus 2023: 19–20)

Jotta osallisuuden teorioita voidaan tarkastella sosiaalipedagogiikan näkökulmasta, on tärkeää tiedostaa sosiaalipedagogisen työn kaksi eri tehtävää. Sosiaalipedagogiikka tieteenalana yhdistää pedagogiikan ja sosiaalisen viitekehykset, minkä vuoksi sosiaalipedagoginen työ voidaan jakaa kasvatukselliseen yleiseen tehtävään ja sosiaaliseen erityiseen tehtävään. Sosiaalipedagogisessa työssä osallisuus on siten näiden kahden tehtävän jaottelun mukaisesti joko osallisuuteen kasvattamista tai osattomuuden lievittämistä. Yleisessä tehtävässä korostuu ennaltaehkäisevä työorientaatio, jossa osallisuuden edistäminen on yhteiskunnalliseen kansalaisuuteen kasvamisen ja kasvattamisen työtä. Osallisuus ei näin ollen ole ihmisellä synnynnäinen ominaisuus, vaan siihen kasvatetaan osallisuutta tukevassa ympäristössä ja toisten ihmisten vuorovaikutuksesta. Erityisessä tehtävässä osallisuuden käsite muovautuu pyrkimykseksi lievittää osattomuutta kokevien ihmisten kärsimystä. (Hämäläinen 2008: 17–20.) Osallisuuden edistämistä yleisen tehtävän mukaisesti on esimerkiksi sosiaalipedagoginen työ oppilaitoksissa tai nuorisotyössä. Sosiaalipedagogiikan erityisen tehtävän työkentillä osallisuustyö voi olla eri tavoin haavoittuvassa asemassa olevien ihmisten kohtaamista, osallistumismahdollisuuksien luomista ja elämän edellytysten parantamista.

Sosiaalipedagogiikassa tarkastellaan ihmisen suhdetta itseen ja ympäröivään maailmaan kolmitasoisesti yksilö-, yhteisö- ja yhteiskuntatasolla. Myös osallisuuden ja osattomuuden kokemukset voivat ilmetä kaikilla näillä tasoilla. Nivalan ja Ryytäsen (2013) hahmottelema sosiaalipedagogisen osallisuuden ideaali nähdään yksilön ja yhteisön välisenä vuorovaikutuksellisuutena, joka koostuu kolmesta ulottuvuudesta. Ensimmäinen ulottuvuus on yhteisöön kuuluminen, mikä voi ilmetä suuressa tai pienessä mittakaavassa. Yhteisöjä voivat olla esimerkiksi perhe, ystäväpiiri, harrastusporukka, naapurusto, opiskelu- tai työpaikka, asuinalue ja yhteiskunta. Toinen ulottuvuus on osallistuminen yhteisön toimintaan, mikä sisältää muun muassa kommunikointia, aktiivista toimintaa ja vaikuttamista päätöksiin. Kolmas ulottuvuus on kuulumisen tunne eli kokemus siitä, että tulee huomatuksi, omia mielipiteitä kuunnellaan ja kuullaan sekä

tunne siitä, että on yksilönä arvokas ja tärkeä osa yhteisöä. Sosiaalipedagoginen käsitys osallisuudesta edellyttää kaikkien näiden kolmen ulottuvuuden toteutumista samanaikaisesti, jotta yksilön subjektiivinen kokemus osallisuudesta olisi täydellinen. Yhteiskunnallisella tasolla kiinnittyminen mahdollistaa tarpeiden tyydyttämisen, elämisen laadun sekä itsensä toteuttamisen. (Nivala & Ryyänen 2013: 26–28.)

Pelkkä yhteisön jäsenyys ei riitä osallisuuteen, sillä yksilöllä ei välttämättä ole kanssakäymistä muiden yhteisön jäsenten kanssa tai hänelle ei synny subjektiivista kuulumisen tunnetta yhteisössä. Myöskään pelkkä osallistuminen yhteiseen toimintaan ei riitä luomaan osallisuuden kokemusta, mikäli kuulumisen tunnetta ei synny. Pelkkä toiminnallinen osallistuminen voikin näyttäytyä vain näennäisesti osallisuutta edistävänä, esimerkiksi työvoimapolitiittisen aktiivoinnin muodossa. Toisaalta myöskään pelkkä kuulumisen tunne ei riitä luomaan osallisuuden kokemusta ilman aktiivista vuorovaikutusta muihin yhteisön jäseniin tai yhteisön toimintaan vaikuttamista. Osallisuus vaatii kaksisuuntaisen vuorovaikutuksen yksilöltä ja muilta yhteisön jäseniltä sekä molemminpuolisen hyväksynnän. Osallisuuden toteutumiseksi tarvitaan yhteisöjä, joissa on mahdollista toimia ja tulla kohdatuksi omana itsenään sekä arvokkaana yhteisön jäsenenä. Yksilön täytyy haluta olla osa yhteisöä ja yhteisön täytyy hyväksyä yksilö jäsenekseen (Nivala & Ryyänen 2013: 27).

Osallisuuden ja syrjäytymisen yhteiskunnalliseen näkökulmaan liittyy näkemys vallan eriarvoisesta jakautumisesta eri ihmisryhmien välillä. Heikommassa asemassa olevilla ihmisillä on vähemmän valtaa vaikuttaa omien tarpeiden tyydyttämiseen, ja he käyttävät vähemmän poliittista vaikutusvaltaa resurssien jakautumisesta päätettäessä. Tausalla voi olla ajatus siitä, ettei omalla toiminnalla voi vaikuttaa asioiden kulkuun. Pitkäaikaisessa taloudellisessa niukkuudessa eläminen johtaa toimintamahdollisuuksien vähenemiseen, sosiaaliseen eristäytymiseen ja elämänpiirin kaventumiseen. (Isola & Nousiainen & Valtari 2020:169–172.) Yksilö ei synny yhteiskunnallisesti aktiiviseksi kansalaiseksi, vaan sellaiseksi kasvetaan ympäröivän yhteiskunnan ja toisten ihmisten vuorovaikutuksen avulla. Osallisuus ja yhteiskunnallinen vaikuttaminen alkaa pieniyhteisöissä, joiden kautta yksilö tulee tietoiseksi yhteiskunnallisista asioista ja hänessä herää halu vaikuttamiseen. Tärkeintä on luoda kohtaamisen ja yhdessä tekemisen mahdollisuuksia, joista osallisuuden kokemus ja osallistuminen voi levitä laajemmin yhteiskuntatasolle. Yhteiskunnallinen osallisuus edellyttää lisäksi kykyä kriittiseen ajatteluun ja itsereflektioon, joita voi kehittää. (Nivala & Ryyänen 2013: 27–30.)



Suomalaisten osallisuutta on tutkittu eri väestöryhmillä ja –alueilla. Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen kehittämä Osallisuusindikaattori oli ensimmäisen kerran käytössä FinSote 2019 –kyselytutkimuksessa, joka kattoi koko Suomen aikuisväestön. Tutkimuksessa tarkasteltiin osallisuuden kokemusta erilaisissa sosioekonomisissa ja sosiodemografisissa väestöryhmissä, ja tuloksia analysoitiin suhteessa terveyden ja hyvinvoinnin taustamuuttujiin. Kaikkein eniten osallisuuden kokemusta heikensi työelämän ulkopuolelle jääminen. Suomessa palkkatyön ja osallisuuden kokemuksen välillä on vahva yhteys. Erityisesti työttömyys yhdistyi heikompaan osallisuuden kokemukseen. Työttömyyttä kunniallisempina pidetyt työelämän ulkopuolella olemisen syyt, kuten perhevaipalla tai vanhuuseläkkeellä oleminen, eivät heikentäneet osallisuutta työttömyyden taivoin. Tämän uskotaan johtuvat suomalaiselle kulttuurille ominaisesta erityispiirteestä, joka näkyy palkkatyön korkeana arvostuksena (ks. myös Särkelä-Kukko 2014: 44).

Siviilisäädyistä osallisuutta kokivat eniten samassa taloudessa asuvat pariskunnat (avioliitto tai rekisteröity parisuhde), vähiten naimattomat ja yksin asuvat. Myös korkealla koulutustasolla oli yhteys suurempaan osallisuuden kokemukseen. Korkea koulutustaso yhdistyy myös työmarkkina-asemaan ja tulotasoon, joilla oli saman suuntainen vaikutus osallisuuden kokemukseen. Heikoksi koetulla terveydentilalla ja toimintakyvyn rajoitteilla oli merkittävä yhteys heikkoon osallisuuden kokemukseen. Kaikkein eniten osallisuuden kokemuksen puutteeseen, eli osattomuuteen, liitettiin useat kasautuneet hyvinvointivajeet ja yhteiskunnallinen marginalisoituminen. Miehillä erittäin heikko osallisuuden kokemus oli jonkin verran naisia yleisempää. Keski-ikäiset kokivat nuoria ja ikääntyneitä enemmän osallisuutta, mikä saattaa johtua vakaammasta taloudellisesta tilanteesta työuran kehittyessä. Nuorten aikuisten kokema epävarmuus tulevaisuudesta voi selittää keski-ikäisiä heikomman osallisuuden kokemuksen. On huomioitava, että tutkimuksessa käytetty aineisto kerättiin ennen koronapandemiaa. (Leemann & Nousiainen & Keto-Tokoi & Isola 2022: 105–108.)

## 6 Opinnäytetyön toteutus

Opinnäytetyö toteutettiin laadullisen tutkimuksen keinoin. Aineistonkeruumenetelmänä toimi teemoiteltu ryhmähaastattelu ja analyysimenetelmänä teorialähtöinen sisälönanalyysi. Opinnäytetyön tavoitteena oli tarkastella sosiaalipedagogisen osallisuuden käsitteen eri ilmenemismuotoja haastateltavien kokemuksissa taidepajatoiminnassa, päästää haasteltavat eli taidepajatoiminnassa käyvät toipujat ääneen sekä tarjota materiaalia yhteistyökumppanin kehittämistoimintaan. Opinnäytetyön tutkimuskysymys on:

Millaisia osallisuuden kokemuksia mielenterveystoipujilla on ollut Taiteen Sulattamon luovassa ryhmätoiminnassa?

## 6.1 Toimintaympäristö

Taiteen Sulattamo ry:n asiakaskunta koostuu täysi-ikäisistä henkilöistä, jotka haluavat edistää mielensä hyvinvointia taidetoiminnan avulla. Osallistuminen toimintaan ei vaadi aiempaa kokemusta taiteen parissa. Taiteen Sulattamon tilat sijaitsevat Helsingin Malmilla. Kulku tiloihin ei ole täysin esteetön, mutta henkilökunnalta saa tarvittaessa apua saapumiseen ja poistumiseen. Tiloissa noudatetaan turvallisemman tilan ohjeistusta, joka käydään läpi yhteisesti ennen jokaisen taidepajan alkua. Turvallisemman tilan ohjeistukseen lukeutuvat päihteettömyys, täysi-ikäisyys, saapuminen ajoissa paikalle, ohjaajan ohjeiden noudattaminen, jokaisen oman tilan kunnioittaminen ja tasavertainen tilan antaminen niin fyysisesti kuin emotionaalisesti, sensitiivisten tai arkojen aiheiden käsittely kunnioittavasti, provosoivien puheenaiheiden välttäminen (esim. politiikka, uskonto, päihteet, väkivalta ja seksi), puhelinten häiritsevän käytön välttäminen, omien jälkien siivoaminen, oletusten ja yleistysten välttäminen, kieltäytymisen ja yksityisyyden kunnioittaminen sekä kunnioittavasti puhuminen toisten kanssa. Avun- tai tuentarpeessa sekä ongelmatilanteissa tulee lähestyä ohjaajaa, joka on vastuussa taidepajoista. (Esteettömyys; Turvallisen tilan ohjeistus.)

Opinnäytetyön tekijät kävivät Taiteen Sulattamon Maanantain maistiaisissa 20.2.2023 klo: 11–12 tutustumassa yhteistyökumppanin toimintaan, tiloihin sekä mahdollisiin kävijöihin. Vierailusta sovittiin etukäteen Taiteen Sulattamon henkilökunnan kanssa. Maanantain maistiaisissa esitellään Taiteen Sulattamon toimintaa ja tehdään pienimuotoisia taideharjoitteita (Luovat taidepajat). Maanantain maistiaisiin ei tarvitse ilmoittautua, ellei ole tulossa yli viiden hengen ryhmänä, vaan tarkoitus on, että toiminnasta kiinnostuneet voivat saada tietoa toiminnasta ja vieraila tiloissa. Vierailun aikana opinnäytetyön tekijät pääsivät keskustelemaan opinnäytetyöstä henkilökunnan sekä joidenkin kävijöiden kanssa, ja saivat yleistä tietoa taidepajoista. Taidepajatoiminnassa käydään aluksi vapaaehtoinen nimi- ja kuulumiskierros osallistujien kesken, mutta kenenkään ei ole pakko puhua tai kertoa mitään itsestään. Tarjolla on monipuolisesti erilaisia materiaaleja sekä aihe-ehdotuksia tai inspiraatiokuvia. Työskentely ei ole tuloskeskeistä, vaan työ voi jäädä kesken ja sitä voi jatkaa myöhemmin taidepajoissa tai sen voi ottaa mukaan ja jatkaa työstämistä muualla. Osallistujamäärät pajoissa vaihtelevat toimintakauden aikana. Ennen toiminnan kesätaukoa osallistujamäärä tyypillisesti vähenee. Tavanomaisena ajankohtana osallistujamäärä on noin 20 henkilöä.

Toinen opinnäytetyön tekijöistä osallistui perjantaina 5.5.2023 Taiteen Sulattamon käsityöpajaan osallistujan roolissa. Tarkoituksena osallistumiselle oli ymmärtää taidepajan fasilitointia, toimintaa sekä tunnelmaa käytännössä, ja käyttää tätä kokemustietoa apuna haastattelukysymysten muotoilussa. Alkuperäinen suunnitelma oli, että molemmat opinnäytetyön tekijät osallistuisivat taidepajaan myös siksi, että saisivat kasvojaan tutuiksi kävijöille ennen varsinaista haastattelua. Tavoitteena oli madaltaa kynnystä osallistua haastatteluun ja luoda etukäteen siihen rennompaa tunnelmaa. Opinnäytetyön tekijät kävivät keskustelua taidepajaan osallistumista koskevista eettisistä kysymyksistä, kuten opinnäytetyön tekijän eri rooleista tutkijana tai osallistujana sekä opinnäytetyötä ohjaavien opettajien että Taiteen Sulattamon henkilökunnan kanssa. Yhdessä tultiin siihen tulokseen, että osallistuminen on eettistä ja perusteltua, jos osallistuva esittelee itsensä muille pajaan osallistuville opinnäytetyön tekijänä ennen pajan alkua. Opiskelija esitteli itsensä ja opinnäytetyön lyhyesti käsityöpajan kuulumiskierroksella muille osallistujille.

Opinnäytetyön suunnitteluvaiheessa oli tarkoitus, että yhteyshenkilö hankkisi haastateltavat opinnäytetyöhön. Opinnäytetyön edetessä toteutukseen tultiin yhteistyökumppanin puolelta kuitenkin siihen tulokseen, että opinnäytetyön kannalta on hedelmällisempää, että opinnäytetyön tekijät rekrytoivat itse haastateltavia. Yhteyshenkilö auttoi ja tuki opinnäytetyön tekijöitä haastateltavien etsimisessä kysymällä itse haastateltavia kuntouttavan työtoiminnan puolelta sekä mahdollistamalla opinnäytetyön tekijöille kaksi käyntiä eri taidepajoihin, joissa opiskelijat saivat esitellä opinnäytetyötä ja tulevaa ryhmähaastattelua kävijöille.

Ensimmäinen opinnäytetyön tekijöiden yhteinen taidepajakäynti oli 24.5.2023. Opinnäytetyön tekijät valmistautuivat käyntiin tulostamalla 20 kappaletta informointitiedotteita, suostumuslomakkeita sekä haastattelurunkoja ja ostamalla tarjolle pieniä hedelmäpatukoita. Patukoiden jakamiseen pyydettiin ja saatiin lupa pajan ohjaajalta, ja niitä sai hakea vapaasti pöydältä ilman velvoitteita kysyä tai kuunnella opinnäytetyöstä. Opinnäytetyön tekijät olivat paikalla noin klo: 10.40–12.30. Ennen lähtöään opinnäytetyön tekijät jättivät tilassa olevalle esitepöydälle 10 kappaletta tulostenippuja, joissa jokaisessa oli haastattelurunko, informointitiedote ja suostumuslomake. Tulosteiden päälle opinnäytetyön tekijät kirjoittivat lapun, jossa lukivat ryhmähaastattelun tiedot, aika ja paikka.

