

Musiikki 4/2021

musiikki.journal.fi | 51. vuosikerta

Tuire Ranta-Meyer, Pia Houni ja Noora Vikman

Musiikki, ääni ja hyvinvointi

– nykytutkimuksen tilaa kartoittamassa 3

•

Artikkelit



Kaarina Kilpiö ja Meri Kytö

Hyvinvointi taustamusiikin kokemuksissa: palvelualalla

toimivien näkemykset työskentelystä musiikin kanssa 19

•

Puheenvuorot, lektio, arvostelu & raportti

Norma Daykin

Creativity, health and wellbeing: challenges

of research and evidence 50

Hanna Pohjola

Tanssi, sisäinen tarina ja sairausnarratiivit 62

Liisa-Maria Lilja-Viherlampi

Mitä on kulttuurihyvinvointi? 73

Mari Rusi-Pyykönen

Lectio praecursoria: Hetkestä syntyntä.

Suunnanmuutoksia ja uudenlaista otetta osallistavan

teatterin käytäntöihin 90

Laura Huhtinen-Hildén

Kulttuurihyvinvointialan palapeliä kokoamassa 98

Noora Vikman

Musiikki, ääni ja hyvinvointi -symposiumraportti 104

Musiikki-lehden ilmoitushinnat: **Koko sivun mainos** 180 €, **puolen sivun mainos** 100 €, **Mainosbanneri** 60 €. **Toistoalennus** 25 %. Kaikki ilmoitukset ovat värillisiä. Alv. sisältyy hintoihin. Ilmoitusasioita hoitaa lehden päätoimittaja Tuire Ranta-Meyer (tuire.ranta-meyer@metropolia.fi).

Teemanumeron toimittajat:

Tuire Ranta-Meyer (Metropolia)
Pia Houni (Tampereen yliopisto)
Noora Vikman (Itä-Suomen yliopisto)



Toimituksen osoite: Musiikki-lehti, Suomen musiikkitieteellinen seura ry, Musiikkitiede, 20014 Turun yliopisto. **Päätoimittajat:** FT Lasse Lehtonen (lasse.a.lehtonen@helsinki.fi) Dos. Tuire Ranta-Meyer (tuire.ranta-meyer@metropolia.fi) **Taittäjä:** Anne Rissanen (rissanenanne@gmail.com). **Toimitusneuvosto:** Kaarina Kilpiö, Emmi Kujanpää, Kimi Kärki, Lasse Lehtonen, Juha Ojala, Tuire Ranta-Meyer, Saijaleena Rantanen, Milla Tiainen ja Laura Wahlfors. **Tilaukset ja arkistonumerot:** Vanhoja vuosikertoja ja seuran julkaisuja välittävät seuran sihteeri Jasmin Vahtera (mts.toimisto@gmail.com) sekä Ostinato Oy, Musiikkitalo, Mannerheimintie 13 a B, 00100 Helsinki, (020) 7070443, ostinato@ostinato.fi, www.ostinato.fi. **Musiikki (verkkojulkaisu) ISSN 2669-8625**

Musiikki, ääni ja hyvinvointi

– nykytutkimuksen tilaa kartoittamassa

Tuire Ranta-Meyer, Pia Houni ja Noora Vikman
.....

Viimeisen kahden vuosikymmenen aikana taiteeseen ja taidetoimintaan on kohdistunut erityistä kiinnostusta, kun taiteen hyvinvointi- ja terveysvaikutuksia on katsottu aiempaa monipuolisemmista suunnista. Aihepiiri ei historiallisesti katsottuna ole uusi, sillä jo antiikissa kreikkalaiset oivalsivat taiteen parantavat ja terveyttä vaalivat voimat. Aristoteleen *katharsiksen* käsite on yksi tunnetuimmista termeistä, joilla taiteen puhdistavaa vaikutusta on kuvattu. Aristoteleelle tämä tarkoitti erityisesti tragedian tuottamaa voimakasta tunnekokemusta. Käsite itsessään oli lainattu lääketieteestä.

Myös keskiajan kirjallisuudesta löytyy kiinnostavia yksityiskohtia esimerkiksi musiikin vaikutuksista ihmisen hyvinvointiin. Historiallinen tieto on tietenkin arvokasta ja usein oivaltavasti osoittanut meille taiteen ja terveyden välisen suhteen. Tämä kokemus- ja käytäntölähtöinen tieto ei aina ole vakuuttanut päättäjiä, ja osaltaan tästä syystä viime vuosikymmenien tutkimuskeskustelu on nostanut taiteen vaikutuksista puhumisen tavoitteelliseksi, jopa poliittiseksi ohjelmaksi. Taiteen laajeneva käyttö uusissa toimintakonteksteissa haastaa taiteen traditiota, herättää pohtimaan taiteen merkitystä, hyötyä, välineellisyyttä sekä taiteilijan tai taidepedagogin työn muutosvaatimuksia.

Suomessa on huomioitu ja seurattu taiteen hyvinvointivaikutusten kansainvälisiä linjauksia. Erityisen merkittävällä tavalla meille ovat rautuneet Iso-Britanniassa tehdyn perustavanlaatuisen työn monet mallit. Vuonna 2014 siellä puolueet saivat aikaan yhteisen poliittisen tahtotilan taiteen ja kulttuuritoiminnan edistämiseksi yhteiskunnallisesti merkittävällä tavalla.¹ Tätä työtä on pidetty esikuvana myös Suomessa tehtävälle kulttuurihyvinvoinnin työlle. Tuolloin julkaistun raportin keskeinen viesti on kiteytetty kolmeen kohtaan (Howarth 2017):

1 Hankkeen kotisivulta <https://www.culturehealthandwellbeing.org.uk/appg-inquiry/> löytyy aiheesta enemmän tietoa.

- taide voi auttaa meitä voimaan hyvin, vahvistaa palautumista sairauksista ja tukee pidemmän elämän parempaa laatua
- taide voi auttaa terveydenhuollon ja sosiaalihuollon haasteissa, joita ovat ikääntyminen, pitkän aikavälin terveys, yksinäisyys ja mielenterveys
- taide voi säästää rahaa terveys- ja sosiaalihuollosta.

Meillä Taiteesta- ja kulttuurista hyvinvointia -toimintaohjelma (2010–2014) käynnisti toimintaa monella sektorilla. Sen lähtökohtana oli kulttuurihyvinvoinnin asettuminen osaksi sosiaali- ja terveydenhuollon toimintaa, mikä kirjattiin toimintaohjelman raporttiin yhtenä kolmesta toimintasuosituksesta. Hanna-Liisa Liikasen raportti *Taiteesta ja kulttuurista hyvinvointia, ehdotus toimintaohjelmaksi 2010–2014* ei kuitenkaan syntynyt tyhjästä. Sitä edelsi esimerkiksi vuonna 2008 julkaistu Cecilia von Brandenburgin opetusministeriölle kirjoittama selvitys *Kulttuurin ja hyvinvoinnin välisistä yhteyksistä. Näköaloja taiteen soveltavaan käyttöön*, joka osoitti suuntia taide- ja kulttuurityölle uusissa ympäristöissä.²

Kulttuurihyvinvointityötä on kuluneiden vuosien aikana edistetty valtakunnallisesti myös poliittisen tahtotilan myötä. Opetus- sekä sosiaali- ja terveysministeriön asiantuntijatyöryhmät ovat olleet keskeisiä tässä edistämistyössä. Keväällä 2019 tuli voimaan laki kuntien kulttuuritoiminnasta (166/2019), mikä osaltaan vahvisti kulttuurin roolia kohdistamalla sen toimeenpanon kuntien vastuulle. Lain tavoitteena on velvoittaa kuntia näkemään kulttuurihyvinvoinnin mahdollisuuksia ja järjestämään saavutettavuuden periaatteella taidetoimintaa. Useissa kunnissa on hanke-rahoituksella tehty tärkeitä työtä kulttuurihyvinvoinnin edistämiseksi (ks. esimerkiksi Fancourt et al. 2021; Houni et al. 2020).

Kansainvälisesti yksi merkittäviä tutkimusjulkaisuja on ollut vuonna

2 Laajamittaisesti toiminta käynnistyi, kun *Taiteesta ja kulttuurista hyvinvointia* (TAIKU) -ohjelmaa valmisteltiin osana terveyden edistämisen politiikkaohjelmaa vuosina 2010–2014. Tavoitteena oli hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen kulttuurin ja taiteen keinoin sekä osallisuuden lisääminen yksilön, yhteisön ja yhteiskunnan tasoilla. Ohjelman painopistealueet olivat 1) kulttuuri osallisuuden, yhteisöllisyyden, arjen toimintojen ja ympäristöjen edistäjänä, 2) taide ja kulttuuri osana sosiaali- ja terveydenhuoltoa ja 3) työhyvinvoinnin tukeminen taiteen ja kulttuurin keinoin. Taiteen edistämiskeskuksessa (Taike) käynnistettiin *Taiteen käytön, hyvinvoinnin ja osallistamisen kehittämisohjelma* vuonna 2015. Kehittämisohjelmassa projektilähtöinen työ keskittyi vaikuttamaan asenteisiin ja rakenteisiin. Taiteen hyvinvointivaikutusten juurruttaminen sai lisävauhtia Juha Sipilän hallitusohjelman kärkihankkeesta (2015–2018), jossa etsittiin rahoitus- ja toimintamalleja integroida taide ja kulttuuri osaksi sosiaali- ja terveydenhuoltoa. Kärkihanketta vetivät opetus- ja kulttuuriministeriö sekä sosiaali- ja terveysministeriö. (Ks. Houni 2021.)

2019 julkaistu WHO:n kokoava raportti, jossa viitataan noin 3000 tuhanteen tutkimusjulkaisuun taiteen ja kulttuurin hyvinvointivaikutuksista. Raportin mukaan taide voi tarjota innovatiivisia ratkaisuja monimutkaisiin terveyshaasteisiin. (Fancourt ja Finn 2019.)

On syytä myös mainita kokonainen tutkimusalue *Health Humanities* (terveyshumanistiset tieteet), jonka yhtenä keskeisenä toimijana voidaan pitää Paul Crawfordia. Hänen johtamassaan Nottinghamin yliopiston tutkimusohjelmassa on lähestytty lääketiedettä ja terveyttä erityisesti humanistisesta näkökulmasta yhdistäen muun muassa taiteellista ajattelua osaksi tutkimustoimintaa. Tutkimushankkeissa on kiinnitetty erityistä huomiota kerronnallisuuteen, diskursseihin, eri taiteenlajien tuomiin mahdollisuuksiin, rakennettuun ympäristöön, filosofiaan, henkisyteen ja uskonnollisuuteen sekä historiaan. (Crawford, Brown ja Charise 2020.) Tutkimuslähtökohdat muistuttavat eksistentiaalisen terveyden käsitettä, joka vasta viime vuosina on herättänyt kiinnostusta muutamissa tutkijoissa. (Houni et al 2020.)

Mitä tiedetään hyvinvoinnin mittaamisesta ja tutkimisesta?

Subjektiiivisen hyvinvoinnin mittaaminen ei ole yksinkertaista. Kuten Tilastokeskuksen tutkija Merja Kallio-Peltoniemi (2013) on todennut, sen mittaamiseen liittyvä keskustelu on lisääntynyt viime vuosina, ja taloudellista edistystä kuvaavan BKT-mittarin rinnalle on kaivattu kokonaisvaltaisempaa informaatiota yhteiskunnallista päätöksentekoa tukemaan. Vaikka mittareita on kehitetty esimerkiksi OECD:ssa ja Eurostatissa, on huomattava, että subjektiiviset hyvinvointimittarit ovat herkkiä tiedonkeruun konteksteille, erilaisille sanallisille kehystyksille, kysymysten ja vastausluokkien muotoilulle, kysymysjärjestykselle ja muille mittausolosuhteille (Kallio-Peltoniemi 2013).

Esimerkiksi Englannissa kansallinen tilastotoimisto (ONS) on arvioinut vuodesta 2011 alkaen henkilökohtaista hyvinvointia neljän ulottuvuuden avulla, jotka ovat tyytyväisyys elämään, merkityksellisyys, onnellisuus ja ahdistuneisuus. Vapaa-ajan merkitys yksilön ja yhteisöllisen hyvinvoinnin näkökulmasta tunnustettiin tämän jälkeen niin, että vuonna 2013 ulottuvuuksiin lisättiin vielä viidentenä mittari kulttuuri- ja urheiluharrastuksista. (Daykin et al. 2017, 282.)

Stiglitz, Sen ja Fitoussi (2009, 145–146) ovat tuoneet esiin subjektiivisen hyvinvoinnin käsitteen taustalla olevaa filosofista traditiota, jonka mukaan yksilöt ovat oman hyvinvointinsa parhaita kuvaajia. Henkilökohtaisuuden korostuminen on ollut hyväksyttävää siksi, että yleismaailmallisesti monis-

sa kulttuureissa onnellisuus ja tyytyväisyys elämään ovat oletusarvoisesti ihmiselämän päämäärä. Aiemmin olisi pidetty lähes sopimattomana alkaa mitata ja tilastoida ihmisten mielentiloja ja tuntemuksia. Nykyään monet tutkimusmenetelmät ovat tehneet subjektiivisesta hyvinvoinnista systemaattisesti tilastointikelpoisia: kun luotetaan ihmisten omaan arvioon, saadaan luonteva tapa koota monia eri kokemuksia tavalla, joka heijastaa ihmisten omia preferenssejä. Tämä lähtökohta tekee myös mahdolliseksi tarkastella sitä näkemysten moninaisuutta, mitä eri ihmiset pitävät elämässään tärkeänä.

Sen sijaan, että subjektiivisen hyvinvoinnin kokemus olisi redusoitavissa pelkkään onnellisuuden käsitteeseen, todellisuudessa se on parhaiten hahmotettavissa kolmen erillisen näkökulman kautta (ks. Steglitz, Sen ja Fitoucci 2009, 146):

- tyytyväisyys elämään eli henkilön yleinen arvio elämästään tietyllä hetkellä
- myönteisten tunteiden läsnäolo eli miten paljon positiiviset emootiot (onnellisuus, ilo, energisyys, elinvoima) virtaavat hetkestä toiseen sekä
- negatiivisten tunteiden ja olotilan poissaolo eli ettei negatiivisten emootioiden (viha, surullisuus, masennus) virtaamista hetkestä toiseen tapahdu.

Daykin et al. (2017, 286) tutkivat laajasti tutkimushankkeensa sidosryhmien käsityksiä henkilökohtaisen hyvinvoinnin osatekijöistä Delfoi-menettelmän avulla. Heidän tuloksensa mukaan hyvinvoinnin käsite identifioiduu kolmen ulottuvuuden kautta:

- henkilön persoonaan liittyvä ulottuvuus sisältää luottamuksen ja itsearvostuksen, merkityksen ja tarkoituksen, vähentyneen ahdistuksen ja lisääntyneen optimismin
- kulttuuriin liittyvä ulottuvuus sisältää selviytymisen ja resilienssin, kyvykkyyden ja saavutukset, oman identiteetin, luovuuden ja itseilmaisun, elämäntaidot kuten esimerkiksi työllistettävyys
- sosiaalinen ulottuvuus sisältää johonkin kuulumisen tunteen, identiteetin, seurallisuuden ja kyvyn luoda uusia ihmissuhteita, sitoutumisen ja sosiaalisen pääoman, yhteiskunnallisen epätasa-arvon vähentymisen ja vastavuoroisuuden.

Millaiseen tietoon musiikin hyvinvointivaikutukset perustuvat?

Monien musiikin hyvinvointivaikutuksia tutkivien motivaation taustalla on ajatus siitä, että musiikki on jotain enemmän kuin akustinen ilmiö tai nuotit viivastolla. Sillä on universaalia ja ajatonta potentiaalia vaikuttaa siihen, miltä meistä tuntuu. Ihmisen kyky laulaa jo vauvaiästä alkaen on kiistatonta, eikä riipu formaalista laulunopetuksesta. (MacDonald, Kreutz ja Mitchell 2012, 3; Altenmüller ja Schlaug 2012, 19.)

Mitä nykyään ajatellaan niistä mekanismeista, joiden kautta musiikilla on parantavaa voimaa ja vaikutusta psyykkiseen hyvinvointiin. Musiikkilääketiede, aivotutkimus sekä neuro- ja kognitiotiede ovat tuottaneet musiikin hyvinvointi- ja terveysvaikutuksista tietoa, minkä ansiosta juuri sen vaikutuksia tunnetaan paljon enemmän kuin monen muun taiteenlajin.

Suvi Saarikallio (2012, 480–482) on esittänyt tiivistetysti aiemman tutkimuksen näkemyksiä musiikin funktioista yhteiskunnassa. Jo 1960-luvulla Alan P. Merriam luokitteli kirjassaan *The Anthropology of Music* (1964) musiikin kymmeneen eri funktioon, jotka liittyivät tunteisiin, esteettisiin, viestinnällisiin ja yhteiskuntaa ylläpitäviin rooleihin. Vastaava jaottelu on löydettävissä Ellen Dissanayaken (2006, 11–14) tutkimuksessa rituaalimusiikin sosiaalisista funktioista, joita ovat voimavaratekijöiden esittely, yksilön aggressioiden kontrollointi ja kanavoiminen, seurustelun ja pariutumisen fasilointi, sosiaalisen identiteetin rakentaminen ja ylläpito siirtymäriittien avulla, ahdistuksen ja psyykkisen kivun helpottaminen sekä ryhmän sisäisen yhteistyön ja menestymisen edistäminen. Martin Claytonin (2008) mukaan musiikki toimii ihmisen kognitiivisen, fysiologisen ja emotionaalisen tilan säätelijänä ja välittää tai koordinoi sosiaalista käyttäytymistä ohjaamalla itsen ja muiden välistä suhdetta sekä viestimällä symbolitasolla identiteetin ja emotionaalisten tilojen eri aspekteista.

Saarikallion (2012, 480) mukaan vaikuttaa siltä, että ainakin kolme psykologista näkökulmaa on tutkimuksissa toistuvasti yhdistetty musiikin käyttöön:

- *emotionaalinen elementti*: musiikki heijastaa ja herättää tunteita ja mahdollistaa niiden ilmaisemisen, kokemisen ja säätelyn
- *psykkeen liittyvä elementti*: musiikki helpottaa introspektiota, itseen päin kääntynyttä havainnointia, tietoisuuden kanssa työskentelyä sekä henkistä kasvua erityisesti suhteessa muuttuneisiin tietoisuuden tiloihin tai henkisyteen
- *sosiaalinen elementti*: musiikki vahvistaa sosiaalisia siteitä, johonkin kuulumisen ja yhteenkuuluvaisuuden tunnetta sekä voimistaa ryhmäkoheesiota ja -identiteettiä.

MacDonald, Kreutz ja Mitchell (2012, 4–7) ovat pohtineet, miksi juuri musiikin parantavia, terapeuttisia ja lääketieteellisiä yhteyksiä hyvinvointiin on tarkasteltu ja tutkittu kautta historian. Heidän mukaansa taustalla näyttää vaikuttavan käsitys siitä, ettei musiikin kyky liikuttaa tai koskettaa ole pelkkä metafora eikä musiikki ole pelkästään keino päivittäisen elämän pieneen somistukseen. Tämän he katsovat johtuvan musiikin monista ominaisuuksista, esimerkiksi siitä, että se on ubiikkia, kaikkialle levinyttä ja että nykyään on helposti mahdollisuus personoida omia musiikkivalintojaan ajankohtaan, tunnetilaan, tilanteeseen tai harrastukseen sopivaksi. Musiikki on olemukseltaan myös hyvin mukaansatempaavaa ja pystyy tuottamaan myönteisiä neurologisia vaikutuksia ja edistämään aivojen plastisuutta. Se pystyy tuottamaan *flow*-tilaa ja viemään huomiota pois elämän kuormitustekijöistä kuten jostain kipua aiheuttavasta ärsykkeestä, ajatuksesta tai emotionaalisesta tapahtumasta. Musiikilla on myös fyysinen aspekti ja siten liittymispintaa tanssiin, rytmiikkaan ja liikkeeseen vaikkapa kuntoutuksen apuna.

Musiikki on moniselitteinen sillä tapaa, että kuuntelija suodattaa sitä aina oman kuunteluhistoriansa, kokemustensa ja mieltymystensä kautta riippumatta siitä, mitä merkityksiä musiikin tekijä tai esittäjä siihen on halunnut liittää. Ihmisellä on vapaus ja mahdollisuus tulkita kuulemaansa äärettömän monella tapaa. Musiikki on myös sosiaalisesti määrittynyttä: mikä tahansa ääni, tapahtuma tai vaikkapa hiljaisuus voidaan tulkita musiikiksi, jos yhteisö sen sellaiseksi katsoo – ja se yhdistää ihmisiä, oli kyse yksittäisestä, ryhmästä tai teknologiavälitteisestä sosiaalisesta toiminnasta. Musiikilla on myös kommunikatiivinen puoli ideoiden ja tunteiden ilmaisemisessa ja jakamisessa silloinkin, kun kielen avulla kommunikointi on mahdotonta. On kiistatonta tutkimusaineistoa sen puolesta, että musiikki vaikuttaa käyttäytymiseen oli kyseessä koulutuksellinen, sosiaalinen, terapeuttinen tai kuluttamiseen liittyvä konteksti. Musiikilla on tärkeä rooli myös jatkuvassa muutoksessa oleviin identiteetteihimme ja erityisesti nuorille se on keino orientoitua elämäänsä ja elinympäristöönsä. (Mt, 5–6.)

Yllä mainitun perusteella ei ole ihme, että samalla kun jo mittavan perinteen omaavan musiikkiterapian asema on maailmanlaajuisesti vakiintunut niin tutkimusalana kuin terapiamuotona, musiikin merkitys ja soveltava käyttö laajasti terveydenhoidossa ja yhteiskunnallisen hyvinvoinnin edistämiseen liittyvissä pyrkimyksissä on laajentunut huomattavasti 2000-luvulla. Niin vapaaehtoistyön kenttä, järjestöt, omaiset ja enemmän tai vähemmän muodollisen koulutuksen saaneet hyvinvointiyrittäjät ovat lisääntyvässä määrin kiinnostuneita musiikin säännöllisestä hyödyntämis-

tä hoito- ja kuntoutusmuotojen yhtenä osa-alueena. Myös interventioiden tai palvelujen tilaajan rooli voi olla hyvin tavoiteorientoitunut. Esimerkiksi Itä-Suomen yliopiston kansainvälisessä Music, Sound and Wellbeing -symposiumissa puhujaksi kutsuttu Pauliina Lapio kuvasi, miten Keski-Suomen uusi keskussairaala Sairaala Nova toivoo taiteen avulla ”suoria tuloksia tiettyihin ongelma-kohtiin, joita ovat henkilökunnan hyvinvointi, yhteisöllisyys, viihtyisä työympäristö ja esteettisyys, vuorovaikutustilanteet, vaikeiden potilaiden kohtaaminen, vaikeiden tilanteiden kohtaaminen ja suru-uutisten kertominen.”³

Koulutuksen saaneet musiikkipedagogit ja ammattimuusikot ovat hekin alkaneet nähdä hoitoympäristöt mahdollisina työn tekemisen paikkoina. Teknologian avulla on pystytty tarjoamaan yksilölähtoisempää musiikkiin perustuvaa hoitoa. Tutkimus, taiteen hyvinvointinäkökulmaan liittyvät politiikkaohjelmat ja musiikin monipuolisen käytön edistäminen ovat ylipäätään nousussa. Uusia, mittakaavaltaan entistä vaikuttavampia musiikin käytön muotoja terveyden edistämiseksi on näköpiirissä, vaikka kaikkia innovatiivisia tapoja ja käyttökonteksteja ei vielä edes tunneta. (Foster et al. 2021, 1–2.)

Tutkimusalueiden jäsentäminen

MacDonald, Kreutz ja Mitchell (2012, 5-6) ovat hahmottaneet musiikin, terveyden ja hyvinvoinnin tieteenalat neljän toisiaan leikkaavan ja siten osin limittäisen sektorin avulla:

- musiikkikasvatus, pedagogiikka, soitonopetus
- musiikkiterapia, musiikin käyttö terapiasuhteessa tai lääketieteessä
- yhteisöllinen musiikin tekeminen, yhtymusiikki, kuorolaulu, yhteisöihin kohdistuvat musiikilliset interventiot
- musiikin käyttö arjen tilanteissa.

Daisy Fancourt (2017) on puolestaan tunnistanut seitsemän taiteen ja terveyden yhteyksiin liittyvää tutkimusaluetta, joiden hän katsoo olevan osa-alueita tulevaisuuden tutkimuksellisen vaikuttavuuden arvioinnin ja tieteellisen todistelun keskiössä. Näihin kuuluvat:

³ Laipion puheenvuoro 9.9.2021 symposiumissa. Ks. <https://sites.uef.fi/musicsoundwellbeing/symposium-2021/>

- kohdennetut interventiot, osallistava taide ja taiteen käyttö parantamassa terveydenhoidon ympäristöjen toimintaa esimerkiksi sairaaloiden leikkaussaleissa, saattohoidossa ja palvelutaloissa
- taideterapiat
- taide hoitomääräyksen tai ”reseptin” omaisena interventiona tai sosiaalisena ongelmien ennaltaehkäisyn keinona
- taide terveysteknologiassa
- taidelähtöinen kansanterveys ja terveyden edistäminen
- laajamuotoisempi kulttuurin hyödyntäminen ja siihen sitouttaminen kuten kuorolaulu, instrumenttiopinnot, tanssiharrastus, museo- tai taidenäyttelyvierailut
- taiteen sisällyttäminen terveysalan ammattilaisten koulutukseen ja yleisökasvatus.

Tony Wigram ja Christian Gold (2012, 164–182) ovat kantaneet myös huolta siitä, että ankarat tieteellisyden, tutkimuksellisuuden ja tutkittuun tietoon perustuvien käytäntöjen vaatimukset ovat lisääntyneet voimakkaasti viime vuosina ja että lääketieteen metodina yleisesti käytetty satunnaistettu kontrolloitu tutkimus verrokkiryhmineen on saanut suuren painoarvon myös musiikin terapeuttisten tai elämänlaatua parantavien vaikutusten tutkimisessa. Vaikka satunnaistetun tutkimusasetelman etu on tutkittavien valikoitumisesta tutkimusryhmiin aiheutuvan vinouman tai harhan hallitseminen, se ei tunnista yksilön kokemusta eikä huomioi jonkin intervention sellaista vaikutusta, jonka ansiosta yksilön oma kokemus hyvinvoinnista voimistuu. ”Kun tukeudumme tutkimukseen ja kliiniseen asiantuntemukseen, emme saisi kuitenkaan tieteen varjolla kadottaa olennaista eli sitä, miten ihmiset reagoivat terapeuttisiin interventioihin. Minkä ikinä tieteellisen leiman annamme jollekin ongelmalle tai mitä tutkimusnäyttöä saammekin jonkin taidelähtöisen menetelmän vaikutuksista, ihmiset ovat psyykeensä, taustaansa ja sosiaaliin olosuhteisiinsa nähden aina yksilöitä ja heidän hoitovasteensakin siksi vaihtelee”, he muistuttavat ja jatkavat: ”Tutkimusnäyttöön pohjautuvat toimintatavat (*evidence-based practice*) voivat varmistaa ajanmukaiset, todella vaikuttavat interventiot. Mutta niiden rinnalla tulee olla myös käytännön työssä hankittua henkilökohtaista tietoa, viisautta ja kokemusta.” (Mt, 178–179.)⁴

4 Esimerkiksi ensi vuonna julkaistavassa väitöskirjatutkimuksessaan *Pienet teot, suuri hurma. Toimijuus kulttuurisessa vanhustyössä* Taru Tähti pyrki vastaamaan tähän tarpeeseen muiden muassa jäsentämällä ja kuvaamalla erilaisten arjen hoitotyöhön osallistuvien toimijuutta. Ks. esim. https://sites.uniarts.fi/fi/web/artsequal/tutkijat/-/asset_publisher/pZHC-F3loFobg/content/artsequalin-tutkijaesittelyssa-taru-tahti

Äänistä ja hiljaisuudesta

Taiteen ja musiikin parantavan vaikutuksen rinnalle on syytä nostaa myös äänentutkimus ja hiljaisuuden kokemuksen merkitys. Äänimaisematutkimuksen piirissä äänimaisema määritetään ääniympäristön subjektiiviseksi kokemukseksi. Kulttuurintutkimuksen lähtökohdista kuunnellen kiinnostus kohdistuu myös siihen, mikä aistiympäristössä on yhteisesti jaettava. Hiljaisuuden vastakohtaksi voi mieltää äänen, hälyn tai melun. Kirjassaan *Hyvä hiljaisuus* (2017) Outi Ampuja kirjoittaa, kuinka ihminen lajina on miljoonia vuosia kehittynyt oloissa, joissa äänimaisema koostui lähinnä luonnon äänistä. Yleensä voimakas tai äkillinen ääni merkitsi uhkaa, johon elimistö reagoi asettuen automaattisesti ”hälytystilaan”. Ihmisen fysiologinen muutos ei ole edennyt yhtä jalkaa yhteiskuntien, teknologioiden tai äänimaiseman muutoksen kanssa. Siksi hiljaisuuden ja erilaisten äänten terveysvaikutusten perään kysellään yhä useammin.

