

ARTS
EQUAL

Taiteellinen toiminta ja nuorten sekä mielenterveyskuntoutujien hyvinvointi

Katsaus kansainväliseen tutkimukseen

Liisa Laitinen 25.10.2017

Turun ammattikorkeakoulu, Turun yliopisto

liisa.laitinen@utu.fi

ARTSEQUAL

Mielenterveyteen liittyvät haasteet lisääntyvät

- Euroopassa asuvista yksi ihminen neljästä kärsii jossain vaiheessa elämäänsä jonkinlaisesta mielenterveyden ongelmasta.
- Mielenterveyden häiriöt muodostavat yhä suuremman osan sairaustaakasta.
- Esim. masennus on yksi keskeisimmistä työ- ja toimintakykyisyyttä heikentävistä tekijöistä. (WHO 2013)

Taiteellisen toiminnan on tutkimuksissa havaittu voivan:



- vähentää masentuneisuutta ja ahdistuneisuutta ihmisillä, jotka käyttävät mielenterveyspalveluja
- lisätä mielenterveyspalveluja käyttävien ihmisten itsetuntemusta, itsetuntoa ja itseluottamusta sekä itsensä hyväksymistä ja arvokkuuden tunnetta
- tarjota mahdollisuuden korjaaviin ja vahvistaviin kokemuksiin, itseen liittyvien negatiivisten tai toimintaa rajoittavien käsitysten muuttamiseen sekä uudenlaisten roolien ja identiteettien omaksumiseen.

Osallistava ja yhteisöllinen taidetoiminta voi:

- lisätä sosiaalista vuorovaikutusta, tukea ja luottamusta sekä tarjota osallistujille kokemuksia nähdyksi, kuulluksi ja arvostetuksi tulemisesta
- vähentää sosiaalista eksklusiota ja tukea sosiaalista osallistumista ja osallisuutta
- tuoda sosiaalisesti syrjässä olevat ja valtavirtaan tai enemmistöön kuuluvat yhteen sekä lisätä ja laajentaa ymmärrystä tuntemattomista asioista ja ihmisistä.

Nuorten syrjään jääminen tai syrjäytetyksi tuleminen

- Syrjäytyneitä tai syrjäytymisvaarassa olevia nuoria arvioidaan olevan Suomessa 14 000-100 000.
- Syrjäytyneet nuoret ovat muita sairaampia – syrjäytyneiden nuorten terveystalvelujen kokonaiskustannukset ovat seitsenkertaiset verrattuna nuoriin, jotka eivät ole syrjäytymisvaarassa.
- Nuorten itse mainitsema keskeisin syrjäytymisen syy on ystävien puute.



Kuva: TEIJO, Pirkanmaa

Taiteen merkitys itsetuntemuksen, itseilmaisun ja tunteitaitojen kehittämisessä

- Taiteellinen toiminta voi tarjota turvallisen ja kannustavan ympäristön sekä uusia välineitä tutkia omia tunteita, ajatuksia ja kokemuksia, lisätä ymmärrystä niistä sekä tarjota uudenlaisia keinoja niiden ilmaisemiseen.
- Yhteisöllinen taidetoiminta voi lisätä nuorten kykyä tunnistaa ja hallita mielialoja ja tunteita sekä auttaa nuoria pärjäämään arjessa hankalien tunteiden, stressin ja vastoinkäymisten kanssa.

Taiteen merkitys sosiaalisten taitojen ja vuorovaikutustaitojen kehittämisessä

- Yhteisöllisen ja osallistavan taidetoiminnan on havaittu voivan aktivoida ja parantaa nuorten sosiaalisia taitoja ja vuorovaikutustaitoja, kuten yhteistyötaitoja, kommunikaatio- ja neuvottelutaitoja sekä konfliktien ratkaisemiseen liittyviä taitoja.
- Taidetoiminnassa yhteyden luominen muihin, vuorovaikutus ja kommunikaatio on mahdollisia muutoinkin kuin sanallisesti.



Kuva: TEIJO, Pirkanmaa

Erilaisuuden ymmärtäminen ja arvostaminen

- Taiteellinen toiminta voi lisätä ymmärrystä vieraista ihmisistä ja asioista sekä auttaa muuttamaan ennakkokäsityksiä itsestä, muista ihmisistä tai ihmisryhmistä.
- Taidetyöskentelyssä nuorille voi mahdollistua turvallinen ja avoin tila monin tavoin esittää ja kehollistaa moninaisuutta sekä haastaa ja muuttaa totuttuja ajattelu-, käyttäytymis- ja toimintamalleja.

Osallistuminen ja osallisuus yhteisössä ja yhteiskunnassa

- Taidetoiminnan kautta nuorelle voi mahdollistua tärkeä kokemus kuulumisesta johonkin ryhmään tai yhteisöön.
- Yhteisöllisen ja osallistavan taidetoiminnan on tutkimuksissa todettu voivan antaa nuorille mahdollisuuden reflektoida omaa elämäänsä ja omaa rooliaan lähiyhteisössä tai yhteiskunnassa laajemmin.
- Julkisen taiteen tekeminen ja taiteen julkinen esittäminen voivat olla nuorille merkityksellinen tapa tulla näkyväksi ja antaa yhteisölle positiivinen kuva nuorista ja heidän toiminnastaan.
- Tutkimuksissa on havaittu yhteys nuorten taideosallistumisen ja esim. äänestämisen välillä.

Lopuksi

- Taiteelliseen toimintaan liittyvistä tai sen kautta saatavista hyödyistä voi päästä osalliseksi ainoastaan silloin, kun taidetoimintaan on mahdollisuus osallistua.
- Miten saadaan tavoitettua ja mukaan toimintaan ne ihmiset, jotka ovat vaarassa jäädä kaikkien palvelujen ulkopuolelle ja jotka erityisesti hyötyisivät toiminnasta?
- Haavoittuvaisessa asemassa olevien ihmisten kanssa toteutetuilla taideprojekteilla voi olla myös negatiivisia tai ristiriitaisia vaikutuksia, jotka olisi syytä tunnistaa ja ottaa huomioon toimintaa suunniteltaessa ja järjestettäessä.

ARTSEQUAL

www.artsequal.fi

Rahoittaja

Konsortiopartnerit