## 6.2 Laadullinen ryhmähaastattelu

Tutkimusaineisto kerättiin puolistrukturoidulla ryhmähaastattelulla Taiteen Sulattamon taidepajatoimintaan osallistuvien mielenterveystoipujien kanssa. Yksi taiteen hyvinvointi- ja terveystutkimusten päälinjoista on osallistumiseen liittyvän kokemustiedon kerääminen erilaisin haastattelu- ja kyselymenetelmin (Houni ym. 2020: 39). Laadullisen tutkimuksen avulla voidaan selvittää ne syyt, jotka tekevät taidetoiminnasta osallistujilleen merkityksellistä (Aholainen ym. 2021: 565). Koska opinnäytetyössä haluttiin selvittää taidepajatoimintaan osallistuvien omakohtaisia kokemuksia, paras menetelmä oli esittää avoimia kysymyksiä ja antaa haastateltavien kertoa itse omin sanoin kokemuksestaan. Aineistonkeruumenetelmäksi valikoitui ryhmähaastattelu, sillä opinnäytetyön tekijät halusivat osaltaan edistää kohderyhmän sosiaalisen osallisuuden kokemuksia sekä luoda osallistujille parhaassa tapauksessa voimauttavan vapaamuotoisen keskustelun yhdessä vertaisten kanssa.

Ryhmähaastattelussa tutkijalla on mahdollisuus kuulla, nähdä ja eritellä sellaisia käsitteitä, termejä, hahmottamistapoja ja argumentaatorakenteita, joiden puitteissa ryhmä toimii ja ajattelee kulttuurisena ryhmänä. Ajoittain tutkija jää kysymyksineen ryhmähaastattelutilanteessa sivuun, kun ryhmän jäsenet alkavat kysyä ja pohtia asioita keskenään. Ryhmähaastattelun arvokkuus aineistonkeruumenetelmänä perustuu siihen, että haastattelutilanteessa on mahdollista saada osallistujat puhumaan asioista, jotka muutoin jäävät helposti keskustelun ulkopuolelle itsestäänselvyyksinä. Lisäksi ryhmähaastattelussa asioita pohditaan yhdessä monelta eri näkökannalta. Yksilöhaastattelussa haastateltava voi kuvailla ryhmäänsä ja sen kulttuuria, mutta ryhmähaastattelussa sekä ryhmä että kulttuuri ovat läsnä niin, että ryhmän jäsenet voivat keskustella yhdessä ryhmän sisäisin termein. Ryhmähaastatteluja on kritisoitu siitä mahdollisuudesta, etteivät ihmiset kehtaa puhua omista asioistaan tai ryhmän sisäisistä ristiriidoista muiden kuullen. Kriitikissä esitetään myös, että omien yksilökohtaisten tuntojen erittely sekä tunnustuksellinen puhe ovat erityisen arvokasta materiaalia. Tutkijan tulee kuitenkin eritellä ryhmähaastattelutilannetta myös ryhmän vuorovaikutusrakennetta ja mahdollista hierarkiaa huomioiden, ja lisäksi keskustelutilannetta voi verrata muuhun tutkimusaineistoon. Kun päätelmiä tehdään millaisesta aineistosta tahansa interaktionäkökulman mukaisesti, sitä tarkastellaan kokonaisuutena ja tietyn tyyppisenä vuorovaikutustilanteena, eikä kontekstistaan irrallisina väittäminä. Interaktionäkökulmassa henkilökohtaisia kertomuksia ja tunnustuksia tarkastellaan yhtenä diskurssin muotona ilman oletusta siitä, että asioilla olisi jokin yksi lopullinen totuus. (Alasuutari 2011: 152–155, 157.)

Teemahaastattelun kolme teemaa muodostettiin Nivalan ja Rynnäsen (2013) sosiaalipedagogisen osallisuuden ideaalia mukaillen. Ensimmäisen teeman kysymykset koskivat haastateltavia Taiteen Sulattamon kävijöinä eli yhteisön jäseninä. Toinen teema käsittelee haastateltavien aktiivista osallistumista Taiteen Sulattamon luovaan ryhmä- ja kehittämistoimintaan. Kolmannessa teemassa keskityttiin vuorovaikutukseen ja ilmapiiriin, sillä ne saattavat vaikuttaa haastateltavien subjektiiviseen kuulumisen tunteeseen yhteisön jäseninä. Haastattelutilanteesta haluttiin lähtökohtaisesti mukava ja voimaannuttava kokemus haastateltaville, joten kysymykset pyrittiin muotoilemaan voimavaralähtöisesti. Haastattelurunkoon sisällytettiin myös kysymyksiä, joiden vastaukset hyödyttävät yhteistyökumppania toiminnan kehittämisessä.

### 6.3 Eettiset kysymykset ja luotettavuus

Opinnäytetyössä sitouduttiin noudattamaan Tutkimuseettisen neuvottelulautakunnan (TENK) ohjeiden mukaista hyvää tieteellistä käytäntöä ja hyviä tieteellisiä menettelytapoja, joiden peruseriaatteita ovat luotettavuus, rehellisyys, arvostus ja vastuunkanto. Opinnäytetyöprosessi suunniteltiin, toteutettiin ja dokumentoitiin huolellisesti ja aiempi tutkimustieto on otettu huomioon työssä. Tarvittavista luvista ja suostumuksista huolehdittiin, ja eettinen ennakoarviointi ennen tutkimusaineiston keruuta eli ryhmähaastattelun aloittamista toteutettiin. Opinnäytetyön tekijät ovat varmistaneet, ettei kenenkään turvallisuus vaarannu opinnäytetyöprosessin takia ja osoittavat arvostusta kaikkia opinnäytetyöhön liittyviä osapuolia sekä laajemmin yhteiskuntaa, ympäristöä ja kulttuuriperintöä kohtaan. Ennen aineiston keruuta kaikkien osapuolten kanssa sovittiin aineistojen käyttöoikeuksista, käsittelytavoista ja säilyttämisestä. Opinnäytetyö noudattaa voimassa olevaan tietosuojalainsäädäntöön, salassapitoon, luottamuksellisuuteen ja vaihtoloon liittyviä velvoitteita. Yhteistyökumppanin kanssa sovittiin tavoitteista, oikeuksista ja velvollisuuksista ennen tutkimusaineiston keruuta. Muihin julkaisuihin ja tutkimuksiin on viitattu asianmukaisesti Metropolian kirjallisen työn ohjeiden määrittelemällä tavalla. (Tutkimuseettinen neuvottelulautakunta 2023: 11, 13–14.)

Sosiaalialan tutkimuksissa käsitellään usein sensitiivisiä kysymyksiä ja on mahdollista, että tutkittavien subjektien koskemattomuus ja loukkaamattomuus joutuvat jännitteeseen suhteeseen heitä koskevan tiedon hankinnan kanssa (Rauhala & Virokannas 2012: 237). Vaikka tutkimuksen tuottamalla tiedolla olisi arvoa, sillä voi olla myös tutkittavia loukkaavaa, leimaavaa tai epätoivoa lisäävää vaikutusta (Rauhala & Virokannas 2012: 237). Näiden eettisten kysymysten vuoksi opinnäytetyön tekijät päättivät valita

näkökulmaksi osallisuuden, sillä näin haastattelukysymykset voitiin muodostaa voimavaralähtöisesti, mikä toivottiin tuottavan positiivisen haastattelukokemuksen osallistujille. Haastattelukysymysten muotoilussa otettiin huomioon sensitiivisyyden merkitys kokonaisuudessaan niin mielenterveyden, kulttuurin kuin sukupuolen moninaisuuden kannalta. Koko opinnäytetyöprosessia läpileikkaavana teemana toimi opinnäytetyön tekijöiden itsereflektiokyky ja sen kehittäminen: pyrkimys jatkuvasti tiedostamaan ja tarkastelemaan kriittisesti omien elämäntietojen ja maailmankatsomusten vaikutusta työskentelyyn sekä kiinnittämään erityistä huomiota mahdollisiin ennakoitaviin. Haastattelutilanteissa pyrittiin avoimuuteen ja dialogisuuteen sekä turvallisen haastattelutilanteen luomiseen.

Haastatteluun suostuville toimitettiin informointikirjeet ja suostumusasiakirjat allekirjoitettaviksi ennen haastattelua. Haastattelusta kiinnostuneet saivat nähtäväksi ja halutesaan tulosteena mukaan otettavaksi myös haastattelurungon. Näin haluttiin madaltaa kynnystä osallistua haastatteluun mahdollistamalla ennalta varautuminen kysymyksiin. Osallistuminen ryhmähaastatteluun oli vapaaehtoista, ja osallistumisen sai keskeyttää milloin tahansa. Ryhmähaastattelu toteutettiin Taiteen Sulattamon tiloissa, joissa noudatetaan turvallisemman tilan sääntöjä, joita myös opinnäytetyön tekijät sitoutuivat noudattamaan.

Ryhmähaastattelu litteroitiin ja analysoitiin anonymisti ilman tunnistettavia henkilötietoja. Kerätty haastatteluaineisto säilytetään kuusi kuukautta opinnäytetyön valmistumisesta Metropolian tietoturvalisellä verkkolevyllä salasanan takana, minkä jälkeen se tuhotaan. Haastateltavia informoitiin opinnäytetyön tarkoituksesta ja julkisuudesta. Opinnäytetyön tekijät pohtivat myös tutkimuksen hyötyjä haastateltaville ja arvioivat, että ryhmähaastattelulla voisi olla kohderyhmälle sosiaalista hyötyä. Eri taidepajoissa käyvät voisivat mahdollisesti tavata toisiaan ryhmähaastattelun äärellä, ja monen vertaisen yhteinen haastattelukysymysten avustama reflektointi voisi parhaassa tapauksessa olla voimauttava ja ihmisiä yhdistävä kokemus. Eettisesti kestävä sosiaalityön tutkimus pyrkii olemaan hyödyllistä ja rakentavaa tutkimukseen osallistuville ihmisille (Rauhala & Vironkannas 2012: 238). Osallistujat hyötyvät tutkimuksesta välillisesti myös silloin, jos Taiteen Sulattamo päättää hyödyntää opinnäytetyön tuloksia tulevaisuudessa kehittämistoiminnassaan ja myös tämä huomioitiin haastattelukysymyksiä laatiessa. Tutkimuskysymyksen luonteen ja Taiteen Sulattamon toiminnan maksuttomuuden vuoksi voidaan olettaa, ettei opinnäytetyön tuloksia voida käyttää sellaiseen kehittämistoimintaan, jossa kohderyhmä kärsisi esimerkiksi toiminnan taloudellisesta tehostamisesta (Rauhala & Vironkannas 2012: 238).

Valtakunnallinen sosiaali- ja terveysalan eettinen neuvottelukunta ETENE on määritellyt eettiset suositukset sosiaali- ja terveysalalle vuoden 2011 julkaisussaan Sosiaali- ja terveysalan eettinen perusta. Eettiset suositukset sosiaali- ja terveysalalle ovat kiteytettyinä asiakkaiden ja potilaiden ihmisarvon ja perusoikeuksien kunnioittaminen, asiakkaan ja potilaan edun pitäminen lähtökohtana palveluille ja hoidolle, arvostava ja kunnioittava vuorovaikutus sekä asiakkaiden että ammattilaisten kesken, palveluiden laadusta ja saatavuudesta huolehtiminen sekä vastuulliset päätökset ja toimintakulttuuri (ETENE 2011: 5–7).

Ryhmähaastattelu nauhoitettiin opinnäytetyön tekijöiden puhelinten sisäänrakennetuilla nauhureilla ja nauhoitteet olivat suojassa puhelinten salasanojen takana. Nauhoitteet siirrettiin heti haastattelutilanteiden jälkeen Metropolian tietoturvaliselle verkkolevyille ja poistettiin puhelinten muistista. Kerätty aineisto litteroitiin sanantarkasti mahdollisimman nopeasti haastattelutilanteen jälkeen.

#### 6.4 Aineiston analyysi

Aineiston analysoinnissa keskitytään siihen, mistä haastateltavat puhuvat ja millaisia asioita, aiheita ja teemoja haastattelusta nousee esiin. Laadullinen analyysi koostuu kahdesta käytännössä toisiinsa nivoutuvasta vaiheesta, jotka ovat havaintojen pelkistäminen ja arvoituksen ratkaiseminen (Ala-Suutari 2011: 39). Tutkimuskysymyksen kannalta olennaisten havaintojen selvittämiseksi, aineistoa tarkasteltiin kulttuurihyvinvoinnin viitekehyksessä osallisuuden sosiaalipedagogisesta näkökulmasta. Aineistosta saatuja havaintoja yhdistellään havaintojen joukoiksi, etsimällä erillisille havainnoille yhteisiä piirteitä (Ala-Suutari 2011: 40). Saatu aineisto teemoiteltiin eli nostettiin esiin tutkimuskysymyksen kannalta keskeisiä asiakokonaisuuksia ja toistuvasti esiintyviä piirteitä. Opinnäytetyön aineiston koodaus oli sekä aineisto- että teorialähtöistä, sillä viitekehys ja näkökulma ohjasivat aineiston tarkastelua, mutta aineistosta esiin nousevia kiinnostavia asioita lähestyttiin avoimin mielin. (Vuori; Juhila.)

Jotta aineiston voi analysoida, se täytyy lukea aktiivisesti useaan kertaan esittämällä sille kysymyksiä (Hirsjärvi & Hurme 2022: Luku 7.3. Aineiston lukeminen). Tutkijan tulee voida poimia tutkittavan aiheen kannalta oleellinen tieto aineistosta (Hirsjärvi & Hurme 2022: Luku 7.4.1. Aineiston kuvailu). Tutkimuskysymys osoittaa, mitä aineistosta raportoidaan (Tuomi & Sarajärvi 2018: Luku 4.1. Yleinen kuvaus analyysin toteut-

tamisesta). Opinnäytetyön tutkimuskysymys on: Millaisia osallisuuden kokemuksia mielenterveystoipujilla on ollut Taiteen Sulattamon luovassa ryhmätoiminnassa? Opinnäytetyössä pyritään siis raportoimaan haastateltavien osallisuuden kokemuksia Taiteen Sulattamon luovassa ryhmätoiminnassa.

Sisällönanalyysi on tekstianalyysin menetelmä, jolla dokumentteja voidaan analysoida systemaattisesti ja objektiivisesti. Kvalitatiivisen tutkimuksen teoriaa kehittäneen Harry F. Wolcott'in (1994) mukaan tutkija kuitenkin tekee jo tutkimusaihetta valitessaan useita subjektiivisia valintoja, eikä siksi voi olla koskaan täysin objektiivinen (Hirsjärvi & Hurme 2022: Luku 7.4.1. Aineiston kuvailu). Sisällönanalyysin avulla aineisto saadaan myös järjestetyksi johtopäätösten tekoa varten. Koska opinnäytetyön teemahaastattelukysymykset on määritelty Nivalan ja Rynänen sosiaalipedagogisen osallisuuden kolmiolotteisen näkemyksen kautta, opinnäytetyön analyysimenetelmänä käytetään teorialähtöistä sisällönanalyysia. Teorialähtöisessä sisällönanalyysissa luokittelu perustuu johonkin aiempaan käsitejärjestelmään, kuten teoriaan tai malliin. (Tuomi & Sarajärvi 2018: Luku 4.4.4. Teorialähtöinen sisällönanalyysi.)

Teorialähtöinen sisällönanalyysi etenee aineiston ehdoilla, kuten myös aineistolähtöinen sisällönanalyysi, mutta näiden analyysitapojen ero tulee esiin abstrahointivaiheessa eli siinä, miten empiirinen aineisto liitetään teoreettisiin käsitteisiin. Aineistolähtöinen analyysi puolestaan voidaan karkeasti jaotella kolmivaiheiseksi prosessiksi, joka koostuu aineiston redusoinnista eli pelkistämisestä, aineiston klusteroinnista eli ryhmittelystä ja aineiston abstrahoinnista eli teoreettisten käsitteiden luomisesta. Ennen analyysin aloittamista sisällönanalyysissa on määriteltävä analyysiyksikkö, jonka määrittämisestä ohjaavat tutkimuskysymys sekä aineiston laatu. Teorialähtöisessä sisällönanalyysissa muodostetaan ensimmäiseksi analyysirunko, joka voi olla väljäkin, ja sen sisälle muodostetaan erilaisia kategorioita noudattaen aineistolähtöisen sisällönanalyysin periaatteita. Kategoriat määritellään jo olemassa olevan tiedon perusteella ja niihin etsitään aineistosta sisältöjä. Eteneminen analyysissa tapahtuu yleisestä yksityiseen. (Tuomi & Sarajärvi 2018: Luku 4.4.4. Teorialähtöinen sisällönanalyysi.)

Opinnäytetyön aineistona toimii ryhmähaastattelu, joka nauhoitettiin ja nauhoite puolestaan litteroitiin. Litterointi tehtiin sanantarkasti ja myös taustaäännet sekä puheenvuoroissa olleet tauot kirjoitettiin auki. Haastateltavat nimettiin H1, H2, H3 ja H4. Koska opinnäytetyön tekijöitä on kaksi, tunnin ja viidentoista minuutin haastattelu jaettiin kestoltaan puoliksi ja molemmat litteroivat noin puolet nauhoitteesta. Litterointi tehtiin kir-



joittaen Word-tekstinkäsittelyohjelmalla ilman muita apuvälineitä. Tämän jälkeen molemmat opinnäytetyön tekijät lukivat vielä litteroidun aineiston kokonaisuudessaan samalla kuunnellen nauhoitteen. Litteroituun aineistoon tehtiin tarvittavat korjaukset, joista myös keskusteltiin yhdessä. Tällaisia olivat muun muassa jotkin kohdat nauhoitteessa, joista oli haastavampi saada selvää esimerkiksi taustäänien takia. Litteroidun aineiston kokonaispituudeksi tuli 18 sivua.