Hiljaisuus on osoittautunut elämänlaadun yhdeksi voimavaraksi ja luontevasti ajateltavissa osaksi kokonaisvaltaista hyvinvointia. Sillä voi olla suuri rooli myös poluilla itsetuntemukseen. Populaarista elämäntakirjallisuudesta löytyy runsaasti oppaita ja henkilökohtaisia tilintekoja hiljaisuuden kanssa. Esimerkiksi kirjassaan *Hiljaisuus melun ja kiireen keskellä* (2017) Erling Kagge esittää ajatuksensa, että ihmisaivojen normaali olotila on kaaos. Hän nojaa 1600-luvun filosofin ja ikävystymisteoreetikon Blaise Pascalin kirjoitukseen: kaoottisen ihmisluontokäsityksen mukaan ihminen on luonnostaan rauhaton ja joutuu jatkuvasti tavoittelemaan pääsyä takaisin hallinnan tunteeseen. Hiljaisuudessa ja tekemättömyydessä kaoottisuuden kokemus pyrkii ja pääseekin usein esille. Siksi vähävirikkeinen hiljaisuus voi tuntua ahdistavalta ääniympäristöltä, joka tuntuu vaativan mielen suursiivousta.

Rationaalisen resilienssin – joustavuuden, soveltamisen ja ennakkoinnin – nimissä hiljaisuuden tarve on helppo kiistää ja sen voima voi herättää epäilyä. Se, kuinka paljon ihminen hiljaisuutta arjessaan tarvitsee, on toki yksilöllistä riippuen siitä, minkälaista hiljaisuutta kukakin kaipaa, mihin tarkoitukseen – ja suhteessa mihin. Hiljaisuus vaatii oman reviirinsä. Se tarvitsee myös puolustajansa, toisin sanoen tutkimusta ja tutkijoita, jotka kartoittavat, miten ja mistä sille löytyisi tilaa. (Vikman 2018.)

1960-luvun lopulla haluttiin tuoda esiin niin sanotun positiivisen lähtökohdan merkitys. Silloin osana laajempaa ympäristötietoisuuden heräämistä havahduttiin myös liikenteen ja teollisen tuotannon aistittavien ylijäämien vaikutuksiin. Akustiseksi ekologiaksi nimetty tutkimusala alkoi korostaa proaktiivista toimintaa ja kasvatusta, ei vain akustisen ympäristön näkökul-

masta, vaan myös mahdollisuutena suunnitella niin kulttuuri- kuin laajemman luonnonympäristön ja sen elävän elämän jatkumisen edellytyksiä. Sellaisena se voi vastata hyvin saman tyyppisiin kysymyksiin kuin erilaiset musiikin tutkimuksen osa-alueet (esimerkiksi esteettisyys tai universaalisuus).

Ei ole pelkästään sattuman varassa, miten ääniympäristömme on järjestetty: siinä tunnistettujen elementtien, sääntöjen, velvollisuuksien ja oikeuksien perusteella voi tulkita kulttuurin arvoja. Myös laajemman kulttuurin sisällä toimivia hiljaisuuden kulttuureita voi konstruoida esimerkiksi kulttuurisina taukoina, joihin hakeudutaan ja joita rakennetaan tietoisesti. Tällaisissa hiljaisuuden tiloissa korostuu akustisen värähtelyn, liikkeen ja somatiikan yhteys. Ihmisen ympäristösuhteissa tämä tietoisuus tuottaa myös luonto–kulttuuri -paradokseja ja voi ilmetä ympäristöhuolena ja ahdistuksena. (Ratcliff et al. 2021; Pihkala 2017, Vikman 2003,17–26.)

Äänimaisemat ja kaupunkiympäristö

Viime aikoina saavutettavuus on noussut yhdeksi kulttuurihyvinvoinnin poliittiseksi tahtotilaksi. Huomiota on kiinnitetty ihmisryhmiin, joilla ei ole ollut mahdollisuuksia osallistua taidetoimintaan taloudellisen, terveydellisen tai muun esteen takia. Taideprojekteja on viety haavoittuvassa asemassa olevien luo esimerkiksi sairaaloihin, hoivakoteihin tai senioritaloihin. *Kulttuurihyvinvoinnin käsikirjassa* (Houni et al. 2020) on koottuna runsaasti esimerkkejä näistä hankkeista. Sen sijaan kirjasta puuttuu yksi merkittävä taidetoiminnan muoto, nimittäin kaupunkiympäristöihin tehtävä taide ja erityisesti äänimaisemien vaikutuksista puhuminen. Kaupunkiympäristön voi nähdä yhtenä paikkana, jossa taide on kaikkien saavutettavissa ja jossa sen lähtökohtana on usein yllättää ihmisiä yhteyksissä, joissa he vähiten taidetta odottaisivat.

Kaupunkitila on ympäristönä moniääninen. Se on ihmisryhmien äänellinen näyttämö, eräänlainen *theatrum mundin* kiinteä osa. Kaupunkiympäristöön syntyvä taide mielletään pääosin visuaaliseksi, mutta audittiivisetkin lähtökohdat rakentavat kokemuksia. Myös äänitaiteen mahdollisuudet kaupunkiympäristössä ovat moninaiset.⁵ Viime aikoina eri kaupungeissa on toteutettu muiden muassa erilaisia *audiowalk*-tapahtumia. Esimerkiksi Englannissa äänisuunnittelijat toteuttivat syyskuussa 2021 kuudessa eri

5 Äänitaiteen ja äänimaiseman määrittely ei ole yksinkertaista, sillä niihin voidaan katsoa kuuluvaksi mitkä tahansa äänelliset yksiköt. Äänitaide on taidemuoto, jossa äänistä muokataan taiteellisen päämäärän täyttäviä teoksia. Tämä eroaa musiikista siinä, ettei äänitaide välttämättä käytä hyväkseen musiikille tai säveltämiselle tunnusomaisia piirteitä.

kaupungissa niiden pääkatujen tarinoista koostuvan taiteellisen teoksen *audiowalkin*.⁶ Asukkailla oli mahdollisuus kävellä kadulla ja kuunnella samalla siihen liittyviä historiallisia tarinoita ja muistoja. Samalla ne avasivat kuuntelijoille uusia näkökulmia ja kokemuksia kaupunkiympäristöön. (Ks. myös Cobussen, Meelberg ja Truax 2016.) Samankaltainen paikallälähtöisyyden ajatus oli jo aiemmin vuonna 2015 Ina Aaltojärven, Pia Hounin ja Johanna Venhon toteuttamassa *Poetrywalkissa*, jossa runoja kirjoitettiin Helsingissä Kallion alueelle ja toteutettiin niihin äänisuunnittelu.⁷

Näissä teosesimerkeissä tavoitteena on ollut paikallistunteen ja siten yhteisöllisyyden vahvistaminen, kaupunkiympäristön uudenvuodenlainen katsominen ja taiteen vastaanottaminen, johon kuuntelija on tarvinnut ainoastaan puhelimen ja kuulokkeet. Ne osoittavat omalta osaltaan, että taide ja estetiikka ovat merkityksellisiä arjessa. Norjalaisessa tutkimuksessa todettiin, että avoin osallistuminen taiteeseen liittyy hyvinvoinnin lisäämiseen. Erityisesti huomioitiin estetiikan vaikutukset arjessa. (Moss ja O'Neill 2014, 1032; Cuypers et al. 2012.) Filosofiseen ja käytäntölähtöiseen arjen estetiikan tutkimiseen erikoistunut Yuriko Saito (2015) on todennut, että arjessa tapahtuvat esteettiset preferenssit ja päätökset saattavat ovat merkityksellisempiä ihmisen identiteetille ja maailmankuvalle kuin vaikkapa korkeakulttuurin tarjoamat kokemukset. Myös musiikin, kulttuurin ja taiteen interventioita suunniteltaessa on siksi hyvä tiedostaa ja kyseenalaistaa omia premissejään. Pieni voi olla suurta, ja huomion kiinnittäminen arjen kauneuteen voi parantaa kiitollisuuttamme niistä ja ympäristöstämme. Kiitollisuus jos mikä lisää subjektiivista hyvinvointia ja onnellisuutta.

* * * * *

Tässä *Musiikin* erikoisnumerossa Kaarina Kilpiö ja Meri Kytö tarkastelevat vertaisarvioidussa artikkelissaan sitä, millaista musiikin kanssa työskenteleminen palvelualan työpaikkojen arjessa on ja millaisena työntekijät näkevät musiikin osuuden työhyvinvointinsa suhteen. He ovat keränneet laajan kyselyaineiston ja tehneet kenttätutkimusta tamperelaisen Koski-keskuksen kauppakeskuksessa haastatteleamalla siellä työntekijöitä. Saatua aineistoa on analysoitu painottamalla vastaajien mainintoja hyvinvoinnista jaksamisen, viihtymisen, rasittumisen, kuormittumisen ja tyytyväisyyden ilmaisuina.

6 Hankkeen kotisivuilta on kuunneltavissa teokset: <https://historicensland.org.uk/get-involved/high-street-culture/sound-walks/>

7 *Poetrywalk*-teokset on kuunneltavissa Sound Cloudissa <https://soundcloud.com/poetrywalk>

Norma Daykin luo artikkelissaan ansiokkaan, kokonaisvaltaisen katsauksen erikoisnumeron teemaan ja siihen, miten kulttuurin, terveyden ja hyvinvoinnin kenttä on merkittävästi laajentunut parin viime vuosikymmenen aikana tutkimuksellisten näyttöjen, poliittisen vaikuttamisen ja alakohtaisten kehittämisen myötä. Nykyään on jo laaja yhteisymmärrys siitä, että taiteen ja kulttuurin apua tarvitaan laajempien poliittisten ja yhteiskunnallisten parannusten saavuttamiseksi – oli kyseessä terveyden edistäminen, terveydenhuollon kuormituksen vähentäminen tai vaikka pitkäaikaissairauksien kanssa pärjääminen. Hän kiinnittää huomiota siihen, että vankkojen kvantitatiivisten tutkimusmenetelmien ja satunnaisesti kontrolloitujen kliinisten kokeiden tai kvasikokeellisten tutkimuksen yleistymisen taustalla on usko niiden olevan avain saada valtaa pitävät investoimaan taiteen hyvinvointivaikutusten tutkimukseen. Mutta hän näkee myös kvalitatiivisen otteen olevan kasvussa niin, että tutkimuskysymykseen etsitään vastauksia menetelmien erilaisilla yhdistelmillä. ”Vaikka kvalitatiivinen tutkimus ei voi identifioida kokeellisten asetelmien kaltaisia numeraalisia tai validoituja arvoja, se voi selvittää taiteen prosesseihin osallistuvien monitahoisia, nyanssoituja kokemuksia ja siten tuottaa tärkeitä oivalluksia sekä toiminnan poliittiseen ohjaukseen, että alan käytäntöihin”, hän korostaa.

Hanna Pohjola tutkii artikkelissaan elämänmurrokseen liittyvää tanssia ja sen myötä syntyvää sisäistä tarinaa, joka mahdollistaa kokemusten jakamisen, sosiaalisen vahvistuksen saamisen ja omien kokemusten reflektoinnin. Kun taiteen kontaktipintana ovat omat kehollistuneet elämäkokemukset ja tunteet, syntyy rikas merkitystodellisuus, jolla on yleismaailmallinen resonanssi. Narratiivisessa viitekehyksessä tanssin voi siten tulkita olevan universaali kieli, joka mahdollistaa sanattoman, ei-verbaalisen yhteyden itseen ja toisiin.

Liisa-Maria Lilja-Viherlampi jäsentää artikkelissaan kulttuurihyvinvoinnin käsitettä neljästä eri tarkastelukulmasta: ilmiönä, kokemuksena, alana tai toiminnan kenttänä. Kulttuuri ja sen hyvinvointia tukevat vaikutukset läpäisevät hänen mukaansa koko ihmisen elämänkaaren ja ilmenevät sen taidesuhteessa. Ihminen on kulttuurin kokija ja kulttuurinen toimija, jolla on kulttuurisia tarpeita ja oikeuksia. Näiden täytyminen ja toteutuminen ovat kulttuurihyvinvointia: jokaisen tulisi voida olla jollain tavalla kulttuurinen, luova, itseään ilmaiseva ja kommunikoiva olento riippumatta iästään, voinnistaan tai elinolosuhteistaan.

Teemanumero sisältää myös Mari Rusi-Pyykösen teatteritaiteen alaan kuuluvan lektion. Siinä hän – hieman samaan tapaan kuin Wigram ja Gold edellä – pohtii, etäännyttävätkö välineelliset tavoitteet ja mallinnetut työ-

tavat osallistavaa teatteria peruuttamattomasti sen alkuperäisestä yhteisöllisyydestä, kokeellisista työskentelyprosesseista ja radikalismista.

Laura Huhtinen-Hildén esittää kirja-arviossaan alan kehittymisen kannalta keskeisiä näkökulmia. Hänen mukaansa taiteen hyvinvointivaikutuksissa on kysymys monenlaisin mekanismein rakentuvista prosesseista, joita ei ole tarkoituksenmukaista tyypistää vain taiteen vaikutuksiksi. Kyse voi olla myös taidekokemukseen liittyvästä tilanteesta ja siinä ilmenevästä vuorovaikutuksesta sekä näiden kaikkien tekijöiden kannattelusta ja fasilitoinnista. Kun taiteella, taidekokemuksella tai taidetoimintaan osallistumisella voi olla myös hyvinvointia heikentäviä vaikutuksia, pedagogisen sensitiivisyyden, ryhmätoimintaan liittyvän ymmärryksen ja vuorovaikutustilanteiden tunnistamisen asiantuntijuus ovat keskeisessä roolissa kulttuurihyvinvointityössä.

Erikoisnumeron päättää Noora Vikmanin raportti Itä-Suomen yliopistossa syksyllä 2021 järjestetystä, järjestyksessä toisesta Music, Health and Wellbeing -symposiumista. Se on osuva lopetus numerolle siksikin, että tämän nyt käsitellyn teeman alkuidea syntyi kaksi vuotta sitten pidetyn vastaavan symposiumin puheenvuorojen perusteella.

Emme saaneet tähän erikoisnumeroon runsaasti vertaisarvioituja artikkeleita, eikä tavoiteltu metodologinen painotus musiikin ja äänen hyvinvointivaikutusten tutkimisen monista aspekteista täysin toteutunut. Kuitenkin Norma Daykinin katsausartikkeli on tärkeä askel metodisen pohdinnan suuntaan niin, että jatkossa myös suomalaista taiteen hyvinvointitutkimusta voitaisiin tarkastella esimerkiksi meta-analyseissa ja metodien käyttökelpoisuuden näkökulmasta. Toivoimme lehteen myös musiikkia laajempaa lähialojen näkökulmaa ja siinä onnistuttiin niin, että myös tanssi ja osallistava draama ovat numerossa edustettuina.

Taiteen ja musiikin terveys- ja hyvinvointivaikutuksiin liittyvää tutkimusta voi julkaista esimerkiksi muutama vuosi sitten perustetussa yhteisöpohjoismaisessa lehdessä *Nordic Journal of Arts, Culture and Health*. Silti julkaiseminen myös suomen kielellä on tärkeää, ja siksi tälle kaikkien aikojen ensimmäiselle *Musiikki*-lehden hyvinvointinumerolle on syytä toivoa monipuolista ja aktiivista jatkoa. Taiteeseen ja kulttuuriin liittyvät saavuttavuuden ja tasa-arvon teemat ovat edelleen ajankohtaisia (vrt. tämän lehden numero 2/2018) ja vaikkapa musiikkilääketieteen erikoisnumero olisi tervetullut *Musiikkiin*, onhan aihetta sivuavat lehdet 1–2/1993 (Miensisäinen musiikki) ja 4/1998 (Musiikin sanaton kosketus) ilmestyneet jo neljännesvuosisata sitten.

Suomen musiikkitieteellisen seuran kotisivut ovat visuaalisesti uudistuneet ja löytyvät tästä eteenpäin osoitteesta [mtsnet.fi](https://www.mtsnet.fi). Uusilta sivuilta löytyvät entiseen tapaan lehteen liittyvät käytännöt, yhteystiedot ja kirjoittajaohjeet.

Tämän vuoden 2021 viimeisen numeron myötä on tärkeä kiittää kuluneesta vuodesta *Musiikin* lukijoita ja kirjoittajia sekä kaikkia vertaisarvioitsijoina *pro bono* toimineita. Samalla kiitämme lehden taittajana 20 vuotta toiminutta Henri Terhoa korvaamattoman arvokkaasta työstä ja toivotamme tervetulleeksi tiimiin uuden taittajamme, graafikko Anne Rissasen. Kaikkea hyvää musiikin tutkimukselle ja musiikkitieteelle vuonna 2022!

Lähteet

Altenmüller, Eckart ja Gottfried Schlaug. 2012. "Music, Brain, and Health: Exploring Biological Foundation of Music's Health Effects." Teoksessa Raymond MacDonald, Gunter Kreutz ja Laura Mitchell (eds.) 2012: *Music, Health and Wellbeing*. New York: Oxford University Press, 12–24.

Ampuja, Outi. 2017. *Hyvä hiljaisuus*. Jyväskylä: Atena.

von Brandenburg, Cecilia. 2008. *Kulttuurin ja hyvinvoinnin välisistä yhteyksistä. Näköaloja taiteen soveltavaan käyttöön*. Opetusministeriön julkaisuja 12.

Clayton, Martin. 2008. "The social and personal functions of music in cross-cultural perspective." Teoksessa Susan Hallam, Ian Cross ja Michael Thaut (eds.) 2008: *The Oxford Handbook of Music Psychology*. Oxford: Oxford University Press.

Cobussen, Marcel, Vincent Meelberg ja Barry Truax. 2016. *Soundwalking, Sonification, and Activism*. The Routledge Companion to Sounding Art. Lontoo: Routledge.

Crawford, Paul, Brian Brown ja Andrea Charise (eds.). 2020. *The Routledge Companion to Health Humanities*. Lontoo: Routledge.

Cuypers, Koenraad, Steinar Krokstad, Turid Lingaas Holmen, Margunn Skjei Knudtsen, Lars Olov Bygren ja Jostein Holmen. 2012. "Patterns of receptive and creative cultural activities and their association with perceived health, anxiety, depression and satisfaction with life among adults: the HUNT study, Norway." *Journal of epidemiology and community health*, 66 (8), 698-703. Tark. 28.12.2021. <https://jech.bmj.com/content/66/8/698.full>

Daykin, Norma, Louise Mansfield, Anette Payne, Tess Kay, Catherine Meads, Giorgia D'Innocenzo, Adele Burnett, Paul Dolan, Guy Julier, Louise Longworth, Alan Tomlinson, Stefano Testoni, Christina Victor. 2017. "What Works for Wellbeing in Culture and Sport? Report of a DELPHI process to support coproduction and establish principles and parameters of an evidence review." *Perspectives in Public Health* 137 (5), 281–288.

Dissanayake, Ellen. 2006. "Ritual and ritualization: musical means of conveying and shaping emotion in humans and other animals." Teoksessa Steven Brown ja Ulrich Voglsten (eds.) 2006: *Music and manipulation: on the social uses and social control of music*, 31-6. Oxford and New York: Berghahn Books.

Fancourt, Daisy. 2017. *Arts in Health. Designing and researching interventions*. Oxford:

Oxford University Press.

Fancourt, Daisy ja Saoirse Finn. 2019. *What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being?* Health Evidence Networks synthesis report 67. WHO.

Fancourt, Daisy, Henry Aughterson, Saoires Finn ja Emma Walker. 2021. "How leisure activities affect health: a narrative review and multi-level theoretical framework of mechanisms of action." *The Lancet Psychiatry* 8 suppl). DOI:10.1016/S2215-0366(20)30384-9

Foster, Bev, Sarah Pearson, Aimee Berends ja Chelsea Mackinnon. 2021. "The Expanding Scope, Inclusivity, and Integration of Music in Healthcare: Recent Developments, Research Illustration, and Future Direction." *Healthcare* 9 (1), 99: 1–21. Tark. 18.12.2021. <https://doi.org/10.3390/healthcare9010099>

Houni, Pia, Isto Turpeinen ja Johanna Vuolasto. 2020. *Taidetta! Kulttuurihyvinvoinnin käsikirja*. Taiteen edistämiskeskus.

Houni, Pia. 2021. *Taide keskellä arkea! Etelä-Pohjanmaan kulttuurihyvinvoinnin selvitys 2015–2020*. Etelä-Pohjanmaan liitto.

Kagge, Erling. 2017. *Hiljaisuus melun ja kiireen keskellä*. Helsinki: Gummerrus Kustannus

Kallio-Peltoniemi, Merja. 2012. "Subjekttiivisen hyvinvoinnin mittaamiseen liittyvä epävarmuustekijöitä ja tulkinnallisuutta." Tilastokeskuksen *Hyvinvointikatsaus* 4. Tark. 18.12.2021. https://www.stat.fi/artikkelit/2012/art_2012-12-10_011.html

Howarth, Lord. 2017. "Creative health: the arts for health and wellbeing." *Perspectives in Public Health* 138 (1): 26–27. doi:10.1177/1757913917736680

MacDonald, Raymond, Gunter Kreutz ja Laura Mitchell. 2012. "What is Music, Health and Wellbeing and Why is it Important?". Teoksessa Raymond MacDonald, Gunter Kreutz ja Laura Mitchell (eds.) 2012: *Music, Health and Wellbeing*. New York: Oxford University Press, 3–11.

Merriam, Alan P. 1964. *The Anthropology of Music*. Evanston (Illinois): Northwestern University Press.

Moss, Hilary ja Desmond O'Neill. 2014. "Aesthetic deprivation in clinical setting." *The Lancet*, Perspectives: The art of medicine 383 (9922), 1032-1033. Tark. 28.12.2021. DOI: [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(14\)60507-9](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(14)60507-9)

Nordic Journal of Arts, Culture and Health. <https://nordicartshealth.turkuamk.fi/nordic-journal-of-arts-culture-and-health/>

Pihkala, Panu. 2017. *Päin helvettiä? Ympäristöahdistus ja toivo*. Helsinki: Kirjapaja.

Ratcliffe, Eleanor, Birgitta Gatersleben, Paul Sowden ja Kalevi Korpela. 2021. Understanding the perceived benefits of nature for creativity. *The Journal of Creative Behavior*.

Saarikallio, Sivi. 2012. "Cross-Cultural Approaches to Music and Health." Teoksessa Raymond MacDonald, Gunter Kreutz ja Laura Mitchell (eds.) 2012: *Music, Health and Wellbeing*. New York: Oxford University Press, 477–490.

Saito, Yuriko. 2015. "Aesthetics of the Everyday." *Stanford Encyclopedia of Philosophy*. Tark. 22.12.2021. <https://plato.stanford.edu/entries/aesthetics-of-everyday/>

Stiglitz, Joseph, Amartya Sen ja Jean-Paul Fitoussi. 2009. *Report by the Commission on the*

Measurement of Economic Performance and Social Progress. Tark. 20.12.2021. <https://ec.europa.eu/eurostat/documents/8131721/8131772/Stiglitz-Sen-Fitoussi-Commission-report.pdf>

Wigram Tony ja Christian Gold. 2012. "The Religion of Evidence-Based Practice: Helpful or Harmful to Health and Wellbeing?" Teoksessa Raymond MacDonald, Gunt-er Kreutz ja Laura Mitchell (eds.) 2012: *Music, Health and Wellbeing*. New York: Oxford University Press, 164–182.

Vikman, Noora. 2003. "Hiljaisuus vaatii pohkeita – Etnografisella vaelluksella kulttuuriseen taukoon." *Kulttuurintutkimus* 2.

Vikman, Noora. 2018. "Hiljaa! Hyvinvointi tulee." *Musiikin suunta* 3.



Kaarina Kilpiö ja Meri Kytö

***Hyvinvointi taustamusiikin kokemuksissa:
palvelualalla toimivien näkemykset
työskentelystä musiikin kanssa***

VTT Kaarina Kilpiö (kaarina.kilpio@uef.fi) on musiikin sosiaalishistorian dosentti, joka vuosina 2020–22 toimii yliopistotutkijana Suomen Akatemian rahoittamassa Kuuntelun kulttuurit, medioidut äänet ja rakennetut tilat (ACMESOCS)-hankkeessa Itä-Suomen yliopistossa. Hänen tutkimuskiinnostuksensa liittyvät musiikin käyttöön arjessa painottuen äänellisten elementtien hyödyntämiseen audiovisuaalisissa viesteissä, kaupallisissa äänimaisemissa sekä musiikinkuuntelijoiden päivittäiskäytännöissä.

FT Meri Kytö (meri.kyto@uef.fi; merikyto.net) on kulttuurisen musiikintutkimuksen (erit. kulttuurisen äänen tutkimuksen) dosentti Itä-Suomen yliopistossa. Hän toimii yliopistotutkijana Suomen Akatemian rahoittamassa Kuuntelun kulttuurit, medioidut äänet ja rakennetut tilat (ACMESOCS)-hankkeessa. Häntä kiinnostaa äänellinen kaupunkitila, siinä tapahtuvat merkityksenannot ja teknologian läsnäolo.

Abstract

Well-being in background music experiences: views of service sector employees on working with music

Salespeople, waiters, security guards, and hotel workers hear an average of eight hours of music during their workday. In most cases, they do not get to choose the music themselves. According to companies providing and purchasing background music services for service sector workplaces and commercial spaces, the rationale behind its use is to increase sales. However, music is also a spatial element to "work with". In this article, we ask what it is like to work with music in service jobs and how employees see the contribution of music to well-being at work. Our material is a "Background music in the workplace" questionnaire (747 answers) and a form interview material of employees of the Koskikeskus shopping center in Tampere, Finland (66 answers). Respondents report, among other things, whether they feel the music in the workspace is for a particular group of people; who chooses the music; and whether discussions and negotiations concerning music use take place, with other employees or with customers. We analyze the material, emphasizing the respondents' statements about well-being as expressions of coping, well-being, strain, and satisfaction. We discuss the results with a qualitative study of the topic that emphasizes music as a social and spatial element in the sales situation (Payne et al 2017, Kontukoski & Uimonen 2019). Our data shows that well-being at work and perceived musical agency interact. Occupational well-being plays an important role in looking specifically at work-related well-being and background music. The workspace changes the meanings of music to those of professionalism, rendering the employees' personal relationships to music secondary.

Hyvinvointi taustamusiikin kokemuksissa: palvelualalla toimivien näkemykset työskentelystä musiikin kanssa

Kaarina Kilpiö ja Meri Kytö
.....

Palvelualojen työntekijät kuten myyjät, tarjoilijat, vartijat ja hotellityöntekijät kuulevat työpäivänsä aikana keskimäärin seitsemän tuntia musiikkia. Heidän näkökulmastaan kyseessä on usein ”pyytämätön musiikki” (*unsought music*, Wolf 2021, ks. myös *music not chosen*, Kassabian 2013, 1). Termi viittaa musiikkiin, jonka luo ei ole etsiydytty, vaan joka tulee kuulijansa luo ilman hänen omaa haluaan tai aktiivista toimintaansa, pyytämättä. Tällaisella musiikilla on erilaisia vaikutuksia, inklusiivisia ja eksklusiivisia seurauksia sekä voimaa muuttaa sitä, kuinka tila koetaan. Taustamusiikkipalveluja tarjoavien ja niitä ostavien yritysten perustelu musiikille palvelualan työpaikoilla ja kaupallisissa tiloissa on myynnin kasvattaminen. Musiikki on kuitenkin myös tilallinen elementti, jonka kanssa työskennellään. Taustamusiikki saattaa toimia jopa työvälineenä.

Yhtenäisen työvaatetuksen tavoin taustamusiikki on moderniteetin myötä syntynyt materiaallinen käytäntö palvelualoilla. Siinä missä univormu yleisemmin on ”ulkoasun äärimmäisen rationalisoinnin” tulos (Tynan ja Godson 2019, 2, 4), voi taustamusiikkia luonnehtia samantyyppisen rationaalisen lähestymistavan äänelliseksi ja tilalliseksi ilmentymäksi. Niin univormu kuin taustamusiikkikin liittyvät perustavanlaatuisen ajan ja tilan kokemuksen muutokseen länsimaisten kapitalististen yhteiskuntien arjessa 1900-luvun alkupuoliskolla. Työasu ohjaa asiakasta tunnistamaan henkilökuntaan kuuluvat. Samalla asu merkitsee palvelutyöntekijät tilassa työskenteleviksi ja sinne kuuluviksi. Taustamusiikin kohdalla identifioiva ja suuntaava vaikutus ei ole yhtä selkeä, vaan työntekijöiden suhde soivaan äänimateriaaliin voi olla monimerkityksinen, joskus myös neuvottelujen ja reflektointien kohde.

