



Taiteesta ja kulttuurista hyvinvointia

Avoim eettinen keskustelufoorumi
10.12.2012 Joensuu
VTT Assi Liikanen

Taide kohtaa elämän

Arts in Hospital -hanke
ja kulttuuritoiminta itäsuomalaisten
hoitoyksiköiden arjessa
ja juhlassa



Rafael Wardi, Lepohetki 1999

YK:n kulttuurikehityksen vuosikymmen 1988-1997 hanke n:o 1 Arts in Hospital 1990

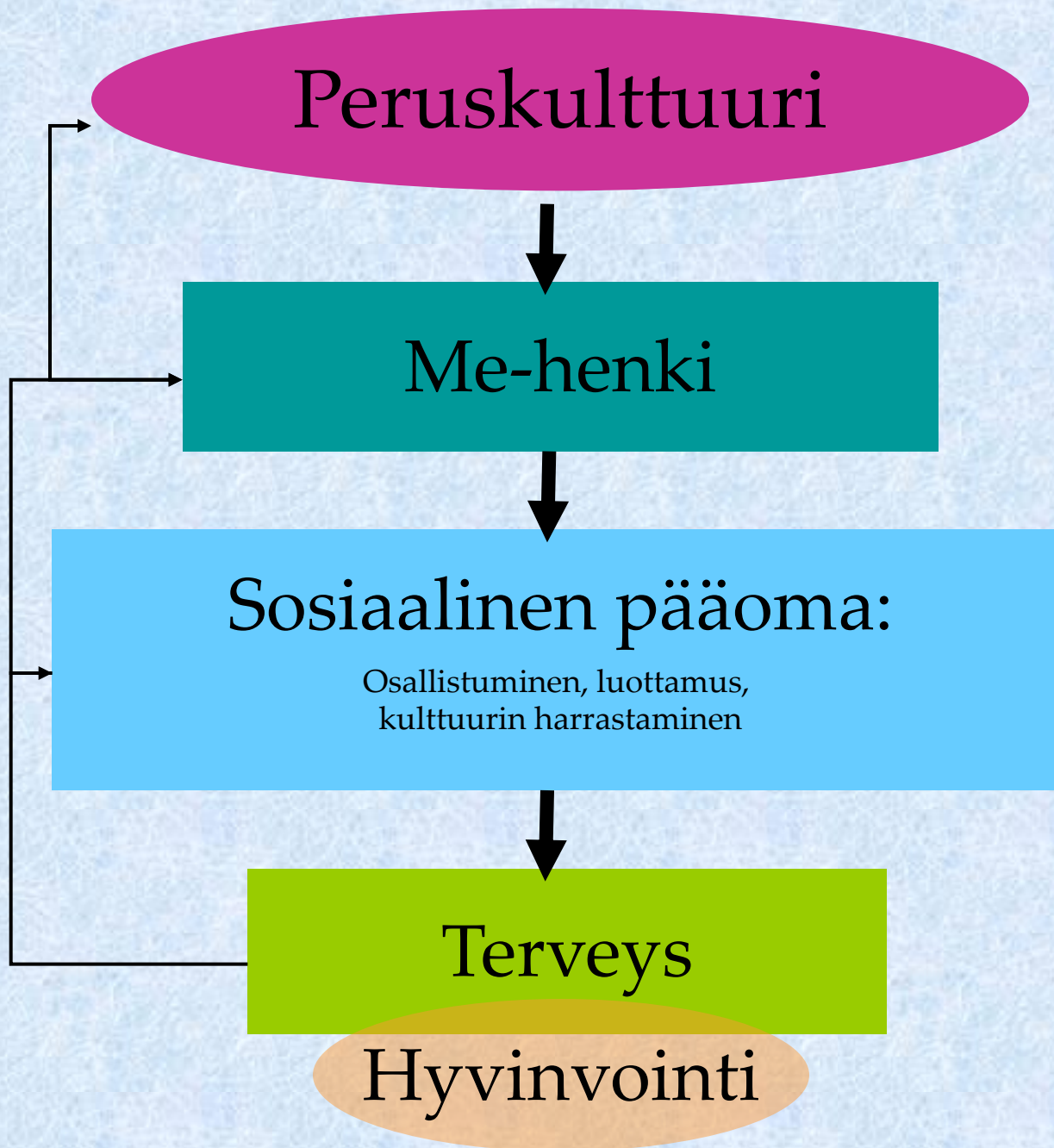
- Aloitteen teki kaksi lääkäriä (DDR ja Itävalta)
- Ketään ei saa sulkea taide- ja kulttuuritoiminnan ulkopuolelle (Ihmisoikeuksien julistus 27 art.)
- Tuoda taide osaksi potilaiden elämää sairaaloissa ja hoitolaitoksissa
- Tarkoitettu taiteilijoille, kulttuurin asiantuntijoille, lääkäreille, terveydenhuollon henkilökunnalle, tukijoille, opetuksen ja kansanterveyden viranomaisille
- Poikkitieteellinen ja moniammatillinen
- Liittyi 18 Unescon jäsenmaata