Aineiston analyysivaiheessa opinnäytetyöntekijät tapasivat ja määrittelivät yhdessä aineistonanalyysissa käytettävät koodit. Koodien määrittely tapahtui ensin pohtimalla ja keskustelemalla yhdessä siitä, millaisia aiheita selkeästi nousee esiin haastatteluai-  
neistosta, haastattelun teemoista sekä opinnäytetyön aiheesta. Haastattelun teemat oli määritelty Nivalan ja Ryynäsen sosiaalipedagogisen osallisuuden kolmiulotteisen näkemyksen kautta, johon sisältyy kuuluminen yhteisöön, osallistuminen yhteisöön ja kuulumisen tunne. Haastattelun teemat olivat minä Taiteen Sulattamon kävijänä (kuulumisen yhteisöön), osallistuminen taidepajoihin ja Taiteen Sulattamon toimintaan (osallistuminen yhteisöön) sekä ilmapiiri ja vuorovaikutus taidepajoissa (kuulumisen tunne).

Alussa keskusteluun nousi muutamia käsitteitä, kuten mielenterveys, luova toiminta, vuorovaikutus ja kehittämistoiminta. Listasimme mahdollisia alateemoja käsitteiden mukaisesti. Ensimmäiselle listalle kirjoitettiin mielenterveys, vuorovaikutus ja sosiaaliset suhteet, luova ryhmätoiminta, vertaistuki, elämänhallinta, stigma, vertaisoppiminen, luovuus, voimaantuminen, ilmapiiri, tasa-arvo, kehittämistoiminta ja turvallisuuden tunne. Nämä käsitteet asetettiin Excel-taulukkoon ja jokaiselle käsitteelle annettiin oma värikoodi. Opinnäytetyön tekijät aloittivat aineiston koodaamisen näillä koodilla saman tien yhdessä kokeillakseen, miten koodit toimivat aineistossa, ja tuleeko aineistosta esiin jotakin, joka vaatisi koodien muokkaamista.

Opinnäytetyön tekijät huomasivat noin kahden litteroidun aineiston sivun koodaamisen jälkeen, että koodit vaativat muokkaamista. Koodeihin lisättiin uudeksi koodiksi ohjaajien toiminta, ja koodit mielenterveys, elämänhallinta sekä stigma yhdistettiin yhdeksi koodiksi, joka nimettiin toipumiseksi. Lopulliset koodit, joilla litteroitu aineisto koodattiin, olivat toipuminen, vuorovaikutus ja sosiaaliset suhteet, luova ryhmätoiminta ja luovuus, ohjaajien toiminta, vertaistuki ja vertaisoppiminen, turvallisuuden tunne, voimaantuminen ja itsetunto sekä luottamus, ilmapiiri, tasa-arvo sekä kehittämistoiminta. Opinnäytetyön tekijät sopivat myös lihavoivansa litteroidusta aineistosta sellaisia puheenvuoroja, joita voisi käyttää sitaatteina opinnäytetyössä. Aineisto jaettiin puoliksi ja kumpikin koodasi sovittujen koodien avulla oman puoliskonsa.

Opinnäytetyön tekijät tapasivat uudelleen ja kävivät yhdessä vielä läpi koko aineiston koodineen. Koodauksia muokattiin vielä kummankin palautteen perusteella. Kun molemmat opinnäytetyön tekijät olivat päässeet yksimielisyyteen koodauksista, litteroidusta aineistosta koodatut puheenvuorot listattiin erilliseen Word-dokumenttiin. Koodatut puheenvuorot jäsenneltiin koodien perusteella luotujen otsikoiden alle pitkäksi listaksi, jonne kirjoitettiin myös haastateltavien tunnisteet H1, H2, H3 ja H4 sekä jätettiin lihavoinnit sitaatteja varten.

Sisällönanalyysin ensimmäinen vaihe on alkuperäisdatan pelkistäminen niin, että tutkimuksen kannalta epäolennainen data karsitaan aineistosta pois. Pelkistäminen voi tapahtua esimerkiksi etsimällä litteroidusta aineistosta tutkimustehtävää kuvaavia ilmaisuja. (Tuomi & Sarajärvi 2018: Luku 4.3. Kolme aineistolähtöistä analyysimallia.) Opinnäytetyön koodatut puheenvuorot redusoitiin eli pelkistettiin niin, että jokaisesta puheenvuorosta kirjoitettiin erikseen vain sen pelkistetty asiasisältö jokaisen alkuperäisen puheenvuoron alle kursiivilla. Muuta karsimista ei aluksi tehty, sillä opinnäytetyön tekijät eivät halunneet kadottaa tai jättää huomioitta myöskään sellaisia osia aineistosta, jotka eivät suoraan vastaisi vain tutkimuskysymykseen, mutta saattaisivat olla silti kiinnostavia tai merkittäviä havaintoja. Esimerkiksi toipumiseksi koodattu haastateltavan H2 puheenvuoro: *”Ja sitten se ei vaadi sitä, että mä tietäisin tämän diagnoosin, miten sen elämä on mennyt ja miten toi on, vaan että tavallaan mun mielestä ehkä täällä ollaan niin kuin tässä nyt hetkessä”* pelkistettiin seuraavanlaiseksi: Ei tarvitse tietää muiden diagnooseja tai elämäntarinoita, hetkessä eläminen.

Seuraavaksi kaikki pelkistetyt puheenvuorot listattiin sellaisinaan ja mitään kadottamatta uuteen erilliseen Word-dokumenttiin samojen koodien perusteella määriteltyjen otsikoiden alle. Tässä kohtaa pelkistetyistä ilmauksista häivytettiin haastateltavien tunnisteet H1, H2, H3 ja H4, sillä tavoitteena oli luoda pohjaa klusteroinnille ja muodostaa pelkistyksistä alakategorioita, joiden avulla syventää ymmärrystä aineiston sisällöstä ja sisällön kytkeytymisestä laajempiin ilmiöihin. Klusteroinnissa eli ryhmittelyssä aineistosta koodatut alkuperäisilmaukset käydään tarkasti läpi ja etsitään samankaltaisuuksia tai eroavaisuuksia kuvaavia käsitteitä (Tuomi & Sarajärvi 2018: Luku 4.4.3. Aineistolähtöinen sisällönanalyysi). Alakategoriat kirjattiin lopulta ylös viiden sivun listaksi.

Alkuperäisten sovittujen koodien avulla luotiin Excel-taulukko, jonne kaikki alakategoriat kirjattiin yläkategorioiden mukaisten otsikoiden alle (Liite 5. Analyysivaiheen tau-

lukko). Tämä tehtiin selkeyttämään analyysia ja tukemaan ajattelua, sillä taulukkonäkymä mahdollisti kaikkien alakategorioiden tarkastelun samanaikaisesti yhdeltä sivulta. Alakategorioita yhdistelemällä ja sulauttamalla keskenään, muodostettiin yläkategorioita. Samaan Excel-tiedostoon tehtiin toinen sivu, johon yläkategoriat kirjoitettiin. Yläkategoriat olivat toipumisorientaatio, voimaantuminen, stigma ja sen väheneminen, elämänhallinta, vertaisuus, sosiaaliset kohtaamiset, voimavarakeskeisyys, toiminnan avoimuus ja vapaus sekä vapaaehtoisuus, hyvä ja turvallinen ilmapiiri, luovuuteen kannustava ja mukautuva ympäristö, yhteisöllisyys, kävijöiden moninaisuus, osaava ja ystävällinen henkilökunta, kehittämistoimintaan osallistuminen sekä luova yhteinen toiminta. Opinnäytetyön tekijät muodostivat yläkategoriat varmistaakseen, että alkuperäiset koodaukset olivat relevantteja sekä syventääkseen ymmärrystä aineistosta. Muodostettuja yläkategorioita myös verrattiin Nivalan ja Rynänen sosiaalipedagogisen osallisuuden teoriaan.

## **7 Aineiston analyysin tulokset**

Opinnäytetyön tulokset on jaettu kolmeen alalukuun haastattelun teemojen perusteella. Haastateltavien sitaattien kieliasua on muutettu niin, että puhekielisyyttä on yksinkertaistettu ja sanojen toistoja sekä joitain täytesanoja poistettu. Puheenvuorojen kieliasu on myös yhdenmukaistettu. Sitaintien sisältöä ei kuitenkaan ole millään lailla muutettu. Kieliasun muutokset on tehty helpottamaan puheenvuorojen sisältöjen ymmärtämistä sekä varjelemaan haastateltavien anonymiteettiä.

### **7.1 Minä Sulattamon kävijänä**

Taiteen Sulattamon löytäminen ja toiminnan piiriin pääseminen voi tapahtua monia erilaisia reittejä: osa voi tulla erilaisten mielenterveyspalveluiden kautta, mutta koska toiminta on kaikille täysi-ikäisille avointa, myös pelkkä tietoisuus toiminnasta ja sijainnista riittää paikalle tulemiseen. Taiteen Sulattamo mainostaa omaa toimintaansa muun muassa paperisin esittein, verkkosivuillaan ja sosiaalisessa mediassa sekä erilaisissa mielenterveyteen ja kulttuurihyvinvointiin liittyvissä tapahtumissa.

Haastattelussa Taiteen Sulattamon toimintaan osallistumisen matalaa kynnystä ja maksuttomuutta kiiteltiin useaan otteeseen. Toiminnan avoimuutta voi hyödyntää eri tavoin. Läheisiä voi tuoda tutustumaan toimintaan ja tutustumaan voi tulla myös toisen puolesta. Tietoisuus Taiteen Sulattamosta ja taidepajatoiminnasta leviää hyvin, kun toimintaan voi mennä mukaan kuka vain.

"Semmoisessa verkostoinnissa on tosi hyvä, että jos mä tulisin ja mulla ei itselläni olisi jotain mielenterveystarvetta, niin mä voin tulla paikkaan tutustumaan sitä varten, että mä pystyn kertomaan jollekin toiselle. Vaikka lähipiirille tai kelle tahansa, siitä että tämmöinenkin paikka on. Ja se tieto menee myös sillä tavalla eteenpäin, jos paikka on avoin." H2

Haastateltavat kokivat toiminnan avoimuuden myös purkavan mielenterveyden haasteisiin liittyvää stigmaa vähentämällä ennakkoluuloja ja vääriä mielikuvia mielenterveydestä ja toipumisesta.

"Se vähentää sitä stigmaa ihan huomaamatta, että jos tulee ihmisiä ja niillä jollakin lailla voi olla vähän vääristynyt mielikuva jostain median luomasta ihmeellisestä mielikuvasta mielenterveydestä, niin se stigma kyllä karisee saman tien, kun tuosta ovesta tulee." H1

Haastateltavat kertoivat tiedostavansa, että järjestön toiminta pyrkii mielenterveyden edistämiseen, vaikkei toimintaan osallistuminen edellytä mielenterveyden haasteita eikä kävijöiden diagnooseja kysellä. Haastattelussa kävi ilmi, että ilmapiiri pysyy sopivan keveänä ja hetkessä eläminen mahdollistuu, kun ei tarvitse tietää muiden kävijöiden diagnooseja tai elämäntarinoita. Haastateltavat kertoivat, että vertaistukea ja ohjaajien tukea on silti aina saatavilla myös toipumiseen liittyvissä tilanteissa. Taiteen Sulattamolle voi tulla omana itsenään ja olla hyväksytty sellaisenaan kuin on. Toimintapaikassa pääsee tarvittaessa toiseen huoneeseen rauhoittumaan, mikäli toiminnan aikana ilmenee esimerkiksi ahdistusta.

"Se tuki ei oo ollut semmoista ahdistavaa, siihenkin on kysytty jollain tapaa lupa tai se on osattu antaa silleen hyvällä tavalla." H1

Osalla haastateltavista oli kokemusta useista vastaavanlaista toimintaa tarjoavista paikoista. Taiteen Sulattamo oli heidän mukaansa erottunut niiden joukosta toiminnan avoimuudella, vapaalla ilmapiirillä sekä toiminnan vapaaehtoisuudella. Kyseiset haastateltavat kertoivat, että joissain paikoissa vaaditaan enemmän vuorovaikutusta tai toimintaan osallistumista seurataan vierestä. Taiteen Sulattamon toiminta tapahtuu toipumisorientaation viitekehyksessä, mikä näkyy muun muassa toiminnan vapautena ja vapaaehtoisuutena, toipujuuden huomioimisella toiminnassa ja kielenkäytössä sekä turvallisemman tilan ohjeistuksena.

"Kun tänne tulee niin voisi jollain tasolla sanoa, että mä unohdan, että mulla on mielenterveysongelmia." H1

Haastateltavat kertoivat taidepajatoiminnan olevan siinä määrin vapaamuotoista, että vaikka jokaisessa taidepajassa on ennalta määritellyt luovan toiminnan muotonsa ja aiheensa, osallistuminen ei aseta minkäänlaisia vaatimuksia osallistujalle. On mahdollista osallistua taidepajaan ja päättää työstää jotakin muuta taidemuotoa, jatkaa aiempaa työtä tai olla läsnä tekemättä mitään. Haastateltavat kokivat tämän madaltavan kynnystä osallistua toimintaan säännöllisesti, sillä osallistuminen ja paikalla oleminen on mahdollista, vaikka eteen tulisi päivä tai hetki, jolloin ei voi tai halua tehdä tiettyjä asioita. Joskus pelkkä paikalle saapuminen riittää.

“Eli kukaan ei ihmettele sitä, jos sä tulet tänne ja istut vaan pöytään, jos istut edes, ja olet vaan ja yrität olla.” H2

Haastateltavat kertoivat vertaistuen merkityksestä. Taidepajatoiminnassa vertaistukea on saatavilla aina, kun sitä tarvitsee tai haluaa. Vertaistuen mahdollisuus koettiin yhdeksi syyksi käydä taidepajatoiminnassa ja ilmapiiriä kuvailtiin ylipäätään kannustavaksi ja avuliaaksi. Eräs haastateltavista kertoi, että on merkityksellistä voida käydä kahdenkeskisiä vertaistukikeskusteluja muiden kävijöiden kanssa esimerkiksi mielen-terveyteen ja byrokratiaan liittyvissä asioissa. Toipumisen näkökulmasta yhteys muihin on tärkeää ja pelkkä yhdessä muiden kanssa oleminen voi olla hyvä asia. Haastattelussa korostui, että on tärkeää myös voida olla rauhassa muiden kanssa.

”Just että saa olla yhdessä ihan hiljaa, koska sitten voi olla se tarve, että haluaa olla muiden kanssa vaikkei halua jakaa ja koko ajan puhua.” H1

Haastateltavat toivat esiin taidepajatoiminnan kävijöiden moninaisuutta. Kävijät ovat keskenään eri ikäisiä ja eri elämäntilanteissa. Vaikka toiminta on kohdennettu erityisesti mielen-terveyden edistämiseen ja toipumiseen, eivät kaikki kävijät ole kuitenkaan mielen-terveystoipujia. Haastateltavat kertoivat arvostavansa kävijöiden suurta ikähaarukkaa ja kokevansa, että eri ikäisten läsnäolo on rikkaus, joka mahdollistaa monen-  
laista oppimista muilta. Taiteen Sulattamon ainoa ikään liittyvä vaatimus toimintaan osallistumiseen on täysi-ikäisyys. Haastattelussa kyseenalaistettiin ja kritisoi-  
tiin ikäluokien perusteella rajattua ryhmätoimintaa. Haastateltavat kuvailivat suuren ikähaarukan mahdollistavan toiminnan muutoskyvyn ja liikkeessä pysymisen, mutta huomioivat myös, että ikärajoille paikoille on oma kävijäkuntansa. Samanikäiset ihmiset eivät välttämättä ole samassa elämäntilanteessa, vaan yhtä hyvin eri-ikäiset voivat samais-  
tua toisiinsa. Eräs haastateltavista kuvaili puolestaan nuorentuvansa käymällä toiminnassa, jossa käy häntä nuorempia ihmisiä.

”Vaikka täällä käy vanhempiakin ihmisiä, se ei tarkoita sitä, että se jotenkin poistaisi tän freesin tilan, vaan kun täällä on eri ikäisiä, niin täällä säilyy semmoinen.” H1

Pitkään Taiteen Sulattamon toiminnassa mukana ollut haastateltava kuvaili, että vakioikäijöiden lisäksi taidepajatoiminnassa käy paljon myös satunnaisia kävijöitä. Kävijöiden vaihtuvuus ja moninaisuus pitävät haastateltavien mukaan ilmapiirin raikkaana ja uudistuvana. Välillä osa aiemmin säännöllisesti käyneistä henkilöistä jää pois toiminnasta. Joskus pitkään poissa toiminnasta ollut henkilö tulee uudestaan käymään, jolloin jälleennäkeminen voi olla iloinen tapahtuma.