Artikkelimme tarkastelee hyvinvoinnin ja musiikin suhdetta työelämän näkökulmasta.¹ Olennaista on huomioida arkikokemuksen moninaisuus: musiikintutkimuksellinen lähestymistapa kykenee tällöin avaamaan laajan perspektiivin musiikillisen arkipäivän kokonaisuuteen. Kysymme, millaista musiikin kanssa työskenteleminen palvelualan työpaikkojen arjessa on ja millaisena työntekijät näkevät musiikin osuuden työhyvinvoinnissa. Kenen tilana he kokevat työskentelytilansa, ja mikä on heidän osallisuutensa äänelliseen ympäristöön?

Työntekoon kytketty ja työaikana kuultu musiikki herättää kysymyksen siitä, missä asemassa työntekijät ovat suhteessa taustamusiikkiin. Äänimaisematutkimuksen kuulokulmasta he ovat se toiminnallinen akustinen yhteisö, jolla on parhaat mahdollisuudet artikuloida ympäristönsä merkityksiä. Toiminnallisena akustisena yhteisönä he paitsi muokkaavat paikallisesti toimintaa sallivia tai rajoittavia sääntöjä myös muodostavat yhteisöä tukevia normeja (ks. Kytö 2013, 22). Henkilöstöllä on vaihteleva määrä valtaa vaikuttaa musiikin valinnan, toiston ja sijoittelun käytäntöihin, mutta samaan aikaan heillä on erilaisia tapoja vaikuttaa ja sopeutua työympäristöönsä sekä soveltaa tähän erilaisia taktiikoita (de Certeau 2013; DeNora 2000, 137). Vallan rajoituksista johtuen voidaan olettaa, että työntekijät joutuvat tekemään aistityötä, eli he joutuvat sopeutumaan ja kotoistamaan ääniympäristöönsä tai muodostamaan soivaan musiikkiin jonkinlaisen suhteen, vaikka se olisi vältteleväkin (Uimonen ja Kytö 2020, 63–64). Käytämme aistityön käsitettä tässä artikkelissa tunnetyön (*emotional labor*, Hochschild 1983) ja aistikykyihin liittyvien ammatillisten taitojen (*sensory labor*, Spackman & Lahne 2019; *sonic skills*, Bruyninx & Supper 2016; Bijsterveld 2019) yhteismerkityksessä. Musiikin kanssa työskentelyyn liittyy aistityön kehysesä oletus musiikista kanssatoimijana sekä emotionaalisenä ja symbolisena työvälineenä. Pyrimme tällä tutkimuksella selvittämään, millaisena työvälineenä taustamusiikki palvelualalla koetaan.

Tutkimusaineisto

Olemme etsineet palvelualoilla toimivilta työntekijöiltä kokemuksellista ja jossain määrin myös kehollista tietoa taustamusiikin kanssa työskentelys-

1 Artikkelini on kirjoitettu osana Suomen Akatemian rahoittamaa Kuuntelun kulttuurit, medioidut äänet ja rakennetut tilat -tutkimusprojektia (ACMESOCS). Kirjoittajat kiittävät kaikkia haastateltavia ja kyselyvastaajia heidän tutkimukselle lahjoittamastaan ajasta ja vaivasta, Palvelualojen ammattiliitto PAMin yhteiskuntapoliittista yksikköä arvokkaasta avusta ja CityCon:ia tutkimusluvasta Koskikeskuksessa.

tä. Tutkimusaineistoinamme ovat Palvelualojen ammattiliiton kanssa yhteistyössä kerätty Taustamusiikkia työpaikalla -verkkokyselyaineisto (aPAM 2021, 747 vastaajaa) ja tamperelaisen Koskikeskus-liikekeskuksen työntekijöiden lomakehaastatteluaineisto (aKoskikeskus 2020, 66 vastaajaa).

Laaja verkkokysely taustamusiikin kokemisesta työpaikalla toteutettiin sähköisesti keväällä 2021. PAMin jäsenrekisteristä poimittiin sähköpostiosoitteita työkäisiltä ja eläkkeelle siirtyneiltä maksavilta jäseniltä, jotka työskentelivät tai olivat työskennelleet kaupan alan tai matkailu-, ravintola- ja vapaa-ajanpalvelujen ammateissa. Lisäksi kyselyn verkko-osoitetta jaettiin myös sosiaalisessa mediassa, joten oletamme vastaajien joukossa olleen mahdollisesti myös muita kuin liiton jäseniä. Saimme vastaajien toimialasta sen tiedon, jonka he halusivat vapaassa tekstikentässä ilmoittaa. Noin joka viidennellä vastaajalla oli kokemusta enemmän kuin yhdeltä palvelutyön alueelta. Suomen kielellä lomakkeen oli täyttänyt 722, ruotsiksi 10 ja englanniksi 15 vastaajaa. Vastaajien ikäjakauma oli välillä 18–85 vuotta. Naisia oli vastanneista noin 84 %, kun naisia liiton jäsenistä on 76 % (PAM 2021). Syntymävuoden lisäksi ei vastatessa tarvinnut antaa itsestään mitään henkilöviä tietoja, joten esimerkiksi aineiston maantieteellistä jakaumaa ei ole mahdollista arvioida.

Kyselyaineiston vastaukset jakoutuivat eri aloihin seuraavasti: kaupan alan jakauma (485 vastausta) pitää sisällään vastauksia pääosin ruoan, vaatteiden ja päivittäistavaroiden vähittäismyynnistä, mutta myös rahapeelaamisen toimipisteiltä, grillikioskeilta, aptekeista ja huoltoasemilta. Toimenkuvaksi suuri osa vastaajista ilmoitti myyjän tai ”kassan”. Ravintola-alan vastaajat (139 vastausta) työskentelivät ruokaravintoloiden lisäksi baareissa, yökerhoissa ja kahviloissa. Työtä tehdään samassa akustisessa tilassa asiakkaiden kanssa tai tästä tilasta erillään olevassa keittiössä. Majoitusalan työntekijät (50 vastausta) olivat hotelleista ja matkailun alalta, ja kiinteistöalan vastaajat (40 vastausta) tulivat siivouksen, varasto- ja logistiikkatyön, vartioiden ja turvallisuushenkilökunnan sekä huoltohenkilökunnan parista. Näiden kategorioiden ulkopuolelle jäi konttorissa ja toimistolla (esimerkiksi telemarkkinoijana) työskentelevien, parturikamppaajien, pesulatyöntekijöiden, huvipuistohenkilökunnan ja elokuvateattereiden työntekijöiden sekä perinnässä työskentelevien vastauksia (33 vastausta) sekä vastaukset, joissa alaa ei mainittu (6 vastausta).

Vastaajamme työskentelivät siis hyvinkin erilaisissa ääniympäristöissä, ja aineisto avaa mahdollisuuksia erittäin kiinnostaviin alakohdaisiin analyysiin. Tämän tekstin puitteissa ei ole kuitenkaan mahdollisuutta käsitellä aineistoa aloittain. Yhdistävänä tekijänä tämänkertaisen tutkimustehtävän kannalta on nimenomaan asiakaspalvelutyö, jossa musiikin läsnäolo, sisältö

ja äänenpaineen taso määräytyvät sen mukaan, miten kyseistä tilaa omistava tai vuokraava yrittäjä tai työnantaja uskoo voitavan vaikuttaa asiakkaiden ostokäyttäytymiseen.

Taustamusiikkia työpaikalla -kysely ei keskittynyt nimenomaisesti työhyvinvointiin, mutta teema oli implisiittisesti mukana. Kysely sisälsi kolmessa osiossa yhteensä 19 kysymystä, pois lukien taustatietoja kartoittavat kohdat. Aloituserosion kahdeksassa kysymyksessä vastaajia pyydettiin kuvaamaan kokemuksia heidän viimeisimmän työtilansa taustamusiikista. Seuraavat kuusi kysymystä kartoitti näkemyksiä taustamusiikista yleensä sekä kollegojen ja asiakkaiden kanssa jaettuja keskusteluja asiasta. Viimeisessä neljän kysymyksen ryppäessä vastaajat saivat kertoa työpaikan äänentoisto- ja kuunteluteknologiasta sekä sen käyttökokemuksista. Kyselyn päättävä avoin kysymys kannusti vielä vastaajia kirjoittamaan vapaasti tutkijoiden mahdollisesti unohtamista tai sivuuttamista seikoista. Suureen osaan kysymyksistä vastattiin vapaissa tekstikentissä. Aineistoksi päätyikin merkittävä määrä laadullista aineistoa, koska avoimiin kysymyksiin oli vastattu vuolaasti.

Lomakehaastattelut ja niiden ohessa tehty kenttähavainnointi Tampereen Koskikeskuksessa toteutettiin aikavälillä 17.2.–6.3.2020. Kauppakeskuksen omistaja Citycon myönsi tutkimusluvan haastattelujen tekemiselle. Lomake avattiin vastattavaksi verkkoon kaksi viikkoa ennen jalkautumista paikan päälle, ja siitä tiedotettiin keskuksen liiketilojen vuokralaisten sähköpostilistalla. Tällä menettelyllä haluttiin tarjota mahdollisuus vastata kysymyksiin nimettömänä ilman tunnistamisen mahdollisuutta. Lopulta vain kuusi vastausta tuli verkon kautta, ja loput 60 vastasi kysymyksiin kasvokkain tutkijoiden haastattelemina. Haastattelut tehtiin vieraillemalla liikkeissä aamu- ja keskipäivällä kiireisintä aikaa vältellen. Jokaisessa tutkimukseen myönteisesti suhtautuvassa liikkeessä haastateltiin yhtä tai useampaa työntekijää. Kysymykset noudattivat samaa sisältöä ja järjestystä kuin verkkokyselyssä. Haastateltavien sukupuolijakauma oli lähes sama: 82 % haastatelluista on naisia.

Analysoimme molempia aineistoja painottaen vastaajien mainintoja hyvinvoinnista vaikutusmahdollisuuksien, osallisuuden, jaksamisen, viihtymisen, rasittumisen, kuormittumisen ja tyytyväisyyden ilmaisuina. Lisäksi kiinnitimme huomiota siihen, miten toimijuutta ja kuulluksi tulemistä koettiin suhteessa taustamusiikkiin. Analyysimme koskee asiakaskohtaamia musiikin soidessa taustalla. Osa vastaajistamme – esimerkiksi toimistossa palvelutyötä tekevät – jää siksi käsillä olevan tarkastelun marginaaliin: vastauksista puuttuu tällöin tilallisuuden ja fyysisen kohtaamisen kehys sekä pääasiallisena kohteenamme oleva yhteinen äänimaisema.

Aineistomme ei kata kaikkia seikkoja, joilla voisimme vastata esittämiimme kysymyksiin. Siinä painottuu ammattiliittoon kuuluvien ääni: prekaaris-

sa työtilanteessa palvelualoilla työskentelevien taustamusiikkikokemukset jäävät tavoittamatta. Koskikeskuksesta kerätystä aineistossa on oletettavasti ammattiliittoihin kuulumattomia ja prekaarissa tilanteessa työskenteleviä, mutta yksityisyssyistä asiaa ei kysytty haastattelutilanteessa. Kasvokkain haastattelussa on kuitenkin menetelmällisiä etuja. Tutkija pystyi tekemään tosiaikaisia havaintoja työympäristöstä, esimerkiksi tunnistamaan soivan musiikin, arvioimaan sen äänenvoimakkuuden, havainnoimaan kaiuttimien sijoittelua ja käytetyn äänentoistoteknologian laatua ja ikää sekä lisäksi tekemään havaintoja siitä, miten työ oli tilallisesti järjestetty ja montako työntekijää tilassa oli samanaikaisesti läsnä.

Lomakehaastatteluissa oli etnografiselle kenttätyölle ominaisia hankaluuksia luottamuksellisen keskusteluympäristön luomisessa. Haastattelun sosiaalinen asetelma haastateltavan, tutkijan, asiakkaiden ja toisten työntekijöiden läsnäolon suhteen aiheutti osassa tilanteita paineita. Tutkijoita pyydettiin odottamaan hetki tai vastaavasti poistumaan liikkeestä. Pari haastateltavaa koki tutkijan kysymykset omaa työtä häiritsevinä ja ajanhaaskuuna. Muutama työntekijä säikähti lomakekyselyn edetessä ja arvioi uudestaan suostumuksensa osallistua tutkimukseen. Lopulta nämä jättäytyivätkin pois tutkimuksesta arvellen, ettei työnantaja halua asiasta puhuttavan tutkijoille. Tutkimusluvasta kertominen ei näissä tilanteissa lisännyt luottamusta. Tästä voi päätellä, että joko tutkimuksesta tiedottaminen oli jäänyt puoliteihen tai aihepiirissä oli jotain työntekijän kokemuksen kannalta ristiriitaista. Huomionarvoista kuitenkin on, että verkkokysely ja lomakekysely tuottivat menetelminä erityyppisiä lausumia eri tilanteissa. Koskikeskuksessa kerätyn aineiston tehtävänä on tuoda tilannekohtaista ja tilasidonnaista näkökulmaa kyselyaineiston rinnalle.

Aikaisempi tutkimus taustamusiikista palvelualalla

Keskustelemme tutkimuksessamme sellaisen aihepiiriä laadullisesti käsittelevän tutkimuksen kanssa, joka painottaa musiikkia sosiaalisena ja tilallisena elementtinä myyntitilanteessa (DeNora 2000; Payne, Korczynski ja Cluley 2017; Carlén 2018). Koska taustamusiikin käytön perusteet ovat julkilausutun taloudelliset, asiakkaiden suhdetta taustamusiikkiin palvelutilojen elementtinä on kartoitettu verraten runsaasti (ks. esim. Sterne 1997; Ranta 2005; Stenbäck 2016; Kontukoski 2018; Kontukoski ja Uimonen 2019). Palvelutyötä tekevien suhteet omien työskentelytilojensa musiikkiin ovat jääneet vähemmälle akateemiselle huomiolle. Britanniasa ja Ruotsissa (Payne, Korczynski ja Cluley 2017; Carlén 2018) on kuitenkin

kin syvennytty myös työntekijöiden kokemuksiin ja heidän valitsemiinsa toimintatapoihin.

Payne, Korczynski ja Cluley (2017) keskittyvät laajan kenttäaineiston (60 haastattelua ja 226 kyselyvastausta) analysoinnissaan siihen, millaiset tekijät vaikuttavat taustamusiikin kokemiseen ja mitä seurauksia niillä on työntekijän kannalta. He hahmottelevat nelitahoista mallia musiikin roolille asiakaspalvelutyössä. Mallissa musiikillinen ympäristö asettuu vieraannuttavan (*alienating*) ja mielekkään (*satisfying*) väliselle asteikolle ja asiakaskontaktit puolestaan asteikolle puhtaan positiivisesta yksiselitteisen negatiiviseen. Työntekijän ja asiakkaan positiivinen kommunikaatio voi vieraannuttavassa musiikkiympäristössä muistuttaa ”salaliittolaisten” (*co-conspirators*) kytköstä, jolloin työntekijä vahvistaa tai antaa ymmärtää pitävänsä taustamusiikkia asiakkaan tavoin vastenmielisenä. Negatiivinen asiakaskontakti vieraannuttavaksi koetussa musiikkiympäristössä puolestaan johtaa usein huomion tarkoitukselliseen suuntaamiseen muualle (*tuning out*). Tällöin vieraantuneisuutta ei lievennetä kokemuksen jakamisella, vaan ennemminkin siedetään molempia ärsykeitä, nuivaa asiakasta ja rasittavaa musiikkia. Jos taas työntekijä kokee musiikkiympäristön tyydyttävänä tai peräti mieluisana, positiivisen asiakaskontaktin yhteydessä on mahdollisuus saada musiikin kautta sosiaalista lisäarvoa (*bridge for sociality*) ja toisaalta lieventää negatiivisen asiakaskontaktin latistavaa vaikutusta keskittymällä musiikkiin ikään kuin turvasatamana (*haven from customers*).²

Ruotsin liiketyöntekijöiden liiton *Handelsanställdas förbundin* hiljan tehty selvitys *Musik i butik* (Carlén 2018) lähestyy aihetta työhyvinvoinnin sekä työympäristöjen parantamisen näkökulmasta. Stefan Carlénin selvitys paneutuu monivalintakysymyksiin pohjaavan lomakkeen avulla siihen, kuinka työntekijät (2127 vastaajaa) kokivat musiikin – tai musiikkittomuuden – suhteessa työympäristöönsä, osallisuuteensa ja tietotasoonsa musiikin valitsemisprosesseissa sekä näiden vaikutuksen musiikin kokemiseen. Selvitys suosittelee vahvasti työpaikkakohtaisia selvityksiä: työntekijöiden kuulemista taustamusiikin positiivisista ja negatiivisista vaikutuksista; musiikkilinjausten läpinäkyvyyttä; musiikkia koskevien riskiarvioiden ja toimenpidesuunnitelmien teettämistä työpaikoilla – ylipäättään musiikin systemaattista sisällyttämistä työympäristöjen parantamistyöhön (Carlén 2018, 39).

Ammattiliiton tilaustyönä tehtyyn Carlénin selvitykseen verrattuna oma yhteistyömme PAMin kanssa oli enemmänkin viestinnällistä, ja tutkimushankkeemme kokonaisuudessaan painottuu kaupunkitilan käyttäjyyden ja

2 Kehitämme tässä esiteltyä Payne, Korczynski ja Cluleyn 2017 mallia tarkemmin toisaalla, artikkelissa ”Taustamusiikkinäkemykset palvelualalla” (käsi kirjoitus).

toimijuuden kysymyksiin. Tutkimuksemme aineisto on toimialoiltaan laajempi kuin mainituilla Payne, Korczynski ja Cluleylla sekä Carlénilla, jotka keskittyvät vähittäis- ja päivittäistavaramyynnin parissa olevien työntekijöiden kokemuksiin. Vastaajinamme on myös ravintola- ja matkailualan sekä kiinteistöhuollon ammattilaisia. Tästä johtuen taustamusiikkikäytännöt ovat aineistossamme laajempia, työskentelytilat ja asiakaskontaktit monipuolisempia ja ääniympäristöt vaihtelevampia. Erilaisista lähestymistavoistaan huolimatta edellä kuvailut tutkimusraportit hyödyttävät selvästi omaa pohdintaamme sekä vertailumielessä että tutkimusasetelmaa arvioitaessa.

Mistä puhumme, kun puhumme työhyvinvoinnista ja musiikista?

Työhyvinvointia määritettäessä lopputulemaan vaikuttaa aina kulloisenkin määrittelijän lähtökohta: nähdäänkö hyvinvointi työssä välineellisestä näkökulmasta – tekijänä tuottavuuden parantamisessa – vai tuottavuudelle rinnakkaisena, itsessään tavoittelemisen arvoisena päämääränä. Lähtökohdasta riippuen määritelmä sisältää erilaisia poimintoja laajasta kirjosta ominaisuuksia, jotka voidaan nähdä hyvinvointiin vaikuttavina tekijöinä. Tässä artikkelissa keskitymme työhyvinvoinnin *subjektiiviseen, kokemukselliseen puoleen* työntekijöiden näkökulmasta. Emme siis pyri määrittelemään sentyyppisiä *objektiivisen hyvinvoinnin* osatekijöitä kuin keskimääräistä sopivaa äänellisten ärsykkeiden voimakkuutta tai kuulokkeiden käytön reunaehtoja työpaikoilla.

Nojaamme Mamian (2009, 21) määritelmään työhyvinvoinnista moniulotteisena ja -tahoisena ilmiönä. Yksilötasolla koetulla työhyvinvoinnilla on myönteisiä (hyvinvointi ja työtyytyväisyys) ja kielteisiä (työuupumus ja stressi) ulottuvuuksia. Sosiaalisella tasolla taas ilmapiirin ja johtamiskäytäntöjen kaltaiset tekijät vaikuttavat merkittävästi koettuun työhyvinvointiin. Mami tiivistää (2009, 49), että hyvinvointikokemukseen vaikuttaa voimakkaimmin keskeinen tasapainoaspekti, ”omien odotusten ja käytävissä olevien resurssien suhde työoloihin ja työn vaatimuksiin”. Musiikintutkimuksellisesti puhuisimme resurssien ohella tarjoumista (Gibson 1986, 127; Lehtonen 2014, 177), joita työntekijät symbolisina muotoina merkityksellistävät musiikkiin ja ymmärtävät yhtenä osana työolojaan (ks. DeNora 2000, 44).

Kun artikkelimme päähuomio on nimenomaan taustamusiikin ja työhyvinvoinnin välisessä yhteydessä, on tietenkin kysyttävä, missä kosketuskohdat ovat. Tuottaako vai kuluttaako taustamusiikki työhyvinvointia? Onko siis taustamusiikki enemmän rasiustekijä, jollaiset kumuloituessaan aiheut-

tavat työuupumusta ja heikentyntä työkykyä – vai näyttäytykö se työntekijöiden kokemuksissa kenties pikemminkin voimavaratekijänä, jollaisena se pönkittäisi niin kutsuttua työn imua lisäten motivaatiota ja sitoutumista (Mamia 2009, 28)?

Työpaikkojen taustamusiikkikäytännöillä ja työympäristöstä käydyillä säädöskeskusteluilla on historiallis-diskursiivinen yhteys. Työntekijöiden suojelelu melulta on muuntunut keskusteluksi työhyvinvoinnista, jolloin ymmärrystä taustamusiikista rakennetaan sen psykologisoinnin kautta. *Suomalainen työntekijä*-kirjassa (Väänänen ja Turtiainen 2014) hahmotellaan 1970-luvulta alkaen tapahtunutta työntekijän ja työympäristön liittämistä toisiinsa erityisesti viihtyvyyden käsitteen avulla. Tavoitteena oli hyvinvoinnin parantaminen. Viihtyvyydellä tarkoitettiin ympäristön ominaisuuksia, jotka työelämän yleisen kokemuspäirin mukaisesti koetaan miellyttävinä ja samalla terveyttä ja hyvinvointia edistävinä. 1970-luvulla työnantajat pitivät työviihtyvyyden edistämistä vaikeasti toteutettavana veloitteena sen subjektiivisen luonteen vuoksi. Työntekijät sen sijaan painottivat fyysisten työolojen puutteita viihtyvyyden näkökulmasta (vetoisuus, melu, huono valaistus). Viihtyvyys ja kokemus työilmapiiristä otettiin yhdeksi työelämän laatutekijäksi työsuojelupolitiikassa 1980-luvulta lähtien, jolloin hyvinvointi merkitsi henkistä hyvinvointia. Vuosisadan loppupuolta kohden työelämän käsitteissä ja instituutioissa alettiin yhä enemmän huomioida työntekijän psyykkisiä ja emotionaalisia puolia. Vasta vuonna 2002 viihtyvyysperuste kirjattiin työturvallisuuslakiin, silloin veloitteena puuttua häirintään ja epäasialliseen kohteluun. Lakiin tuli siis muutos sosiaalisista suhteista, ei toimintaympäristöstä. (Kivistö, Turtiainen ja Väänänen 2014, 198–199, 201, 221–222.)

Kun taustamusiikin tuottaminen sekä kuluttamiseen tarkoitettujen tilojen äänellinen suunnittelu on suuntautunut kohden yhdistävää, brändäävää ja kokonaisvaltaista elämyksellisyyttä, on myös taustamusiikin spektri laajentunut. Tälle muutokselle keskeisenä näyttäytyy ideatasolla vaikuttava kuuntelijakuluttajan hahmo, joka on määrätynyt vuosikymmenten mittaan enenevästi profiloitujen kohderyhmien kautta (Kilpiö 2016, 238–239). Oheisessa taulukossa (Taulukko 1) olemme yhdistäneet taustamusiikkihistorian tutkimuksen pohjalta tiivistettyjä kehityslinjoja taustamusiikin käytöstä työpaikalla ”Työntekijyyden kehityslinjat Suomessa 1945–2013” -taulukon tietoihin (Väänänen ja Turtiainen 2014, 35).

Eniten työllistävät tai kasvavat elinkeinot	alkutuotanto	teollisuus, palvelualojen kasvu	palvelu- ja tietotyö
Terveysvaarat	fysiologiset tekijät	kemikaalit ja myrkyt	psykologiset ja sosiaaliset riskit
Huomioitu väsymys ja uupumus	fyysinen	psykosomaattinen	mielenterveysproblematiikka
Musiikin funktio työpaikalla	seura, viihtyvyys	tehokkuus ja tuottavuus (myynnissä, rutiinitehtävissä)	tunnelma, keskittyminen, brändi
Funktionaalisen musiikin markkinointiväittämät	työpäivän jaksottaja; uupumuksen eliminoija; ei tietoisien huomion kohde	luo rentouttavan, kuluttamiseen soveltuvan ilmapäirin sekä jaetun kokemuksen	brändäys, elämyksellisyys, kohdentaminen; jaetun kokemuksen tekijä

Taulukko 1. Työntekijyyden ja taustamusiikin funktioiden kehityslinjat Suomessa toisen maailmansodan jälkeen. Väänänen ja Turtiainen (2014, 35) ja Kilpiö (2016).

Koska aineistomme taustamusiikki on kuulokuvaltaan lähes poikkeuksetta populaarimusiikkia, tutkimuksellemme ovat olennaisia myös Cas Woutersin (2007) ajatukset sosiaalisten suhteiden informalisoitumisesta ja demokratisoitumisesta länsimaisissa yhteiskunnissa. Tästä kertoo sosiaalisten suhteiden epämuodollistuminen, yhteiskunnallisten hierarkioiden madaltuminen tai näkymättömyys sekä tapakoodistojen löyhentyminen, myös työelämässä (Väänänen ja Turtiainen 2014, 28; Jalkanen ja Kurkela 2003, 488–91).

Audiovisuaalisen mainonnan äänimaailmassa vastaava kehitys johti 1900-luvun mittaan yhä intimisoituvampaan viestintään. Muutokset yksilöille kohdentamattomista ilmoitushuudoista teitittelevään kuuluttamiseen, siitä sinuttelevaan tv-spiikkaukseen ja edelleen minuttelevaan sisäiseen kulutuspuhunsaan kulkevat rinnan niiden valintojen kanssa, joilla musiikin ja tehosteiden osuus kuljettaa viestin yhä syvemmin ja tarkemmin kohderyhmäistyvään suuntaan (Kilpiö 2005). Kehityksen tämänhetkisen vaiheen kuulee päivittäin asiakaspalvelutilojen suosituimman yksittäisen äänilähteen eli radiokanavien tavassa puhutella kuulijasegmenttiin määrittelemiään ihmisiä ja tarjota heille profiloituja musiikillisia sisältöjä.

Hyvinvoinnin johtolankoja taustamusiikkivastauksissa

Tartumme nyt aineistoomme neljän työhyvinvoinnin kokemuksesta rakentavan osa-alueen kautta. Ensimmäisenä on edellä mainittu olennaisen tärkeä tasapainoaspekti eli työntekijöiden omat odotukset ja affordanssit suhteessa työoloihin. Tähän osioon kokoamme ne erilaiset mahdollisuudet vaikuttaa työpaikan akustiseen tilaan, joita tutkittavamme mainitsivat. Esiin nousevat kysymykset siitä, saako musiikkia soittaa tai olla soittamatta sekä mahdollisuudet vaikuttaa musiikin eri aspekteihin. Toiseksi tulkitsemme aineistosta osallisuuden osoituksia – ketä varten musiikin koetaan työpaikalla soivan – sekä työhyvinvoinnin sosiaaliseen tasoon eli esimerkiksi johtamiseen ja ilmapiiriin liittyviä seikkoja. Kolmantena teemme temaattista analyysia suoranaisesti hyvinvointiin liittyvien ilmaisujen käytöstä: nostamme haastattelulausumista ja kyselyvastauksista hyvinvoinnin myönteisiin (tyytyväisyys, viihtyminen) ja kielteisiin (uupumus, stressi jne.) ulottuvuuksiin paikantuvia kiteytyksiä. Neljäs ja viimeinen johtolankamme ovat aineiston sisältämät maininnat työpaikan yleisestä äänimaisemasta sekä taustamusiikkiin ja akustiseen tilaan liittyvistä palautteenantotilanteista.