Terveyttä kulttuurista -verkoston historiaa

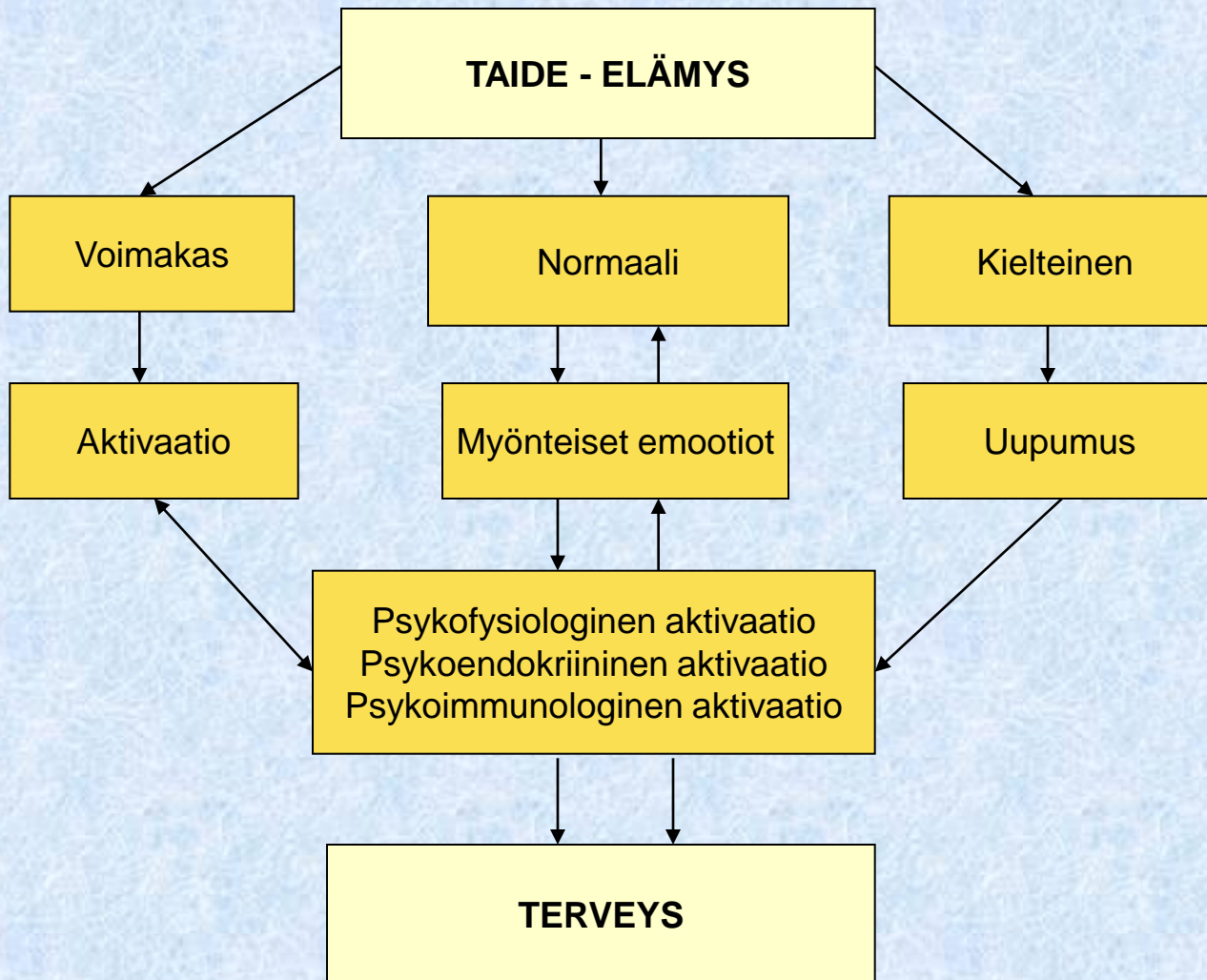
- Suomeen 1990 Unesco-toimikunnan aloitteesta ja OPM vahvisti Suomen osallistumisen 1992
- Ei saanut virallista tunnustamista ja asemaa
- Perustajajäsenet:
 - Unesco-toimikunta: Doris Laine-Almi
 - Jorvin sairaala: Mervi Leijala ja Antti Alanko
 - Suomen kuntaliitto: Anita Kokkola
 - Stakes: Helinä Kotilainen
 - Taiteen keskustoimikunta: Jarmo Malkavaara ja Paula Kokkosalo
 - Suomen Mielenterveysseura: Pirkko Lahti
- Pohjoismaisena yhteistyönä Kultur och Hälsa-seminaarien sarja alkoi 1994 –

Terveyttä kulttuurista -verkoston tuloksista

- Jäsenten mukana sana/aate kiertänyt ja levinnyt
- yli 100 jäsentä
- KOE! -lehti
- Koulutusta erityisesti sosiaali- ja terveystieteille
- Projektien kirjo
- Väitöskirjoja, graduja ja muita opinnäytteitä
- Kirjallisuutta
- Taiteesta ja kulttuurista hyvinvointia – toimintaohjelmaan (2010-2014) panostus
- Iloa ja virkistystä monille!