”Niin johtuen siitä, että tästä tiedotetaan sen verran hyvin, niin täällä on aina ihan satunnaisiakin kävijöitä. Eli täällä niin kuin tavallaan se meidän oma ihana kupla, jonka me haluaisimme kenties pitää, niin aina puhkaisuun. Ja laitetaan niin kuin hengittämään, myös ulospäin.” H2

Osa haastateltavista kertoi, että kotoa lähteminen ja paikalle saapuminen on joskus vaikeaa muun muassa oman jaksamisen vuoksi. He kertoivat kuitenkin tuntevansa hyvää oloa taidepajatoiminnan jälkeen väsymyksestä tai muista haasteista huolimatta. Olotilaa kuvailtiin rennommaksi, paremmaksi ja voimaantuneeksi.

”Meillä on hyvä olla, ja sitten että muiltakin olen kuullut samaa mitä itse koen, että kun tulee tänne ja on vähän sellainen, että en jaksa mitään, en edes lähde, no sitten lähtee ja sitten kun täältä lähtee pois, niin on rennompi ja parempi olo. Että hengittää.” H2

Osa haastateltavista koki arjen sujuvuuden ja elämänhallinnan parantuneen taidepajatoimintaan osallistumisen myötä. Haastateltavat kertoivat saavansa taidepajatoimintaan osallistumisesta voimia arjessa jaksamiseen. Luovan toiminnan avulla voi hetkeksi unohtaa omat haasteet. Kotona tulee toisinaan murehdittua asioita, mutta taidepajoissa saa mielekästä tekemistä ja pääsee ulos kodista. Taidepajatoiminta luo ja tukee päivä- ja viikkorytmiä motivoiden heräämään aamulla, nousemaan sängystä ylös ja lähtemään ulos.

”No jos nyt brutaalisti sanotaan, niin tämä paikka on pitänyt mua hengissä. Että ilman tätä mä varmaan jo megasyrjäytyneenä makaisin tuolla sängyssä tai mua ei välttämättä edes enää olisi.” H1

Haastateltavat kertoivat Taiteen Sulattamon tasa-arvoisesta ilmapiiristä ja toimintavoista, joissa kaikki otetaan vastaan eikä ketään syrjitä. Kävijöiden välisen tasa-arvon kuvailtiin olevan puoleensavetävää. Osa haastateltavista pohti yhdessä, että taidetoiminnan rajaaminen esimerkiksi iän perusteella tuntuisi erikoiselta muun muassa siksi,

että kuka vain voi nauttia taiteen tarkastelusta ja tekemisestä esimerkiksi käymällä taide museoissa tai –gallerioissa. Eräs haastateltava korosti tasa-arvon merkitystä myös sosiaalityössä.

“Itse pidän tärkeänä todella sitä tasa-arvoisuutta sosiaalityössä, että kukaan ei ole toista ylempänä vaan antaa niin kuin ammattitaitonsa käyttöön ja on vierellä kulkija sen hetken mitä on.” H2

## 7.2 Osallistuminen Sulattamon toimintaan

Oma kiinnostus luovaan toimintaan ja taiteeseen oli tuonut haastateltavat tutustumaan Taiteen Sulattamon toimintaan. Suurin osa haastateltavista kertoi taiteen tekemisen olleen osa elämää jo ennen taidepajatoimintaan osallistumista, mutta kaikki eivät vielä tutustumisvaiheessa harrastaneet aktiivisesti taidetoimintaa. Omista luovista harrastuksista tai projekteista oli joko ollut pitkään taukoa tai itselle mieluisin taidetoiminnan muoto löytyi vasta eri taidepajoihin tutustumisen myötä. Haastateltavat kertoivat oman luovuuden sekä luovan tyylin löytämisestä ja sen vahvistumisesta taidepajatoiminnassa. Joillakin haastateltavista oli aiempia huonoja kokemuksia tietyistä luovan toiminnan muodoista, esimerkiksi peruskoulun käsityötunneilta. Eräs haastateltavista oli rohkaistunut kokeilemaan käsitöitä uudelleen Taiteen Sulattamon käsityö- ja muotoilupajassa, kun oma luova voima oli ensin löytynyt ja vahvistunut tarpeeksi.

Taidepajatoiminnassa keskitytään luovaan tekemiseen omien voimavarojen ja jaksamisen mukaan. Taiteen Sulattamon luovan toiminnan tarjonnasta voi löytää itselleen mielekkäitä asioita ja luovia itseilmaisun keinoja. Pienetkin onnistumisen kokemukset kasvattavat itsetuntoa ja itseluottamusta. Osa haastateltavista oli aiemmin kokenut, etteivät he osaa tehdä luovia asioita. Pajoissa osallistujien taiteellista osaamista ja tekemistä ei arvostella, eikä toiminnassa voi epäonnistua. Muiden osallistujien ominaisuuksien ja piirteiden hyväksyminen auttaa myös tuntemaan itsensä hyväksytyksi. Oman itsekriittisyyden tunnistaminen ja itsensä hyväksyminen tukevat itsetuntoa. Haastateltavat kertoivat, että Taiteen Sulattamon toimintaan voi tulla ja toiminnassa voi olla täysin omana itsenään. Erilaiset ihmiset, tavat ja tunteet ovat hyväksytyjä.

”Mulla on ollut merkittäviä löytöjä itsestäni täällä.” H4

“Pikkuhiljaa aloin huomata, että ihanaa täällä jokainen saa olla tasan oma itsensä, koska mä en ollut näin avoin silloin kun mä aloitin täällä, mä olin paljon hiljaisempi ja kuoreeni vetäytyneempi.” H3

Kaikki haastateltavat kertoivat saaneensa taidepajatoiminnassa hyviä ja innostavia sekä voimaannuttavia kokemuksia. Hyvät kokemukset olivat antaneet inspiraatiota sekä innoittaneet tekemään luovia asioita myös taidepajatoiminnan ulkopuolella. Lisäksi kannustava ilmapiiri koettiin voimaannuttavaksi. Osa haastateltavista kertoi löytäneensä taidepajatoiminnan myötä uudelleen luovan harrastuksen, joka oli syystä tai toisesta aiemmin päättynyt. Osa taas kertoi löytäneensä uusia puolia ja osaamisen alueita itsestään sekä luottamuksen omaan luovuuteen ja osaamiseen kasvaneen. Eräs haastateltava kertoi tämän vahvistaneen myös itsetuntoa ja itseluottamusta.

“Se on ollut tosi voimauttavaa, että sitten on itsevarmuus ja semmoinen jollain tavalla kasvanut, ja se usko itseensä ja siihen omaan luovaan voimaan. Että se kantaa jatkossakin, vaikka mä lähtisin täältä, niin mä olen saanut täältä hyvät eväät siihen, että miten paljon se luovuus kantaa ja antaa voimaa myös niissä huonommissa hetkissä.” H1

Haastateltavat olivat käyneet monipuolisesti erilaisissa taidepajoissa. Säännöllisesti järjestettävistä taidepajoista mainittiin kuvataidepaja, musiikkipaja, käsityö- ja muotoilupaja sekä kirjoituspaja. Lisäksi osa haastateltavista oli käynyt soveltavan taiteen pajassa, erilaisilla taidepajaryhmien retkillä, joogassa ja äänimaljarentoutuksissa. Kuvataidepajassa haastateltavat olivat harjoitusten myötä löytäneet aivan uuden luovan osaamisalueen itsestään, löytäneet uudelleen kuvataiteen tekemisen ilon tai vahvistaneet jo olemassa olevia kykyjään.

“Siitä se lähti ja oon nauttinut ihan tosi paljon ja siis ihan se on todella ollut semmoinen niin kuin voimaannuttava löytö itsestäni. Ja semmoinen myöskin missä koko ajan inspiroituu lisää ja keksii kaikkea uutta.” H4

Musiikkipajassa käynyt haastateltava kuvaili toiminnasta jääneen hyviä muistoja ja hyvien kokemusten vahvistaneen hänen omaa luovuuttaan ja osaamistaan sekä uskoa oman luovuuden kehitykseen. Kirjoituspajassa käyneet haastateltavat kertoivat myös hyvistä kokemuksistaan. Yksi oli löytänyt uudestaan kirjoittamisen ilon, ja toinen oli saanut yllättäviä elämyksiä huomattaessaan oman tekstinsä olevan hyvää sekä havainnut sitä kautta oman itsekriittisyytensä.

“Ne ahaa elämykset, kun on tajunnut jotain just kirjoituspajallakin, että ei vitsi tästä tulikin hyvä ja että oon tosi kriittinen. Tai sitten toi taidejuttu, että nyt oon löytänyt semmoisen oman tyylin tehdä ja mä en olisi ikinä uskonut, että jotain sellaista tapahtuu.” H1

Taiteen Sulattamon toimintaympäristö ja tilojen merkitys luovan toiminnan mahdollistajana herätti keskustelua. Tilat sijaitsevat 1920-luvulla rakennetussa entisessä Hankki-



jan rakennuksessa Malmilla. Avarat huoneet ja helposti liikuteltavat huonekalut mahdollistavat toimintaympäristön mukautumisen monenlaiseen toimintaan. Kaikki haastateltavat osallistuivat keskusteluun tilojen viihtyisyydestä. Haastateltavat kuvailivat tilojen vaikuttavan paikan henkeen. Eräs haastateltava nosti esiin taidetoiminnassa käytettävien taidevälineiden runsauden ja korkean laadun.

Taiteen Sulattamo tekee taidepajatoiminnan lisäksi erilaisia hankkeita, taideproduktioita ja koulutuksia. Yksi haastateltava oli osallistunut Taiteen Sulattamon kokemusasiantuntijakoulutukseen liittyvään iltatilaisuuteen ja sen innoittamana aikoi lähteä myös itse mukaan kokemusasiantuntijakoulutukseen. Osa haastateltavista kertoi harkitsevansa myös koulutukseen mukaan lähtemistä. Eräs haastateltava oli puolestaan osallistunut Taiteen Sulattamon ja teatteriammattilaisten yhteistyöprojektiin kokemusasiantuntijan roolissa. Hän kertoi arvostavansa Taiteen Sulattamon luomia mahdollisuuksia osallistua erilaisiin yhteistyöprojekteihin taiteen ammattilaisten kanssa.

“On se hienoa päästä mukaan vaikuttamaan ja tuli semmoinen olo, että mä en oo kokenut tätä turhaan jotain just mitä elämässä oon kokenut, että tällä on ollut nyt joku merkitys, että mä voin tästä jakaa.” H1

Taiteen Sulattamo järjestää taidepajatoiminnan kävijöille myös yhteisiä retkipäiviä erilaisiin taide-, kulttuuri- ja luontokohteisiin. Haastattelussa retkien kuvailtiin mahdollistavan erilaisista kulttuurikokemuksista nauttimisen, sillä vertaisryhmän ja ohjaajan kanssa kynnys lähteä madaltuu. Haastateltavat kuvailivat ryhmän tuen saatavuuden olevan merkittävä tekijä retkille lähtemisessä. Myös retkitoiminnan maksuttomuus mahdollistaa osallistumista. Haastateltavat kertoivat retkitoiminnan joko innoittaneen tai toivovansa sen innoittavan toteuttamaan kulttuurielämyksiä itsenäisesti myös Taiteen Sulattamon toiminnan ulkopuolella.

“Käytiin siellä Taideyliopiston kuvataideakatemia näyttelyssä, niin ei mulla olisi tullut ikinä muuten mentyä sinne. Sekin niin kuin mahdollistui tätä kautta ja oli kiva mennä porukassa. Ja mulla on muutenkin tarkoituksena nyt ostaa tai hankkia museokortti, ja alkaa käydä enemmän näyttelyissä, niin se oli myös semmoinen kiva siihen hommaan liittyvä aloitus.” H4

Retkien lisäksi yhteisöllisyyttä lisäävinä tekijöinä tunnistettiin säännöllinen yhteinen toiminta ja toiminnan sisältöihin vaikuttaminen. Osa haastateltavista kertoi, että vaikkei kaikkien vakiokävijöiden kanssa ystäväystyisikään toiminnan ulkopuolella, niin hyvä ilmapiiri ja yhteisöllisyys näyttäytyi tuttujen kävijöiden huomioimisena myös kohtaamisissa toiminnan ulkopuolella.

Yhteisön toimintaan osallistumista käsittelevä haastatteluosio sisälsi taidepajatoimintaan osallistumisen lisäksi myös kysymyksen yhteisön toimintaan vaikuttamisesta kehittämistoimintaan osallistumalla. Osa haastateltavista kertoi antaneensa ohjaajille suoraan palautetta esimerkiksi taidepajatoiminnan aikana, sitä ennen tai sen jälkeen. Osa puolestaan kertoi antaneensa palautetta säännöllisesti kerättävän anonyymin palautekyselyn avulla. Haastateltavat kertoivat arvostavansa mahdollisuutta antaa palautetta myös nimettömästi. Palautekysely koettiin turvalliseksi keinoksi antaa palautetta, mikäli palautteen antaminen kasvotusten tuntui vaikealta. Palautteen antamista koskevan keskustelun aikana osa haastateltavista totesi, että annetut palautteet huomioidaan hyvin. Yleisin haastattelun aikana esiin noussut toiminnan kehittämistä koskeva toive oli taidepajojen pidempi kesto ja jotkut haastateltavista kertoivat jo esittäneensä toiveen iltatoiminnasta. Arkipäivien iltatoiminta mahdollistaisi taidepajatoimintaan osallistumisen myös päivätyössä käyville tai sinne paluuta tekeville. Taidepajatoiminta järjestetään toistaiseksi arkisin päiväsaikaan. Taiteen Sulattamo on järjestänyt viime vuonna myös jonkun verran iltatoimintaa, mutta sitä toivottiin nyt lisää. Yksi haastateltavista muistutti, etteivät mielenterveyden haasteita kokeneet ole välttämättä työkyvyttömiä tai poissa työelämästä ja että myös työaikataulut vaikuttavat kävijöiden osallistumismahdollisuuksiin.

Haastateltavien mukaan kävijöiden toiveet ja kehitysehdotukset toteutetaan tavalla tai toisella, mutta ajan ja resurssien puitteissa. Haastateltavat toivoivat myös, että Taiteen Sulattamo julkaisisi järjestön historiaa ja toiminnan kehityskaarta esittelevän dokumentaation, esimerkiksi dokumenttielokuvan tai kuvitetun kirjan muodossa. Yksi haastateltavista muistutti, että kehityskaaren olisi hyvä sisältää myös mahdollisten konfliktitilanteiden ja niiden ratkaisujen kuvailua, sillä mikään ei ole täydellistä.

“Tämähän voi kehittyä mihin päin tahansa, että jotain varmaan niin kuin hyvää on osattu muodostaa ja sitä on jatkettu sitten, että tämä voi olla tämmöinen paikka nyt.” H2

### 7.3 Kuulumisen tunne toiminnassa

Kuulumisen tunnetta taidepajatoiminnassa loivat kävijöiden sosiaaliset kohtaamiset, hyvä ja turvallinen ilmapiiri sekä osaava ja ystävällinen henkilökunta. Jokaisen taidepajan alussa käydään läpi turvallisemman tilan ohjeistus sekä yhteinen vapaaehtoinen nimi- ja kuulumiskierros. Haastateltavat korostivat, että taidepajatoiminnassa on tärkeää voida olla rauhassa muiden ihmisten seurassa. Taiteen Sulattamolla vuorovaikutuksen vapaaehtoisuus ja kävijöiden rajojen kunnioittaminen mahdollistavat sosiaalis-

ten tarpeiden täyttymisen haastateltavien mukaan turvallisella ja itselleen sopivalla tavalla. Eräs haastateltava korosti, että sosiaalisten tarpeiden täyttymistä edistää keskustelun ja tekemisen lisäksi myös läsnäolo ja nähdäksi tuleminen.

“Kyllä mun mielestä se lähtee ihan siltäkin tasolta, että kun katsoo toista ystävällisesti tai puhutaan hymyn vaikutuksesta, että sen ei tarvitse olla sen kummallisempi, että tulee semmoinen hyvä fiilis. Kai se on nyt sitä, että tulee nähdäksi tai jotain ehkä tämmöistä väitetään, mutta sekin riittää yllättävän pitkälle.” H2

Osa haastateltavista kuvaili kokeneensa joissain muissa samankaltaista toimintaa järjestävissä toimintapaikoissa painostusta aktiiviseen vuorovaikutukseen ja sosiaaliseen kanssakäymiseen toisten kanssa. Eräs haastateltava kuvaili ihmissuhteiden muodostuvan luonnollisesti ja korosti, ettei hänestä ole tarpeen tutustuttaa kaikkia ihmisiä keskenään. Osa haastateltavista kuvaili, että Taiteen Sulattamossa on helppoa päästä mukaan porukkaan ja liittyä keskusteluihin, koska ilmapiiri ja vuorovaikutustilanteet pysyvät sopivan kevyenä. Toiminnassa ei synny niin kutsuttuja kuppikuntia, vaikka keskusteluja käydäänkin usein pienemmissä ryhmissä taidepajojen aikana. Yksi haastateltavista totesi, että joissain toimintapaikoissa tapahtuu hänen mielestään liiallista ryhmäytymistä, mikä vaikuttaa puolestaan kielteisesti osallistujien yhteisöllisyyteen.