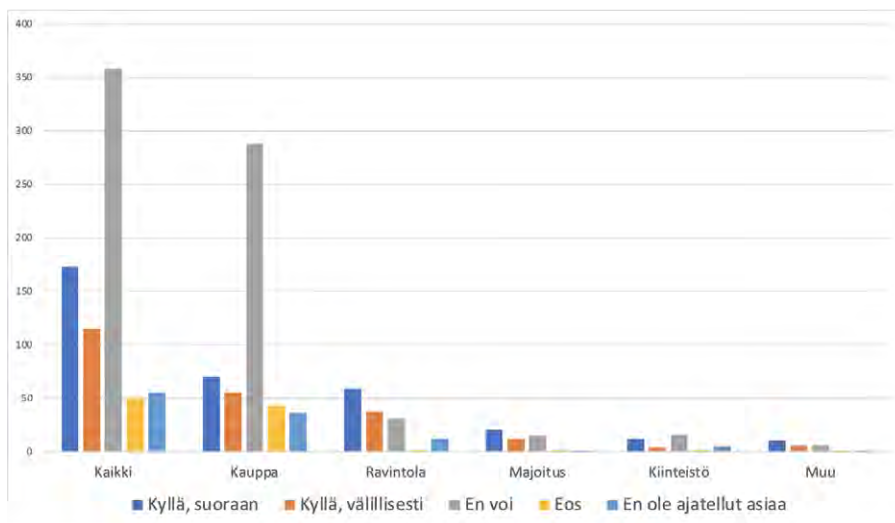
Vaikutusmahdollisuudet suhteessa soivaan musiikkiin

Vaikutusmahdollisuus omaan työympäristöön on merkittävä työhyvinvointiin vaikuttava tekijä. Ensimmäinen tarkastelumme kohde onkin, onko työntekijöiden mahdollista vaikuttaa siihen, soiko työtilassa musiikki vai ei. Koskikeskuksessa 66 liiketilasta 19:ssä ei soi oman liikkeen musiikki. Musiikittomuutta perustellaan taloudellisilla syillä: pienenä toimijana ei ole varaa taustamusiikin lupamaksuihin. Tämä harmittaa osaa työntekijöistä, ja moni toteaaakin, että päätös on tullut liikkeenjohdossa ylempää: ”Ollaan haluttu musiikkia, mutta yksityisyrittäjälle se on rahan menoa. Ehkä pomo silti muuttaa mieltään tulevaisuudessa” (aKoskikeskus 2020, 8, nainen, s. 1992, kaupan ala).

Verkkokyselyn monissa vastauksissa luonnehditaan hiljaisia työympäristöjä (jotka tulkitsemme musiikittomiksi) ”ahdistaviksi”, ”omituisiksi”, ”kiusallisiksi”, ”epämukaviksi”, ja hiljaista ilmapiiriä ”vaivautuneeksi”, jossa ”asiakkaat eivät juttele rennosti”. Aineistossamme on kuitenkin myös toisenlaisia näkökulmia musiikittomuuteen. Eräässä Koskikeskuksen koruliikkeessä musiikittomuutta perustellaan ostotilanteen herkkyydellä. Työntekijän kuvailun mukaan kyseisessä liikkeessä ihmiset tekevät tarkkoja päätöksiä, eikä musiikkia haluta eikä tarvita näitä päätöksiä häiritsemään. Tämä perustelu on aineistossa poikkeus, koska mahdollisuus musiikin soittamiseen palvelualan työpaikalla ei ole useinkaan työntekijän valittavissa. Taustamusiikki on kulu, mikä vaikuttaa suoraan sen käyttömahdollisuuteen.

Koskikeskuksessa generatiivinen³ käytävämusiikki kantautuu suurimpaan osaan (16/19) niistä liiketiloista, joissa ei soi oma musiikki. Tilaan kantautuva käytävämusiikki koetaan: ”erittäin häiritsevä” (”tää on kai konsensus [koko kauppakeskuksessa]”), ja työntekijät pyrkivät jättämään sen aktiivisesti kuulematta töitä tehdessä: ”Olis kiva että olis jotain muuta, että vähän vaihtuisi. Ymmärrän että noiden mainosten väliin pitää jotain laittaa, mutta... onneksi se ei oikein kuulu tänne” (aKoskikeskus 2020, 56, nainen, s. 1964, kaupan ala). Työntekijöiden kokemus (”aina sitä samaa”) on vastakkainen generatiivisen musiikin myyntiväittämän kanssa, jonka mukaan kyseinen taustamusiikkituote muuttuu jatkuvasti eikä koskaan toistu samanlaisena (Uimonen 2021). Kokemus työntekijöillä useiden viikkojen ja kuukausien perusteella on kuitenkin täysin vastakkainen.

Verkkokyselyn aineistossa 78 prosenttia vastaajista ilmoitti taustamusiikin soivan työpaikalla ”aina”. Alla olevassa jakaumassa (ks. kuvio 1) on nähtävissä tiettyjä alakohtaisia käytänteitä siinä, onko työntekijöillä mahdollisuutta vaikuttaa työpaikalla soivaan musiikkiin.



Kuvio 1: Taustamusiikkia työpaikalla -kyselyn vastaukset kysymykseen ”Voitko vaikuttaa soivaan musiikkiin?” jaoteltuina aloittain.

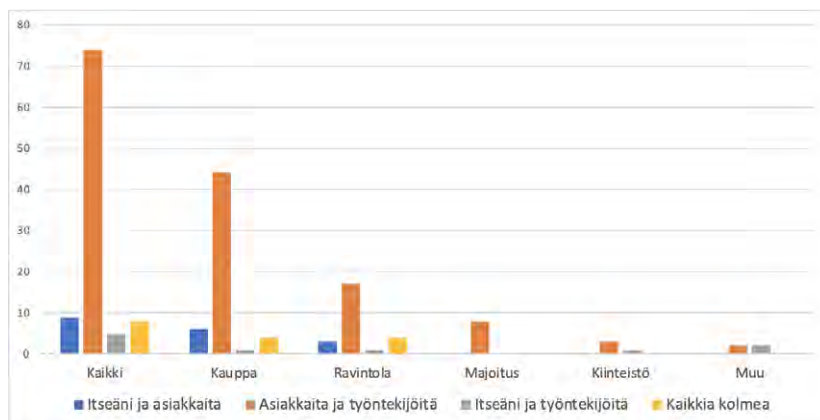
3 Sävellysohjelmiston tosiaikaisesti tuottama äänikooste.

Enemmistö vastaajista (52 %) koki, että heillä ei ole tällaista vaikutusmahdollisuutta. Kaupan alalla työskentelevät vastaajat kertoivat puuttuvista vaikutusmahdollisuuksista useammin kuin muut: 288 henkilöä koko kaupan alan vastaajajoukosta (484) valitsi vaihtoehdon ”en voi vaikuttaa”. Ravintola-alalla käytäntö on toisenlainen: vaikutusmahdollisuus on suurimmalla osalla vastaajista joko suora tai välillinen, ja vain harva on mahdollisuuksistaan epä tietoinen. Lähes saman suhteinen jakauma on majoitusalalla.

Osallisuus: ketä varten ja kenen ehdoilla musiikki soi?

Verkkokyselyn vastaajilta kysyimme myös, ketä varten he näkivät musiikin työpaikallaan soivan. Nämä vastaukset näemme mittarina myös tilassa koetulle osallisuudelle. Peilaamme vastauksia siihen, kuinka taustamusiikin soittaminen on työpaikoilla järjestetty, millaisia poikkeamia keskimääräisestä vastaajajoukosta niissä esiintyy (esimerkiksi iän ja sukupuolen osalta) sekä jonkin verran myös vastaajien työskentelyaloihin.

Kysymys oli asetettu kolmen vaihtoehdon monivalintana, jossa vastaajat saattoivat valita yhden tai useampia vaihtoehtoja: itseäni, asiakkaita tai yleisesti työntekijöitä varten. Kysymykseen vastanneista 702 henkilöstä selvä enemmistö, 82 prosenttia, näki musiikin olevan asiakkaita varten. Noin joka neljäs eli 26 prosenttia valitsi muutoilun ”yleisesti työntekijöitä varten” ja 7 prosenttia vastasi musiikin soivan ”itseäni varten”. Oheisessa kuviossa 2 on esitetty vastaukset, joissa on valittu useampi kuin yksi vaihtoehto. Siitä käy myös ilmi, että taustamusiikin kohteeksi koetaan yleisesti asiakas, joskin painotus riippuu jossain määrin vastanneiden alasta.



Kuvio 2. Taustamusiikkia työpaikalla -kyselyn vastaukset kysymykseen ”Koetko, että musiikki soi työtilassasi pääasiallisesti tiettyä ihmistä/ryhmää varten?”, joissa valittu useampi vaihtoehdoista (itseäni, asiakkaita, työntekijöitä varten), jaoteltuina aloittain.

Vain harva palvelualan työntekijä näyttää tämän aineiston valossa kokevan taustamusiikin tarkoitetuksi kaikkia tiloissa työskenteleviä ja/tai asioivia varten. Kuusitoista vastaajaa 702:sta oli rastittanut kaikki kolme vaihtoehtoa. Tämä tarkoittaa hiukan yli kahta prosenttia vastanneista. Kaupan alan ja ravintoloiden työntekijät kokivat keskimääräistä useammin taustamusiikin soivan asiakkaita varten. Noin 72 prosenttia kaupan alalla ja 76 prosenttia ravintola-alalla työskentelevistä vastaajista koki työpaikallaan soitettun taustamusiikin tarkoitetuksi tilassa vain väliaikaisesti pistäytyville, eikä lainkaan siellä työskenteleville.

Osallisuutta ajatellen tulos paljastaa hienoisen ristiriidan, kun se suhteutetaan vaikutusmahdollisuuksia koskevan kysymyksen vastauksiin. Vaikka ravintolatyöntekijöistä keskimääräistä useampi koki pystyvänsä vaikuttamaan työpaikallaan soivaan musiikkiin jollain tavoin, he kuitenkin mielsivät sen keskimääräistä useammin tarkoitetuksi vain asiakkaille. Ravintoloissa asiakaspuolen äänentoisto saattaa olla keskimäärin kovemmalla kuin myymälöissä ja käytävä- tai aulatiloissa, mutta tämä ei ole varmennettavissa aineistostamme. Tulkintavihjeitä ristiriidan selittämiseksi voi kuitenkin poimia ravintolatyöntekijöiden vapaista vastauksista. Vaikuttaa siltä, että yksittäisistä tekijöistä vieraannuttavana ja osallisuutta nakertavana ravintola-alalla on soitettavan musiikin toisteisuus, mikä toteutuu varsin usein myös radiokanavia käytettäessä: ”En kuuntele vapaa-ajalla valtavirtakanavilla soitettavaa musiikkia, tulee jo ns korvista ulos kun samat kappaleet soivat päivästä toiseen. 4–10h/päivä” (aPAM 2021, 640, nainen, s. 1985, ravintola-ala).

Kuva ei silti ole yksioikoinen, kuten ei yleensääkään ääniympäristön kokemuksellisten aspektien kohdalla. Ravintolatyöntekijä saattaa rastittaa ainoastaan kohdan ”asiakkaita varten”, mutta toisaalla silti luonnehtia toteutunutta musiikkia positiivisella, kiinnostuneellakin otteella.

Musiikki on miellyttävää. Pääasiassa indie ja maailmanmusiikkia ja vähemmän hittejä. Monipuolista ja mielenkiintoista. Monipuolisenpaa kuin mitä itse kuuntelisin. Esiintyjät vaihtelevat kansanmusiikista jazziin, funkkiin, poppiin ja rockiin. [...] Asiakkaat ovat kommentoineet jukeboxin kaupungin parhaaksi. (aPAM 2021, 26, nainen, s. 1977, ravintola-ala)

Olin töissä turkkilaisessa ravintolassa, joten cd-levyillä soiva musiikki oli pääasiassa turkkilaista poppia. Musiikki soi päivittäin koko ravintolan aukioloajan, joten levyt oppi tunnistamaan ja sanat oppi ulkoa, vaikka en turkkia osaakaan. En kuuntele vapaa-ajalla turkkilaista musiikkia, mutta vaikka töistä on muutama vuosi, muistan osan kappaleista ulkoa vieläkin.

[...] Musiikki työpaikalla, erityisesti ravintolaympäristössä, ei ole haitallista ja parhaimmillaan lauloimme kappaleita yhdessä työkavereiden kanssa. Musiikki lisäsi töissä viihtymistä. (aPAM 2021, 44, muu, s. 1992, ravintola-ala)

Tulkitsemme, että kun työntekijä luo suhteensa taustamusiikkiin ammatti-identiteetin lävitse, hän saattaa kyetä varsin vaivatta ohittamaan kohderyhmään tai omiin musiikkimielitymyksiin liittyvät henkilökohtaiset kynnykset. Itselle oudompikin musiikki näyttäytyy mielekkäänä, kun se kuullaan olennaisena äänellisenä osana työympäristöä. Sitä ei välttämättä nimetä suoranaisesti työhyvinvoinnin edistäjäksi eikä hakeuduta sen pariin vapaa-ajalla. Silti voidaan päätyä vastaajan 44 tyyppiseen lähestymistapaan, jonka mukaan musiikki ”ei ole haitallista”. Asiaa näyttäisi auttavan sosiaalinen koherenssi, kuten positiiviset kommentit asiakkailta tai jonkinlainen yhteisöllinen toimijuus työtovereiden kesken, selkeimpinä esimerkkeinä yhdessä laulaminen tai liikkuminen musiikin mukana.

Silloin, kun osallisuuden kokemus jää liki kokonaan puuttumaan, saattavat taustamusiikkia koskevat kommentit olla hyvinkin synkeitä. Tasapainoa saatetaan tällöin lähteä hakemaan työhyvinvoinnin objektiiviselta puolelta, esimerkiksi työstä saatavasta korvauksesta tai yleissitovin säännöin taattavista vaikutusmahdollisuuksista. Puhe musiikin myötä ”menetetystä elämästä” (aPAM 2021, 487, mies, s. 1983, kaupan ala) resonoi taustamusiikkia käsitelleiden keskusteluiden negatiivisimpien argumenttien kanssa. Matalaa osallisuutta argumentoivissa kommentissa kaivataan taloudellisen korvauksen ohella muun muassa edunvalvontatason toimia (kenties seurausena siitä, että suuri osa kyselykutsuista kulki ammattiliiton kautta). Liiton ja/tai työsuojelun aktiivisuutta perätään siinä toivossa, että taustamusiikki alettaisi nähdä julkilausutusti työyhteisön asiana subjektiivisen ”jotkut ei tykkäneet, jotkut tykkäsi” (aPAM 2021, 134, nainen, s. 1959, tarjoilija)-lähestymistavan sijaan.

Eräs kyselyvastaaja (aPAM 2021, 742, nainen, s. 1978, siivousala) pohti suhdetta työntekijän ja akustisen tilan välillä seuraavasti: ”Ymmärrän, miksi myymäläpuolen perehdyttäjät aikanaan sanoivat siitä on etua, jos pystyy sulkemaan soittolistan tietoisuutensa ulkopuolelle ja olemaan kiinnittämättä siihen huomiota. Itse en pysty.” Työelämän julkilausutut tai hiljaiset käytännöt saattavatkin musiikin kohdalla usein heijastaa niin kutsuttua *flipped care*-ajattelua: ihmisten oletetaan olevan itse aktiivisia ja huolehtivan omasta sopeutumisestaan, suhtautumisestaan sekä hyvinvoinnistaan, konsultoiden tarpeen mukaan asiantuntijoita.

Yritykselle räätälöity äänipalvelu – puhutuilla mainoksilla maustettuna tai ilman – miellettiin lähes poikkeuksetta nimenomaan asiakkaille suun-

natuksi. Räätelöidyn äänipalvelun kanssa työskentelevistä vastaajista yhtä lukuun ottamatta kaikki 336 kyseiseen kohtaan vastannutta rastitti vaihtoehdon ”asiakkaita varten”.

Entä henkilöt, joiden näkemys on, että taustamusiikki soi heitä itseään varten? Kaikista näin vastanneista (49) miehiä on 16, eli joka kolmas. Ainoastaan itseään (eikä muita lainkaan) varten olevana taustamusiikin näki 27 vastaajaa, joista niin ikään kolmannes (9/27) oli miespuolisiksi itsensä merkinneitä. Ero miespuolisten vastaajien määrään koko kyselyssä (16 %) on näkyvä, ja selittyy ainakin osin miesten työskentelyllä kiinteistöhuollon ja vartioinnin tehtävissä, joissa työn tekeminen kuulokkeet korvilla on varsin tavallista. Tällöin kuultu musiikki on eri kuin muilla samassa tilassa oleskelevilla.

Kotimaiset radiokanavat näyttävät keskimäärin onnistuneen vakiinnuttamaan roolinsa työpäivän taustamusiikin tarjoajina: varsin usein omaehtoisena toimijuutena nähdään juuri radion kuuntelu. Lähes kolme neljästä (35/49) ”itseäni varten” vastanneesta nimittäin kuuntelee työskentelynsä taustana radiota, ja tähän joukkoon lukeutuvat liki kaikki ”vain itseäni varten” vastanneet. Tästä voi päätellä, että taustamusiikkikeskusteluissa toistuvasti esiin nouseva *musiikin valitsemisen* retoriikka ei välttämättä osukaan täysin oikeaan. Palvelualan työntekijät eivät välttämättä koe tarvetta valita itse jokaista työssä kuulemaansa musiikkikappaletta, vaan kanavien läheysvirta tai niin sanottu kanavasaundi saattaa tarjota otollisen äänellisen aspektin työpäivään. Vastauksia täsmentävät kanavamaininnat noudattavat uskollisesti kansallisen radiokuuntelututkimuksen jakaumia: kärjessä Yle Radio Suomi, heti perässä Nova ja SuomiPop, muille yksittäisiä mainintoja. Hiukan harvempi (17/49) mainitsee käyttävänsä omia soittolistojaan, joko radion kanssa vuorotellen tai vakituisena musiikin lähteenä. Soittolistoja käyttävien keskimääräinen ikä oli odotetusti vastaajien nuoremasta päästä, kymmenen vuotta alle keskiarvon eli 34 vuoden paikkeilla.

Vastaajien oma aktiivinen ote palvelun kehittämiseen musiikin avulla on tuottanut selkeitä myönteisiä kokemuksia useissa kyselyn vastauksissa. Tämä on linjassa Mamian analyysin kanssa: empiirisessä aineistossa voimavaroiksi oletetuista tekijöistä ainoastaan yksi, ”mahdollisuudet oman osaamisen ja ammattitaidon käyttöön” osoittautui selvästi työhyvinvointikokemukseen myönteisesti vaikuttavaksi tekijäksi (Mamia 2009, 44). Kiinnostavasti positiivisuus on vastauksissa esillä erityisesti silloin, kun aktiivisuus on ollut kollektiivista. Joissain vastauksissa huomioitiin varsin yksityiskohtaisesti musiikin käynnistämää tai muuten mahdollistamaa positiivista kommunikointia asiakkaiden ja henkilökunnan välillä. Havainto musiikista asiakaskontaktin sävyn positiiviseksi määrittävänä osana toistuu edellä mainitsemassamme brittitut-

kimuksessa (Payne, Korczynski ja Cluley 2017, 1433). Tällaisissa palveluti-lanteissa musiikki mahdollistaa välittömän tunteen yhteisyydestä. Omassa aineistossamme vastaavat kokemukset olivat melko harvassa, mutta ilmiö on silti nähtävissä. Mukana laulaminen, kappaleiden kommentoiminen ja jois-sain tapauksissa myös musiikin mukana liikkuminen edustivat vastauksissa poikkeuksellista toimijuutta, joka selvästi muutti kohtaamisen sävyä.

Asiakkaiden kanssa joskus jutellaan musiikista. Tällä viikolla eräs asiakas sanoi, että sopiipa kappale hyvin nykyhetkeen kun siellä laulettiin ”anna mi-nun nähdä sun kasvosii ...”. Viittasi maskeihin. Joskus itse laulan kappaleiden mukana. Ihan asiakkaiden kuullen. Joskus asiakkaat laulaa. Joskus puhua-taan, että aletaanko tanssia :) (aPAM 2021, 406, nainen, s. 1978, kaupan ala)

Soittaa lauantaina keikalle Tampereelle tulevaa islantilaista naislaulajaa, ”olen menossa keikalle”. Musiikki kuuluu poikkeuksellisesti myös kaupan ulkopuolelle, johon tehty penkkejä skeittilaidoista. Eilen soitti isoisänsä, [tunnetun tenorin] laulamaa kappaletta: vanhempi nainen tuli herkisty-neenä juttelemaan kauppaan, että oli ilahtunut kappaleen kuulemisesta. (aKoskikeskus 2020, 63, kenttämerkintä)

Joissain vastauksissa voidaan puhua jo enemmän tai vähemmän konteksti-sidonnaisen ja väliaikaisen yhteisön muodostamisesta jaetun musiikillisen elämyksen avulla. Eräässä vastauksessa yhdistyy monta musiikkiin liittyvää, toimijuutta mahdollistavaa tekijää, jolloin lopputuloksessa on jo kyse kah-vilan omaehtoisesta rakentamisesta rentouttavaksi lounaskonseptiksi.

Aiemmassa paikassa olin kahvilapäällikkönä ja töissä oli kokkeina kaksi ystä-vääni. Kuuntelimme aina musiikkia sen mukaan mikä oli päivän tunnelma, ja jos oli yhtään masis, niin kuunneltiin ABBAA :). Teimme teemasoitto-listoja, ja huomasimme, että asiakkaat tulivat tanssien sisään lounaalle ja alkoivat puhua mukavasta tunnelmasta ja odottivat seuraavan päivän klas-sikoita. Musiikin kautta kahvilan asiakkaat rentoutuivat ja välillä tuntui, että pidetään lounasta yllä suurelle kaveriporukalle. Ehdottomasti kannatan musiikin kuuntelua töissä, jos se kaikille sopii. (aPAM 2021, 50, nainen, s. 1992, ravintola-ala ja asiakaspalvelu)

Vastauksen analyysi tarjoaa johtolankoja vahvan taustamusiikillisen toimijuu-den edellytyksiin. Kyseisen työyhteisön jäsenet olivat sosiaalisesti tekemisissä toistensa kanssa luontevalla tavalla (”töissä oli kaksi ystäväni”). Heillä oli näkemys ja keinot työpaikan ilmapiirin muokkaamiseen musiikkia käyttäen (”musiikkia sen mukaan mikä oli päivän tunnelma”). Musiikki alkoi nivoutua asiakaskontaktin osaksi (”asiakkaat alkoivat puhua mukavasta tunnelmasta”) ja sillä luotiin asiakaspalvelutapahtumiin jatkuvuutta (”asiakkaat odottivat

seuraavan päivän klassikoita”). Tuloksena oli asiakasuskollisuutta ja jopa yhteisöllisyyttä (”tuntui, että pidetään lounasta kaveriporukalle”).

Hyvinvoinnin maininnat aineistossa

Verkkokyselyn kysymys 10/20 oli muotoiltu seuraavasti: ”Mitä mieltä olet musiikista työpaikalla? Onko musiikilla merkitystä työssä viihtymiselle?” Tähän kysymykseen annetuissa vapaissa vastauksissa käytettiin eniten hyvinvointiin liittyviä avainsanoja⁴. Tiheä avainsanojen esiintyvyys oli tässä kohden odotettavissa. Erityisen runsaasti (212 kpl) käytettiin ”viihtyä”-johdannaisia, mikä lienee seurausta kysymyksen muotoilusta. Vastaajat ovat kommentoineet työtilan viihtyisyyttä tai eri tilankäyttäjien viihtymistä satunnaisesti myös muissa kysymyksissä.

Hyvinvoinnista kirjoittaminen ei tietenkään automaattisesti tarkoita, että puhuja mainitsisi suoraan tiettyjä avainsanoja. Sanan ”hyvinvointi” eri muotoja käytti avoimissa vastauksissaan ainoastaan kymmenen vastaajaa eli vain hiukan useampi kuin joka sadas. Vastausten jakauma taustamusiikin yhtäältä positiivisista ja toisaalta negatiivisista hyvinvointivaikutuksista on suurin piirtein tasan. Niissä kytketään usein ”valitsemisen” käsite suoraan mainintoihin hyvinvoinnista. Kyse ei kuitenkaan läheskään aina ole työntekijän *henkilökohtaisesti* tekemien valintojen ensisijaistamisesta. Valitseminen voi vastauksissa liittyä kokonaisvaltaisempaan vaikutukseen: soitettavan radiokanavan tai ostopalvelun sisällön seurauksiin. Useissa vastauksissa hyvinvointi kytketään suoraan musiikin tuttuuteen. Tällöin syylliseksi hyvinvoinnin laskuun tai hiipuvaan jaksamiseen puolestaan nimetään tuntematon, geneerinen⁵ taustamusiikki.

Ravintolassa otettiin radion tilalle joku ”diipadaapa” musiikki. Se oli kamalaa, eikä lisännyt työhyvinvointia kun kappaleet oli tylsiä ja tuntemattomia. Täytyy saada hyräillä, laulaa ääneen tai mielessään kappaletta. (aPAM 2021, 406, nainen, s. 1978, kaupan ala, aiemmin ravintola- sekä leipomoala)

Ennen S-ryhmän kauppoissa pääkaupunkiseudulla soi ihan kamala musiikki, jota oli välillä tuskaista kuunnella. Nykyään soittoilista koostuu tunnetuista artisteista ja sillä on ollut mielettömän suuri merkitys omaan jaksamiseen ja työhyvinvointiin. Työnteko maistuu niin paljon paremmin hyvän musiikin parissa! (aPAM 2021, 601, nainen, s. 1992, kaupan ala)

4 Kartoittamamme termit: hyvinvointi*, jaksami*, viihtyä*, rasit*, kuormit*, ruuhka, kiire, stress*, palautu*/palautu* ja tyytyväi*.

5 Yleispätevä, lajioimaisuuksien pohjalta tuotettu ihmisten – ei sävellysohjelmiston – tekemä musiikki.

Geneerisen musiikillisen ilmaisun kanssa työskentelevältä palvelutyöntekijältä vaatii melko edistyneitä äänellis-sosiaalisia taitoja muodostaa asiakkaan kanssa yhteinen akustinen tila ja toimijuus musiikkiin pohjaten. Toki on mahdollista turvautua aiemmin mainittuun salaliittolaisuus-taktiikkaan (Payne, Korczynski ja Cluley 2017, 1423). Tällöin musiikin kautta syntyy yhteys, jossa arvioidaan jaettua kuormittavuutta: "...joulun alla [asiakkaiden kanssa] päivitellään aina miten aikaisin ne alkavat soimaan" (aPAM 2021, 700, nainen, s. 1992, päivittäistavarakauppa).

Jotkut vastaajat käsittelivät aihetta laajemmalla perspektiivillä sisällyttäen myös työajan ulkopuoliset akustiset ympäristöt hyvinvointiin vaikuttavaan äänelliseen arkeen. Toistuvasti kuvailtiin vapaa-ajalle ulottuvaa stressaavaa vaikutusta, mikä välillä johtui soitetun musiikillisen ilmaisun vieraudesta tai vastenmielisyydestä, välillä taas ylimitoitetuista äänenvoimakkuuden tasoista tai keskenään kilpailevien kuuloärsykkeiden aiheuttamasta uupumisesta.

Musiikki on täysin turhaa kaupassa. Se aiheuttaa jatkuvaa ylimääräistä kuormitusta ja vaikuttaa työtehoon heikentävästi. Pahimmillaan iso osa energiasta menee musiikin sietämiseen. Työpäivän jälkeen tekee mieli huutaa sisälle kertynyt kuormitus ja musiikin aiheuttama ärsytys ulos. Autossa kotimatalla ei voi kuunnella radiota, koska samaa melusaastetta tulee sieltäkin. Musiikki laskee työssä viihtymistä ja työhyvinvointia merkittävästi. (aPAM 2021, 711, nainen, s. 1974, kauppa, aiemmin ravintola-ala)

Itselleni ainakin tämä on merkittävä työtyytyväisyyttä alentava tekijä. Se vaikuttaa myös muuhun hyvinvointiin ja kotona ei aina ymmärretä, että haluaisin pitää kotona äänentoiston (tv, radio) hiljaisemmalla, koska ahdistun, jos olen koko päivän melussa. (aPAM 2021, 532, nainen, s. 1976, kauppa)

Osa oman hyvinvoinnin ylläpitoa on huolehtiminen onnistuneesta palautumisesta. Musiikin ja muun akustisen kuormituksen suhteen kyselyvastaajat raportoivat pääasiassa kolmenlaisista palautumistaktiikoista. Jotkut vastaajista ovat hakeutuneet erilaisiin työympäristöihin vaihtamalla joko työpaikkaa tai työvuoroa. Toisille taas vapaa-ajan ääniärsykkeiden hallinta on antanut mahdollisuuden palautumiseen: tarpeeksi erilainen äänimaisema tarjoaa vastapainoa työpaikan äänimaisemalle. Kolmannet ovat todenneet sopiviksi palautumiskeinoiksi erilaiset teknologiset ratkaisut, joihin ei toki välttämättä kaikilla ole mahdollisuutta turvautua.