Taide-elämys välittyy psykofysiologisen järjestämän kautta terveydeksi (Hyyppä 2005)

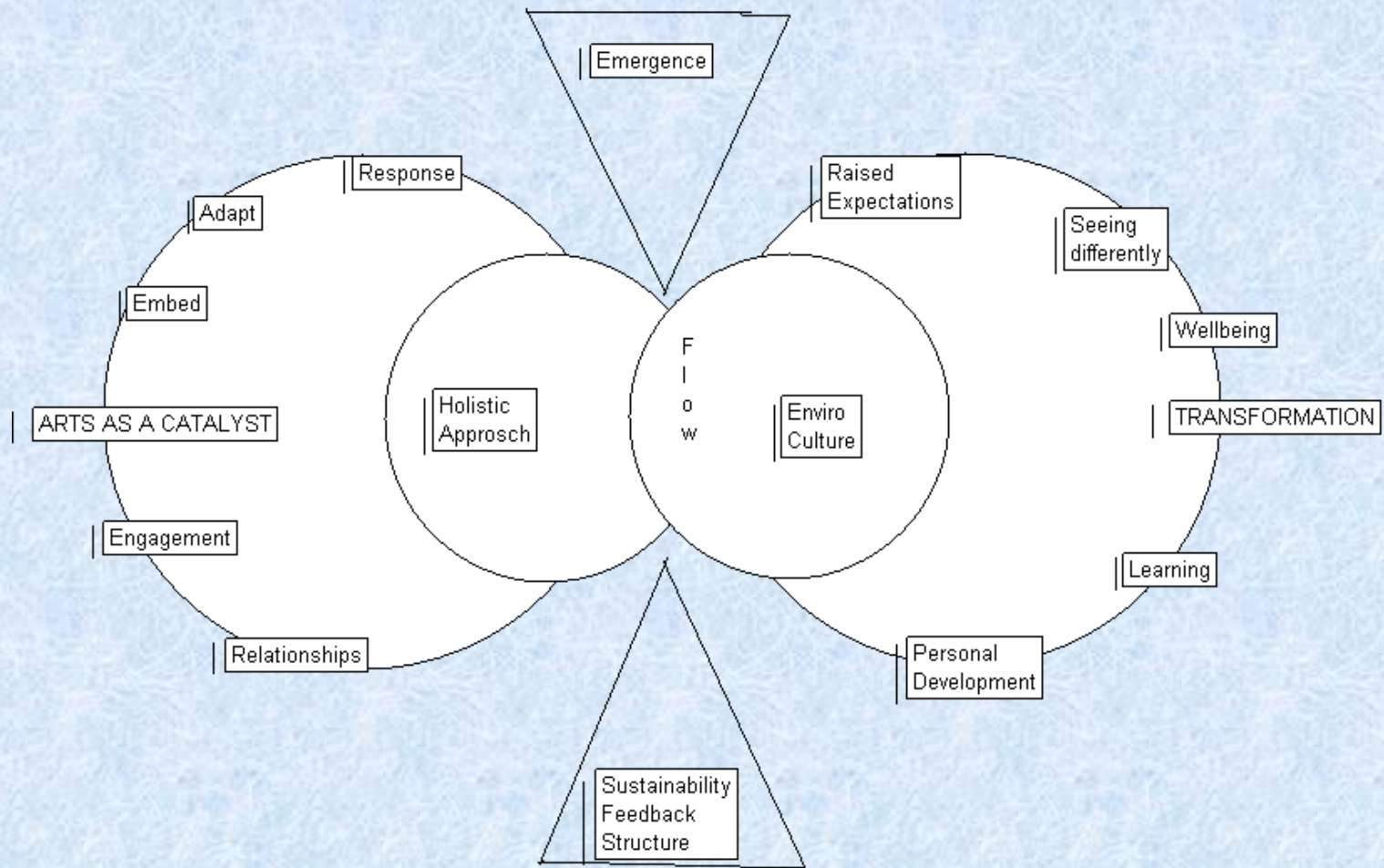


The Model of Transformation Change

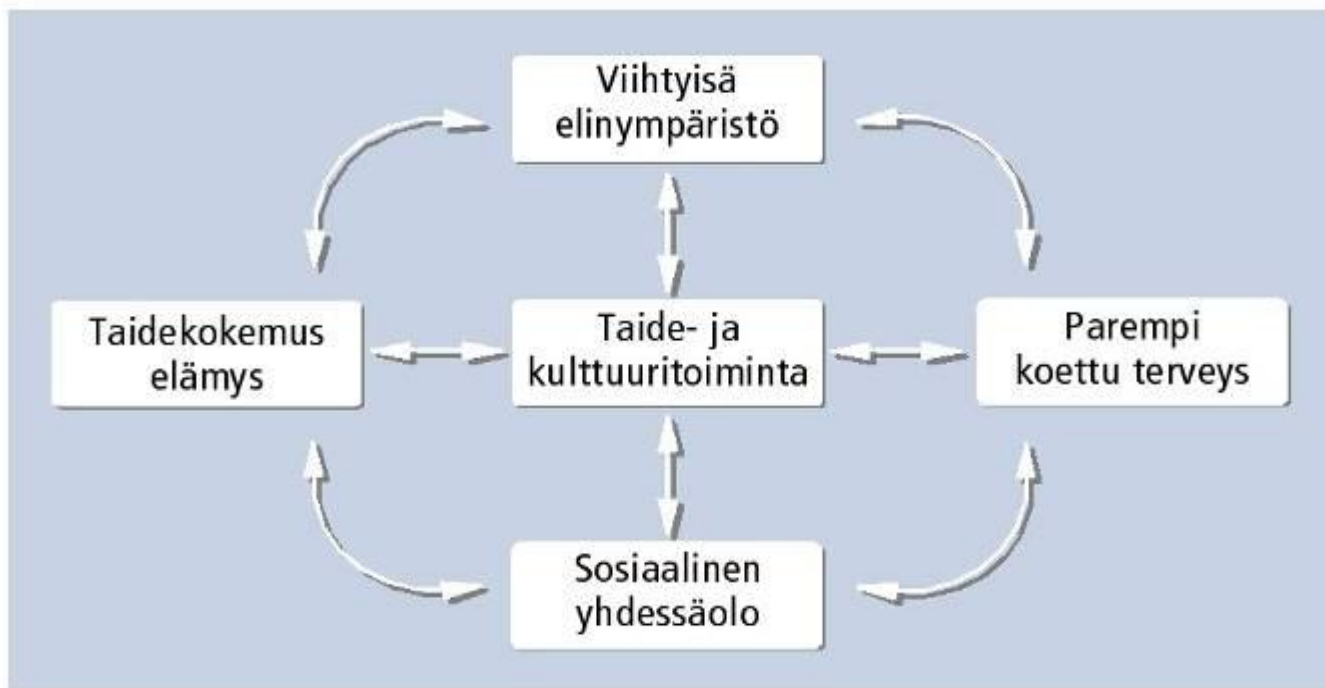
(Kilroy A.J. , 2007)

Feedback loop (1) Artist

Feedback Loop (2) Participants



Taide- ja kulttuuritoiminnan kokemuksellinen ja välineellinen merkitys hyvinvoinnin kehikossa



© Assi Liikanen/ 2003

Taiteen ja kulttuurin hyvinvointi- ja terveysvaikutukset

kirjallisuus- ja tutkimusaineiston pohjalta laadittu
10-kohdan luettelo (Liikanen 2010)

1. Koettu hyvinvointi ja elämänlaatu lisääntyivät kulttuuritoiminnan myötä (Matarasso 1997; Bowling & Cabriel 2004; Galloway 2007)
2. Kulttuuri lisää sosiaalista yhdessäoloa, sosiaalista pääomaa ja aktivoi kanssakäymiseen (Hyyppä 2000; Hyyppä ym. 2008; Liikanen 2003; Karisto ym. 2000; Jeannotte 2003; Clift ym. 2001; Wikström 2003; Järvelä ym. 2007; Nummela 2008)
3. Osallistumalla kulttuuriharrastuksiin ihminen tuntee kuuluvansa johonkin itseään tukevaan yhteisöön (Karisto 1996; Matarasso 1999; Hohenthal-Antin 2001)

4. Osallistumalla kulttuuritoimintaa ihminen tuntee saavuttavansa jotakin sekä hallitsevansa tilanteita ja ympäristöään paremmin (Kilroy ym. 2007; Ulrich 2007; Jeannotte 2006)