“Mä oon käynyt eri paikoissa niin siellä on ollut semmoinen jotenkin, että oli vaikea päästä sisälle, että siellä oli jo joku semmoinen oma porukka, että mä en niin kuin päässyt sisälle niiden porukkaan, että vaikka kuinka yritin se oli niin kuin tosi vaikeaa. Mutta sit tänne kun tulin, niin saman tien jotenkin pääsi mukaan.” H1

Säännöllisesti taidepajatoimintaan osallistuvat tulevat toisilleen tutuiksi, vaikka eivät viettäisi muutoin aikaa yhdessä Taiteen Sulattamon ulkopuolella. Tutut ihmiset ympärillä lisäävät turvallisuuden tunnetta ja luottamusta. Tästä on hyötyä yleisesti taidepajatoiminnassa, mutta myös esimerkiksi retkillä, jolloin vierailu uuteen paikkaan voi jännittää tai aiheuttaa ahdistusta. Eräs haastateltavista kuvaili, että vaikka taidepajatoiminnan aloittamisen tavoitteet liittyivät mielen hyvinvointiin eivätkä uusien ystävien saamiseen, ystävyysuhteita oli kuitenkin muodostunut toiminnan myötä.

“Mä en haluu luopua tästä Taiteen Sulattamosta, koska tää on mun turvasatama ja mä haluan olla täällä niin pitkään kuin mä vaan pystyn ja on mahdollista.” H3

Haastattelussa kävi ilmi, että pitkään säännöllisesti toimintaan osallistuneen kävijän puuttuminen taidepajatoiminnassa huomataan ja osa haastateltavista kuvaili pohti-

vansa syitä pois jäämiselle. Vakiokävijän yhtäkkinen pois jääminen herätti suurimassa osassa haastateltavista ainakin jossain määrin huolta, jolloin poissaolevan vointia saatettiin yrittää tiedustella ohjaajilta. Toisaalta Taiteen Sulattamo voi olla kävijöilleen myös harrastuspaikka, eikä toisten poissaolo välttämättä herätä erityisemmin huolta kaikissa, vaikka se huomattaisiinkin.

Taidepajatoiminta, ryhmäretket tai muu järjestetty toiminta sisältävät yhdessä tekemistä eri tavoin, mikä puolestaan luo yhteisöllistä ilmapiiriä. Haastateltavat kertoivat, että yhteisöllisyys ja hyvä ilmapiiri heijastuvat myös Taiteen Sulattamon ulkopuolelle esimerkiksi tuttujen kävijöiden tervehtimisenä.

“Joo tää olo tavallaan tekee ehkä sen luonnollisen semmoisen hyvän olon nähdä toisen ulkopuolellakin, että mun mielestä se on tämän tilan jotenkin heijastusta, että sitten niin kuin sitä hyvää heijastusta.” H2

Taidepajatoiminnan ilmapiiriä kuvailtiin haastattelussa avoimeksi, vapaaksi ja turvallisiksi. Turvallisemman tilan ohjeilla pyritään luomaan kaikille turvallinen ja yhdenvertainen ilmapiiri ja ne ovat selkeästi esillä Taiteen Sulattamon tiloissa sekä verkkosivuilla. Haastateltavat kertoivat, että taidepajatoiminnassa toisten rajoja kunnioitetaan ja muille annetaan sekä omaa rauhaa että tilaa. Toiminnasta saa myös poistua milloin vain. Haastateltavat kertovat, että toiminnassa näkyy kävijöiden tasa-arvo ja syrjimättömyys.

“Kun mä astun tähän tilaan, niin en mä mieti kenenkään ikää tai taustaa tai mitään muutakaan vastaavaa, vaan mä näen meidät kaikki tasavertaisina ihmisinä.” H3

Haastateltavat puhuivat taidepajatoiminnan ohjaajista yksimielisesti myönteiseen sävyyn. Ohjaajille voi puhua asioista ja heiltä saa tarvittaessa huomiota. Jos ohjaaja on esimerkiksi käymässä toimistossa, toimiston oveen voi koputtaa ja vastauksen saa aina. Ohjaajan voi pyytää myös sivummalle keskustelemaan kahden kesken halutesaan. Haastattelussa ohjaajien kuvailtiin luovan ilmapiirin tavoilla, joilla he vastaanottavat kävijät ja ohjaavat toimintaa, mutta lisäksi tähän vaikuttaa kävijöiden oma panos.

“Niin ja sitten tietysti mitä me täällä tehdään, se on kans että vaikka ohjaajat olisi tai muuttuisi, niin kyllä mä pitäisin kumminkin vielä olennaisempina, miten me ollaan täällä, me jotka käydään täällä.” H3

Haastateltavat kertoivat, että ohjaajat tarkkailevat aktiivisesti ympäristöään ja voivat puuttua esimerkiksi meluisuuteen tai asettaa tarvittaessa rajoja keskusteluissa. Ohjaajien suhtautumista kävijöihin kuvailtiin positiiviseksi ja palvelualttiiksi. Haastateltavat

kertoivat huomaavansa ohjaajien tekevän parhaansa ja ottavan kävijöiden toiveita hyvin huomioon. Yksi haastateltava huomautti, että ohjaajilla on todennäköisesti myös tietynlaisia aikaa ja resursseihin liittyviä paineita, mutta tällainen stressi ei näy lainkaan ulospäin tai heijastu millään lailla taidepajojen toimintaan.

Haastattelusta kävi ilmi, että ohjaajat osaavat toimia tarvittaessa rauhoittavasti ja ottaa kopin erilaisista tilanteista. Ohjaajat antavat tarpeen tullen mahdollisuuden poistua tilanteesta rauhalliseen ympäristöön esimerkiksi toimiston puolelle. Yksi haastateltava kertoi, että turvallisemman tilan ohjeistuksen mukaisesti ohjaajat haluavat varmistua, millä mielellä osallistuja poistuu esimerkiksi kesken taidepajan tai haastavan tilanteen ja toivovat siksi, että heille kerrotaan erikseen poistumisesta ennen lähtöä. Eräs haastateltavista arveli, että turvallisemman tilan ohjeistus voi vaikuttaa myös ohjaajien tietoisuuteen oman ammattitaitonsa rajoista, eivätkä he pyri avaamaan sellaisia keskusteluita tai asioita, joiden käsittelyyn ei ehkä olisi riittävästi osaamista.

## 8 Johtopäätökset

Johtopäätöksissä käydään läpi tuloksia tutkimuskysymyksen kautta ja tutkimuskysymystä peilataan teoreettiseen viitekehykseen, joka sisältää osallisuuden määritelmän, kulttuurihyvinvoinnin opinnäytetyön viitekehyksenä ja luovan ryhmätoiminnan menetelmänä. Myös toipumisorientaatio otetaan huomioon yhteistyökumppanin viitekehyksenä ja opinnäytetyön analyysivaiheen merkittävänä kategoriana. Tutkimuskysymys on: Millaisia osallisuuden kokemuksia mielenterveystoipujilla on ollut Taiteen Sulattamon luovassa ryhmätoiminnassa?

### 8.1 Yhteisöön kuuluminen

Sosiaalipedagoginen osallisuus kuvaa sellaista ihmisen ja yhteisön välistä suhdetta, joka on luonteeltaan tavoiteltavaa. Osallisuuden perusta rakentuu sosiaalisissa merkityksellisissä suhteissa ja niiden pohjalta voi kehittyä tunne kuulumisesta yhteisöön. Ensimmäisen haastatteluteeman tuloksista nousivat esiin taidepajatoiminnan avoimuus, vapaaehtoisuus, kävijöiden moninaisuus sekä vertaistuen merkitys. (Nivala & Rynnänen 2019: 138.)

Ensimmäisen haastatteluteeman tulosten perusteella toiminnan avoimuus ja maksuttomuus ovat monella tavalla merkittäviä tekijöitä. Ne madaltavat kynnystä osallistua toimintaan ja mahdollistavat toiminnan piiriin pääsemisen monenlaisten reittien kautta.

Toimintaan tutustumisen matala kynnyks laajentaa tiedon leviämistä taidepajatoiminnasta ja lisää näin tietoisuutta toiminnan olemassaolosta ylipäättään. Taidepajatoiminnan avoimuuteen sisältyy tiettyjen kävijäkuntaa rajaavien vaatimusten puuttuminen, kuten hoitokontakti ja ikärajat täysi-ikäisyyden vaatimusta lukuun ottamatta. Taidepajatoiminnan voidaan todeta olevan helposti saavutettavissa, ja kulttuurin saavutettavuuden lisääminen edistää kulttuurisen demokratian toteutumista (Kurki 2000: 58). Sosiaalipedagogiseen osallisuuteen lukeutuu myös osallisuus kulttuurista (Hämäläinen 1999: Liite 1). Ensimmäisen haastatteluteeman tuloksista käy myös ilmi, että kävijöiden suuri ikähaarukka, moninaisuus ja vaihtuvuus tuovat kävijöiden näkökulmasta taidepajatoiminnan ilmapiiriin raikkautta, ylläpitävät uudistumiskykyä sekä monipuolistavat sosiaalista vuorovaikutusta.

Vaikka kaikki taidepajatoiminnassa käyvät eivät ole mielenterveystoipujia, toipumiseen liittyvää vertaistukea on silti saatavilla. Vertaistuen saatavuus on ensimmäisen haastatteluteeman tulosten mukaan merkittävä tekijä toimintaan osallistumiselle. Toipumisen edellytykseksi nähdään kokemus osallisuudesta, sillä jokainen haluaa kuulua itselleen merkitykselliseen yhteisöön ja yhteyden luominen vertaisiin puolestaan luo yhteenkuuluvuuden tunnetta sekä uskoa omiin voimavaroihin. Yhteenkuuluvuuden tunne taas perustuu luottamukseen, joka luo turvallisuutta. Vertaistuen saatavuus luo kannustavaa ilmapiiriä, lisää turvallisuuden tunnetta ja syventää kävijöiden keskinäistä sosiaalista vuorovaikutusta. Tuloksissa Taiteen Sulattamon ilmapiiriä kuvailtiin myös tasa-arvoiseksi, mikä on edellytys vertaistoiminnalle. (Raivio & Raivio 2020: 29–32.)

Ensimmäisen haastatteluteeman tuloksista nousi esiin, että taidepajatoiminnan avoimuus kaikille edistää osaltaan mielenterveyden haasteisiin liittyvän stigman eli häpeäleiman purkamista vähentämällä ennakkoluuloja sekä mahdollisia vääriä mielikuvia mielenterveydestä ja toipumisesta. Kaikille avoimet matalan kynnyksen kohtaamispaidat edistävät osallisuutta ja vähentävät yksinäisyyttä (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2023: 221–226). Kaikenlainen viestintä ja vuorovaikutus rakentaa yhteyttä muihin ihmisiin, mikä on edellytys toipumisen alkamiselle. Mielenterveyteen liittyvät ongelmat voivat vaikeuttaa yhteyden rakentamista, muun muassa stigman ja häpeän tunteen vuoksi. (Raivio & Raivio 2020: 29–32.)

Haastateltavat kokivat ensimmäisen haastatteluteeman tulosten mukaan taidepajatoiminnan vapaaehtoisuuden toteutuvan läpi toiminnan. Toimintaan osallistumisen vapaaehtoisuus on osallisuutta edistävän toiminnan edellytys, sillä se vahvistaa osallistujan autonomiaa ja vaikutusmahdollisuuksia omassa elämässä (Isola ym. 2017: 25–26; Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2023: 21). Haastateltavien mukaan toimintapaikassa voi

olla oma itsensä ja osallistua toimintaan omien voimavarojen ja tahdon mukaisesti. Osallisuuden toteutumiseksi tarvitaan yhteisöjä, joissa voi toimia ja tulla kohdatuksi omana itsenään sekä arvokkaana yhteisön jäsenenä (Nivala & Ryyänen 2013: 27).

Ensimmäisen haastatteluteeman tuloksissa esiintyi toimintakyvyn ja elämänhallinnan parantumista taidepajatoimintaan osallistumisen myötä. Luovasta toiminnasta voi saada motivaatiota poistua kotoa, voimia arjessa jaksamiseen sekä mielekästä tekemistä, jonka avulla voi keskittyä muuhun kuin omiin haasteisiin. Taiteen ja kulttuurin parissa tapahtuva toiminta sekä vahvistaa että haastaa ihmisen toimintakykyä ja toimijuutta (Lilja-Viherlampi 2021: 76–77). Taiteen äärellä ihmiselle myös rakentuu minäkuva muodostavien kokemusten kautta sosiaalista ja kulttuurista pääomaa, jotka lisäävät vuorovaikutustaitoja, yhteistyökykyä ja empatiaa, mitkä ovat puolestaan yhteydessä kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin ja resilienssiin (Lilja-Viherlampi 2021: 79; Laitinen 2017: 87).

## 8.2 Osallistuminen yhteisön toimintaan

Taiteen Sulattamo järjestää monenlaista taide- ja kulttuuritoimintaa, ja haastateltavat olivat osallistuneet monipuolisesti erilaisiin taidepajoihin sekä yhteisiin retkiin ja produktioihin. Kaikki haastateltavat olivat saaneet innostavia ja voimaannuttavia kokemuksia taidepajatoiminnassa. Kävijöiden yhteiset maksuttomat retket mahdollistavat kulttuuri-kokemuksia ja olivat innostaneet toteuttamaan niitä myös itsenäisesti. Vertaistuen saamisen mahdollisuus ryhmän jäseniltä koettiin tärkeäksi edellytykseksi retkillä uusissa ympäristöissä. Maksuttomat yhteisretket erilaisiin taide- ja kulttuurikohteisiin lisäävät kulttuurin saavutettavuutta ja näin myös kulttuurista demokratisaatiota (Nivala & Ryyänen 2019: 213–214).

Monissa taidepajoissa työskentään itsenäisesti omia teoksia. Yhteistä reflektiota ei yksilöiden parissa yleensä järjestetä, sillä Taiteen Sulattamon henkilökunnan mukaan joillekin kävijöille palautteen saaminen ja antaminen voi tuntua vaikealta. Sosiaalipedagogiseen työotteeseen sisältyy keskeisesti niin toimijan kuin osallistujien välinen yhteinen reflektointi, jossa esimerkiksi keskustellaan yhdessä luovasta prosessista tai sen tuloksista sekä niiden herättämistä ajatuksista tai tunteista (Nivala & Ryyänen 2019: 219). Taidepajatoiminnassa sen sijaan omasta työstä saa keskustella halutessaan muiden osallistujien ja ohjaajien kanssa, mutta aloite tai erillinen hyväksyntä tähän täytyy tulla työn tekijältä itseltään. Taidepajoissa osallistujien tekemisiä ei millään lailla arvostella, ja onnistumisen kokemukset voivat vahvistaa itseluottamusta ja itsetuntoa. Toisen haastatteluteeman tulokset osoittavat, että ilmapiiri taidepajoissa on haastateltavien

mukaan hyväksyvä ja kannustava. Toiminnassa on mahdollista tarkastella myös omaa itsekriittisyyttä.

Palautetta taidepajatoiminnasta annettiin satunnaisesti suullisesti taidepajojen ja muun toiminnan yhteydessä sekä kirjallisesti kaksi kertaa vuodessa julkaistavien palautekyselyjen muodossa. Toisen haastatteluteeman tulosten mukaan haastateltavat kokivat, että palautteet huomioidaan hyvin ja he kokivat voivansa vaikuttaa asioihin palautetta antamalla. Kehitysehdotuksissa esiintyi haastateltavien yhteinen toive iltatoiminnasta, sillä taidepajatoiminta järjestetään arkisin päiväsaikaan. Myös Taiteen Sulattamon kymmenvuotista kehityskaarta esittävää dokumentaatiota toivottiin nähtäville esimerkiksi dokumenttielokuvan muodossa.

Haastateltavat keskustelivat yhdessä myös kokemusasiantuntijakoulutuksesta ja pohtivat siihen mukaan lähtemistä. Kokemusasiantuntijat voivat työskennellä yhdessä ammattilaisten kanssa ja kehittää toimintaa (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2023: 65). Osallisuus toteutuu ensin yhteisöissä, joista osallisuus laajenee yhteiskuntatasolle esimerkiksi yksilön kiinnostuessa oman yhteisön aihepiiriin liittyvästä aktivismista tai kansalaistoiminnasta. Osallistumalla esimerkiksi valtakunnallisiin hankkeisiin on mahdollista vaikuttaa valtakunnallisella tasolla itselleen tärkeisiin aiheisiin. Yksilö voi kiinnostua laajemmin yhteiskunnallisesta vaikuttamisesta muun muassa äänestämällä vaaleissa, jolloin toteutuu myös aktiivinen kansalaisuus. (Nivala & Ryyänen 2013: 28.)

### 8.3 Kuulumisen tunne

Kuulumisen prosessissa kehittyä tunne yhteydestä johonkin (Nivala & Ryyänen 2019: 140). Kolmannen haastatteluteeman tulosten mukaan kuulumisen tunnetta taidepajatoiminnassa loivat sosiaaliset kohtaamiset, turvallinen ja hyvä ilmapiiri sekä ystävällinen ja ammattitaitoinen henkilökunta. Yhdessä tekemisen ja keskustelemisen lisäksi sosiaaliset kohtaamiset olivat merkityksellisiä nähdyksi tulemisen ja läsnäolon takia. Kuulumisen tunne sosiaalipedagogisen osallisuuden ideaalissa sisältää huomatuksi ja kuulluksi tulemisen sekä tunteen siitä, että on arvokas ja tärkeä osa yhteisöä (Nivala & Ryyänen 2013: 26–28).