Musiikki, kylmälaitteiden meteli, asiakkaat sekä muu hälinä kuormittaa aivan loputtomasti. Vasta yövuoroon siirtyessä ja metelin vähentyessä on

löytynyt voimavaroja nauttia myös työn ulkopuoleisesta elämästä eikä kulu montaa tuntia metelistä palautumiseen vain yksin kotona. (aPAM 2021, 370, nainen, s. 1983, kaupan ala)

[T]öiden jälkeen kaipaa hiljaisuutta. Palauduttuani tai aamuisin kuuntelen kyllä radiota ja toisinaan musiikkia tunnelmanluojana kotona. Töissä siis pääasiallisesti on meluisaa, muu arkeni on rauhallista. (aPAM 2021, 704, nainen, s. 1987, ravintola)

[S]uosittelisin kaikille vastamelulla varustettuja Bluetooth Kuulokkeita kaikille työntekijöille kaikille pisteelle myös asiakas pintaan sillä kun saa olla omassa mieluisessa melu maailmassa sillä on rentouttavaa vaikutusta. Toki asiakas kontaktissa äänen Taso pitää olla sillein että kuulee asiakaan. (aPAM 2021, 240, nainen, s. 1985, ravintolan kassa, kaupan kassa)

Kuten todettua, yksittäisen käsitteen ympärille ryhmittyvistä työhyvinvointiin liittyvistä maininnoista runsaimmin oli viihtymisen käsitteeseen kytkeytyviä erilaisia määrittelyjä. Vaikutusta viihtyvyyteen oli kartoitettu Ruotsin vastaavassa kyselyssä (Carlén 2018, 13) asenneväittämäkysymyksellä, jossa 46 % vastaajista ilmaisi olevansa yhtä mieltä väittämän ”soitettu musiikki lisää työmotivaatiotani ja -viihtyvyyttäni” kanssa, kun 34 % oli päinvastaista mieltä. Omassa kyselyssämme musiikin viihtyvyytsvaikutuksista kerrottiin vapaasti muotoillulla tekstivastauksella. Musiikin mainittiin torjuvan ikävystymistä ja parantavan ilmapiiriä, täyttävän hiljaisia hetkiä ja piristävän työpäivää. Toisaalta listattiin myös viihtyvyydelle negatiivisia vaikutuksia: musiikin osallisuus melutason nousuun, puuduttava toisteisuus ja soivan materiaalin kokeminen yhdentekeväksi ja mitäänsanomattomaksi.

På min förra arbetsplats så trivdes jag bra med musiken. På min nuvarande plats så saknar jag musik, det är sååååå trist att bara ”lyssna” på sig själv när det blir längre tystare tider på jobbet... (aPAM 2021, 212, nainen, s. 1967, butik)

Ääniympäristön terveyden huoltamisen kipupisteitä

Taustamusiikkia lisätään tilaan peittämään tilan muuta ääniympäristöä ja/ tai korostamaan tunnelmaa, sisustusta ja myynnissä olevan tuotteen ominaisuuksia. Tästä syystä pelkkään taustamusiikkiin keskittyminen ilman muun ääniympäristön huomioon ottamista voi tuottaa kontekstistaan irrallisia tutkimustuloksia. Äänellisen ajan ja tilan kokemusta sekä toimijuutta voi lukea aineiston vastauksista kiinnittämällä huomiota ääniympäristön artikulointiin ja kuullun äänimaiseman jäsennyksiin, eli vastauksia kysymykseen siitä,

mikä on se äänellinen arkkitehtuuri, johon musiikki työpaikoilla asettuu. Vastauksissa kerrottiin erilaisista (äänellisistä) tekijöistä, jotka vaikuttavat musiikin kuulemiseen ja tilan kokemiseen, kehollisuuteen ja tätä kautta viihtymiseen ja hyvinvointiin. Vastauksissa kerrottiin myös pyrkimyksistä muuttaa ääniympäristöä.

Työntekijän ottama rooli äänimaiseman rakentumisessa kertoo hänen toimijuudestaan. Hän voi lisätä työhyvinvointiaan heijastamalla ajatuksen hyvinvoinnista ääniympäristön ominaisuudeksi. Ajatus ääniympäristön terveydenhoidosta (Amphoux 1993) sisältää sen hyvänä pidettyjen ominaisuuksien vahvistamista, siinä toimivien ihmisten tiedon lisäämistä oman ääniympäristönsä hyvinvointia lisäävistä ominaisuuksista, tilallisten ja ajallisten äänellisten ominaisuuksien havainnointia sekä sosiaalisten riippuvuussuhteiden rakentumisen tarkastelua. Tämän lisäksi käsitteellä viitataan tilan suojelemiseen meluhaitoilta eli äänilähteiden sääntelyä ja kontrollointia sekä äänieristyksen lisäämistä. Työntekijä voi yksin tai yhdessä työtovereiden kanssa hakea toimivia äänellisiä ratkaisuja, jos hän näkee tähän mahdollisuuden.

Usein edellä mainittu kuitenkin nähdään liian monimutkaisena, kalliina tai suurina infrastruktuuriin kohdistuvia ponnisteluja vaativana. Lisäksi tämä ylimääräiseksi koettu työ on usein annetun työnkuvan ulkopuolella. Eräs verkkokyselyyn vastanneista totesi ykskantaan: ”Olen keikkatyöntekijä eikä ole minun tehtävänä arvostella asiakkaiden työympäristöä” (aPAM 2021, 85, nainen, s. 1965, kauppa, kiinteistö). 18 prosenttia verkkokyselyn vastaajista ei ole keskustellut työkavereiden kanssa musiikista lainkaan, osa ainoastaan noteeratakseen, että joulumusiikin soittaminen on alkanut. Näyttää siltä, että ääniympäristön terveydenhuoltoon suhtaudutaan työntekijöiden kesken usein joko välinpitämättömästi, voimattomana tai sillä ajatuksella, että ääniympäristö on olemuksellisesti viallinen, joten sitä ei voi parantaa, ainoastaan hetkellisesti huoltaa. Tästä kieli myös monen vastauksen toteamus, että keskustelua aiheesta kuvattiin ”valittamiseksi”.

Yksinkertaisimmillaan äänimaisemaa huolletaan vaihtamalla soiva musiikki itse valittuun. Useasta ravintolasta raportoitiin käytäntö vaihtaa reippaampi ”oma musiikki” soimaan illan viimeistelevien töiden taustalle, kun viimeiset asiakkaat ovat lähteneet. Toinen arkinen huoltotoimenpide on säätää taustamusiikin tarkoituksenmukainen äänenvoimakkuus. Vajaa puolet verkkokyselyn vastaajista kertoi pystyvänsä säätämään musiikin äänenvoimakkuutta suoraan äänentoistolaitetta käyttämällä. Käytäntönä tämä näyttää olevan ymmärrettävästi ravintola- ja majoituusalalla. Joka neljäs vastaaja kertoi, ettei voi vaikuttaa äänenvoimakkuuteen. Heistä suurin osa työskentelee kaupan alalla. Kenttäaineisto Koskikeskuksesta osoittaa, että

ki asettuu kuvausten perusteella osaksi ajoittain tiivistäkin äänimaisemaa, jonka ”terveydenhuoltoon” vaikuttaa työntekijän tasolla kaksi tekijää: kuulokkeiden käyttö ja päällekkäin soivat musiikit.

Verkkokyselyn vastaajista kuulokekäyttöä raportoi joka viides vastaaja. Kuulokkeilla luodaan henkilökohtainen äänitila asiakastilan sisälle. Sitä käytetään sekä eristäytymiseen (tiskivuorossa vastamelukuulokkeilla) että muiden työntekijöiden kanssa kommunikointiin (myyjien ja vartioiden käyttämät radiopuhelinverkostot). Radiopuhelinkäytössä kuuloke toisessa korvassa ja mikrofoni paidankauluksessa on yleinen (”Meillä pitää olla korvanappi missä koko ajan joku hölöttää”, aPAM 2021, 99, nainen, s. 1974, kaupan ala). Nämä vastaajat ovat työaikanaan päällekkäisissä äänentoiston infrastruktuureissa kiinni. Tämä aiheuttaa hankaluuksia silloin, kun puhetyö pitää asetella osaksi muuta ääniympäristöä: mikrofoniin puhuva ei tiedä, voivatko toiset sillä hetkellä keskittyä kuuntelemiseen vai eivät.

Koskikeskuksen kenttäaineistossa toistuvat maininnat musiikkien päällekkäisyyksistä. Liikkeiden sisäänkäynnillä ja varashälytinporteilla taustamusiikit kuuluvat muutamien metrien alueella samanaikaisesti liikkeissä, joissa ei ole sulkeutuvia ovia: ”Myymälän oma musiikki peittää onneksi melko hyvin kauppakeskuksen oman hissimusiikin” (aKoskikeskus 2020, 2, nainen, s. 1975, kaupan ala). Tällaisissa tapauksissa työntekijät kertovat viihtyvänsä syvemmillä liikkeessä, jonne käytävämusiikki ei kantaudu. Kun liikekeskuksen aulassa järjestetään tapahtumia, lisääntyvät äänentoistolaitteet ja käytävä-äänentoiston voimakkuus. Työntekijät vastaavat äänilähteiden lisääntymiseen arvioiden oman liikkeen taustamusiikin äänenvoimakkuutta tai sammuttaen sen kokonaan. Joskus päällekkäisen musiikin soittaminen on subversiivinen taktiikka.

Ennen kun kauppa aukeaa soitetaan isolla kajarilla sen [”kamalan ulinan”, ”latistavan”] päälle millon kenenkin työkaverin soittolistaa. Kaikki ne on tähän mennessä olleet parempia kuin ulina, vaikka ei olisikaan sitä omaa tyyliä. (aPAM 2021, 622, nainen, s. 1978, kaupan ala)

Äänellisen ja musiikillisen hygienian huoltaminen kuuluu osin myös vartioiden työnkuvaan. Päällekkäisten musiikkien erikoisempia hallintatilanteita syntyy, kun kauppakeskuksessa viihtyvä nuoriso soittaa tilassa omia kännyköitään ja bluetooth-kaiuttimiaan. Nämä harvinaiset tilanteet tuottavat liikekeskuksen omistajan silmissä ei-haluttua häiriömusiikkia ja päättyvät yleensä siihen, että vartijat puuttuvat tilanteeseen poistamalla ei-toivotut äänilähteet.

Vastauksissa tuli esiin myös musiikin ja muun kuuntelun oma-aloitteinen käyttäminen hyvinvointiin työpaikalla. Omista kuulokkeista voidaan kuunnella omia soittolistoja, podcasteja ja äänikirjoja hiljaisina aikoina, tai aamusiiivouksen aikaan kampaaja saattaa ottaa tanssiaskeleita radion tahtiin. Jos työnkuvaan ei kuulu puhekontaktia asiakastilassa oleviin, palvelutyöntekijä voi olla puhelimitse yhteydessä ystäviin ja perheeseen hyvin omaehtoisesti työvuoron aikana tai kuunnella haluamaansa musiikkia. Tällä on epäilemättä vahva vaikutus työntekijän sosiaaliseen hyvinvointiin.

Ääniympäristöön vaikuttaminen neuvottelemalla on työläämpää kuin äänenvoimakkuuden säätäminen. Osallistamisen ja kuulemisen (vaikuttamisen merkityksessä) puutteista on aineistossa toistuvia kommentteja eri kysymysten alla. Joissain vastauksissa tutkijoilta, työsuojelulta ja/tai ammattiliitolta odotetaan muutosvoimaa ja aktiivisempaa – ehkä jopa aktivistisempaa – otetta. Toivotaan kuulluksi tulemistä ja kouriintuntuvia muutoksia. Mainintoja selittää osin se, että keruu suoritettiin liiton kanssa yhteistyössä. Taustamusiikista keskustellaan useilla työpaikoilla työntekijöiden kesken, harvinaisempaa on keskustelun laajentaminen luottamushenkilöiden tai/ja työsuojeluvaltuutettujen avulla sekä muutospyrkimykset. Jotkut vastaajat raportoivat hyvinkin määrätietoisesta muutoksenhausta, useimmiten kuitenkin tuloksetta.

Lähinnä [keskustelemme] musiikin haitoista keskittymiseen ja aisteihin sekä mahdollisiin vaurioihin tulevaisuudessa Työsuojeluhenkilönä ottanut asian puheeksi ja saanut siihen korjauksiakin. (aPAM 2021, 190, nainen, s. 1949, ravintola-ala)

Olen keskustellut [työtovereiden kanssa], ja joitakin ei tunnu vaivaavan, toisia vaivaa. Esimies perustelee sen [taustamusiikin] pakollisuutta ketjun (firman) politiikalla ja johdon määräyksillä. Luottamusmies levittelee käsiään. Työsuojeluviranomaiset eivät tunnu tiedostavan ongelmaa. Tätä ongelmaa ei tunnusteta, eikä melun (musiikin) vaikutuksia varmaan ole tutkittu tarpeeksi? (aPAM 2021, 631, nainen, s. 1961, erikoiskauppa)

Vastaavasti Koskikeskuksessa kerrottiin suuremmista vaikutusmahdollisuuksista: jos jokin yksittäinen kappale soittolistassa harmitti, saattoi työntekijä kollegojensa kanssa sovittuaan lähettää sähköpostin palveluntarjoajalle ja pyytää kappaletta pois rotaatiosta. Kyseisessä tapauksessa osoite tuli löytää itse tanskalaisen palvelun verkkosivuilta ja kirjoittaa englanniksi, joten työntekijän oli toimittava huomattavan aktiivisesti ympäristöä parantaakseen. Havainto vertautuu yleisten kirjastojen työntekijöiden kommentteihin työympäristöstään: ilman taustamusiikkiäkin se vaati sopeutumista tai vaihtoehtoisesti aktiivista huolehtimista, mikä tarkoitti puuttumista häiritseviin tekijöihin (Sahavirta ja Kytö 2017, 92–101).

Aistityön vastuut ja toimenpiteet eivät aina jakaudu tasaisesti työntekijöiden kesken. Tämä johtuu ääniympäristön toissijaisesta roolista työnkuvassa, jolloin siihen vaikuttamista ei välttämättä olla sovittu työntekijöiden kesken. Aineiston valossa näyttää myös siltä, että yhteisymmärrystä ääniympäristön ja siinä työtä tekevän hyvinvoinnista ei ole sellaisissa työympäristöissä, joissa työntekijöille ei anneta mahdollisuutta toimia ääniympäristön hyväksi. Työntekijän ja esihenkilön ymmärrys ääniympäristön hyvinvoinnista ja taroituksenmukaisuudesta voi olla keskenään erilainen.

Päätelmät

Olemme tässä artikkelissa käsitelleet palvelualan työntekijöiden subjektiivista kokemusta työhyvinvoinnista suhteessa työpaikan akustiseen ympäristöön ja erityisesti taustamusiikkiin. Aineistossa esiintyvien työtilojen heterogeenisyydestä huolimatta voimme osoittaa, että taustamusiikki vaikuttaa työhyvinvointiin vaikutusmahdollisuuksina ja kokemuksena osallisuudesta. Analyysi kenttäaineistomme hyvinvointiin liittyvistä lausumista osoittaa, että palvelutyötä tehdessä hyvinvoinnin yhteys taustamusiikkiin on varsin ohuesti yhteydessä musiikkimieltymyksiin tai yksityiskohtaiseen vaikuttamiseen työpaikan soiviin musiikillisiin sisältöihin. Huomattavasti merkittävämpää on mahdollisuus luoda oma toimijuus suhteessa työpaikan musiikkiin, parhaimmillaan ammatti-identiteetin läpi, sekä äänellisten tarjoumien (Mamian termein resurssien) käyttö mielekkäällä tavalla asiakaskontakteissa. Tarkasteltaessa nimenomaisesti työhön liittyvää hyvinvointia on ammatillisella toimijuudella merkittävä rooli. Työtila muuttaa palvelualalla musiikin merkityksen ammatilliseksi, jolloin henkilökohtainen musiikkisuhde jää toissijaiseksi.

Musiikin ja hyvinvoinnin suhdetta yleisemmin tutkittaessa on ollut luontevaa asettaa tutkittavat tekemisiin tunnistamansa musiikin kanssa sekä aktiivisiin rooleihin: toimijoiksi, jotka itse tuottavat musiikillista ilmaisuja, toimivat musiikkiin uppoutuen tai vähintäänkin kuuntelevat musiikkia kontemplatiivisesti. Tämän asetelman rinnalle on työhyvinvoinnin kohdalla hyvä asettaa uudenlainen ajattelutapa, jossa hyvinvointia voi vahvistaa ammatillisessa ”roolissa” koettu musiikin taroituksenmukaisuus. Musiikin kanssa työskentelemisellä on hedelmällinen vaikutus työhyvinvointiin, kun se tekee asiakaskontaktista luontevan, kollektiivisen toimijuuden taktiikoista onnistuneita tai kun se lisää ymmärtämystä palvelutyöstä kokonaisuutena. Tämä ei edellytä mahdollisuutta aktiivisesti valita tai edes tunnistaa kuunneltavaa materiaalia: monenlainen pienimuotoinen toiminta työtilassa myötävaikuttaa hyvinvointiin.

Työntekijöiden hyvinvointiin liittämät tarjoumat auttavat ymmärtämään, kuinka työntekijät haluavat toimijuutta toteuttaa. Kun kyse on yhteisesti käytetystä tilasta ja siinä tapahtuvista keskenään erilaisista sosiaalisista kontakteista, ovat myös toimijuudet väistämättä yhteydessä toisiinsa. Aineistomme työntekijät näkevät toimijuuden mahdollistajina seuraavanlaisia osatekijöitä: a) omat vaikutusmahdollisuudet; b) tarjolla olevat palautekanavat; c) oma ammatti-identiteetti ja musiikkisuhde; d) aistitvyökyvyt sekä e) työyhteisö toiminnallisena akustisena yhteisönä (kuten työpaikalla yhdessä kehitetyt taktiikat).

Kullakin palvelutyötä tekevällä henkilöllä on oma musiikillinen maailmansa, henkilökohtaiset kuulemisen ja kuuntelemisen reunaehdonsa (aistiherkkyksineen, kuulovaurioineen, musiikkimieltyyksineen jne.). Jos oletetaan jokaisen hoitavan musiikki- ja äänisuhteensa tykönsä ja löytävän itsenäisesti sopeutumistaktiikat työpaikan myyntistrategioiden perusteella määräytyvään äänimaisemaan, hukataan mahdollisuuksia rakentaa mielekkäitä ja inspiroivia akustisia tiloja yhteisöllisesti. Toiminnallisen akustisen yhteisön ymmärtäminen kollektiivisena neuvottelupaikkana mahdollistaa myös vastuunjaon kuormittavan aistityön jakamisessa.

Taustamusiikin mahdollisuudet luoda hetkellistä sosiaalista yhteisyyttä vertautuvatkin Tia DeNoran (2000, 149–150) tarkastelemaan musiikkivälitteiseen yhteissubjektiviteettiin (*co-subjectivity*). Erotuksena on, että palvelutyöntekijällä on taustamusiikkiin asiakasta pidempi suhde. Asiakaspalvelutilassa piipahtaminen rakentaa erilaisen yhteissubjektiviteetin kuin musiikin kanssa työskenteleminen. Asetelma tarjoaa kuitenkin mahdollisuuksia myös kehittyviin tilallisiin suhteisiin, kuten ABBA:a soittaneen lounaskahvilan työyhteisön kohdalla: yhteissubjektiviteetti perustui työtovereiden kollektiiviselle näkemykselle, mutta alkoi laajentua asiakkaisiin ja kerätä ajallista jatkuvuutta vakituisten lounastajien liittyessä toimijoiksi yhteissubjektiviteettiin. Musiikki on asiakasta ja työntekijää jollain tasolla yhdistävä, laajimmillaan kollektiivista toimijuutta mahdollistava tekijä. Vaikuttaminen taustamusiikin sisältöihin on silti vaivalloista, ja vaatii aikaa ja ennalta orientoitumista musiikkiin ollakseen mielekästä eikä liian työlästä.

Populaarimusiikki on ”kunkin ajan suosituinta, paikallisia rajoja ylittävää musiikkia” (Jalkanen ja Kurkela 2003, 12). Sen määrittelemän akustisen tilan jakavat työntekijä ja asiakas ovat siis palvelukohtaamisen ajan oletusarvoisesti ”samanarvoisessa asemassa” maun tai muun kulttuurisen kehyksen kannalta. Radio pitääkin toistaiseksi pintansa kokemuksellisesti neutraalina taustamusiikin lähteenä. Kun musiikki on jonkun muun (radion musiikkipäällikön tai toimittajan) valitsemaa, asiasta ei tarvitse neuvotella toisten työntekijöiden kanssa.

Radion kokeminen neutraalina taustamusiikkina ja sen ”jokamiesmäisyys” on valintana diplomaattinen ja luo palvelutapahtumaan hetkellistä tasavertaisuutta, vaikkei kulloiseenkin musiikkiin itse tilanteessa reagoitaisi. Suosittu radiokanava paikantuu julkiseksi, jokapaikkaiseksi (Kassabian 2013) äänelliseksi tilaksi asiakkaan ja työntekijän väliin. Sillä rakennetaan (pseudo)demokraattinen musiikillinen merkitys ja epämuodollistaja. Taustamusiikkipalvelun kuratoima tai generatiivinen musiikki sen sijaan asettuu työntekijän ”selustaan”, jolloin äänellinen tila ei paikannu asiakkaan ja työntekijän väliin, vaan heidän yläpuolelleen. Taustamusiikkituotteet osoittavat asiakaspalvelijalle ja asiakkaalle selkeämmin erilliset roolit.

Työorganisaation rakenne ja valitut taustamusiikkikäytännöt vaikuttavat nekin vahvasti yksittäisen työntekijän vaikutusmahdollisuuksiin ja kokemukseen osallisuudesta. Aineisto antaa viitteitä myös työntekijän iän vaikutuksista taustamusiikin kokemiseen suhteessa työhyvinvointiin. Tämän selvittäminen vaatii lisätutkimusta; eläköityneisiin palvelutyöntekijöihin fokusoiva haastatteluaineisto onkin tekeillä ja raportoitavissa myöhemmin.

Musiikillinen ja äänimaisemallinen toimijuus polarisoituu julkisessa keskustelussa toistuvasti ”hulluksi tekevän joulumusiikin” ja ”kaikessa toimivan mielimusiikin” välisen vastakkainasettelun kaltaisiin umpikujiin. Kärjistäen ja tulkiten tutkimushankkeen toisissa osatutkimuksissa kerättyä haastatteluaineistoa (ks. Uimonen 2021) voisi myös esittää, että ulkoistetut soittolista- ja taustamusiikkipalvelut ovat miesten tuottamia, ja niitä palveluammattissa ”sietävät” puolestaan valtaosin naisia. Toimijuuksien monipuolistaminen, väljentäminen ja kehittäminen pakottomuuden ja valinnanvaraisuuden suuntaan antavat taustamusiikkia koskevalle ymmärrykselle joustavuutta. Tämä mahdollistaa taustamusiikin näkemisen osana työpaikkojen jaettua ääniympäristöä ja työhyvinvointia.

Lähteet

Tutkimusaineistot

aKoskikeskus 2020. Kenttäaineisto taustamusiikista Tampereen Koskikeskus-liikekeskuksessa, maaliskuu 2020. Sisältö: kenttäpäiväkirjamerkintöjä, lomakehaastatteluita työntekijöille, havainnointia. Kerääjät: Meri Kytö ja Heikki Uimonen. Aineisto hankkeen hallussa.

aPAM 2021. Taustamusiikkia työpaikalla. Webropol-alustalla toteutettu verkkokysely palvelualan työntekijöille 26.1.–20.5.2021. Kyselyn laatijat Kaarina Kilpiö ja Meri Kytö. Aineisto hankkeen hallussa.

Kirjallisuus

Amphoux, Pascal. 1993. *L'identité sonore des villes Européennes: guide méthodologique à l'usage des gestionnaires de la ville, des techniciens du son et des chercheurs en sciences sociales*. Grenoble: Cresson.

Bijsterveld, Karin. 2019. *Sonic Skills. Listening for Knowledge in Science, Medicine and Engineering (1920s–Present)*. London: Palgrave Macmillan. <https://doi.org/10.1057/978-1-137-59829-5>

Bruyninckx, Joeri & Alexandra Supper. 2016. "Sonic skills in cultural contexts: theories, practices and materialities of listening". *Sound Studies* 2(1): 1–5. <http://dx.doi.org/10.1080/20551940.2016.1214444>

Carlén, Stefan. 2018. *Musik i butik. En studie av hur musik påverkar handelsanställdas arbetsmiljö*. Handelsanställdas förbund Handels rapporter 5.

de Certeau, Michel. 2013. *Arkipäivän kekseliäisyys I: Tekemisen tavat*. Suom. Tapani Kilpeläinen. Tampere: niin & näin.

DeNora, Tia. 2000. *Music in Everyday Life*. Cambridge: Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/CBO9780511489433>

Gibson, James J. 1986. *The Ecological Approach to Visual Perception*. Hillsdale: Lawrence Erlbaum Associates.

Hochschild, Arlie. 1983. *The Managed Heart: Commercialization of Human Feeling*. Berkeley: University of California Press.

Jalkanen, Pekka ja Vesa Kurkela. 2003. *Suomen musiikin historia: Populaarimusiikki*. Helsinki: WSOY.

Kassabian, Anahid. 2013. *Ubiquitous listening. Affect, attention, and distributed subjectivity*. Berkeley: University of California Press. <https://doi.org/10.1525/california/9780520275157.001.0001>

Kilpiö, Kaarina. 2016. "Kuuntelevat kuluttajat 1950–1980-lukujen Suomessa. Myyninedistämismusiikin ammattilaiset ja heidän "yleisönsä". *Äänimaisemissa*, toim. Helmi

Järviluoma ja Ulla Piela, 222–242. Kalevalaseuran vuosikirja 95. Helsinki: Suomalaisen kirjallisuuden seura.

Kilpiö, Kaarina. 2005. ”Markkinoinnin intimisoituvaa äänimaisema 1900-luvulla”. Teoksessa *Kuultava menneisyys. Suomalaista äänimaiseman historiaa*, toim. Outi Ampuja ja Kaarina Kilpiö, 236–256. Historia Mirabilis 3. Turku: Turun historiallinen yhdistys ry.

Kivistö Sirkku, Jussi Turtiainen ja Ari Väänänen. 2014. ”Suojelusta työhyvinvointiin: työntekijyyden ja työympäristön rajojen muutos työturvallisuuden lainvalmistelussa”. Teoksessa *Suomalainen työntekijäisyys 1945–2014*, toim. Ari Väänänen ja Jussi Turtiainen, 189–226. Tampere: Vastapaino.

Kontukoski, Maija. 2018. ”Nature Sounds in a Hypermarket: A Case Study on the Modified Soundscape of Commercial Spaces in Finland”. *Etnomusikologian vuosikirja* 30: 92–120. <https://doi.org/10.23985/evk.69118>

Kontukoski, Maija ja Heikki Uimonen. 2019. ”Tila, tunne ja musiikki. Kauppakeskusten ääniympäristön laadullinen tarkastelu”. *Yhdyskuntasuunnittelu* 57 (2): 10–25. <https://doi.org/10.33357/ys.83675>

Kytö, Meri. 2013. *Kotiin kuuluvaa: yksityisen ja yhteisen kaupunkikäänitilan risteymät*. Dissertations in Education, Humanities, and Theology 45. Joensuu: Itä-Suomen yliopisto.

Lehtonen, Mikko. 2014. *Maa-ilma. Materialistisen kulttuuriteorian lähtökohtia*. Tampere: Vastapaino.

Mamia, Tero. 2009. ”Mistä työhyvinvointi syntyy?” Teoksessa *Työelämä muuttuu – jous-taako työhyvinvointi?* toim. Raimo Blom ja Ari Hautaniemi, 20–55. Helsinki: Gaudeamus Helsinki University Press.

PAM 2021. ”PAM pähkinänkuoressa”. Tark. 20.5.2021. <https://www.pam.fi/tietoa-pamisa/pam-pahkinankuoressa>

Payne, Jonathan, Marek Korczynski ja Rob Cluley. 2017. ”Hearing music in service interactions: A theoretical and empirical analysis”. *Human Relations* 70(12): 1417–1441. <https://doi.org/10.1177/0018726717701552>

Ranta, Anni. 2005. ”Kulutuksen soivat kulissit”. Teoksessa *Kuultava menneisyys: suomalaista äänimaiseman historiaa*, toim. Outi Ampuja ja Kaarina Kilpiö, 257–278. Historia Mirabilis 3. Turku: Turun historiallinen yhdistys ry.