5. Itsetunto vahvistuu taide- ja kulttuuriharrastusten myötä saatujen kokemusten, kommunikoinnin, avoimuuden ja empatian tunteiden myötä (Bardy ym. 2001; 2005; Kantonen 2005; Hohenthal-Antin 2007)
6. Aktiivinen kulttuuriharrastaminen vaikuttaa elinajan odotetta pidentävästi (Bygren ym. 1996; Konlaan ym. 2002; Johansson ym. 2001; Väänänen ym. 2009)
7. Kulttuuriin osallistumisen seurauksena on mitattu fysiologisia muutoksia stressitasossa, verenpaineen laskuna ja hormonaalisina tasoina (Konlaan 2001; Wikström 2003; Ulrich 1999; Cohen 2006)

8. Taide- ja sosiokulttuurinen toiminta vaikuttaa myönteisesti muisti- ja aivotoimintoihin (Särkämö ym. 2008; Hannemann 2006; Holthe ym. 2007; Wilson ym. 2007; Small ym. 2007; Götell ym. 2008; Ravelin 2008)

9. Työhyvinvointi lisääntyy kulttuurin myötä (Staricoff ym. 2003; Nuutinen 2008; Mannigin 2007; von Brandenburg 2009; Tuisku ym. 2011)

10. Luonnolla ja rakennetulla ympäristöllä (myös asuin- ja hoitoympäristöllä) on vaikutuksia hyvinvointiin(www.healthdesign.com; Scher 1996; Staricoff 2004; Topo & Kotilainen 2009; Anath 2008; Haahti 2010)