Merkityksellisyyden kokemuksia syntyy, kun virittäytyy toisten ihmisten kanssa yhdessä toiminnan ääreen. Pelkkä ryhmässä läsnä oleminen ja nähdyksi tuleminen voi riittää täyttämään sosiaalisia tarpeita. Avointen kohtaamispaikkojen luominen on tärkeä osallisuuden edistämisen keino, jolla voidaan ehkäistä yksinäisyyttä (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2023: 15, 24).



Kuulumisen tunne sisältää sellaisen turvallisuuden tunteen, jossa ihminen voi kokea turvallisesti niin positiivisia kuin negatiivisiakin tunteita (Nivala & Ryyänen 2019: 141). Tulosten mukaan turvallisemman tilan ohjeistus mahdollistaa omien ja toisten rajojen kunnioittamisen sekä rauhassa olemisen yhdessä muiden kanssa. Turvallisemman tilan periaatteet mahdollistavat toiminnan järjestämisen niin, että moninainen joukko eri lähtökohdista tulevia ihmisiä voi kokea olonsa tervetulleeksi ja hyväksytyksi samassa tilassa (Terveystieteiden tutkimuskeskus 2023: 99). Säännöllisesti taidepajatoiminnassa käyvät tulevat toisilleen tutuiksi, mikä lisää luottamusta ja turvallisuuden tunnetta. Tämä heijastuu myös toimintapaikan ulkopuolelle esimerkiksi yhteisillä retkillä saatavana tukena tai tervehtimisellä kadulla kohdatessaan toisen kävijän. Vakituisten kävijöiden poissaolot huomataan ja ne saattavat herättää jossain määrin huolta joissakin toisissa kävijöissä.

Kolmannen haastatteluteeman tulosten mukaan taidepajatoiminnassa ihmissuhteilla on tilaa muodostua luonnollisesti, kun vuorovaikutus toisten kanssa on vapaaehtoista ja vapaamuotoista. Keskusteluihin ja porukkaan on tulosten perusteella helppo päästä mukaan, sillä toiminnassa ei ole syntynyt tiiviitä ja sosiaalisesti sulkeutuneita pienempiä ryhmiä. Porukkaan ja vuorovaikutukseen mukaan pääseminen ja mukaan ottaminen sekä ryhmään kiinnittymisen mahdollisuudet luovat yhteisöllisyyttä. Yhteisöllisyys on sekä sosiaalipedagogiikan toimintaperiaate että yksi toipumisorientaation keskeisistä prosesseista (Hämäläinen 1999: Liite 1; Raivio & Raivio 2020: 28). Yhteisöllisyyttä rakentaa muun muassa elämysten aikaansaama koettu yhteisyys ja yhteiset ajattelutavat. Yhteisyyden kokemus ja yhteisöllisyys täyttävät ihmisen perustarpeita (Hämäläinen 1999: Liite 1). (Nivala & Ryyänen 2019: 131–132, 141.)

Ohjaajien toiminta oli kolmannen haastatteluteeman tulosten mukaan positiivista, osaa-vaan ja yhteisön ilmapiiriä rakentavaa. Ohjaajat osaavat antaa oikeanlaista tukea tarvittaessa, ottavat kävijöiden palautteet hyvin huomioon ja pyrkivät edistämään kävijöiden toiveita. Sosiaalipedagogisen toimijan tehtävä on pyrkiä edistämään rakentavaa yhteistyötä päätösten teon sijaan sekä tuottaa osallistujille positiivisia kokemuksia. (Nivala & Ryyänen 2019: 209.) Kolmannen haastatteluteeman tuloksista kävi ilmi, että ohjaajien toiminta edistää tasa-arvoista ja syrjimätöntä kokonaisilmapiiriä taidepajatoiminnassa.

## 9 Pohdinta

Mielenterveyteen liittyvät ongelmat ovat lisääntyneet väestötasolla viime vuosien aikana ja tarvetta ennaltaehkäisevälle sekä matalan kynnyksen toiminnalle on yhä enemmän. Koronapandemian aikana mielenterveyteen liittyvät ongelmat lisääntyivät ja hoito-velka kasvoi. Mielenterveysbarometrin 2023 väestökyselyn vastausten mukaan mielenterveyspalveluiden saatavuus ja laatu on keskimäärin heikentynyt viimeisen kahden vuoden aikana (Mielenterveyden keskusliitto 2023). Kesällä 2023 pääministeri Petteri Orpon muodostaman hallituksen hallitusohjelma ”Vahva ja välittävä Suomi” sisältää useita sosiaaliturvan heikennyksiä (Valtioneuvosto 2023: 69–75). Sosiaalialan korkeakoulutettujen ammattijärjestö Talentia ry:n lausuntojen mukaan uuden hallituksen kaa-vailemat sosiaali- ja terveydenhuoltoon kohdistuvat menosäästöt ja sosiaaliturvaan, kuten asumistukeen ja toimeentulotukeen, kohdistuvat leikkaukset aiheuttavat lisäkuormitusta jo valmiiksi heikommassa asemassa oleville ihmisille. Sosiaaliturvan leikkaukset johtavat monen yksilön ja perheen taloudellisen tilanteen heikkenemiseen, mikä voi lisätä taloudellista epävarmuutta ja köyhyyttä. Tällä on negatiivisia vaikutuksia yksilöiden ja perheiden hyvinvointiin sekä psyykkiseen terveyteen. (Pekkarinen 2023a; Pekkarinen 2023b.)

Opinnäytetyössä haluttiin selvittää, millaisia osallisuuden kokemuksia mielenterveystoipujat olivat saaneet Taiteen Sulattamon luovassa ryhmätoiminnassa. Millaisia osallisuuden kokemuksia toipuja voi siis saada 3. sektorin toimijan järjestämässä taide- ja kulttuuritoiminnassa? Opinnäytetyön tulokset osoittivat, että Taiteen Sulattamo ja taidepajatoiminta ovat toimintaan osallistuville toipujille erittäin merkityksellisiä ja tärkeitä. Toiminnasta on saatu monenlaisia positiivisia kokemuksia ja vaikutuksia, jotka olivat edistäneet sekä mielenterveyttä että hyvinvointia kokonaisvaltaisesti. Taidepajatoimintaan osallistuminen on antanut rytmiä elämään, edistänyt luovuuden löytämistä ja vahvistamista sekä voimaantumista ja lisännyt yhteyttä muihin. Ainakin osittain kaikki sosiaalipedagogisen osallisuuden ideaalin ulottuvuudet täyttyivät taidepajatoiminnassa, jossa haastateltavat kertoivat tulleen nähdyiksi, kuulluiksi ja hyväksytyiksi omina itsenään, saaneensa tukea sekä toisiltaan että henkilökunnalta, kokeneensa turvallisuutta, tasa-arvoisuutta ja yhteisöllisyyttä sekä motivoituneensa lähtemään ulos kotoa, tekemään jotain mielekästä, kohtaamaan ihmisiä, löytämään ja kehittämään omaa luovuutta ja taitoja sekä osallistumaan myös toiminnan kehittämiseen.

Osallisuuden kokemus on edellytys paitsi yksilön elämänhallinnalle, myös yhteiskunnalliselle toimijuudelle. Ennaltaehkäisevää matalankynnyksen mielenterveyttä tukevaa

taide- ja kulttuuritoimintaa edistämällä voidaan vaikuttaa positiivisesti ihmisten mielen-terveyteen ja hyvinvointiin. Sijoittamalla ja suuntaamalla resursseja ennaltaehkäisevään toimintaan sekä tukemalla myös taiteen ja kulttuurin toimijoiden arvokasta työtä, voidaan pitkällä tähtäimellä saavuttaa myös säästöjä valtion budjettiin. Resurssien lisääminen ennaltaehkäisevässä toiminnassa voisi näkyä muun muassa hoidon tarpeen vähenemisenä, työkykyisyyden lisääntymisenä sekä yhteiskunnallisen vaikuttamisen kasvuna.

Opinnäytetyön aihe valikoitui monen eri tekijän vaikutuksesta. Opinnäytetyön tekijät lähestyivät työtä avoimin mielin ja keskustelivat yhdessä kiinnostuksen kohteistaan. Toinen tekijöistä oli kiinnostunut kulttuurihyvinvoinnista ja luovista menetelmistä, joten ai- hetta päätettiin lähteä yhdessä etsimään työelämän tarpeet edellä kulttuurihyvinvoinnin kentältä. Taiteen Sulattamo ry oli jo aiemmin toiselle tekijälle tuttu järjestö, joten opin- näytetyön tekijät ottivat yhteyttä ja tiedustelivat kiinnostusta opinnäytetyölle sekä mah- dollisia järjestöä hyödyttäviä aiheita. Opinnäytetyön tekijät päätyivät saamaan vapaat kädet aiheen suunnittelussa ja aluksi opinnäytetyön aiheeksi valittiin yksinäisyys. Yh- dessä työelämäkumppanin kanssa tultiin kuitenkin siihen tulokseen, että osallisuuden kokemusten tarkastelu olisi sopivampi aihe.

Opinnäytetyön toteutusta ja aineistonkeruumenetelmää pohdittiin yhdessä melko pit- kään. Opinnäytetyön tekijät päätyivät toteamaan, että opinnäytetyö tullaan toteutta- maan laadullisena tutkimuksena osallistujien määrän arvioinnin takia: osallistujia kvan- titatiiviseen tutkimukseen tuskin olisi saatu tarpeeksi johtopäätösten tekemistä varten. Opinnäytetyö päädyttiin toteuttamaan laadullisena teemahaastatteluna. Myös vaihtoeh- toja yksilö- ja ryhmähaastattelun välillä mietittiin pitkään, mutta käytännön järjestelyt, ajankohta ja ajan rajallisuus sekä ryhmähaastattelun positiiviset puolet vaikuttivat sii- hen, että aineistonkeruu päädyttiin toteuttamaan ryhmähaastatteluna. Ryhmähaastatte- lun ajateltiin madaltavan kynnystä osallistua haastatteluun ja toisaalta mahdollisesti edistävän myös taidepajatoiminnan kävijöiden keskinäistä sosiaalista vuorovaikutusta.

Opinnäytetyön tekijät pyrkivät jalkautumaan järjestöön ja saamaan kasvojaan tutuiksi kävijöille ennen haastattelua vieraillemalla Taiteen Sulattamon infotilaisuudessa sekä osallistumalla myös itse taidepajatoimintaan. Aluksi oli tarkoitus, että nimetty yhteys- henkilö etsisi haastateltavat opinnäytetyöhön. Lopulta kuitenkin todettiin, että opinnäy- tetyön tekijöiden kannattaa itse jalkautua toimintaan ja etsiä haastateltavat. Tavoitteena oli, että ryhmähaastatteluun saataisiin vähintään kolme osallistujaa ja tavoitteen voi to- deta täyttyneen, sillä neljä kävijää osallistui lopulta haastatteluun.

Eettiset kysymykset haastattelutilanteessa liittyvät pitkälti haastattelutilanteen järjestykseen. Ryhmähaastattelu toteutettiin "Luovan tauon" aikana Taiteen Sulattamolla, jolloin kuka vain kävijöistä voi tulla ja mennä järjestön tiloissa esimerkiksi työstämässä omia projektejaan. Paikalla oli tämän vuoksi kaksi ohjaajaa. Käytännön syistä oli järkevää järjestää haastattelu haastateltaville tutussa ja turvallisessa paikassa aukioloaikana. Haastateltavat halusivat työstää omia kuvataideteoksiaan haastattelun aikana, joten haastattelu päätettiin järjestää taidepajatoiminnan tilassa, missä oli paljon pöytätilaa sekä tarvittavat välineet.

Koska "Luovan tauon" aikana myös muita kävijöitä voi tulla tilaan, ohjaajat istuivat eri pöydässä samassa tilassa noin puolet tunnin ja vartin pituisesta haastattelusta. On otettava huomioon, että ohjaajien läsnäolo on saattanut osin vaikuttaa puheenvuorojen sisältöön. Haastattelussa ei noussut esiin esimerkiksi kritiikkiä järjestöä kohtaan, vaikka konfliktien ja ristiriitatilanteiden mahdollisuudet toiminnassa tulivatkin mainittua. Toisaalta ei voida olettaa, että jotain olennaista olisi jäänyt haastattelussa tämän vuoksi kertomatta, sillä haastateltavat eivät muuttaneet kertomuksiaan tai tapaansa puhua ohjaajien poistuttua tilasta. Lisäksi yksi kävijä, joka ei osallistunut haastatteluun, saapui paikalle haastattelun loppupuolella. Opinnäytetyön tekijät näkivät kuitenkin hyödylliseksi, että haastateltavat saivat työstää teoksiaan haastattelun aikana, sillä toiminnallinen tekeminen vaikutti rentouttavan ja rauhoittavan tunnelmaa, mikä johti myös rikkaaseen keskusteluun ja täysimittaiseen haastatteluun.

Opinnäytetyön tekijät olivat keskenään erilaisissa elämäntilanteissa ja työskentelevät eri tavoin. Yhteisessä opinnäytetyöprosessissa ilmeni haasteita muun muassa aikataulujen ja erilaisten työskentelytapojen kanssa, mutta jatkuvasti ylläpidetyn kommunikation ja melko säännöllisten tapaamisten kautta ongelmat saatiin poikkeuksetta ratkaistua. Opinnäytetyön tekijöiden yhteistyötä edistäviä piirteitä ovat olleet joustavuus sekä vuorovaikutus- ja empatiataidot.

Opinnäytetyö on omalta osaltaan osoitus, että luovat taide- ja kulttuurilähtöiset menetelmät lisäävät sosiaalista osallisuuden kokemusta, edistävät ihmisten hyvinvointia ja niiden hyödyntäminen mielenterveystyössä on perusteltua, mikä ilmenee myös monissa opinnäytetyön lähdemateriaaleissa. Taiteen Sulattamo voi käyttää opinnäytetyön tuloksia toimintansa kehittämisessä. Opinnäytetyön tulokset osoittavat, että moni asia taidepajatoiminnassa toimii jo hyvin ja että jo olemassa olevia toimintatapoja kannattaa ylläpitää myös tulevaisuudessa. Tuloksissa nousi esiin kuitenkin yksi selkeä toimintaan liittyvä kehitysehdote, joka oli toive iltatoiminnan järjestämisestä Taiteen Sulattamolla.

Luovien menetelmien käyttöä ja tutkimusta sosiaalialalla tulee jatkaa. Opinnäytetyö keskittyy tarkastelemaan yhden kolmannen sektorin toimijaa ja pientä osaa siellä käyvistä toipujista, mutta olisi mahdollista tutkia laajemmin esimerkiksi osallisuuden kokemuksia tietyn hyvinvointialueen toimijoiden palveluissa tai valtiotasolla kaikkien toimijoiden palveluita. Tällaiset laajemmat tutkimukset, joissa otanta olisi suurempi, voisivat olla myös kvantitatiivisia ja osoittaa sitä kautta lukemia, joita voitaisiin hyödyntää esimerkiksi valtiollisessa päätöksenteossa.

Opinnäytetyön tulokset osoittivat, että Taiteen Sulattamon toiminnan avoimuus kaikille ja ikärajattomuus täysi-ikäisyyden vaatimusta lukuun ottamatta raikastavat ja keventävät ilmapiiriä sekä monipuolistavat kävijöiden keskinäistä vuorovaikutusta. Monissa samankaltaista toimintaa tarjoavissa paikoissa on esimerkiksi hoitokontaktiin ja ikään liittyviä vaatimuksia. Opinnäytetyössä haastateltavat kyseenalaistivat ikärajojen merkitystä taiteeseen ja kulttuuriin liittyvissä toiminnoissa. Opinnäytetyön tekijät pohtivat yhdessä, mikä on ikärajojen merkitys toiminnoissa. Onko tarkoitus rajata toimintaa vain tietyn ikäisille vai johtuuko ikärajojen määrittely esimerkiksi rahoitukseen liittyvistä EU-tasoisista määräyksistä? Voitaisiko asiaa tutkia esimerkiksi poistamalla ikärajat jostakin alun perin ikärajatusta toimintapaikasta ja havainnoimalla toimenpiteen seurauksia?

Taiteen Sulattamalla, kuten monissa muissakin paikoissa, kävijöiltä vaaditaan päihteettömyyttä toiminnassa ollessaan. Mielenterveyteen liittyviä haasteita ja päihteiden käyttöä sekä riippuvuutta voi esiintyä samanaikaisesti. Opinnäytetyön tekijät pohtivat, onko olemassa yhtään matalan kynnyksen taide- ja kulttuuritoimintaa tarjoavaa paikkaa, jossa kävijöiltä ei vaadittaisi päihteettömyyttä, vaan esimerkiksi tietynlaista toimintakykyä? Osallisuutta edistäviä, avoimia kohtaamispaikkoja yhä päihteitä käyttäville löytyy, mutta ne toimivat usein määräaikaisen hankerahoituksen varassa. Opinnäytetyön tekijät pohtivat asiaa muun muassa niiden ihmisten kannalta, jotka eivät ole vielä kykeneviä olemaan täysin päihteettömänä, vaikka mahdollisesti pyrkisivät sitä kohti.