Sahavirta, Harri ja Meri Kytö. 2017. ”Yleisten kirjastojen muuttuva äänimaisema”. Teoksessa *Muuttuvat suomalaiset äänimaisemat*, toim. Heikki Uimonen, Meri Kytö ja Kaisa Ruohonen, 81–104. Tampere: Tampere University Press. http://dx.doi.org/10.26530/OAP-EN_624254

Spackman, Christy & Jacob Lahne. 2019. ”Sensory labor: considering the work of taste in the food system.” *Food, Culture & Society* 22(2): 142–151. <https://doi.org/10.1080/15528014.2019.1573039>

Stenbäck, Olle. 2016. *Den ofrivilliga lyssnaren. Möten med butiksmusik*. Gothenburg Doctoral Dissertations. Göteborgs Universitet.

Sterne, Jonathan. 1997. ”Sounds Like the Mall of America: Programmed Music

and the Architectonics of Commercial Space”. *Ethnomusicology* 41 (1): 22–50. <https://doi.org/10.2307/852577>

Tynan, Jane ja Lisa Godson. 2019. *Uniform: Clothing and Discipline in the Modern World*. London: Bloomsbury Publishing. <http://dx.doi.org/10.5040/9781350045583>

Uimonen, Heikki ja Meri Kytö. 2020. ”Toimimatonta tekniikkaa ja alitajuista vaikuttamista: Etnomusikologinen näkökulma taustamusiikin tutkimukseen”. *Etnomusikologian vuosikirja* 32, 46–75. <https://doi.org/10.23985/evk.90066>

Uimonen, Heikki. 2021a. ”Kaupunkitila päivittäismusiikin aikakaudella: ääniympäristön tutkimuksen teoreettinen ja metodologinen tarkastelu.” Teoksessa *Humanistinen kaupunkitutkimus*, toim. Tanja Vahtikari, Terhi Ainiala, Aura Kivilaakso, Pia Olsson ja Panu Savolainen. Tampere: Vastapaino, 145–167.

Uimonen, Heikki. 2021b. ”Background Music Agencies: Designing Sonic Environments for Commercial Premises”. Esitelmä konferenssissa *Uncommon Senses III: Back to the future of the senses*. Concordia University, Montreal (etäkonferenssi), 7.5.2021.

Väänänen, Ari ja Jussi Turtiainen. 2014. ”Suomalaisen työntekijyyden ja työntekijäideaalien historia”. Teoksessa *Suomalainen työntekijäisyys 1945–2014*, toim. Ari Väänänen ja Jussi Turtiainen, 18–53. Tampere: Vastapaino.

Wolf, Jonas. 2021. ”When Music Becomes Hostile (and How to Counter It): Observations from Neukölln, Berlin”. *Academia Letters* 2777. <https://doi.org/10.20935/AL2777>

Wouters, Cas. 2007. *Informalization: Manners and Emotions Since 1890*. London: SAGE.

Norma Daykin

***Creativity, health and wellbeing:
challenges of research and evidence***

Norma Daykin (norma.daykin@uwe.ac.uk) is professor emerita in Arts in Health at UWE (University of the West of England) in Bristol. Until December 2021, she was professor in New Social Research at Tampere University. She is a social scientist known for her research on arts, health and wellbeing. She is also a musician who draws on her experiences as a music leader and performer to inform knowledge exchange and best practice development.

DOI: 10.51816/musiikki.113249

Creativity, health and wellbeing: challenges of research and evidence

Norma Daykin
.....

Introduction: Mapping the field

Creativity, health and wellbeing (CHW) has emerged as a multidisciplinary field of research, policy and practice over the last 20 years. Its beginnings can be traced from the establishment of art therapies in the post war period and from the growth of community arts in the 1960s, which fostered connections between arts professionals, researchers, educators and policy advocates seeking to respond to local challenges (White, 2009). Subsequently the CHW field has grown through evidence building, advocacy and sector development and there is now a wider recognition of the contribution of arts and cultural engagement to a wide range of policy objectives. For example, policies such as social prescribing view arts spaces, activities and resources as community assets that can be used to improve health, to support people living with long-term conditions and to reduce pressure on health services. Nevertheless, the successful integration of arts and creativity into policy and practice is some way off, partly because of ongoing theoretical, methodological and political challenges (Daykin, 2020).

As the CHW field expands it becomes more difficult to map in its entirety. Fancourt (2017) identified at least seven overlapping domains of arts for health and wellbeing, the most familiar being that of targeted activities such as singing and music listening for people with health conditions such as cancer, stroke, Parkinson's and dementias. These activities overlap with but extend beyond the traditional role of specialist arts therapies. Another dimension is arts in public health settings, with activities such as choirs and dance projects devised to promote wellbeing and meet goals of prevention, protection and education (Clift et al. 2016). Here there is a focus on the social determinants of health, including living and working conditions, and on health and wellbeing inequalities. Traditionally, arts activities have tended to be taken up by higher income groups, those who

have received more education and reside in asset-rich areas. Cohort studies have explored the connections between arts engagement and health inequalities at population level (Gordon-Nesbitt, 2015). A recent large survey in the US examined activities such as attending live music and arts events, taking part in performances and playing a musical instrument. While demographic and socioeconomic factors were found to be associated with arts engagement, there was less evidence of a social gradient in interest in attending arts events, suggesting that many people would like to engage but are prevented by barriers that may disproportionately affect some groups (Bone et al. 2021).

Many CHW practitioners and organisations seek to address these barriers and help to redress inequalities, extending the wellbeing benefits of arts to those in the greatest need. A plethora of community organisations deliver visual, performing and literary arts for health and wellbeing (Daykin et al. 2017; Jensen et al. 2017). These activities take place in institutions such as care homes, hospices, hospitals, justice settings, sheltered accommodation, domestic abuse refuges and schools as well as in the community (Culture, Health and Wellbeing Alliance, 2021a). Many of these activities support people who are extremely vulnerable and isolated, and recently they have been severely affected by the Covid-19 pandemic (Mughal, Thomson, Daykin and Chatterjee, 2021). The social distancing measures imposed by Governments prevented people from gathering in support groups while the pandemic also created financial difficulties and loss of income that limited the capacity of organisations to respond to need. The Covid-19 pandemic has therefore compounded health and wellbeing inequalities. It has also highlighted the importance of wellbeing and the role of arts in supporting people through difficult times, with organisations responding by adapting their services, for example, delivering activities such as art packs, doorstep performances and digital arts to people in their homes (Culture, Health and Wellbeing Alliance, 2021a). While arts can offer a vital lifeline to people who are struggling, they cannot alone solve problems caused by socioeconomic inequalities, and further research is needed to understand these impacts.

Development of the evidence base

Matarasso's report in 1997 made the early case for arts, citing case studies to demonstrate benefits of participation such as personal growth, enhanced skills and confidence, educational benefits, strengthened social cohesion

and increased local capacity (Matarasso 1997). The development of a more formal evidence base was stimulated by Staricoff's 2004 report, which was the first to bring together evidence of arts impacts from controlled studies. The focus was on clinical outcomes, such as effects of music on mood, pain management, length of stay in hospital and vital signs such as blood pressure (Staricoff, 2004, Staricoff and Clift, 2011). Subsequently our understanding of the impacts of engagement have broadened and the focus of research has shifted beyond clinical environments to encompass schools, prisons, mental healthcare environments, care homes and community settings (All Party Parliamentary Group on Arts, Health and Wellbeing, 2017; Arts Council England, 2018). Recently, the concept of wellbeing as opposed to health has become established in policy and decision making (Daykin et al. 2016). Wellbeing, made up of hedonic dimensions or feeling states such as happiness, anxiety and stress, and eudemonic dimensions of meaning and purpose, is linked with a wide range of desirable social and economic outcomes as well as being seen as an end in itself. Researchers have reviewed the impacts of music and arts on dimensions of loneliness, mental wellbeing, quality of life, social connection and identity (Daykin et al. 2018, 2021; Mansfield et al. 2019, 2019; Victor et al. 2018).

The assumption that a robust evidence base is the key to convincing power holders to invest in arts for health and wellbeing has provided the impetus for a growing number of studies as well as the application of increasingly robust research approaches such as randomised control trials and quasi-experimental designs. Most of these studies focus on clinical and non-clinical outcomes, while a small number of these studies include economic evaluation. There is also an expanding body of qualitative research that explores the impacts of arts, while the use of mixed methods is increasingly common. Although qualitative research cannot identify outcomes or prove value, it can explore participants' nuanced experiences of arts processes, providing useful insights for policy and practice. For example, our research on music making in youth justice settings drew on De Nora's theory to music in everyday life to understand musical affordances and the way these were mediated by rules, roles and relationships that frame these contexts (Daykin et al. 2017b; De Nora, 2000, 2003).

The visibility of arts, health and wellbeing research has been strengthened by the launch of specialist journals, such as *Arts and Health*, *The Journal of Applied Arts and Health*, *the Nordic Journal of Arts and Health*, and special issues such as this. An overview of current research themes can be found in the 49 peer review research papers presented at the 2021 Culture, Health and Wellbeing International Conference. They encompass a diverse collec-

tion of studies from many countries, many of which are multidisciplinary research projects and programmes developed through collaboration between academics, artists and project participants in different parts of the globe. The papers reveal the wide range of study populations across the life course engaged in arts and culture for wellbeing, including children and adults with and without health conditions, with many projects for older people including people with dementia. They report on multiple art forms including singing, instrumental music making, museum-based activities, visual arts, creative writing, digital arts, theatre, performance-based projects and creative learning. They also report a wide range of methodologies, including literature reviews, large scale surveys, quantitative and qualitative research, while theoretical and methodological contributions highlight research issues and challenges. The broader context is addressed in large scale surveys and studies that have examined the connections between cultural participation and health and wellbeing (Bone et al. 2021; Elsdon, Mak & Fancourt, 2021; Mak, Fluharty & Fancourt, 2021; McCrary and Altenmüller CHW 21).

As well as studying associations between arts and wellbeing and trying to assess the impact of arts, the mechanisms and processes through which arts and creativity can affect health and wellbeing are important to understand. These include physiological processes such as changes in breathing, heart rate and stress hormone responses when singing, playing an instrument or listening to music; they also include heightened emotional, cognitive and sensory processing, increased social interaction, and changes in behaviour such as increased and physical activity (Fancourt & Finn, 2019). Attention has also been paid to the social processes through which arts impacts are achieved, with many programmes citing social capital benefits from participation. Increasing social capital is widely accepted as leading to reduced mental and physical ill-health, while health outcomes are better in areas where there are more community assets (Kelsey & Kenny, 2021). Yet social capital is a complex concept, comprising bonding, bridging and linking elements that can have differential impacts. While bonding can foster feelings of belonging and inclusion, bonding without sufficient bridging or linking can reinforce the separation of some communities from wider society and institutions of power (Daykin et al. 2021). Further, as well as being an asset that can support wellbeing, cultural capital is implicated in the enactment of social distinctions and divisions (Bourdieu 1984, 1986). The mechanisms and processes through which arts affect health and wellbeing are therefore complex and dynamic. Fancourt et al. (2021) propose a Multi-level Leisure Mechanisms Framework, drawing on complexity theory

to map the psychological, biological, social and behavioural processes that link leisure with health.

Research challenges

There are continued calls for a stronger evidence base to justify the inclusion of arts and creative approaches in health services and commissioning and to ensure that activities are scalable so that they can reach those in need. Yet gathering evidence is frequently reported as difficult for arts organisations (Mughal et al. 2021). Systematic reviews often report on flaws in study design including small sample sizes, recruitment bias, lack of adequate control measures and selective reporting of positive outcomes. Most studies tend to report benefits of participation, although it is also important to report negative experiences and unintended outcomes, such as creative tensions, stress and power dynamics.

While there is a trend towards the use of more robust methodologies, several challenges continue to limit research development. These relate to the ecology of the CHW field as well as some underlying philosophical tensions. Experience of arts and creativity and their impacts on health and wellbeing are shaped by micro, meso and macro level influences. Micro level factors include local conditions, resources and needs, the skills and attributes of project facilitators and participants and the particularities of activities and art forms. Meso level factors include the local infrastructure such as community assets and transport, as well as institutional power relationships (Fortier and Coulter 2021). Macro level factors include policy frameworks that guide research and funding. Many arts and cultural organisations are small scale, offering innovative services in response to local needs. As such they may face a host of problems, including lack of access to existing evidence, limited in house evaluation knowledge and skills, difficulty in developing clear outcomes frameworks on which to base evaluation, and lack of funds to engage external evaluators (Daykin et al. 2017a). Evaluation guides published in English may not be accessible to non-English speaking practitioners and may reflect a particular cultural context (Jensen, 2020). For many organisations, evaluation is perceived to be dominated by the different reporting requirements of multiple funders, creating a lack of coherence as they try to provide different types and levels of evidence (Bungay & Clift, 2010; Daykin, Attwood & Willis, 2013).

Beyond this, there is a lack of consensus about the methodologies used to evaluate arts and culture (Mowlah et al. 2014). Some organisations with-

in the arts and cultural sector view evaluation frameworks drawn from evidence-based health care with suspicion. They may see these as overly medicalised, disempowering for artists and participants, and contrary to their creative ethos (Skingley, Bungay & Clift, 2012; Swan & Atkinson, 2012). They sometimes report that perspectives from the arts carry relatively little weight in research, with a pressure to focus more on outcomes that are important to health and care sector stakeholders rather than the artistic motivations and achievements that may be important to participants and service providers (ACE 2018). For instance, research on Arts on Prescription programmes has documented participants' positive mental health outcomes but have paid less attention to the participating cultural institutions' perspectives (Jensen & Bonde 2020). Hence some fear that the adoption of standard evaluation frameworks that require identification of measurable outcomes in advance may distort their aims and obscure their successes. These differences should not be overstated and the issues for the CHW are similar to those affecting other complex interventions in health and wellbeing. Further, there are notable examples of successful coproduction of evaluation and the development of evaluation approaches and tools that are both robust, sensitive to context and creative, for example in areas such as dementia care where traditional self-report health and wellbeing measures are not suitable (Camic et al 2021).

Evaluation and research have been made even more challenging by the Covid-19 pandemic, which has necessitated rapid adaptations to research design, data collection methods and dissemination strategies. The longer-term impact of these changes is unknown, however, there are indications that traditional methods will continue to be supplemented by online tools, with potential for the further development of arts-based approaches that may offer a good fit with the creative ethos of projects.

Future directions

This brief introduction has provided an overview of research on arts, health and wellbeing as well as an indication of some of the challenges of evaluation research. A strengthened evidence base may be key to supporting the assimilation of arts into policy areas such as social prescribing, and it is evident that increasingly robust research designs are being adopted despite the acknowledged difficulties. However, evaluation research is not the only form of inquiry that is of importance, and an exclusive focus on evaluation might lead to a neglect of theory and a rather naïve understanding of the

relationship between evidence and policy. A deeper understanding of the development of the field needs to recognise the way its trajectory is shaped by wider social relations, not just by evidence production. In my recent book (Daykin, 2020) I explore social movement theory in this regard. Arts and health bears some of the characteristics of a social movement, being a network of interactions between individuals and groups who loosely share identities and purpose, the likes of which have played an important historical role in framing research, influencing policy and health improvement (Brown & Zavestoski, 2004). I argue that recent policy initiatives such as social prescribing assume that community assets can be harnessed to solve collective problems, but for this to succeed then grass roots capacity building is needed to support sustainable practice and challenge traditional boundaries and hierarchies. The amplification of marginalised voices to foster creative problem solving may be the key to future growth, equity and sustainability in arts, health and wellbeing.

References

- All Party Parliamentary Group on Arts, Health and Wellbeing. 2017. *Creative Health: The Arts for Health and Wellbeing*. London: APPG. <https://www.culturehealthandwellbeing.org.uk/appg-inquiry/> Bone, Jessica K, Feifei Bu, Meg Fluharty, Elise Paul, Jill K Sonke and Daisy Fancourt. 2021. "Who engages in the arts in the United States? A comparison of three types of engagement using data from the General Social Survey". In Norma Daykin and Alex Coulter, (eds). *Culture, Health and Wellbeing, International Conference 2021, CHW21, Research Proceedings*: 9-11. <https://www.ahsw.org.uk/wp-content/uploads/2021/07/CHW21-Conference-Research-Proceedings-June-2021-PDF.pdf>
- Bourdieu, Pierre. 1984. *Distinction: A social critique of the judgement of taste*. London: Routledge and Kegan Paul.
- Bourdieu, Pierre. 1986. "The forms of capital" John. G. Richardson (ed). *The handbook of theory and research for the sociology of education*. (pp. 241-258.). New York: Greenwood.
- Brown, Phil and Stephen Zavestoski. 2004. "Social movements in health: An introduction". *Sociology of Health and Illness* 2004. 26(6): 679-694. doi/full/10.1111/j.0141-9889.2004.00413.x
- Bungay, Hilary and Stephen Clift. 2010. "Arts on Prescription: A review of practice in the UK". *Perspectives in Public Health* 130 (6): 277-281. doi: 10.1177/ 1757913910384050.
- Camic, Paul, Martha Gould, Adetola Grillo, Emma Harding, Roberta McKee-Jackson, Mary Pat Sullivan, and Lawrence Wilson. 2021. Developing Poetry as a Research Methodology To Further Understand Rarer Forms of Dementia. Norma Daykin and Alex Coulter (eds). *Culture, Health and Wellbeing, International Conference 2021, CHW21, Research*

Proceedings: 16-19. <https://www.ahsw.org.uk/wp-content/uploads/2021/07/CHW21-Conference-Research-Proceedings-June-2021-PDF.pdf>

Clift, Stephen, Grenville Hancox, Ian Morrison, Matthew Shipton, Sonia Page, Ann Skingley, and Trish Vella-Burrow and Trish Vella-Burrows. 2016. *Group singing as a public health resource*, in *Oxford Textbook of Creative Arts, Health and Wellbeing*. Stephen Clift and Paul Camic (eds). 2016. Oxford University Press. DOI: 10.1093/med/9780199688074.003.0031.

Culture, Health and Wellbeing Alliance. 2021a. *How culture and creativity have been supporting people in health, care and other institutions during the Covid-19 pandemic*. CHWA. <https://www.culturehealthandwellbeing.org.uk/sites/default/files/Culture%20Health%20%26%20Wellbeing%20Alliance%20Institutions%20report%20-%20FINAL.pdf>

Culture, Health and Wellbeing Alliance. 2021b. *Short report: How creativity and culture has been supporting people who are shielding or vulnerable during Covid-19*. CHWA. <https://www.culturehealthandwellbeing.org.uk/sites/default/files/Short%20report%20-%20How%20creativity%20and%20culture%20has%20been%20supporting%20people%20who%20are%20shielding%20or%20vulnerable%20during%20Covid-19%20-%20UPDATED.pdf>

Daykin, Norma. 2020. *Arts, Health and Wellbeing, A Critical Perspective on Research, Policy and Practice*. London and New York: Routledge.

Daykin, Norma, Meg Attwood and Jane Willis. 2013. "Supporting arts and health evaluation: report of a UK knowledge transfer partnership". *Journal of Applied Arts and Health* 4: 179-190. DOI:10.1386/JAAH.4.2.179_1

Daykin, Norma, Karen Gray, Mel McCree and Jane Willis. 2017a. "Creative and credible evaluation for arts, health and well-being: opportunities and challenges of co-production". *Arts and Health* 9:2, 123-138, DOI: 10.1080/17533015.2016.1206948

Daykin, Norma, Louise Mansfield, Annette Payne, Tess Kay, Catherine Meads, Gloria D'Innocenzo, Adele Burnett, Paul Dolan, Guy Julier, Louise Longworth, Alan Tomlinson, Stefano Testoni and Christina Victor. 2016. "What works for wellbeing in culture and sport? Report of a DELPHI process to support coproduction and establish principles and parameters of an evidence review". *Perspectives in Public Health* 137 (5): 281-288. 28-Oct 2016. DOI:10.1177/1757913916674038

Daykin, Norma, Louise Mansfield, Catherine Meads, Karen Gray, Alex Golding, Alan Tomlinson and Christina Victor. 2021. "The role of social capital in participatory arts for wellbeing: findings from a qualitative systematic review". *Arts and Health* 13 (2): 134-157. DOI:org/10.1080/17533015.2020.1802605

Daykin, Norma, Louise Mansfield, Catherine Meads, Guy Julier, Alan Tomlinson, Annette Payne and Christina Victor. 2018. "What works for wellbeing? A systematic review of wellbeing outcomes for music and singing in adults". *Perspect Public Health* 138(1): p. 39-46. doi.org/10.1177/1757913917740391

Daykin, Norma, Louise Mansfield and Christina Victor. 2021. "Singing and wellbeing across the lifecourse: Evidence from recent research". Rachel Heydon, Daisy Fancourt

and Annabel J. Cohen (eds). *The Routledge Companion to Interdisciplinary Studies in Singing, Volume III, Wellbeing*.

Daykin, Norma, Nick de Viggiani, N Yvonne Moriarty and Paul Pilkington. 2017b. "Music-making for health and wellbeing in youth justice settings: mediated affordances and the impact of context and social relations". *Sociology of Health and Illness* 39 (6): 941-958. doi.org/10.1111/1467-9566.12549

DeNora, Tia. 2000. *Music in everyday life*. Cambridge University Press. doi.org/10.1017/CBO9780511489433

DeNora, Tia. 2003. *After Adorno: Rethinking music sociology*. Cambridge: Cambridge University Press. doi.org/10.1017/CBO9780511489426.008

Elsden, Esme, Hei Wan Mak and Daisy Fancourt. 2021. "Longitudinal associations between frequency of engagement in leisure activities and health functioning: analyses from the 1970's British Cohort Study using the SF-36". Norma Daykin and Alex Coulter (eds). *Culture, Health and Wellbeing, International Conference 2021, CHW21, Research Proceedings*: 35-36. <https://www.ahsw.org.uk/wp-content/uploads/2021/07/CHW21-Conference-Research-Proceedings-June-2021-PDF.pdf>

Fancourt, Daisy. 2017. *Arts in Health. Designing and Researching Interventions*. Oxford: Oxford University Press. DOI:10.1093/oso/9780198792079.001.0001

Fancourt, Daisy, Henry Aughterson, Saoirse Finn, Emma Walker and Andrew Steptoe. 2021. "How do arts activities affect health? A review and multilevel theoretical framework of mechanisms of action using the lens of complex adaptive systems science". Norma Daykin and Alex Coulter (eds). *Culture, Health and Wellbeing, International Conference 2021, CHW21, Research Proceedings*: 37-40. <https://www.ahsw.org.uk/wp-content/uploads/2021/07/CHW21-Conference-Research-Proceedings-June-2021-PDF.pdf>

Fancourt, Daisy and Saoirse Finn. 2019. "What is the evidence on the role of arts in improving health and Wellbeing: A scoping review", *WHO Health Evidence Synthesis Report 67*. World Health Organisation Regional Office for Europe. <http://www.euro.who.int/en/publications/abstracts/what-is-the-evidence-on-the-role-of-the-arts-in-improving-health-and-well-being-a-scopingreview-2019>

Fortier, Julia Puebla and Alex Coulter. 2021. "Navigating power, resources and structural complexity in cross sectoral collaborations in arts, health and wellbeing". Norma Daykin and Alex Coulter (eds). *Culture, Health and Wellbeing, International Conference 2021, CHW21, Research Proceedings*: 44-47. <https://www.ahsw.org.uk/wp-content/uploads/2021/07/CHW21-Conference-Research-Proceedings-June-2021-PDF.pdf>

Gordon-Nesbitt, Rebecca. 2015. *Exploring the Longitudinal Relationship between Arts Engagement and Health*. Arts for Health, Manchester Metropolitan University. <https://longitudinalhealthbenefits.wordpress.com/>.

Jensen, Anita. 2020. Developing and evaluation guide for arts and health projects. *Nordic Journal of Arts, Culture and Health*. 2 (2): 154-157. DOI: <https://doi.org/10.18261/issn.2535-7913-2020-02-07>

Jensen, Anita. and Lars Ole Bonde. 2020. "An Arts on Prescription Programme: Perspectives of the Cultural Institutions". *Community Mental Health Journal*. 56. 10.1007/s10597-020-00591-x.

Jensen Anita, Theodore Stickley, Wenche Torrissen and Kjerstin Stigmar. 2017. "Arts on prescription in Scandinavia: a review of current practice and future possibilities". *Perspectives in Public Health* 137 (5):268-274. doi:10.1177/1757913916676853

Kelsey, Tom and Michael Kenney, M. 2021. *Townscapes: 7. The Value of Social Infrastructure*. The Bennett Institute for Public Policy. University of Cambridge. https://www.bennettinstitute.cam.ac.uk/media/uploads/files/Townscapes_The_value_of_infrastructure.pdf.

Mansfield, Louise, Norma Daykin, Catherine Meads, Alan Tomlinson, Karen Gray, Alex Golding and Christina Victor. 2020. *Qualitative evidence review of place and space, intangible assets and volunteering and participatory arts and sport or physical activity for enhancing wellbeing or alleviating loneliness across the adult lifecourse (16+ years)*. London: What Works Centre for Wellbeing. <https://whatworkswellbeing.org/resources/place-space-wellbeing-loneliness-art-sport-culture/>.

Mansfield, Louise, Norma Daykin, Catherine Meads, Alan Tomlinson, Karen Gray, Jack Lane and Christina Victor. 2019. *A conceptual review of loneliness across the adult life course (16+ years)*. London: What Works for Wellbeing Centre. <https://whatworkswellbeing.org/product/loneliness-conceptual-review/>.

Mak, Hei Wan, Meg Fluharty and Daisy Fancourt. 2021. "Predictors and impact of arts engagement during the COVID-19 pandemic: analyses of data from 19,384 adults in the COVID-19 Social Study". Norma Daykin and Alex Coulter (eds). *Culture, Health and Wellbeing, International Conference 2021, CHW21, Research Proceedings*: 94-97. <https://www.ahsw.org.uk/wp-content/uploads/2021/07/CHW21-Conference-Research-Proceedings-June-2021-PDF.pdf>

Matarasso, Francois. 1997. *Use or Ornament? The social impact of participation in the arts*. Comedia: Stroud. ISBN: 9781873667576

McCrary, J. Matt and Eckart Altenmüller. 2021. "Are culturally vibrant communities healthier? Relationships between performing arts activity and public health outcomes in the 500 largest US cities". Norma Daykin and Alex Coulter (eds). *Culture, Health and Wellbeing, International Conference 2021, CHW21, Research Proceedings*: 104-106. <https://www.ahsw.org.uk/wp-content/uploads/2021/07/CHW21-Conference-Research-Proceedings-June-2021-PDF.pdf>

Mowlah, Andrew., Vivien Niblett, Jonathan Blackburn and Marie Harris. 2014. *The value of arts and culture to people and society*. Manchester: Arts Council England. <https://www.artscouncil.org.uk/publication/value-arts-and-culture-people-and-society>

Mughal, Rabya, Linda Thomson, Norma Daykin and Helen Chatterjee. 2021. "Rapid evidence review of community engagement in the UK During the COVID-19 pandemic: How can community assets redress health inequities?". *BMC Public Health, Preprint*. <https://10.21203/rs.3.rs-569641/v1>

Skingley, Ann, Hilary Bungay and Stephen Clift. 2012. "Researching participatory arts, well-being and health: Some methodological issues". *Journal of Arts & Communities* 3(1): 73-87. doi.org/10.1386/jaac.3.1.73_1

Staricoff, Rosalia. 2004. *Arts in health: A review of the medical literature*. London: Arts Council England. www.artscouncil.org.uk/publication_archive/arts-in-health-a-review-of-the-medical-literature.

Staricoff, Rosalia and Stephen Clift. 2011. *Arts and Music in Healthcare: An overview of the medical literature: 2004–2011*. London: Chelsea and Westminster Health Charity, Sidney de Haan Research Centre for Arts and Health, Canterbury Christ Church University <https://www.artshealthresources.org.uk/docs/arts-and-music-in-healthcare-an-overview-of-medical-literature-2004-2011/>.

Strohmaier, Sarah, Karl Homans, Sabina Hulbert, Sebastian Crutch, Emilie Brotherhood, Emma Harding and Paul Camic. (2021). Arts-based interventions for people living with dementia: Measuring 'in the moment' wellbeing with the Canterbury Wellbeing Scales. Wellcome Open Research. 6. 59. 10.12688/wellcomeopenres.16596.1.

Swan, Peter and Sarah Atkinson. 2012. "Managing evaluation: A community arts organisation's perspective". *Arts & health* 4(3): 217-229. DOI: 10.1080/17533015.2012.665372

Victor, Christina, Louise Mansfield, Tess Kay, Norma Daykin, Jack Lane, Lily Grigsby Duffy, Alan Tomlinson and Catherine Meads. 2018. *An Overview of reviews: the effectiveness of interventions to address loneliness at all stages of the life course*. Culture, Sport and Wellbeing Evidence Review Programme. London: What Works for Wellbeing Centre. <https://whatworkswellbeing.org/product/tackling-loneliness-full-review/>.