Taiteen vaikuttava voima

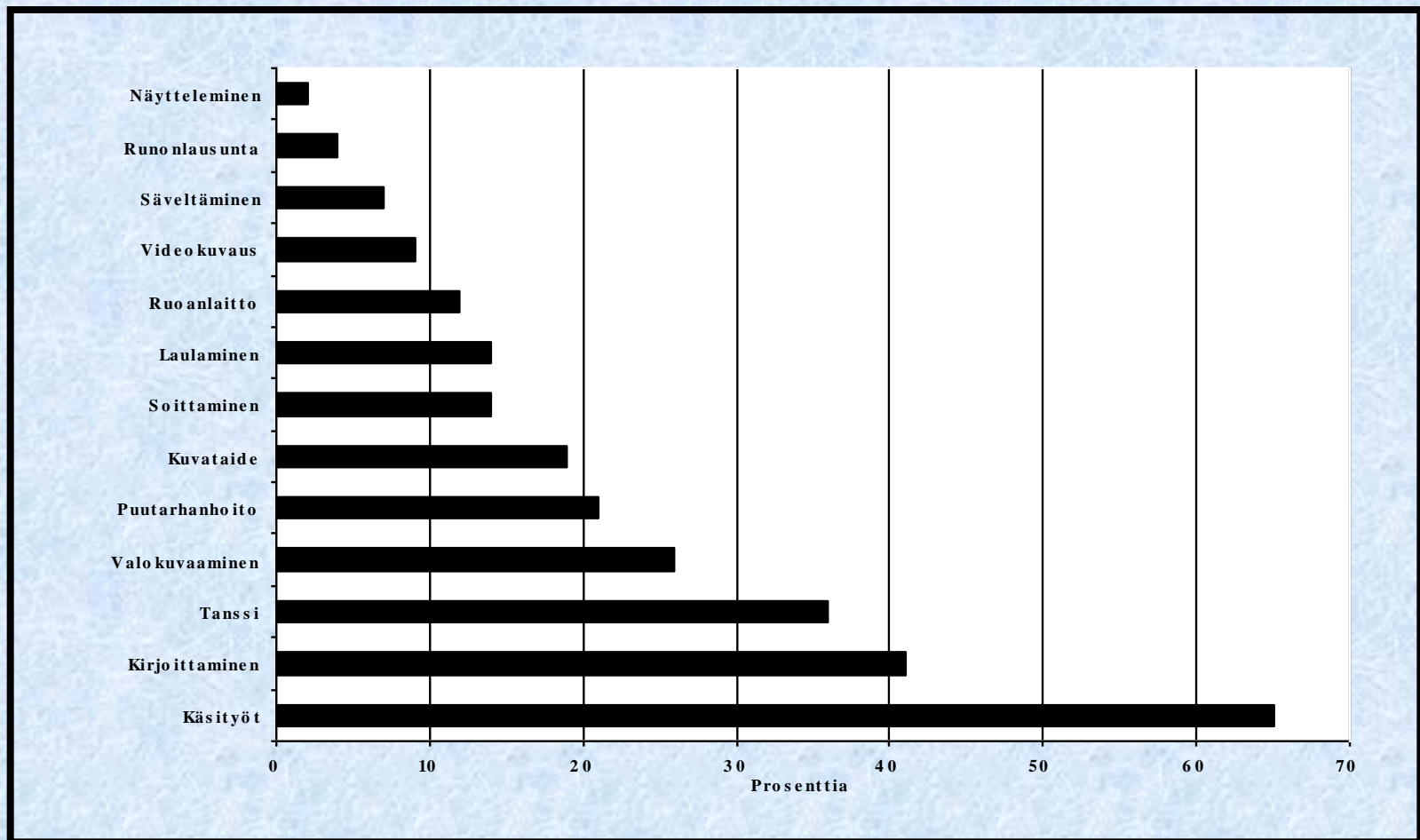
Towards transformation: Exploring the Impact of Culture, Creativity and the Arts on Health and Wellbeing (Kilroy, Garner, Parkinson, Kagan & Senior, 2007)

Evaluoitiin 6 monialaista taideinterventio -projektia (18-55+ vuotiaat) kyselylomakkeilla (ennen ja jälkeen) sekä osallistuvalla havainnoinnilla;

- 1) **Hyvinvointi** lisääntyi, erityisesti tilanteiden ja ympäristön hallinta, autonomian kokemus, elämän tarkoituksen vahvistuminen, positiiviset ihmissuhteet ja terveyden edistämisen halu.
- 2) **Terveys** koheni, erityisesti koettu terveys ja mielenterveys. Havaittiin somaattisten oireiden, unettomuuden ja levottomuuden, vakavan masennuksen ja sosiaalisen syrjäytymisen vähenemistä.
- 3) **Työtyytyväisyys** lisääntyi 12 viikon taidetyöskentelyn aikana suhteessa verrokkiryhmään. Vaikutuksia positiiviseen ilmapiiriin.
- 4) **Ympäristön** vaikutus tervehtymiseen todettiin tärkeäksi. Se sisältää henkilökunnan asenteet ja ympäristön antaman tuen oppimiselle, kokemuksille, ei-kilpailulle, ei-hierarkioilla, yhteistyölle ja tasa-arvolle.