Opinnäytetyö päätetään haastateltavan kommenttiin, jonka sisällön tulisi toteutua niin ihmisten keskinäisessä vuorovaikutuksessa ja yhteisöissä, kuin sosiaalialan työssä ja laajemmin yhteiskunnassa sekä valtiollisen päätöksenteon tasolla.

“Että huomaa sen ihmisyyden.” H2

## Lähteet

Aholainen, Mari & Jäntti, Saara & Tammela, Annika & Tanskanen, Jani 2021. Miten taide vaikuttaa? Kulttuurisia näkökulmia hyvinvointiin ja terveyteen. Lääkärilehti 76 (9). 564–568. <<https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/74550/SLL92021-564.pdf?sequence=1&isAllowed=y>>. Viitattu 23.4.2023.

Alasuutari, Pertti 2011. Laadullinen tutkimus 2.0. 4. uudistettu painos. E-kirja. Tampere: Vastapaino.

Esteettömyys. Luovat taidepajat. Toiminta. Taiteen Sulattamo ry. <<https://taiteensulattamo.fi/esteettomyys/>> Viitattu 29.10.2023.

ETENE 2011. Sosiaali- ja terveysalan eettinen perusta. Valtakunnallinen sosiaali- ja terveysalan eettinen neuvottelukunta ETENE. ETENE-julkaisuja 32. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö. <<http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-00-3195-4>>. Viitattu 28.10.2023.

Fancourt, Daisy & Finn, Saoirse 2019. What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being? A scoping review. Health Evidence Network (HEN) synthesis report 67. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe. <<https://www.who.int/europe/publications/i/item/9789289054553>>. Viitattu 23.4.2023.

Hirsjärvi, Sirkka & Hurme, Helena 2022. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. E-kirja. Helsinki: Gaudeamus.

Houni, Pia & Turpeinen, Isto & Vuolasto, Johanna 2020. Taidetta! Kulttuurihyvinvoinnin käsikirja. Helsinki: Taiteen edistämiskeskus (TAIKE).

Hämäläinen, Juha 1999. Johdatus sosiaalipedagogiikkaan. Kuopio: Kuopion yliopisto.

Hämäläinen, Juha 2008. Nuorten osallisuus. Sosiaalipedagogiikka 9. 13-34. <<https://doi.org/10.30675/sa.120849>>. Viitattu 24.5.2023.

Isola, Anna-Maria & Kaartinen, Heidi & Leemann, Lars & Lääperi, Raija & Schneider, Taina & Valtari, Salla & Keto-Tokoi, Anna 2017. Mitä osallisuus on? Osallisuuden viitekehystä rakentamassa. Työpaperi 33/2017. Helsinki: Terveystieteiden tutkimuskeskus. <<https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-302-917-0>>. Viitattu 28.10.2023.

Isola, Anna-Maria & Leemann, Lars 2021. Osallisuuden kokemus on hyvinvoinnin ja terveyden tekijä. Pääkirjoitus. Sosiaalilääketieteellinen aikakauslehti 58 (4). 381–383. <<https://doi.org/10.23990/sa.112402>>. Viitattu 28.10.2023.

Isola, Anna-Maria & Nousiainen, Marko & Valtari, Salla 2020. Osallisuustyö välineenä heikossa asemassa olevien vallan lisäämiseen. Teoksessa Suoninen-Erhiö, Lea & Pohjola, Anneli & Satka, Mirja & Simola, Jenni (toim.). Sosiaaliala uudistuu. Tietopohjan ja vuorovaikutuksen kysymyksiä. Huoltaja-säätiön julkaisuja. Helsinki: Huoltajasäätiö. 165–188.

Juhila, Kirsi. Teemoittelu. Teoksessa Vuori, Jaana (toim.). Laadullisen tutkimuksen verkkokäsikirja. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. <<https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelmaopetus/kvali/analyysitavan-valinta-ja-yleiset-analyysitavat/teemoittelu/>>. Viitattu 23.4.2023.

Kokemuksesi on arvokas. Kokemusasiantuntijakoulutuksen kehittämishanke 2022–2024. Toiminta. Taiteen Sulattamo ry. <<https://taiteensulattamo.fi/kokemuksesi-on-arvokas-hanke/>> Viitattu 29.10.2023.

Kokemus- ja vertaistoiminta. Toiminta. Taiteen Sulattamo ry. <<https://taiteensulattamo.fi/kokemus-ja-vertaistoiminta/>>. Viitattu 29.10.2023.

Kurki, Leena 2000. Sosiokulttuurinen innostaminen. Tampere: Vastapaino.

Lafghani, Eveliina 2021. Strategia. Julkaistu 1.3.2021. Taiteen Sulattamo ry. <<https://taiteensulattamo.fi/taiteen-sulattamon-strategia-tekstina/>>. Viitattu 29.10.2023.

Lafghani, Eveliina 2023a. Toiminnanjohtaja. Taiteen Sulattamo ry. Sähköpostiviesti 11.5.2023.

Lafghani, Eveliina 2023b. Toiminnanjohtaja. Taiteen Sulattamo ry. Sähköpostiviesti 5.6.2023.

Laitinen, Liisa 2017. Taide, taiteellinen toiminta ja mielenterveys. Teoksessa Lehikoinen, Kai & Vanhanen, Elise (toim.). Taide ja hyvinvointi. Katsauksia kansainväliseen tutkimukseen. Kokos-julkaisusarja 1/2017. Helsinki: Taideyliopisto. 87–95. <[https://taju.uniarts.fi/bitstream/handle/10024/7104/Kokos\\_1\\_2017.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://taju.uniarts.fi/bitstream/handle/10024/7104/Kokos_1_2017.pdf?sequence=1&isAllowed=y)>. Viitattu 23.4.2023.

Leemann, Lars & Nousiainen, Marko & Keto-Tokoi, Anna & Isola, Anna-Maria 2022. Osallisuuden kokemus aikuisväestössä. Teoksessa Karvonen, Sakari & Kestilä, Laura & Saikkonen, Paula (toim.). Suomalaisten hyvinvointi 2022. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 94–113. <<https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-343-996-2>>. Viitattu 28.10.2023.

Lilja-Viherlampi, Liisa-Maria 2022. Mitä on kulttuurihyvinvointi? Musiikki 51 (4). 74–85. <<https://doi.org/10.51816/musiikki.113252>>. Viitattu 23.4.2023.

Luovat taidepajat. Toiminta. Taiteen Sulattamo ry. <<https://taiteensulattamo.fi/luovattaidepajat/>> Viitattu 29.10.2023.

Martin, Marjatta 2021. Johdatus toipumisorientaation toimintamalleihin ja niiden implementaatioon mielenterveystyössä. Teoksessa Martin, Marjatta & Nordling, Esa & Soronen, Kari & Savelius-Koski, Eija (toim.). Yhdessä toipumisen tukena mielenterveystyössä. Toipumisorientaation toimintamallit ja niiden implementaatio. Työpäpaperi 21/2021. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 9-12. <<https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-343-664-0>>. Viitattu 6.9.2023.

Mielenterveyden keskusliitto 2023. Mielenterveysbarometri 2023. Väestökyselyn tulosten esitelmä 8.3.2023. <<https://www.mtkl.fi/uploads/2023/03/a0e80408-mielenterveysbarometri-2023-vaestokysely-palvelut-ja-hoito.pdf>>. Viitattu 22.10.2023.

Mielenterveys. Toipumisorientaatio. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Päivitetty 7.8.2023. <<https://thl.fi/fi/web/mielenterveys/mielenterveyden-edistaminen/toipumisorientaatio>>. Viitattu 12.5.2023.



MIELI. Tilastotietoa mielenterveydestä. Yhteiskunta ja vaikuttaminen. Mielenterveys Suomessa. MIELI Suomen Mielenterveys ry. Päivitetty 22.8.2023. <<https://mieli.fi/yhteiskunta/mielenterveys-suomessa/tilastotietoa-mielenterveydesta/>>. Viitattu 28.10.2023.

Nivala, Elina & Rynnänen, Sanna 2013. Kohti sosiaalipedagogista osallisuuden ideaalia. Sosiaalipedagoginen aikakauskirja 14. 9–41. <<https://doi.org/10.30675/sa.122317>>. Viitattu 23.4.2023.

Nivala, Elina & Rynnänen, Sanna 2019. Sosiaalipedagogiikka. Kohti inhimillisempää yhteiskuntaa. Helsinki: Gaudeamus.

Opetus- ja kulttuuriministeriö 2018. Suositus taiteen ja kulttuurin saatavuuden ja saavutettavuuden parantamiseksi sosiaali- ja terveydenhuollossa. Prosenttiperiaatteen kärkihanke. Esite. Helsinki: Opetus- ja kulttuuriministeriö. <<http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-263-599-0>>. Viitattu 23.4.2023.

Pekkarinen, Heidi 2023a. Hallituksen esitys eduskunnalle laiksi yleisestä asumistuesta annetun lain muuttamisesta. Lausunto 20.9.2023. Sosiaalialan korkeakoulutettujen ammattijärjestö Talentia ry. <<https://www.talentia.fi/wp-content/uploads/2023/09/20.9.2023-lausunto-hallituksen-esitys-eduskunnalle-laiksi-yleisesta-asumistuesta-annetun-lain-muuttamisesta.pdf>>. Viitattu 22.10.2023.

Pekkarinen, Heidi 2023b. Hallituksen esitys eduskunnalle toimeentulotuesta annetun lain 7 a §:n muuttamisesta. Lausunto 13.9.2023. Sosiaalialan korkeakoulutettujen ammattijärjestö Talentia ry. <<https://www.talentia.fi/wp-content/uploads/2023/09/lausunto-stm-hallituksen-esitys-toimeentulotuesta-annetun-lain-7a-muutoksesta-1.pdf>>. Viitattu 22.10.2023.

Perkins, R. & Kaye, S. L. & Zammit, B. B. & Mason-Bertrand, A. & Spiro, N. & Williamon, A. 2022. How arts engagement supported social connectedness during the first year of the COVID-19 pandemic in the United Kingdom: findings from the HEartS Survey. Public Health 207. 1–6. <<https://doi.org/10.1016/j.puhe.2022.03.002>>. Viitattu 23.4.2023.

Raivio, Markus & Raivio, Jouko 2020. Toipuva mieli. Opas toipumisorientaatioon. Jyväskylä: PS-kustannus.

Rauhala, Pirkko-Liisa & Virokannas, Elina 2012. Sosiaalityön tutkimuksen etiikka, opettaminen ja tietoarvo. Teoksessa Pehkonen, Aini & Väänänen-Fomin, Marja (toim.). Sosiaalityön arvot ja etiikka. Äänikirja. Helsinki: Celia. 235–356. Alkutiedot 2011, Jyväskylä: PS-kustannus.

Rouvinen-Wilenius, Päivi 2014. Kohti osallisuutta – mikä estää, mikä mahdollistaa. Teoksessa Jämsén, Arja & Pyykkönen, Anne (toim.). Osallisuuden jäljillä. Joensuu: Pohjois-Karjalan Sosiaaliturvayhdistys ry. 51-68. <<https://www.pksotu.fi/pksotu/wp-content/uploads/2018/02/oSallisuuden-j%C3%A4ljill%C3%A4-verkkoversio-pakattuna-16052014.pdf>>. Viitattu 28.10.2023.

Skriver Mundy, Sara & Kudahl, Benedikte & Bundesen, Birgit & Hellström, Lone & Rosenbaum, Bent & Falgaard Epløv, Lene 2022. Mental health recovery and creative writing in groups: A systematic review. *Nordic Journal of Arts, Culture and Health* 4 (1). 1-18. <<https://doi.org/10.18261/njach.4.1.1>>. Viitattu 23.4.2023.

Suvisaari, Jaana & Appelqvist-Schmidlechner, Kaija & Solin, Pia & Partonen, Timo & Parikka, Suvi & Koskela, Timo & Ikonen, Jonna 2021. Aikuisväestön mielenterveys ja avun hakeminen mielenterveysongelmiin – FinSote 2020. Tutkimuksesta tiiviisti 42/2021. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. <<https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-343-698-5>>. Viitattu 23.4.2023.

Suvisaari, Jaana & Rissanen, Päivi 2022. Mielenterveyspalvelut. Teoksessa Kestilä, Laura & Kapiainen, Satu & Mesiäislehto, Merita & Rissanen, Pekka (toim.). Covid-19-epidemian vaikutukset hyvinvointiin, palvelujärjestelmään ja kansantalouteen. Asiantuntija-arvio, kevät 2022. Raportti 4. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 115–125. <<https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-343-865-1>>. Viitattu 23.4.2023.

Särkelä-Kukko, Mona 2014. Osallisuuden eriarvoisuus ja eriarvoistuminen. Teoksessa Jämsén, Arja & Pyykkönen, Anne (toim.). Osallisuuden jäljillä. Joensuu: Pohjois-Karjalan Sosiaaliturvayhdistys ry. 34–49. <<https://www.pksotu.fi/pksotu/wp-content/uploads/2018/02/oSallisuuden-j%C3%A4ljill%C3%A4-verkkoversio-pakattuna-16052014.pdf>>. Viitattu 28.10.2023.

Taiteelliset produktiot. Tutustu Sulattamon produktioihin. Taiteen Sulattamo ry.  
<<https://taiteensulattamo.fi/taiteelliset-produktiot-2/>> Viitattu 29.10.2023.

Taiteen Sulattamo. Etusivu. Taiteen Sulattamo ry. <<https://taiteensulattamo.fi/>> Viitattu 29.10.2023.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2023. Osallisuuden edistäjän opas. Ohjaus 10/2023. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. <<https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-408-088-0>>. Viitattu 22.10.2023

Tuomi, Jouni & Sarajärvi, Anneli 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Uudistettu laitos. E-kirja. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Turvallisen tilan ohjeistus. Luovat taidepajat. Toiminta. Taiteen Sulattamo ry.  
<<https://taiteensulattamo.fi/turvallisemman-tilan-ohjeet-tyopajoissa/>> Viitattu 29.10.2023.

Tutkimuseettinen neuvottelulautakunta 2023. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan HTK-ohje 2023. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan julkaisuja 2/2023. Helsinki: Tutkimuseettinen neuvottelulautakunta. <[https://tenk.fi/sites/default/files/2023-03/HTK-ohje\\_2023.pdf](https://tenk.fi/sites/default/files/2023-03/HTK-ohje_2023.pdf)>. Viitattu 5.5.2023.

Valtioneuvosto 2023. Vahva ja välittävä Suomi. Pääministeri Petteri Orpon hallituksen ohjelma 20.6.2023. Valtioneuvoston julkaisuja 2023:58. Helsinki: Valtioneuvosto. <<http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-383-763-8>>. Viitattu 28.10.2023.

Vorma, Helena & Rotko, Tuulia & Larivaara, Meri & Kosloff, Anu 2020. Kansallinen mielenterveysstrategia ja itsemurhien ehkäisyohjelma vuosille 2020–2030. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2020:6. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö. <<http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-00-4139-7>>. Viitattu 23.4.2023.

Vuori, Jaana. Laadullinen sisällönanalyysi. Teoksessa Vuori, Jaana (toim.). Laadullisen tutkimuksen verkkokäsikirja. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoaarkisto.

<<https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelmaopetus/kvali/analyysitavan-valinta-ja-yleiset-analyysitavat/laadullinen-sisallonanalyysi/>>. Viitattu 23.4.2023.

# Tutkimuslupa

## Tutkimuslupahakemus

15.5.2023

Haemme tutkimuslupaa Taiteen Sulattamo ry:ltä opinnäytetyötämme varten. Haluamme haastatella Taiteen Sulattamon taidepajatoiminnassa käyviä henkilöitä heidän osallisuuden kokemuksistaan. Tutkimuskysymyksemme on: Millainen yhteys Taiteen Sulattamon luovalla ryhmätoiminnalla on toimintaan osallistuvien mielenterveystoipujien osallisuuden kokemuksiin?

### Opinnäytetyön nimi:

Metropolia Ammattikorkeakoulun opinnäytetyö (sosiaalialan tutkinto-ohjelma): *Luova ryhmätoiminta ja mielenterveystoipujien osallisuuden kokemukset*

### Opinnäytetyön toteuttajat:

Metropolia Ammattikorkeakoulun sosiaalialan tutkinto-ohjelman opiskelijat:

Hanna Korhonen, sähköposti: [REDACTED] puhelin: [REDACTED] ja

Annu Hannulabacka, sähköposti: [REDACTED] puhelin: [REDACTED]

Opiskelijoiden opinnäytetyön ohjaajana Metropolia Ammattikorkeakoulusta toimii sosiaalialan tutkinto-ohjelman lehtori ja sosiaalityöntekijä (YTM) Elina Savolainen, sähköposti:

[REDACTED] puhelin: [REDACTED]

Opinnäytetyöhön liittyvät haastattelut on tarkoitus toteuttaa ennen Taiteen Sulattamon kesätaukoa. Opinnäytetyötä kirjoitetaan kesän aikana ja sen julkistaminen tapahtuu loppusyksystä. Liitteinä on toimitettu etukäteen sähköpostitse sekä koulun että Taiteen Sulattamon hyväksymä opinnäytetyön tutkimussuunnitelma, joka sisältää EU:n tietoturvasäätöjen mukaiset informointikirjeen ja suostumuslomakkeen sekä laatimamme haastattelurungon.