White, Mike. 2009. *A social tonic: The development of arts in community health*. Oxford: Radcliffe. DOI: 10.7748/ns2010.04.24.33.30.b104620192

Hanna Pohjola

Tanssi, sisäinen tarina ja sairausnarratiivit

Monitieteisen terveys- ja hyvinvointitutkimuksen dosentti, tanssitaiteen tohtori, tanssipedagogi, terveystieteiden maisteri (liikuntalääketiede) ja fysioterapeutti Hanna Pohjola (hanna.pohjola@uef.fi) työskentelee Koneen Säätiön rahoittamana apurahatutkijana ja yliopistontutkijana Itä-Suomen yliopistossa. Pohjolan koulutus-, työ- ja tutkimustaustassa keskeistä on taide ja monitieteisyys, joiden kautta kurotetaan kohti laajempaa ja kokonaisvaltaisempaa näkemystä hyvinvoinnista.

Tanssi, sisäinen tarina ja sairausnarratiivit

Hanna Pohjola

.....

Ihminen ankkuroituu elämään kerronnallisuuden kautta erilaisia tarinoita kertoen ja niitä kuunnellen.¹ Tarinoiden kertominen onkin ikivanha tapa hahmottaa paikkaansa maailmassa ja yhteiskunnassa, joka koostuu laajasta tarinavarannosta: esimerkiksi tarinoina elämänkaaren kulusta tai kulttuurissa vallitsevista säännöistä ja normeista. Tällöin narraatiot jäsentävät samalla yksilön ymmärrystä kulttuurista, mutta myös sitä miten ihminen ymmärtää maailman. Näiden kahden narratiivin, yksityisen ja julkisen, muodostamasta eräänlaisesta dialogista muotoutuu oma ainutlaatuinen suhteensa kerronnallisuuteen: jokaisella on oma (elämäkerrallinen) tarina kerrottavanaan.

Eri taiteenmuodoilla on paikkansa ja merkityksensä kerronnallisuudessa: taiteet erityisesti mahdollistavat luovuuden ja tunteiden ilmaisun, joiden avulla voi kurottautua kohti sitä mikä on aidosti merkityksellistä. Tässä artikkelissa tarkastelen musiikkia ja tanssia ruumiillisena tapana tutkia maailmaa liikkeen kautta elämän murroskohdassa, vakavan sairauden kohdatessa. Lähestyn tanssia ja sen merkitystä sairausnarratiiveissa sisäisen tarinan käsitteen avulla. Tällöin tanssi näyttäytyy yleismaailmallisesti yhteisenä vuorovaikutuksen tasona, joka kietoo yksityiset ja julkiset kertomukset sanattomasti tarinalliseen kiertokulkuun.

1 Latinankielisestä etymologiasta voidaan hahmottaa kerronnallisuuden kommunikatiivinen pyrkimys, jossa on subjekti ja objekti: kertoja ja yleisö yhdessä tarinan äärellä. Latinan kielien substantiivi *narratio* tarkoittaa kertomusta tai selostusta ja *narrator* kertojaa. Verbi *narro* tarkoittaa puolestaan kertomista, ilmoittamista, puhumista tai sanomista: englannin kielessä nämä kantasanat ovat muuttuneet substantiiveiksi *narrative* ja verbiksi *narrate* (Salmi ja Linkomies 1967, 188; Heikkinen 2007, 142). Suomeksi narraation ja narratiivisuuden voi kääntää kertomukseksi, kerronnallisuudeksi ja tarinallisuudeksi. Usein narraation (ja narratiivin) rinnalla nähdään myös tarinan käsite. Tässä artikkelissa käytän kertomuksen ja tarinan käsitteitä synonyymeinä.

Kun elämä yllättää: sisäinen tarina elämänmurtumisissa

Sairastuminen tai vammautuminen on usein odottamaton ja yllättävä käännekohta, joka voi muuttaa elämänkulun suuntaa. Sairastuessaan ihminen astuu tai joutuu astumaan hetkeksi sivuun siitä, mitä pidetään niin sanottuna tavallisena elämänä (Frank 1995; Hänninen 1999). Tätä voidaan pitää elämäkerronnallisesti eräänlaisena katkoksenä tai käännekohtana elämän polulla. Kun tämä ”suunnan menettämisen” kokemus jäsentyy (Frank 1991a; 1991b; 1995), tulee odottamattomasta kokemuksesta jälleen osa elämänpolkua, kertomus kertomusten joukossa.

Tämä sairauskertomus ei kuitenkaan rakennu tyhjiössä, vaan se on suhteessa ympäristöönsä: aikaan, paikkaan ja sosiaalisiin rakenteisiin. Kertomukset siis ikään kuin sopeutuvat ja yhdistyvät kertomusmuotoihin, jotka ovat kulttuurissa saatavilla (Frank 1995, 75). Sosiologi Arthur Frankin (1995) mukaan sairausnarratiivit ilmenevät usein kolmenlaisina kertomisen muotoina: ennalleen palaamis- (engl. *restitution*), kaaos- (engl. *chaos*) ja etsintäkerronnallisuutena (engl. *quest*). Yleisin näistä länsimaisessa yhteiskunnassa on ennalleen palaamisen kertomus (Frank 1995, 85–88; Sparkes 1998, 651), jossa ensisijaisena tavoitteena on palautua sairautta edeltäneeseen tilaan. Kaaoskertomuksen ydin on taas koherenssin puuttuminen ja kausaalittomuus: kaaoskertomusta on vaikea ymmärtää. Etsintäkertomus taas mahdollistaa puolestaan vaihtoehdoisen tavan olla sairas, ja narratiivina se esittää sairastuneen vastuullisena toimijana, joka on kokemuksen todistaja: tällöin kertojan ääni on etualalla (Frank 1995, 115–117).

Huomionarvoista on, että Frankin sairauskertomusmuodot voivat olla paradoksaalisia ja haasteellisia erityisesti vakavasti sairastuneelle: ennalleen toipuminen ei ole välttämättä mahdollista tai sairaus voi olla luonteeltaan etenevää (Frank 1998, 200–201; Thomas-MacLean 2004). Sairastumisen jäsentäminen voi olla myös vaikeaa, jopa mahdotonta, kaoottisessa ja näköalattomassa tilanteessa. Lisäksi sairastunut ei välttämättä löydä kuulijaa kertomukselleen tai hän voi kokea sisäistä ristiriitaa siitä, että henkilökohtaisesti koettu ei sovi valtanarratiiveihin. Myös sairauden aiheuttamat fyysisen toimintakyvyn rajoitukset, kuten esimerkiksi afasia, jonka oireita ovat muiden muassa erilaiset puheen tuottamiseen ja ymmärtämiseen, lukemiseen sekä kirjoittamiseen liittyvät vaikeudet, tuovat haasteita sairausnarratiivin kielelliselle jäsentämiselle. Tällöin taiteet ovat tulkintani mukaan merkittävässä roolissa ei-kielellisinä kokemuksina, jolloin ne mahdollistavat sairauskertomuksen kokemuksellisesti ilman sanoja.

Emeritaprofessori ja sosiaalipsykologi Vilma Hänninen (1999) erottelee kolme kerronnallisuuteen liittyvää käsitettä, jotka ovat vuorovaikutussuh-

teessa toisiinsa narratiivisen kiertokulun mallissa: sisäinen eli koettu tarina², kertomus eli kerrottu tarina ja draama eli hetkessä tapahtuva toiminnallinen prosessi. Näistä sisäinen tarina näyttäytyy Hännisen (1999, 14, 58) mukaan elämäntilanteen, -tapahtumien ja -muutosten tulkkina. Painopiste on mielen sisäisessä maailmassa. Tällöin se on ikään kuin sisäinen jäsenetty kokemus, jonka avulla yksilö tulkitsee, paitsi elämänsä tapahtumia, myös situaationsa tarjoamia mahdollisuuksia ja rajoja sosiaalisesta tarinavarannosta omaksumiensa tarinallisten mallien avulla. Kertomus eli kerrottu tarina puolestaan mahdollistuu intersubjektiivisesti. Sisäisen tarinan ytimessä on siis kokijuus, kerrotussa tarinassa puolestaan korostuu kertoja ja yleisö. Tällöin kertomus on ihmisen itsestään toisille kertoma tarina. Draaman käsitteellä Hänninen viittaa itse elävään elämään, toiminnalliseen prosessiin, jossa ihmiset pyrkivät toteuttamaan sisäisessä tarinassaan muodostamia tarinallisia projekteja. (ibid.) Narratiivisen kiertokulun mallissa nämä eri käsitteet ovat toisiinsa suhteessa.

Elämänmurroksissa kuten sairausnarratiiveissa, korostuu tulkintani mukaan tarinan sisäinen merkityksellisyys, joka Hännistä (1999) mukaillen ohjaa ihmisen elämää ja toimintaa ja voi näin lisätä kokijan toimijuutta ja itsepystyvyyttä (ks. lisää esim. Bandura 1995). Sisäisten tarinoiden avulla voidaan tuottaa arvokasta kokemusperäistä ymmärrystä ja tietoa siitä, milaista arki sairauden kanssa on. Tässä kohden sisäisen tarinan käsite lähestyy tarinallista lähestymistapaa kuntoutustyössä (ks. esim. Heikkinen 2007; Hänninen 2021), jossa kuntoutus voidaan nähdä toimintana, joka tukee kuntoutujan pyrkimyksiä luoda arvokkaaksi kokemiaan tarinoita ja toteut-

2 Sisäisen tarinan voi edelleen jakaa kolmeen tasoon. Näistä ensimmäinen viittaa kokemukseen, jossa elämä alun perin näyttäytyy tulkittuna tietyllä tavalla, ikään kuin alustavana tarina. Toisessa tasossa kyseessä on reflektiivinen sisäinen tarina, ”itselle kerrottu” ja kielellisesti artikuloitunut muoto. Tällöin esimerkiksi rutiininomaiset merkityksenannot voivat olla ongelmallisia tai vaativat vielä pohdintaa. Kolmas taso on puolestaan metareflectio, jossa tietoisesti eritellään sisäistä tarinaa tietoisena siitä, että se on tarina. (Hänninen 2021)

taa niitä, vaikka siihen ei ensisijaisesti pyrittäisikään.³ Sisäisesti syntynyt ja lopulta kenties jaettu tarina voi tulla myös osaksi laajempaa tarinavarantoa. Kerronnallisuudella ihminen voi saada aikaan siten myös sosiaalisia vaikutuksia, jakaa kokemuksiaan, saada jäsenyyksilleen sosiaalista vahvistusta sekä reflektoida kokemustaan. Tällöin kertomus siirtyy sosiaaliseen tarinaja kertomusvarantoon kuulijoiden resurssiksi. Näin ollen tämä intersubjektiivisesti jaetun kertomuksen sosiaalinen vaikutus ei ulotu ainoastaan kertojaan, vaan myös kuulijaan ja mahdollisesti edelleen takaisin kertojaan. (Hänninen 1999, 22, 131) Tästä on tarinallisessa kiertokulussa parhaimmillaan kysymys. Yksilön tason mahdollisten vaikutusten ohella sisäinen tarina jaettuna kertomuksena voi siis tuottaa uudenlaisia sairausnarratiiveja ja luoda uudenlaisen metodisen ja lääketieteellistä kuntoutusta täydentävän tavan lähestyä sairauksia ja niiden hoitoa.

Tanssi ja sisäinen tarina

Tanssia ja musiikkia pidetään lupaavina lääketieteellistä hoitoa täydentävinä kuntoutusmenetelminä ja niiden vaikutuksia erilaisten sairauksien hoidossa on tutkittu ahkerasti: sekä tanssin että musiikin tutkimusinterventioissa on todettu samankaltaisia fyysisiä, kognitiivisia, sosiaalisia ja psykologisia vaikutuksia osallistujien terveyteen (ks. esim. Fancourt ja Finn 2019; Sheppard ja Broughton 2020; McCrary, Redding ja Altenmüller 2021).

Viime vuosina kiinnostuksen kohteena on ollut erityisesti tanssimisen ja musiikin aikaansaamat neuroplastiset rakenteelliset muutokset aivoissa, sillä tanssiminen ja musiikki yhdessä eivät lisää vain fyysistä toimintakykyä, vaan harjoittavat myös monipuolisesti aivoja. Tällöin muiden muassa muisti, toiminnan suunnittelu, avaruudellinen hahmottamiskyky, mukautuvuus (eli plastisiteetti), neurogeneesi (eli hermosolujen synty) ja keskittymiskyky lisääntyvät (ks. esim. Alpert 2011; Demers ja McKinley 2015; Lossing, Moore ja Zuhl 2017). Jopa tanssimisen katsominen aktivoi aivoissa laajoja alueita

³ Hannu Heikkisen mukaan narratiivisuuden käsitteen voi erityisesti kohdentaa neljään käytännön ulottuvuuteen. Ensinnäkin narratiivin voi nähdä tiedon prosessina, jolloin se orientoituu tietämisen tapaan ja tiedon luonteeseen. Tällöin se on usein liitetty ajatukseen konstruktivistisesta tutkimusotteesta. Toiseksi kerronnallisuus voi kuvata tutkimusaineiston luonnetta, tutkimuksen materiaalia ja aineiston laatua. Se voi olla myös tutkimuksessa aineiston analyysitapa. Lisäksi kerronnallisuutta voi soveltaa narratiivisessa terapiassa. (Heikkinen 2007, 144–152) Tällöin asiakasta voidaan ohjata irrottautumaan vanhasta, ongelmia tuottavasta tarinasta ja luomaan uusi, tyydyttävämpi ja toiveikkuutta herättävämpi sisäinen tarina, jolla esimerkiksi elämäkerronnallinen katkos kuten sairaus voidaan tuoda osaksi elämäntarinaa (Hänninen 1999).

(ks. esim. Jang ja Pollick 2011). On myös esitetty, että tanssiessa tanssijan ja tanssijoiden välinen aivojen synkroniteetti lisääntyy (Basso, Satyal ja Rugh 2021). Tällöin esimerkiksi kahden tanssijan tanssista tulee jaettu kokemus.

Fyysisen toimintakyvyn ja neuraalisten muutosten ohella tutkimuksellinen mielenkiinto on kohdentunut tanssin sosiaalisiin ja erityisesti (sosiaali) psykologisiin vaikutuksiin: lisääntyneeseen resilienssiin, psykologiseen joustavuuteen, toimijuuteen ja itsepystyvyyteen sekä kohentuneeseen identiteettiin ja itsetuntoon (ks. esim. Bar, Czamanski-Cohen ja Federman 2021; Chappell et al. 2021). Tanssillisen kuntoutuksen etuina on korostettu erityisesti kokonaisvaltaista kokemusta, kehollisuutta, tunnetason ja kognition integraatiota sekä luovaa liikkumista (Matinheikki-Kokko et al. 2016). Samankaltaisia tutkimustuloksia lisääntyneestä toimijuudesta ja itsepystyvyydestä tanssi-interventiassa on raportoitu esimerkiksi masennuksen ja kroonisen kivun kokemisessa ja niiden hoidossa (mm. Shim et al. 2017; Majore-Dusele, Karkou ja Millere 2021). Taustalta löytyy useita psykologisia tekijöitä kuten esimerkiksi tietoisuustaitojen, kehotietoisuuden, itsesäätelyn, hyväksynnän, epämukavuuden sietokyvyn ja rentoutumisen lisääntyminen sekä koettu merkityksellisyys ja luova prosessointi turvallisessa (terapia)ympäristössä (Majore-Dusele, Karkou ja Millere 2021). Tätä psykologista ulottuvuutta on helppo lähestyä ja soveltaa myös sairausnarratiiveissa.

Tutkimusten mukaan tanssimalla voi siis vaikuttaa omaan arkeen, sairauden kokemiseen ja toimintamahdollisuuksiin (Matinheikki-Kokko et al. 2016; Pohjola et al. 2019; Chappell et al. 2021). Tämä on tulkintani mukaan kiinteässä yhteydessä Hännisen (1999) käsitteeseen sisäisestä tarinasta, joka voi olla merkityksellistä erityisesti kahdella tapaa: keinona jäsentää ja tuoda esiin sairauden kokemusta sekä mahdollisuutena suuntautua tulevaisuuteen. Neurotieteen professori Antonio Damasio (1999, 185) toteaa, että kehollisen läsnäolon kautta keholliset tunteukset on mahdollista nostaa tajunnan piiriin, sen ei-kielelliseksi sisällöksi. Kun ei-kielellinen kokemus tulee tajuntamme sisällöksi, se voi myös muuntua kielelliseen muotoon. Professori Eeva Anttila (2009, 88) täydentää Damasiota mukaillen, että tämä ”yhteys kehollisten kokemusten ja kielen muotoon rakentuvien reflektioiden välillä on suora, välitön ja vaivaton. Tanssijoilla näyttäisi olevan erityinen taito tunnistaa ja tulkita kehollisia kokemuksiaan ja antaa niille syvällisiä ja monitasoisia merkityksiä”. Sisäisen tarinankerronnan kannalta tämä on merkittävää, sillä tanssiessa voidaan tuoda läsnä oleviksi ne asiat, joita ei ole halunnut, kyennyt tai voinut kohdata aiemmin. Kyseessä on siis henkilökohtainen kokemus, jolloin ei ole olemassa yhtä ja oikeaa tulkintaa, vaan tulkinta riippuu aina kokijasta. Merkityksellistä on etenkin se, että tanssiessa voimme ikään kuin asuttaa kehomme uudelleen: tutkia mah-

dollisesti sairauden myötä muuntunutta tai muuttuvaa kehoa kehittyneen kehotietoisuuden avulla. Kokemus fyysisestä toimintakyvyn rajoituksesta voi siis muuttua tanssiessa kokemukseksi kehon kykyisyydestä. (Pohjola et al. 2019.) Esimerkiksi Parkinsonin tautia sairastavien henkilöiden tanssi-interventioissa tanssin on todettu kehittävän, paitsi fyysistä aktiivisuutta, kävelyä ja tasapainoa, myös lisäävän elämänlaatua (ks. esim. Patterson et al. 2018), mutta ennen kaikkea demedikalisoivan: tällöin sairauden mahdollinen leima ja lääketieteellinen hoito eivät määrittele yksilöä, vaan osallistuja on ennen kaikkea ihminen, tanssija (Butt 2017).

Alasdair MacIntyren (1985) mukaan kertomuksia ei kerrota vain retrospektiivisesti, vaan niitä myös eletään. Tällöin ne mahdollisesti suuntaavat tulevaisuutta. Esimerkiksi psykologiassa ajatus ihmisestä tulevaisuuteen suuntautuvana toimijana pikemmin kuin menneisyytensä ohjaamana olentona on viime vuosikymmeninä vahvistunut. Tulevaisuuden visioiden tutkimuksessa kiinnostus ei usein ole niinkään tulevaisuudessa ja sen ennustamisessa, vaan siinä miten tulevaisuutta koskevat näyt ovat läsnä nykyhetkessä: tällöin ne voivat suunnata toimintaa, motivoida ja herättää toivoa. (Hänninen et al. 2021, 133) Näin ollen tanssijan kokema ja tuottama sisäinen tarina voi muuttua ja muuntaa, antaa suunnan elämälle. Tanssimisen kautta mahdollistuva sisäinen tarina kyseenalaistaa tarinallisen ajankulun sekä position ja näin jakaa viime vuosikymmenen aikana eri alojen tutkijoiden kiinnostuksen tulevaisuuden tutkimiseen. Anttilaa (2009, 88) mukaillen tanssiessa ”yksittäinen havainto tai tuntemus saattaa laukaista assosiativisen ketjun, jossa mennyt, nykyinen ja tuleva liittyvät yhteen ja jossa inhimillisen olemassaolon monet kysymykset kietoutuvat monisäikeiseksi merkitysytte-yksiksi”. Tanssin moniaistisuus juurruttaa tähän hetkeen, mutta mahdollistaa ajassa ja situaatiossa liikkumisen luovalla tavalla. Tarinoiden maailma on siis myös mahdollisuuksien maailma.

Damasion mainitsema ei-kielellisen tasolla tapahtuva kehollinen läsnäolo tanssiessa voi mahdollistaa myös niin sanottujen rikkoutuneiden narratiivien kokemisen ja myöhemmin myös niiden kertomisen. Nämä rikkoutuneet narratiivit ovat yleisiä etenkin sairausnarratiiveissa, jos sairaus vaikuttaa esimerkiksi kognitiiviseen tai motoriseen toimintakykyyn (Hydén ja Brockmeier 2008; Pohjola 2020). Tällöin tanssimisen ytimessä ei ole ”juonellistettu” ja koherentti tarina, vaan aistiminen ja kokemuksellisuus. Sisäistä tarinaansa tanssivan ei silloin tarvitse täyttää mitään ulkoisia raameja, vaan voi ja saa olla itselleen rehellinen: kokea ja tuntea sen mikä kyseisessä hetkessä on tärkeää. Kokemukseni mukaan tässä sisäisen tarinan hetkessä on läsnä myös ääretön ja sanaton: taiteen kosketus pyhyteen ja paradoksit, jotka vapauttavat. Tässä ohikiitävässä hetkessä soittajasta tulee

musiikki, tanssijasta tulee tanssi. Ei ole eroa näkyvän ja näkymättömän välillä. Kokemus ylittää sanat ja ulottuu sinne, minne sanat eivät voi ylittää.

Tanssin merkitystodellisuus ja yhdessä jaetut sisäiset tarinat

Taiteet (kuten esimerkiksi musiikki ja tanssi tässä artikkelissa) ovat esteettisiä kokemuksia, jotka ”asuvat” kehossa tällä Damasion mainitsemalla pre-reflektiivisellä tietoisuuden tasolla. Esimerkiksi aivotutkija ja psykologian professori Lauri Nummenmaa on osoittanut useissa tutkimuksissaan tunteiden kehollisuuden (ks. esim. Nummenmaa et al. 2014). Nummenmaa toteaa, että ”taide tuntuu kehossa voimakkaasti. Taiteen herättämät tunteet tuntuvat kehossa kuten muutkin tunteet. Kun taide herättää pelkoa, vihaa, inhoa, liikutusta, hämmennystä tai koskettavuutta, kullakin tunteella on oma paikkansa kehon tunnekartassa” (Peltonen 2021). Kun taiteen kontaktipintana ovat omat kehollistuneet elämäkokemukset ja tunteet, on kyseessä mielestäni syvä ja rikas merkitystodellisuus, jolla on yleismaailmallinen resonanssi. Narratiivisessa viitekehyksessä tanssin voikin tulkita olevan universaali kieli, joka mahdollistaa yhteyden itseemme ja toisiimme, sanattomasti. Tanssimisen avulla ihmiset kertovat tarinoita itselleen ja toisilleen: tanssiva keho on ennen kaikkea tarinankertoja. Etelä-afrikkalainen tanssitaiteilija ja näyttelijä Gregory Vuyani Maqoma (Tanssin tiedotuskeskus 2020) kiteyttää vuoden 2020 tanssinpäiväjulistuksessaan oivallisesti, mistä tässä tanssin mahdollistamassa ontologisessa yhteydessä on kyse: ”Kun tanssimme kehoillamme, liikehdimme tilassa ja kosketamme toisiamme, syntyy liikettä luovien sydänten voimaa. Se koskettaa sieluja ja välittää parantavaa energiaa, jolle on huutava tarve kaikkialla”.

Tanssiessa voi ja saa asettua rehellisesti kokemuksensa äärelle hyväksyvästi ja kunnioittavasti. Tanssi sallii ajatukset, tunteet ja toiminnan kehon kautta. Se lisää tunneälyä, kehontuntemusta ja kehotietoisuutta sekä mahdollistaa pysähtymisen olemisen äärelle, jossa saa ja voi olla kokonainen ja keskeneräinen. Tanssi on itsessä ja toisessa olevan erityisyyden kunnioittamista, se on silta itsen ja toiseen, inhimillisyyden lähteelle. Tanssi koetuna taidemuotona herättää elämään kaikilla aisteilla. Tanssissa on leikin hulluttelun mahdollisuus, ja siinä voi kokea sekä jakaa harmaanraskaat tunteet, kun sanoja ei ole tai sanoilla ei kokemukseen asti voi kurottaa. Tanssiessa olemme lohdullisesti yksin ja yhdessä. (Pohjola 2019.) Itselleni tanssi mahdollistaakin juuri syvimmän dialogin ja kosketuksen omaan olemisen tapaan jäsentää maailmaa itsessäni ja ympärilläni. Tanssin sisältämä liike on ainutlaatuinen ja alati muuttuva olemukseltaan; ajattomuuden

värittävässä hetkessä se on kaikkien aistien riemuvoitto. Se on kuin seitin ohuen ohutta verkkoa, joka rikkoutuu helposti ja katoaa palaamatta entiselleen. Koti, jossa ruumis ja mieli ovat yhtä. (Pohjola 2012, 9.)

Lähteet

- Alpert, Patricia. 2011. "The Health Benefits of Dance". *Home Health Care Management & Practice* 23 (2): 155–157. <https://doi.org/10.1177/1084822310384689>.
- Anttila, Eeva. 2009. "Mitä tanssija tietää? Kehollinen tieto ajattelun ja oppimisen perustana". *Aikuiskasvatus* 29 (2): 84–92.
- Bandura, Albert. 1995. *Self-efficacy in changing societies*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Bar, Anat, Johanna Czamanski-Cohen ja Judith Dita Federman. 2021. "I Feel Like I Am Flying and Full of Life: Contemporary Dance for Parkinson's Patients". *Frontiers in Psychology* 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.623721>
- Basso, Julia, Medha Satyal ja Rachel Rugh. 2021. "Dance on the Brain: Enhancing Intra- and Inter-Brain Synchrony". *Frontiers in Human Neuroscience* 14. <https://doi.org/10.3389/fnhum.2020.584312>
- Butt, Carrie. 2017. "Move Your Arm Like a Swan: Dance for PD Demedicalizes Parkinson Disease". *JAMA* 317 (4): 342–343. <https://doi.org/10.1001/jama.2016.21033>
- Chappell, Kerry, Emma Redding, Ursula Crickmay, Rebecca Stancliffe, Veronica Jobbins ja Sue Smith. 2021. "The aesthetic, artistic and creative contributions of dance for health and wellbeing across the lifecourse: a systematic review". *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-being* 16(1). <https://doi.org/10.1080/17482631.2021.1950891>
- Damasio, Antonia. 1999. *The feeling of what happens: Body and emotion in the making of consciousness*. New York: Harcourt Brace & Company.
- Demers, Marika ja Patricia McKinley. 2015. "Feasibility of Delivering a Dance Intervention for SubAcute Stroke in a Rehabilitation Hospital Setting". *International Journal of Environmental Research and Public Health* 12 (3): 3120–3132. <https://doi.org/10.3390/ijerph120303120>
- Fancourt, Daisy ja Saoirse Finn. 2019. "What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being? A scoping review". WHO Regional Office for Europe, Health Evidence Network (HEN) synthesis report 67. Tark. 25.10.2021. <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/329834/9789289054553-eng.pdf>.
- Frank, Arthur. 1991a. *At the Will of the Body. Reflections on Illness*. Boston: Houghton Mifflin.
- Frank, Arthur. 1991b. "For Sociology of the Body. An Analytical Review". Teoksessa

The Body. Social Process and Cultural Theory, toim. Mike Featherstone, Mike Hepworth ja Bryan Turner, 36–102. London: Sage.

Frank, Arthur. 1995. *The Wounded Storyteller. Body, Illness and Ethics*. Chicago: The University of Chicago.

Frank, Arthur. 1998. "Just listening. Narrative and deep illness". *Families, Systems, & Health* 16(3), 197–212. <https://doi.org/10.1037/h0089849>

Heikkinen, Hannu. 2007. "Narratiivinen tutkimus – todellisuus kertomuksena". Teoksessa Juhani Aaltola ja Raine Valli (toim.): *Ikkunoita tutkimusmetodeihin II: Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin*, 142–158. Jyväskylä: PS-kustannus.

Hydén, Lars-Christer ja Jens Brockmeier. 2008. *Health, illness and culture: broken narratives*. New York: Routledge.

Hänninen, Vilma. 1999. *Sisäinen tarina, elämä ja muutos*. Väitöskirja. Acta Universitatis Tampereensis 696. Tampereen yliopisto; Tampere.

Hänninen, Vilma. 2021. "Minuus ja elämänkulku. Sisäinen tarina, elämä ja muutos". Tark. 25.10.2021. <https://www.studocu.com/fi/document/ita-suomen-yliopisto/minuus-ja-elamankulku/mie-hanninen-tiivistelma-sisainen-tarina-elama-ja-muutos/5673909>.

Hänninen, Vilma, Hanna Pohjola, Merja Tarvainen, Johanna Hätilä, Heidi Korhonen, Helena Rovamo ja Anneke Sools. 2021. "Kirje tulevaisuudesta -menetelmä". Teoksessa Sanna Rynänen ja Anni Rannikko (toim.): *Tutkiva mielikuvitus. Luovat, osallistuvat ja toiminnalliset tutkimusmenetelmät yhteiskuntatieteissä*, 132–153. Helsinki: Gaudeamus.