Taide ja kulttuuri ovat potentiaalinen mahdollisuus innovaatioille. On kuitenkin olemassa selkeitä sisällöllisiä, ideologisia ja asenteellisia eroja taide- ja hoitohenkilökuntien välillä, jotka vaikeuttavat toimintaa, tutkimusta ja evaluointia.

Vapaa-ajan kulttuuriharrastukset, kaikki yli 10-vuotiaat (Tilastokeskus 2005)



Kulttuuria harrastavat eläkeikäiset säilyvät pitempään hengissä

HARRASTUS	MIEHET	NAISET
Lukeminen	1,1	<u>1,3 *</u>
Harrastelu	<u>1,5 ***</u>	1,2
Puutarha	<u>1,5 ***</u>	1,1
Kulttuuri	<u>1,4 *</u>	<u>1,4 *</u>
Kuoro	1,3	1,0
Kerho	1,3	<u>1,8 ***</u>
Opintopiiri	1,3	<u>2,0 ***</u>
Soitto	0,9	1,5
Tanssi	1,3	1,0

Musiikin merkitys

- Musiikin avulla voidaan
 - stimuloida, synnyttää mielikuvia ja muistoja,
 - rauhoittaa tai rentouttaa
 - ilmentää kulttuurisia arvoja
 - vahvistaa identiteettiä
- **Mozartia** potilaille Lapinlahdessa
- **Kuorolaulun** monitasoinen voima
- **”Turning the brain for music”** (Prof. Petri Toiviainen) Musiikin ja tunteiden välisten yhteyksien kv-tutkimus Jyväskylän yo
- **Musiikki aktivoi toipumista aivoinfarktista** (Särkämö ym. 2008, Forsblom ym. 2009)
- **Hempan Pumppu ja Pertti Kurikan nimipäivät**
- **Paleface** ja Hämeenlinnan nuoret räppäävät
- **Musique et Santé** -verkosto Ranskassa





Kulttuuri ja taide hoitoympäristössä

- **Hoitoympäristön merkitys** potilaille ja hoitotuloksiin
 - vähentää pelokkuutta, laskee verenpainetta, vähentää kipua ja lyhentää sairaalassaoloaikaa (viittaus John Hopkins yliopiston tutkimuksiin, mm. Ulrich 1999)
 - yli 700 tutkimusta, jotka osoittavat hyvän ympäristön vaikutukset terveyteen (Ulrich & Zimring 2004)
- Hoitolaitosten **arkkitehtuuri**
 - Aallon Paimion parantola 1993
 - Pallasmaa 2000, Kotilainen 2008; Topo & Kotilainen 2009
 - Patient-focused architecture (Scher 1996)
 - Valo, väri, ilmanvaihto, luontonäkymä ikkunasta, kestävä rakentaminen (Anath 2008)



Kuvat virkistävät mieltä

- Taideterapia (Ronkanen ym. 2007: Duodecim)
- Kokemukselliseen kuvaiteeseen liittyvä oppiminen lisää merkittävästi työhön liittyviä kykyjä, kommunikaatiota, tiimityötaitoja ja itsenäisyyttä (Mannigin 2007; Bresler 2008)
- **WAS- menetelmä** (Works of Art Stimulation) (Wiksrtöm B.-M. 2003)
 - tutkimusmetodina ”opastettujen mielikuvien tekniikka”
 - taideteokset johdattivat keskusteluun
 - aktivoi selkeästi sosiaaliseen kanssakäymiseen
 - emotionaalinen ja lääketieteellinen terveysstatus parani
 - luovuus ja elämänmyönteisyys lisääntyivät
 - huimaus ja väsymys vähenivät
 - verenpaine laski
 - lääkkeiden (uni-, rauhoittavat ja laksatiivit) käyttö väheni yli 65-vuotiailla palvelutalon asukkailla

Terveyttä teatterista

- ▶ Luvan ottaminen – ikäihmiset näytelmän tekijöinä Flow-kokemus (Hohenthal – Antin, 2001,2006)
- ▶ ”Näkymätöntä sosiaalityötä” (Antti Karisto)

Jussi Lehtonen, näyttelijä
Kansallisteatterin kiertuenäyttämö
Samassa valossa (Lehtonen 2010)

Lipsu-Liisa (Liisa Tiihonen)
Kutkus -teatteri, Mikkeli

Assi Liikanen





Terveyttä tanssien

- Tanssi ”näkymättömän sosiaalityön” välineenä ja toimintakyvyn ylläpitäjänä

Kirsi Heimonen, taiteiden tohtori,
Sukellus liikkeeseen (2009)