Allekirjoitus ja päivämäärä: *Helsingissä 16.5.2023*

[REDACTED]

Nimen selvennys: *EVELINA LAFGHANI*

## **Informointitiedote**

### **TIEDOTE TUTKIMUKSESTA**

#### **Luova ryhmätoiminta ja mielenterveystoipujien osallisuuden kokemukset**

##### **Pyyntö osallistua tutkimukseen**

Teitä pyydetään mukaan tutkimukseen, jossa tutkitaan Taiteen Sulattamon taidepajatoiminnassa käyvien osallisuuden kokemuksia. Olemme arvioineet, että sovellutte tutkimukseen, koska käytte Taiteen Sulattamon taidepajatoiminnassa. Tämä tiedote kuvaa tutkimusta ja teidän osuuttanne siinä. Perehdyttyänne tähän tiedotteeseen teille järjestetään mahdollisuus esittää kysymyksiä tutkimuksesta, jonka jälkeen teiltä pyydetään suostumus tutkimukseen osallistumisesta.

##### **Vapaaehtoisuus**

Tutkimukseen osallistuminen on täysin vapaaehtoista. Kieltäytyminen ei vaikuta mahdollisuutenne osallistua taidepajatoimintaan.

Voitte myös keskeyttää tutkimuksen koska tahansa syytä ilmoittamatta. Mikäli keskeytätte tutkimuksen tai peruutatte suostumuksen, teistä keskeyttämiseen ja suostumuksen peruuttamiseen mennessä kerättyjä tietoja ja näytteitä voidaan käyttää osana tutkimusaineistoa.

##### **Tutkimuksen tarkoitus**

Tämän tutkimuksen tarkoituksena on selvittää Taiteen Sulattamon taidepajatoimintaan osallistuvien osallisuuden kokemuksia. Taiteen Sulattamo voi käyttää tämän opinnäytetyön tuloksia toimintansa kehittämisessä.

##### **Tutkimuksen toteuttajat**

Metropolian Ammattikorkeakoulun sosionomiopiskelijat Hanna Korhonen ja Annu Hannulabacka suunnittelevat ja toteuttavat tutkimuksen yhteistyössä Taiteen Sulattamon kanssa. Tutkimus on opintoihin liittyvä opinnäytetyö. Metropolia ohjaa opiskelijoita opinnäytetyöprosessissa.

### **Tutkimusmenetelmät ja toimenpiteet**

Tutkittava osallistuu joko ryhmä- tai yksilöhaastatteluun, jota ohjaavat opiskelijoiden laatimat haastattelukysymykset. Osallistujat saavat tutustua haastattelukysymyksiin etukäteen, mutta haastattelu ei edellytä sitä. Haastattelujen kesto riippuu osallistujien tahdosta ja mahdollisesti myös määrästä. Kyse on kuitenkin todennäköisesti tunnista tai tunneista.

Tutkimus toteutetaan siten, että opiskelijat haastattelevat ennalta laadituin kysymyksin osallistujia. Haastattelut nauhoitetaan opiskelijoiden puhelinten sisäänrakennettuihin nauhureihin salasanojen taakse ja haastattelutallenteet siirretään saman vuorokauden aikana, kuin haastattelu on tehty, Metropolian tietoturvalliselle verkkolevyille ja poistetaan lopullisesti puhelinten muistista sekä roskakoreista. Haastatteluaineisto litteroidaan ja analysoidaan laadullisen sisällönanalyysin menetelmin. Kaikki haastattelut käsitellään anonyymeina ilman minkäänlaisia tunnistettavia henkilötietoja, eikä myöskään valmiissa opinnäytetyössä tule esiin minkäänlaisia tunnistettavia henkilötietoja.

### **Kustannukset ja niiden korvaaminen**

Tutkimukseen osallistuminen ei maksa teille mitään. Osallistumisesta ei myöskään makseta erillistä korvausta.

### **Tutkittavien vakuutusturva**

Haastattelupaikat sovitaan myöhemmin yhdessä osallistujien kanssa, mutta pyrimme toteuttamaan haastattelut Taiteen Sulattamon tiloissa. Mikäli haastattelut toteutetaan Taiteen Sulattamon tiloissa, pätevät siellä olevat vakuutusikäytännöt.

### **Tutkimustuloksista tiedottaminen**

Opinnäytetyö tuloksineen julkaistaan kokonaisuudessaan tulevan syksyn aikana Theseus-tietokannassa.

### **Tutkimuksen päätyminen**

Myös tutkimuksen suorittaja voi keskeyttää tutkimuksen niin halutessaan. Tutkimuksen tulokset tulevat löytymään julkisesti Theseus-tietokannasta.

**Lisätiedot**

Pyydämme teitä tarvittaessa esittämään tutkimukseen liittyviä kysymyksiä tutkijalle/tutkimuksesta vastaavalle henkilölle.

**Tutkijoiden yhteystiedot**

Tutkija / opinnäytetyötekijä

Nimi: Hanna Korhonen

Puh. xx

Sähköposti: xx

Tutkija / opinnäytetyötekijä

Nimi: Annu Hannulabacka

Puh. xx

Sähköposti: xx

Tutkimuksesta vastaa / opinnäytetyön ohjaaja

Titteli: Lehtori, Sosiaalialan tiimi

Nimi: Elina Savolainen

Metropolia Ammattikorkeakoulu Oy

Puh. xx

Sähköposti: xx



## Suostumuslomake

**Tutkimuksen/opinnäytetyön nimi:** Metropolia Ammattikorkeakoulun opinnäytetyö (sosiaalialan tutkinto-ohjelma): *Luova ryhmätoiminta ja mielenterveystoipujien osallisuuden kokemukset*

**Tutkimuksen/opinnäytetyön toteuttaja:** Metropolia Ammattikorkeakoulun sosiaalialan tutkinto-ohjelman opiskelija Hanna Korhonen, sähköposti: xx, puhelin: xx ja sosiaalialan tutkinto-ohjelman opiskelija Annu Hannulabacka, sähköposti: xx, puhelin: xx, opiskelijan opinnäytetyön ohjaajana Metropolia Ammattikorkeakoulusta toimii sosiaalialan tutkinto-ohjelman lehtori ja sosiaalityöntekijä (YTM) Elina Savolainen, sähköposti: xx, puhelin: xx.

Minua \_\_\_\_\_ on pyydetty osallistumaan yllä mainittuun tutkimukseen, joka tehdään osana Bachelor -tasoista Metropolia Ammattikorkeakoulun sosiaalialan opinnäytetyötä. Opinnäytetyöhön liittyvässä tutkimuksessa tarkoituksena on selvittää Taiteen Sulattamon taidepajatoiminnassa käyvien osallisuuden kokemuksia. Opinnäytetyö toteutetaan laadullisen haastattelututkimuksen keinoin ja kaikki haastatteluaineisto käsitellään tietoturvasääntöjen mukaisesti ilman minkäänlaisia tunnistettavia henkilötietoja. Myöskään valmiissa opinnäytetyössä ei ole esillä minkäänlaisia tunnistettavia henkilötietoja.

Opinnäytetyöhön liittyvässä tutkimuksessa käsitellään henkilötietoja. Opinnäytetyön tutkimukseen liittyvien henkilötietojen käsittelyperusteena on **suostumus**. Opinnäytetyöhön liittyvässä tutkimuksessa käsitellään myös terveystiedon kaltaisia tietoja. Nämä tiedot ovat EU:n yleisen tietosuojasäätöasetuksen artiklan 9 mukaisia arkaluonteisia henkilötietoja. Niitä saa käsitellä vain rekisteröidyn nimenomaisella suostumuksella.

Olen saanut tutkimustiedotteen ja ymmärtänyt sen. Tiedotteesta olen saanut riittävän selvityksen tutkimuksesta, sen tarkoituksesta ja toteutuksesta, oikeuksistani sekä tutkimuksen mahdollisesti liittyvistä hyödyistä ja riskeistä. Minulla on ollut mahdollisuus esittää kysymyksiä ja olen saanut riittävän vastauksen kaikkiin tutkimusta koskeviin kysymyksiini.

Olen saanut tiedot tutkimukseen mahdollisesti liittyvästä henkilötietojen keräämisestä, käsittelystä ja luovuttamisesta ja minun on ollut mahdollista tutustua tutkimukseen liittyvään tietosuojaselosteeseen.

Minua ei ole painostettu osallistumaan tutkimukseen.

Minulla on ollut riittävästi aikaa harkita osallistumistani tutkimukseen.

Ymmärrän, että osallistumiseni on vapaaehtoista ja että voin peruuttaa tämän suostumukseni koska tahansa syytä ilmoittamatta. Olen tietoinen siitä, että mikäli keskeytän tutkimuksen tai peruutan suostumuksen, minusta keskeyttämiseen ja suostumuksen peruuttamiseen mennessä kerätyt tiedot ja näytteitä voidaan käyttää osana tutkimusaineistoa.

**Allekirjoituksellani vahvistan osallistumiseni tähän tutkimukseen.**

**Tutkimukseen liittyvien henkilötietojen käsittelyperusteena on suostumus. Vahvistan allekirjoituksellani suostumukseni myös henkilötietojeni käsittelyyn. Minulla on oikeus peruuttaa suostumukseni yllä kuvatulla tavalla.**

**Opinnäytetyön tutkimusosiossa käsitellään myös terveystiedon kaltaisia tietoja. Nämä tiedot ovat EU:n yleisen tietosuojasetuksen artiklan 9 mukaisia arkaluonteisia henkilötietoja. Niitä saa käsitellä vain rekisteröidyn nimenomaisella suostumuksella. Vahvistan allekirjoituksellani suostumukseni terveystiedon kaltaisten tietojen käsittelyyn.**

\_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_  
Paikkakunta Päivämäärä

Allekirjoitus: \_\_\_\_\_

Nimenselvennys: \_\_\_\_\_

Alkuperäinen allekirjoitettu tutkittavan suostumus sekä kopio tutkimustiedotteesta liitteineen jäävät tutkijan arkistoon. Tutkimustiedote liitteineen ja kopio allekirjoitetusta suostumuksesta annetaan tutkittavalle.

## **Haastattelurunko**

### **Haastattelun teemat ja haastattelun kulkua ohjaavat kysymykset**

#### **Teema 1: Minä Taiteen Sulattamon kävijänä**

1. Miten löysit Taiteen Sulattamon? Miten aloit käydä taidepajatoiminnassa?
2. Jos menit jonkun toisen ehdotuksesta, mikä on saanut sinut jatkamaan käyntejä?
3. Millaisia ovat ensimmäiset muistosi ja kokemuksesi taidepajoista?

#### **Teema 2: Osallistuminen taidepajoihin ja Taiteen Sulattamon toimintaan**

1. Millaisiin luoviin pajoihin osallistut? Mikä on saanut sinut valitsemaan juuri nämä taidepajat?
2. Millaisia kokemuksia ja muistoja sinulla on osallistumiskerroista?
3. Miten olet osallistunut taidepajatoiminnan kehittämiseen (esim. vertaisohjaajana, asiakasraadissa tai kyselyiden ja palautteen antamisen muodossa)? Millaisiin muutoksiin se on johtanut?

#### **Teema 3: Ilmapiiri ja vuorovaikutus taidepajoissa**

1. Millaisia ihmissuhteita olet löytänyt taidepajatoiminnan myötä? Entä ryhmiä tai kaveriporukoita?
2. Miten muut suhtautuvat, jos et tule paikalle? Kysyvätkö muut missä olet tai koska tulet taas uudelleen?
3. Millä keinoin saat ilmaistua mielipiteitäsi ja ajatuksiasi taidepajatoiminnassa? Tuntuuko, että muut osallistujat ja ohjaajat ovat kiinnostuneita mielipiteistäsi ja ajatuksistasi? Miten luottamuksellisuus ja turvallisuus näkyy taidepajoissa?

## Analyysivaiheen taulukko

Toipuminen	Vuorovaikutus ja sos.suhteet	Luova ryhmätoiminta ja luovuus	Ohjaajien toiminta	Vertaistuki ja -oppiminen
Mielenterveyspalvelut	Rauhassa muiden kanssa oleminen	Toiminnan vapaus	Ohjaajille voi puhua, ohjaajat vastaavat aina	Vertaistuen saatavuus
Ensikäynti TS	Luonnollinen ihmissuhteiden muodostuminen	Valinnanvapaus	Ohjaajat voivat puuttua häiritsevään käytökseen tai keskusteluun	Kannustava ja auttamishaluinen ilmapiiri
Elämänhallinta	Porukkaan ja keskusteluihin mukaan pääseminen	Viihtyisät tilat	Ohjaajat tukevat haastavissa tilanteissa	Vertaisoppiminen
Stigman väheneminen	Sosiaalisten tarpeiden täytyminen	Hyvät välineet	Ohjaajien toiminta on palvelualltista	Kokemusasiantuntijakoulutus
Toipumisorientaatio	Sensitiivinen kohtaaminen	Luovan toiminnan aloittaminen ja uudelleen löytäminen	Ohjaajat tekevät parhaansa	Elämän kokemusten merkityksellisyys niiden jakamisen myötä
Luova toiminta keskiössä	Yhteisöllisyys	Positiivisia kokemuksia luovasta toiminnasta	Mahdollinen stressi ei näy ulospäin tai vaikuta ilmapiiriin	Ryhmän tuki yhteisillä retkillä
Vertaistuki	Yhdessä tekeminen	Oman luovuuden löytäminen ja sen vahvistaminen	Ohjaajat kuuntelevat ja tarkkailevat	Ikärajattomuuden/suuren ikähaarukan rikkaus
Syrjäytymisen ehkäiseminen	Nähdyksi tuleminen merkitys	Yhteistyöprojektit ja kokemusasiantuntijuus	Turvallisemman tilan ohjeistus	Yhteyden löytäminen muihin keskusteluissa
Ryhmätoimintaan kiinnittyminen	Sanattomat viestit	Ryhmäretkien mahdollisuudet uusiin kokemuksiin	Ohjaajat osaavat toimia rauhoittavasti	
TS toiminnan avoimuus	Huoli vakituisesta osallistujasta joka ei tule paikalle	Ikärajattomuus (täysi-ikäisille)/Suuri ikähaarukka	Ohjaajat tiedostavat ammattitaitonsa	
	Osallistujien vaihtuvuus			
	Eri ikäisiä osallistujia			
	Konfliktitilanteiden selvittämisen merkitys			

Kuva 1. Osa analyysivaiheen taulukosta, jossa aineiston alakategoriat on jaoteltu yläkategorioiden alle.

Turvallisuuden tunne	Voimaantuminen, itsetunto ja -luottamus	Ilmapiiri	Tasa-arvo	Kehittämistoiminta
Turvallisemman tilan ohjeistus	Mahdollisuus olla oma itsensä	Hyvä ilmapiiri	Kävijöiden tasa-arvoisuus	Taidepajojen pitempi kesto
Turvallisuus	Rohkaistuminen (oman avoimuuden lisääntyminen)	Kevyt ilmapiiri	Syrjimättömyys	Toive iltatoiminnasta
Mahdollisuus olla rauhassa	Oppiminen itsestään	Ei tarkkailla toisten tekemisiä	Pyrkimys tasa-arvoon sosiaalialalla ammattilaisten ja asiakkaiden välillä	Ehdotuksia taidepajojen sisältöihin
Mahdollisuus olla oma itsensä	Luovan toiminnan aloittaminen tai uudelleen aloittaminen	Saa olla rauhassa	Inhimillisuus	Palautteen antaminen ohjaajille
Voi näyttää tunteita turvallisesti	Taidepajoihin osallistuminen luo hyvää oloa	Hyvä ensivaikutelma TS:sta	Kävijät eri ikäisiä	Palautekyselyt
Tuen antamiseen kysytään lupa	Kotona lähtemisen vaikeus	Vaihtuvat kävijät	Keskustelua toiminnan kohdistamisesta ikäryhmittäin	Palautteiden huomioiminen
Muut ottavat hyvin vastaan	Voimaantuminen	Uudistuva ilmapiiri	Yksilölliset elämäntilanteet	Kävijöiden toiveiden huomioon ottaminen
Hyväksytään erilaiset ihmiset ja toimintatavat	Onnistumisen kokemukset	Toiminnan vapaaehtoisuus	Luovuus kuuluu kaikille	Konkreettiset muutokset palautteen perusteella
	Innoittaminen (innoittavat kokemukset)	Toisten hyväksyminen	Kävijöiden erilaisuus ilmapiiriin rikastajana	Epäkohtiin puuttuminen
	Yhteistyö taiteen ammattilaisten kanssa	Avoin kaikille		Toimintaehdotusten toteutuminen resurssien puitteissa
	Inspiraatio	Tunteet sallittuja		Palautelomake turvallinen palautteenantotapa
	Muilta oppiminen	Uusien kävijöiden toivottaminen tervetulleeksi		TS:n toiminnan kehityskaaren dokumentointi
		Oman toiminnan vaikutus ilmapiiriin		Toiminnan kehittäminen yritysten ja mahdollisten ehdysten kautta

Kuva 2. Osa analysivaiheen taulukosta, jossa aineiston alakategoriat on jaoteltu yläkategorioiden alle.