Kirjallisuus, kirjoittaminen ja kirjastot

- Elämysten jäljillä – taiteen merkityksellistämä elämä – elämänkertakirjoitukset (Eskola, K. 1998)
- Liljan kuva kutsuu (Sava 2000)
- Omat ja muiden tarinat - ihmisyyttä vaalimassa (Bardy & Känkänen 2005)
- Kirjallisuusterapia ja kirjallisuuspiirit
- Sanataide ja runous
- Kirjastot kulttuurikeskuksina, laitospirjastot, kotipalvelut, muut lainat (Kirjaston kehittämisohjelma 2006-2010, OKM)



Toiminnalliset ryhmät ja muistelu

- Toiminnalliset ryhmät voivat kokoontua taiteen, liikunnan, eri harrastusten tai teemojen mukaisesti
 - TTAP-menetelmä (Therapeutic Thematic Arts Programming eli taiteita hyödyntävä kuntoutus)
 - Sosiaali- ja lähityön menetelmänä
- Muisteluryhmissä voidaan
 - käsitellä läheisen kuolemaa, iloja ja suruja
 - omia elämän vaiheita
 - historian käännekohtia
 - rakentaa muistorasia
 - Kotkan muistojen taloon tallennetaan muisteluita



Taide ja työhyvinvointi



Taiteesta ja kulttuurista työhyvinvointia; työhön, työyhteisöön ja työympäristöön (von Brandenburg 2009; Mannigin 2007)

Kulttuuritoiminta, taide ja viihtyisä ympäristö hoitoyhteisön voimavarana (Staricoff ym. 2003; Kilroy ym. 2007; Nuutinen 2008; Tuisku ym. 2011)

TAIKA -hanke I (2008-2011) ja **II** (2011-2013) kehittää ja tutkii taidelähtöisiä menetelmiä osaksi työelämää (Rönkä ym. 2011)

Työhyvinvointifoorumi (STM, Suksi 2012, Työterveyslaitos)

Taiten tuottoa -hanke (2011-2013), Osaattori -hanke (2011-2013)

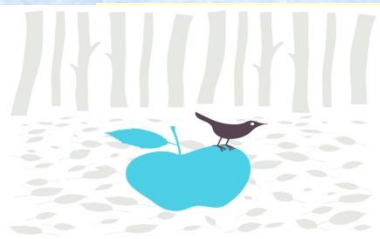
Luova talous työssä ja Arvokas työelämä (OKM, Niemi 2012)

Kultur i Arbetslivet – TILLT -ohjelma Ruotsissa www.TILLT.se

Taiteen käyttö työelämässä

(Tyhy-muistio: STM 2012)

Esimerkkejä	Taide osana työkykyä ylläpitävää toimintaa	Taide osana työympäristöä	Taide osana työtä
Taide elämyksenä	Virike- ja kulttuuriseteli	Taidetta seinillä	Taiteilija osana työyhteisöä
Taiteen soveltava käyttö	Musiikkiesitys työkytilaisuudessa	Sairaalaklovni	Innovointia draaman avulla
Taidelähtöiset työmentelmät	Työpaikan oma bändi tai kuoro	Itse esteettisesti tuunatut työkalut	Hoitaja laulaa potilaalle kylvetyksen yhteydessä. Saduttaminen osana kehityskeskustelua.



Taide ja muistisairaat

- Säännölliset musiikituokiot ja laulaminen stimuloivat muistia (Rapp 1999)
- Tanssi kokoaa ihmisen mielen, kehon ja tunteet (Ravelin 2008)
- Muistisairaahan ihmisen kyky taiteen vastaanottamiseen näyttää säilyvän pitkään. Taide stimuloi muistia ja mielen pohjalta löytyy voimia, jotka kommunikaatiokyvyn heikkous kätkee (Hannemann 2006; Pusa 2010)
- Opri ja Oleksi koti, Villa Lyhde, Espoo (Semi 2003)



Kulttuuria yhteisöissä - tekijänä ja kokijana

- Kulttuuri sosiaalisen pääoman ja luottamuksen rakentajana (Hyyppä & Mäki 1997-2008)
- Kulttuuritapahtumiin osallistuminen pidentää ikää (Bygren et al 1996; Konlaan 2001; Väänänen ym.2009)
- Taide- ja kulttuuritoiminta hoitoyksiköissä osana hoito- ja hoivatyötä (Liikanen 2003; Nuutinen 2008)
- Sosiokulttuurinen innostaminen (Kurki 2000, 2006)
- Yhteisötaide (Kantonen 2005)
- Kulttuurin ja toiminnan kohtaamisen paikat (kaavoitus, rakentaminen ja kuntasuunnittelu)



Teknologia ja tietojärjestelmät kulttuurin

- Sävelsirkku – musiikin, tarinoiden, pelien ym. ”apuväline” yhteisiin tuokioihin ikäihmisille
- Hyvinvointitelevisiion välityksellä vanhusten ja vaikeasti liikkuvien kotiin erityisohjelmia
- Internetin kautta tietoa ja sisältöjä: esim. www.kulttuuriakaikille.info tai muistipolku-aineisto Ateneumin sivuilta www.ateneum.fi tai
- www.classiclive.com konsertteja, baletteja, oopperoita
- Sosiaalinen media (Facebook, YouTube jne.)

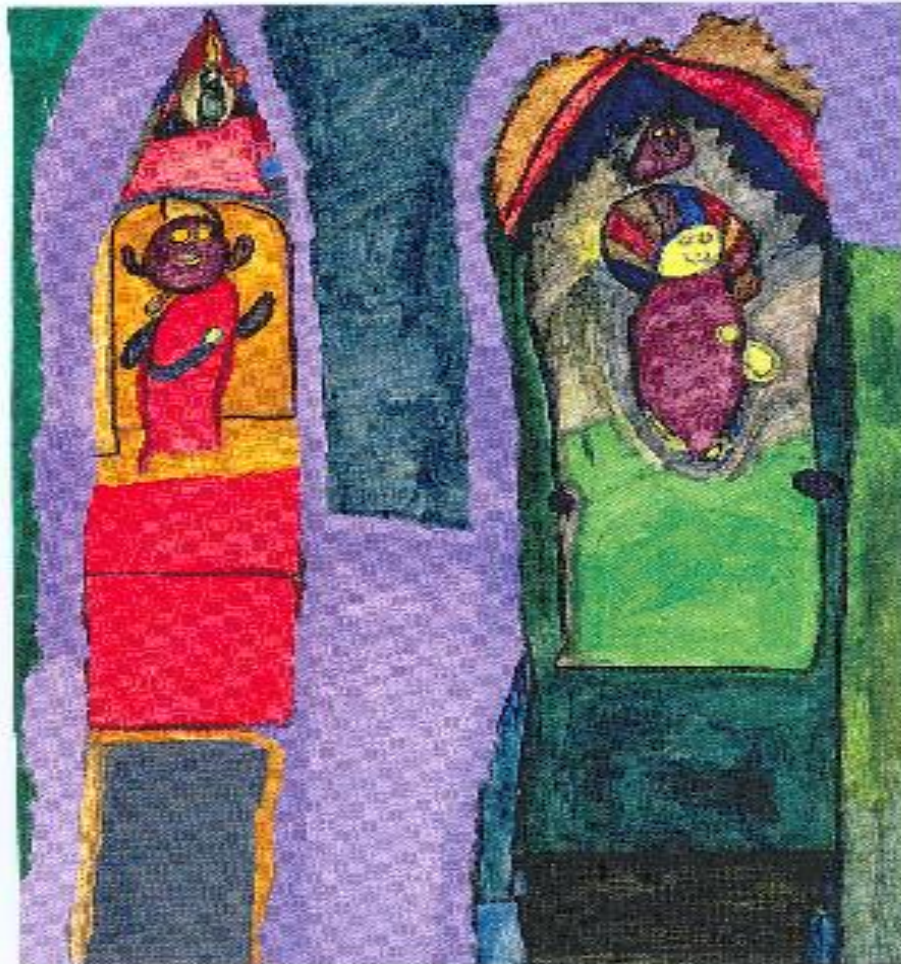
ITE-taiteen kukoistus

Kirsikoti ja Kaarisilta

Vaalijala ja Honkalampi

Nikkilä (entinen) ja Kellokoski

Piia Vaarala, Italialainen temppeli, Via Toscana, 2003



Kulttuurityö kehityksen ja oppimisen tukena – Zimbabwien AIDS-orvot ry



10.000 taideteosta sairaaloihin - kampanja!



- Otetaan vastaan taidelahjoituksia ja jaetaan ne edelleen hoitoyhteisöihin heidän toiveidensa mukaisesti

ORTON Invalidisäätiö

Sirpa.viljanen@orton.fi

ilkka@ilkkataipale.fi

Kotimaista kirjallisuutta

- Bardy, M. ym. 2007. Taide keskellä elämää. Kiasma. Like.
- Eskola, K. & Laaksonen, P. 1998. Rakkaudesta taiteeseen. SKS.
 - Hyyppä, M.T. 2002. Elinvoimaa yhteisöstä. PS-kustannus.
 - Hyyppä, M.T. & Liikanen, H-L. 2005. Kulttuuri ja terveys. Edita.
 - Hohenthal-Antin, L. 2006. Kutkuttavaa taidetta. PS-kustannus.
 - Kantonen, L. 2005. Teltta. Taideteollinen korkeakoulu.
 - Kauppinen, L. 2007. Oman elämänsä ihminen. Maahenki.
 - Kurki, L. Sosiokulttuurinen innostaminen. 2000. Tammer-paino.
 - Lehtonen J. 2010. Samassa valossa, näyttelijäntyö hoitolaitokierroksella.
 - Liikanen H-L. 2003. Arts in Hospital. Taide itäsuomalaisten hoitoyksiköiden arjessa ja juhlassa.
 - Rankanen, M. & Hentinen, H. & Mantere, M-H. Taideterapian perusteet. 2007. Duodecim.
 - Saresma, T. 2002. Häivähdys kauneutta – taide suomalaisten arjessa. SKS.
 - Rönkä ym. 2011. Taide käy työssä, taidelähtöisiä menetelmiä työyhteisöissä. Lahden AMK julkaisuja C 75.

Mikkelin senioriteatteri Kutkutus

Kutku -menetelmä



KUTKU - sirkus
2007