Jang, Seon Hee ja Frank E. Pollick. 2011. "Experience Influences Brain Mechanisms of Watching Dance". *Dance Research: The Journal of the Society for Dance Research* 29, 352–377. <http://www.jstor.org/stable/dancresejsocidan.29.352>.

Lossing, Ana, Mary Moore ja Micah Zuhl. 2017. "Dance as a treatment for neurological disorders". *Body, Movement and Dance in Psychotherapy* 12 (3): 170–184. <https://doi.org/10.1080/17432979.2016.1260055>.

Majore-Dusele Indra, Vicky Karkou ja Inga Millere. 2021. "The Development of Mindful-Based Dance Movement Therapy Intervention for Chronic Pain: A Pilot Study With Chronic Headache Patients". *Frontiers in Psychology* 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.587923>.

Matinheikki-Kokko, Kaija, Ulla Härkönen, Minna Muhonen ja Salla Sipari. 2016. "Tanssi- ja liiketerapia kuntoutuksena: Kuntoutuksen vaikutukset ja hyödyt kirjallisuuskatsauksen, asiakaskokemusten ja ammattilaisten kokemusten valossa". Kela, Työpapereita 99. Tark. 25.10.2021. <https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/164471/Tyopapereita99.pdf?sequence=1>.

MacIntyre, Alasdair. 1985. *After Virtue: A Study on Moral Theory*. London: Duckworth.

McCrary Matt, Emma Redding ja Eckart Altenmüller. 2021. "Performing arts as a health resource? An umbrella review of the health impacts of music and dance participation". *PLoS ONE* 16(6): e0252956. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0252956>.

Nummenmaa Lauri, Enrico Glerean, Riitta Hari ja Jari K. Hietanen. 2014. "Bodily maps of emotions". *Proceedings of the National Academy of Sciences* 111 (2): 646–651. <https://doi.org/10.1073/pnas.1321664111>.

Patterson, Kara, Jennifer Wong, Eric Prout ja Dina Brooks. 2018. "Dance for the rehabilitation of balance and gait in adults with neurological conditions other than Parkinson's disease: A systematic review". *Heliyon* 4 (3):e00584. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2018.e00584>.

Peltonen, Leeni. 2021. "Kuukauden vieras Lauri Nummenmaa: Taide herättää eloon koko tunnekartan". Tark. 25.10.2021. <https://ateneum.fi/kuukauden-vieras/lauri-nummen-maa-taide-herattaa-eloon-koko-tunnekartan/>.

Pohjola, Hanna. 2012. *Toinen iho. Uransa loukkaantumiseen päättäneen nykytanssijan identiteetti*. Väitöskirja. Acta Scenica 29. Teatterikorkeakoulu, Helsinki.

Pohjola, Hanna, Paavo Vartiainen, Pasi Karjalainen ja Vilma Hänninen. 2019. "The potential of dance art in the recovery from a stroke: a case study". *Nordic Journal of Dance* 10 (1+2): 32–43. [https://www.nordicjournalofdance.com/volume10\(1+2\).html](https://www.nordicjournalofdance.com/volume10(1+2).html).

Pohjola, Hanna. 2019. "Tanssiminen neurologisen kuntoutuksen tukena". *Liitos* (3): 22–23.

Pohjola, Hanna. 2020. "Acquired disability in young women: a challenge for identity?". *Journal of Youth Studies* 23 (2): 127–139. <https://doi.org/10.1080/13676261.2018.1529864>.

Salmi, J.W ja Edwin Linkomies. 1976. *Latinalais-suomalainen sanakirja*. Helsinki: Otava.

Sheppard, Alexa ja Mary Broughton. 2020. "Promoting wellbeing and health through active participation in music and dance: a systematic review". *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-being* 15(1). <https://doi.org/10.1080/17482631.2020.1732526>.

Shim, Minjung, R. Burke Johnson, Susan Gasson, Sherry Goodill, Richard Jermyn ja Joke Bradt. 2017. "A Model of Dance/Movement Therapy for Resilience-Building in People Living with Chronic Pain". *European Journal of Integrative Medicine*. 9: 27–40. <https://doi.org/10.1016/j.eujim.2017.01.011>.

Sparkes, Andrew. 1998. "Athletic identity. An Achilles' heel to the survival of self". *Qualitative Health Research* 8:5, 644–664. <https://doi.org/10.1177/104973239800800506>.

Tanssin tiedotuskeskus. 2020. "Kansainvälisen tanssin päivän julistus 2020". Tark. 2.12.2020. <https://www.danceinfo.fi/ilmoitustaulu/kansainvalisen-tanssin-paivan-julistus-2020/>.

Thomas-MacLean, Roanne. 2004. "Understanding breast cancer stories via Frank's narrative types". *Social Science and Medicine* 58(9), 1647–1657. [https://doi.org/10.1016/S0277-9536\(03\)00372-1](https://doi.org/10.1016/S0277-9536(03)00372-1).

Liisa-Maria Lilja-Viherlampi

Mitä on kulttuurihyvinvointi?

KT, MuM, musiikkiterapeutti Liisa-Maria Lilja-Viherlampi (liisa-maria.lilja-viherlampi@turkuamk.fi) toimii kulttuurihyvinvoinnin yliopettajana ja koulutusvastaavana Turun ammattikorkeakoulun Taideakatemiassa. Hän on ollut luomassa kulttuurialan ylempiä korkeakoulututkintoja sekä työskennellyt soveltavan taiteen ja taiteen uusien kontekstien koulutussisältöjen kehittäjänä. Hän on mukana tutkimusryhmässä, jonka keskiössä on kansainvälinen kulttuurihyvinvointialan korkeakoulupedagogiikka (AR-THEWE-hanke).

Mitä on kulttuurihyvinvointi?

Liisa-Maria Lilja-Viherlampi

.....

Kulttuurihyvinvointi, kulttuurin, taiteen ja hyvinvoinnin yhdyspinta, on ollut viime vuosina vahvan kehittämistyön kohteena sekä Suomessa että kansainvälisesti. Suomalainen Taikusydän- yhteistyöverkosto toimii aktiivisena kulttuurihyvinvointialan kokoajana ja edistää alaa sen monissa muodoissa. Tehtävänsä Taikusydän määrittelee niin, että se ”kokoaa, kytkee ja koordinoi alan kehittämistä ja koulutusta, tutkijaverkostoja, alueverkostoyhteistyötä, viestintää, vaikuttamista ja ylläpitää tietopankkia” (Ks. Taikusydän 2021). Sana ”kulttuurihyvinvointi” kehitettiin moniammatillisessa yhteistyössä Turun ammattikorkeakoulun, yliopiston ja kaupungin sekä kolmannen sektorin toimijoiden kanssa, kun haluttiin löytää napakka ilmaus sanayhdistelmille ”taide, kulttuuri ja hyvinvointi”, ”taiteesta ja kulttuurista hyvinvointia” tai ”kulttuurin ja taiteen hyvinvointivaikutukset” – ja muut näihin verrattavat.

Kulttuurihyvinvointia voidaan tarkastella ilmiönä, kokemuksena, alana tai toiminnan kenttänä. Ilmiönä kulttuurihyvinvointi kytkeytyy Turun kulttuuripääkaupunkivuonnakin (2011) esitettyyn sloganiin Kulttuuri tekee hyvää! (Ks. Saukkolin 2012, 8.) Tällöin kulttuurihyvinvointi näyttäytyy henkilökohtaisena ja/ tai jaettuna kokemuksena: ”Kulttuuri on merkityksellistä minulle ja meille – tai heille”. Kulttuurihyvinvointialalla tätä merkityksellisuuden kenttää edistetään, tutkitaan ja kehitetään ja sille koulutetaan; sitä mahdollistetaan, koordinoidaan ja siitä viestitään.

Lilja-Viherlampi ja Rosenlöf (2019) kiteyttivät kulttuurihyvinvoinnin yhtäältä viittavan yksilölliseen tai yhteisöllisesti jaettuun kokemukseen siitä, että kulttuuri ja taide lisäävät hyvinvointia tai ovat yhteydessä siihen. Kyseessä on toisaalta ilmiö, jossa kulttuuri ja taide kantavat tai välittävät erilaisia hyvinvointiin liittyviä merkityksiä ja vaikutuksia. Ytimessä on kuitenkin ihmisen merkityksellinen toiminta taiteen ja kulttuurin parissa, mikä sisältää myös arjen kulttuurisuuden¹.

¹ Arjen kulttuurisuus tarkoittaa, että ihmiset voivat arkielämässään kokea ja tehdä elämänsä merkitykselliseksi ja mielekkääksi. Se on edellytys henkiselle, fyysiselle ja sosiaaliselle hyvinvoinnille. (Liikanen 2010, 16.)

Kulttuuri ja sen hyvinvointia tukevat vaikutukset, tai niin kuin itse mielelläni sanoitan: merkitykset ja mahdollisuudet (Lilja-Viherlampi 2007), läpäisevät koko ihmisen elämänkaaren ja ilmenevät omassa taidesuhteessa. Taide ja kulttuuri ymmärretään osana hyvää elämänlaatua ja elinikäistä oppimista: ihminen on kulttuurin kokija ja kulttuurinen toimija, jolla on kulttuurisia tarpeita ja oikeuksia. Näiden täytyminen ja toteutuminen on kulttuurihyvinvointia: jokainen on jollain tavalla kulttuurinen, luova, itseään ilmaiseva ja kommunikoiava olento riippumatta iästään, voinnistaan tai elinolosuhteistaan. (Lilja-Viherlampi ja Rosenlöf 2019)

Kulttuurihyvinvoinnin ytimessä on siis kunkin oma henkilökohtainen kokemus tai havainto: kulttuuri ja taide ovat osa elämää ja tuovat yksilölle merkityksiä ja mahdollisuuksia.

Kulttuurin ja hyvinvoinnin professori emerita Marja-Liisa Honkasalo (2019) kiteytti alan peruskäsitteet luennoissaan taiteesta ja parantumisesta: ”Tiede kertoo, minkälainen on maailma. Taide antaa elämälle mielen. Terveys on eheyden kokemista, omatoimisuutta ja tunnetta elämän hallitsemisesta.”

Kulttuurihyvinvointi sanana kertoo mahdollisuudesta terveyteen ja hyvinvointiin sairaudesta, olosuhteista, rajoituksista tai rajoitteista huolimatta. Kulttuurihyvinvointia voi kokea niiden ohi tai ne syliinsä ottaen; taiteen kautta elämänsä kanssa vuoropuhellen. Taiteen kautta voi katsoa, musiikissa voi kuulla. Taide on tapa ajatella ja olla maailmassa: vuorovaikutuksessa sekä sisimpänsä että muiden ihmisten kanssa.

Kulttuurihyvinvoinnin ohella voimme myös puhua musiikkihyvinvoinnista – siitä kaikesta miten ihmisen hyvinvointi ja musiikki voivat kietoutua toisiinsa. Musiikin avulla voidaan löytää ajattelun, tunteiden, mielikuvien, elämysten, kommunikaation ja vuorovaikutuksen väylä. Itselle – itsessä – toiselle – toinen toiselleen. Musiikista voi viritä kokemus: ”Tämä kuulostaa juuri siltä, miltä minusta tuntuu!” Musiikki voi haastaa tai kutsua, palvella ja antaa lahjan. Musiikissa voi levätä, tai virkistyä, innostua tai kohdata.

Ytimessä on kysymys: miten syntyy merkityksellisyttä? Mitä taiteen äärellä tapahtuu? Lilja-Viherlampi ja Koivisto (2019, 6–7) kirjoittavat musiikin parissa koetusta seuraavasti:

1. *Musiikissa*: Voin kuulla, ”nähdä” ja kokea musiikissa sellaista, mikä tekee minulle hyvää. Musiikki voi peilata ajatuksiani ja tunteitani, muistojani ja mieleni maisemia tavalla, joka tekee minulle hyvää. Voin levätä musiikissa; musiikki tarjoaa maailman tai alustan, jossa voin olla, hellittää ja rentoutua – ehkä kokea vapautta kivustakin. Musiikissa voin jakaa tunteita ja kokemuksia toisen ihmisen kanssa, vaikka emme puhuisi niistä mitään.

2. *Musiikista*: Musiikista voi tulla ilmaisun tapa, kommunikaation ja vuorovaikutuksen väline minulle ja meille. Musiikista voimme päästä alkuun, liikkeelle, keskusteluun, yhteyteen. Musiikista voin saada ystävän, joka puhuu puolestani, tai puhuu asioista, joille minulla ei ole sanoja. Musiikista voi kehittyä tapa olla yhdessä ja saada hyvää oloa ja virkistystä jakamisesta ja yhdessäolosta.

3. *Musiikilla*: Musiikilla voin sanoa sanoittamatonta ja ilmaista ilmaisematonta: musiikilla voin kuulla toista ihmistä ja tulla itse kuulluksi, mikä voi olla syvästi tyydyttävää, lohduttavaa tai ilahduttavaa. Musiikilla voin kertoa itsestäni toiselle, ja hän minulle – itsestään, minusta, meistä, elämästä. Musiikilla meistä voi tulla esiin jotain ihan uutta. Tai jotain vanhaa, jonka on luullut unohtaneensa. Musiikilla voin päästä kosketuksiin myös sisimmän itseni tai jonkun itseäni suuremman kanssa, tai vain olla, rauhassa.²

Eri ihmisille eri asiat tuovat ja luovat kulttuurihyvinvointia. Sitä voi syntyä taiteen ja kulttuurin, harrastusten tai vuorovaikutuksen parissa saaduista kokemuksista. Myös itseilmaisu ja vuorovaikutus taiteen ja kulttuurin äärellä kantaa välillisesti hyvinvointiin liittyviä merkityksiä ja mahdollisuuksia esimerkiksi sosiaalisena pääomana (sosiaalisesta pääomasta ks. esim. Hyypä 2011). Näkökulmana on oma kokemusmaailma, minä ja sinä vuorovaikutuksessa – tai me kaikki yhdessä. Henkilökohtainen kokemus avautuu jaetuksi kokemukseksi ja yhteiseksi kokemukseksi. Yhdessä jaettu tunnetila tai kokemus vahvistaa sen elämystä (ks. esim. McDonald ym. 2012; Ahonen-Eerikäinen 2007).

Kulttuurihyvinvointi voi myös saada sisältönsä elämän aikajänteellä menneestä tulevaan. Mistä on rakentunut ja rakentuu oma kulttuurinen elämäkertani? Menneet kokemukseni ovat kokemusteni aarrearkussa, toisaalta oma läsnäoloni tässä ja nyt, kokemusmaailmani, on osa kulttuurihyvinvointia, joka avaa mielikuvien ajattomia maisemia. Musiikkiterapeutti Dorrit Amir kirjoittaa merkityksellisistä hetkistä, jotka toimivat elämänpolun merkitsijöinä ja rakentavat musiikillista elämäkertaa (Amir 1996). Esimerkiksi elämän juhlahetket ja niihin liittyvä musiikillinen sisältö kytkeytyvät kiinteästi yhteen ja välittävät elämyksellisen sisältönsä muistoihin. Vastaavasti tiettyyn elämänvaiheeseen, esimerkiksi avioeroon liittynyt oma ”voimamusiikki” on vahva elämänvaiheen merkitsijä ja kantaa sisältöään kokonaisvaltaisesti elämänkaaren muistoissa (ks. Lehtonen 2004).

2 Nämä viittaavat musiikin ja sen parissa toimimisen hyvää tekevään, terapeuttiseen potentiaaliin. Musiikkiterapian lähestymistavat ja periaatteet tarjoutuvat sovellettaviksi musiikillisen vuorovaikutuksen merkitysten ja mahdollisuuksien tarkasteluun (Lilja-Vihertampi 2007). Katso myös Ahonen-Eerikäinen 2007 ja Tiikkaja 2021.

Osana oman elämän tarinaa voi pohtia, miten ja mistä aineksista oma kulttuurinen elämäkerta on rakentunut. Mitkä ovat ensimmäiset taide-
muistot tai elämykset, jotka muistaa tavalla tai toisella? Millaisia ovat olleet
oman elämän merkitykselliset taidekokemukset tai elämävaiheet, joihin on
liittynyt taidetta? Mistä viimeksi on saanut sellaisen kokemuksen, jonka voisi
liittää ajatukseen omasta kulttuurihyvinvoinnista?

Ihmisen oma taide- ja kulttuurisuhde on se resonanssipinta, josta kulttuurihyvinvoinnin kokemuksia syntyy. Toisaalta kulttuurihyvinvointia on myös se, että on mahdollisuus rakentaa ja syventää omaa taidesuhdettaan. Tällöin kerrytetään ja sovelletaan taiteellista osaamista, harjoitetaan taiteellista ilmaisua, opitaan uutta, koetaan taidetta osana hyvää elämää, elämän sisältönä, taideharrastuksena.

Taiteen ja kulttuurin parissa toteutuva elämänsisältö sekä haastaa että vahvistaa ihmisen toimintakykyä ja toimijuutta (ks. Tähti 2015). Tunteiden ilmaisu, emotionaalinen vuorovaikutus, nähdyn ja kuullun tuleminen, jakaminen ja yhteys voivat saada taiteesta sisällön ja kaikupohjan. Itsen kokeminen toimijana, subjektina ja kykenevänä voi yksinkertaisimmillaan kytkeytyä vaikkapa yhteislaulukokemukseen. Tällainen kokemus voi laulun muodostamassa kehyksessä kantaa merkityssisältöä esimerkiksi omien taipumusten ja ominaisuuksien käytöstä ja niistä iloitsemisesta, tunteiden säädellystä ilmaisusta, keskittymisestä laulamiseen, laulamisen edellyttämistä fyysisestä aktivoitumisesta ja yhteyden kokemisesta toisiin – yhteisessä ihmisyydessä, laulun maailmassa.³

Kulttuurihyvinvoinnin juuria inhimillisessä kokemusmaailmassa

Kulttuurihyvinvointi kytkeytyy vahvasti luovuuteen elämän laatuun. Luovuushan on osa jokaista ihmistä, itse elämän ominaisuus. Kasvu ja muutos kuuluvat ihmisyyteen ja ihmiselämän olennainen elementti on vaikuttaa, muovata ja rakentaa – tehdä ja toimia olemassa olevaa järjestäen tai uutta luoden. Toimijuus on myös keskeinen hyvinvoinnin rakenneosana. Toimijuus on yhteydessä persoonalliseen identiteettiin, jonka jatkuvuus näyttäytyy ja rakentuu ihmisten elettyinä ja kerrottuina kokemuksina sekä tunteena omasta minuudesta. (Eteläpelto ym. 2014, 22.)

³ Valaisevia ja kriittisiäkin näkökulmia taiteen vaikuttavuuteen on tarkastellut Aholainen et al. 2021 artikkelissa ”Miten taide vaikuttaa? Kulttuurisia näkökulmia hyvinvointiin ja terveyteen.”

Kaaoksen järjestäminen kutsuu luovaan toimintaan. Leikin ja ongelmanratkaisun kautta ihminen voi toimia maailmansa rakentajana (ks. Piaget 1988). Lastenpsykiatri Jari Sinkkonen (2003) nojaa D.W. Winnicottin ajatuksiin potentiaalisesta tilasta, alun perin äidin ja lapsen välisestä ”mahdollisuuksien maailmasta”, jossa voi ”tapahtua ihmeitä”. Kuvataideterapeutti Meri-Helga Mantere painottaa niin ikään Winnicottin kuvailemaa ihmisen luovaa potentiaalia, jolla ihminen elävänä kokonaisuutena pyrkii rikkaaseen ja luovaan elämään sekä jaettuun yhdessäoloon muiden kanssa (Mantere 2007, 195). Luovuus on terveyttä: mahdollisuuksien näkemistä, toivon ulottuvuutta, ilon ja huumorinkin näkökulmaa.

Keskeinen musiikkiterapian teoreettinen kulmakivi on ajatus ihmisen minuuden rakentumisesta ja kulttuurin ja taiteen kytkeytymisestä osaksi tätä minuuden rakentumisen kerroksittaista prosessia. Minuus rakentuu vuorovaikutuksessa, joka voi kytkeytyä eri tavoin kulttuuriin ja taiteen sisältöihin ja ilmaisuihin. Tätä minuuden rakentumista vuorovaikutuksessa tutkinut Daniel Stern (1985; 1995) on kiinnittänyt huomiota siihen, miten esimerkiksi varhaisin, ei-kielellinen vuorovaikutus sisältää ikään kuin musiikillisia elementtejä: rytmiä, tempoja, äänenvärejä ja sävelkorkeuksia. Äiti ja lapsi virittäytyvät samalle aaltopituudelle (*attunement*) erilaisin ilmaisin, mitä Stern kutsuu myös ”vuorovaikutustanssiksi”. (Wigram ym. 2002.)

Varhaisimmat kokemukset äänestä, rytmistä ja tilasta syntyvät jo kohdussa. ”Ääni on ihmisen ensimmäinen elämys ja rytmi elämysmaailman järjestyksen ensimmäinen elementti,” totesi psykoanalytikko Eero Recharadt (1988, 136). Varhaiset kokemuksemme elämämme alussa ovat myös hyvin kokonaisvaltaisia: tuntemisen tapoja, kokemusten laatuja, joilla ei ole täsmällistä diskursiivista sisältöä. Ne ylittävät aistipiirien rajat: ääni-, liike-, muoto-, kosketus- ja asentohavainnot liittyvät toisiinsa kokonaisvaltaisiksi aistimuksiksi, joihin usein liittyy myös vuorovaikutuksellista sisältöä. Erilaisilla tuntemisen tavoilla kuten aaltoilu, häipyminen, virtaaminen, räjähtävyys, crescendo, diminuendo, katkeaminen, puhkeaminen on lapselle suurta päivittäistä merkitystä, koska ne ovat läsnä päivittäisissä toiminnoissa, esimerkiksi siinä, miten äiti nostaa lapsensa, harjaa hiuksia ja niin edelleen. Nämä ovat ydinkokemuksiamme, joskaan emme myöhemmin välttämättä osaa näihin kiinnittää enää huomiota. (Stern 1985.) Ja toisaalta, tämä non-diskursiivinen primäärkokemusten maailma on juuri sitä kaikupohjaa, josta erilaiset kokemuksemme taiteen äärellä voivat tulla tulkituiksi esimerkiksi seuraavasti:

Jo ennen syntymäänsä Kerttu koki, tunsi ja kuuli: siellä omassa pesässään hän keinui äidin liikkeiden mukana ja tunsi kehossaan äänen tuntuja: nou-

sevia ja laskevia kulkuja, välillä pehmeitä, välillä hätkähdyttävän, pelottavankin kovia. Äidin ääni tuli tutuksi. Se tuntui suloiselta, vaikka joskus äiti huusi ryöpsähtelevästi. Äiti lauloi usein hauskaa pikku laulua ja joskus siitä tuli monen äänen kimppu. Välillä äiti lauloi silittelevästi. Oli monenlaisia ääniä ja välillä niitten kanssa heiluttiin. Joskus pesä tuntui levottomalta ja ulkoa tuli rajuja ääniä, joskus taas oli hyvin rauhallista ja äidin sydän vain jumpsutti sekä jostain kuului lorinaa ja pulputusta.

Kulttuurinen minäkuva alkaa rakentua oman kulttuurin oppimisesta ja oman taidesuhteen karttumisesta. Merkitykselliset kokemukset taiteen ja kulttuurin äärellä kutoutuvat osaksi minuutta musiikilliseksi minäkuvaksi, luovuusminäkuvaksi ja taiteelliseksi minäkuvaksi.⁴ Kuva on moniulotteinen ja kytkeytyy esimerkiksi käsitykseen omasta musikaalisuudesta.⁵

Kerttu syntyi hauskaan ja äänekkääseen perheeseen, jossa harrastettiin tanssimista. Äiti ja isä hyppyyttivät Pikku-Kerttua laulujen tahtiin ja pelleilivät äänellään nauttien siitä, kun Kerttakin yritti matkia kaikkea. Iltaisin äiti ja isä usein rullasivat maton syrjään ja tanssivat; he kun olivat innokkaita lavatanssijoita. Kerttu katseli, ja jo kaksivuotiaana hänkin liihotteli siinä liepeillä satumekossaan. Mekon piti yhdessä vaiheessa olla päällä myös aina iltasadun aikaan, ja lopuksi iltalaulu kierrettiin rullalle sen taskuun. Kun yöpuku oli päällä ja iltarukous luettu, rakas Mollamilli tuli kainaloon. Hei hei, äiti ja isi – aamulla nähdään! Kerttu lauloi Mollamillille niin kuin äitikin oli laulanut Kertulle, ja Mollamillin nukahdettua Kerttakin jo tuhisi siinä vierellä.

Minuuden rakentumisen ja taiteen äärellä tapahtuvan vuorovaikutuksen minäkuva muodostavien enkulturoivien (ks. Fredrikson 2003) kokemusten kautta ihmiselle rakentuu myös kulttuurista ja sosiaalista pääomaa. Se on tietoa, taitoa, älyä, kokemuksia, suhteita, joita voi käyttää toimiakseen yhteiskunnassa; tekijöitä, jotka lisäävät esimerkiksi ihmisen kykyä tulla toimeen sosiaalisissa tilanteissa: yhteistyökykyä, empatiaa, jakamista, vuorovaikutustaitoja. (Ks. Hyyppä ym. 2010.) Sosiaalisen pääoman ja terveyden välillä on yhteys. Kulttuurista – ”hengen viljelystä” – tulee satoa, pääomaa, joka on osa kokonaisvaltaista hyvinvointia ja selviytymiskykyä, resilienssiä.

4 Minäkuvien ilmiöstä ks. Lindeberg 2005, 16–29.

5 Kulttuurihyvinvoinnin näkökulmasta kyseessä on jatkumo: Jokainen ihminen kokee musiikkia, jokainen ihminen on luova, jokaisella ihmisellä on edellytyksiä esimerkiksi ilmaista itseään taiteen avulla. Toisilla taipumuksia johonkin taiteellisen ilmaisun lajiin on enemmän, toisilla vähemmän, mutta niitä kaikkia voi viljellä.

Kulttuurihyvinvointi tutkimuksen ja kehittämistyön alana

Kulttuurihyvinvointi-ilmiön ytimessä on siis henkilökohtainen kulttuurihyvinvointi, kunkin oma suhde taiteeseen ja kulttuuriin. Toisaalta kulttuurihyvinvointia voidaan tarkastella alana. Tällöin se voi olla tutkimuksen ja kehittämistyön ala, kulttuurihyvinvointipalvelujen ala tai koulutusala. Näiden mahdollistuminen ja mahdollistaminen kytkeytyvät sekä kulttuurihyvinvoinnin rakenteelliseen kehittymiseen toiminnan ja päätöksenteon kenttänä että tähän olennaisesti liittyvänä viestinnän ja vaikuttamisen alana. (Ks. Laitinen et al. 2020.)

Tutkittua tietoa taiteen hyvinvointivaikutuksista on paljon ja helposti saatavilla. Taikusydän-yhteyspiste on käynnistänyt sekä suomalaisen että pohjoismaisen tutkijaverkostoyhteistyön ja ylläpitää tietopankkia. Ne ovat aktiivisia elementtejä alan edistämässä.⁶ Pohjoismainen tutkijaverkosto on vilkas ja verkostoyhteistyö on dynaamisessa kehitysvaiheessa.⁷ Pohjoismainen yhteistyö on synnyttänyt jo myös uuden julkaisufoorumin: *Nordic Journal of Arts, Culture and Health* -lehden.⁸

Kulttuurin ja taiteen hyvinvointivaikutusten tarkastelu on rakentunut viimeisen kahden vuosikymmenen aikana yhä systemaattisemmaksi ja kattavammaksi, ja tietoa on tuotettu sekä kansallisesti että kansainvälisesti. (Ks. Laitinen 2017; Lehikoinen ja Vanhanen 2017.) Kulttuurihyvinvoinnista ja sen näyttöön pohjautuvista perusteluista ollaan moniammatillisesti kiinnostuneita, ja kulttuurihyvinvoinnin tulokulmaa halutaan tarkastella erilaisissa konteksteissa sekä tutkimus- ja kehittämistyön näkökulmia tuoda yleisön ulottuville (ks. esim. TYKS tutkii ja hoitaa 2019; Soinila 2019; Elinvoimaa kulttuurista 2021).

Vuoden 2019 lopussa WHO julkaisi mittavan meta-analyysin siitä, millaista näyttöä taiteen hyvinvointivaikutuksista on. Julkaisu kattoi 900 tutkimusjulkaisua ja 3000 tutkimusta ja toi esiin vahvaa tietoa taiteen ja kulttuurin todetuista yhteyksistä niin terveyden edistämiseen ja sairauksien ennaltaehkäisyyn kuin sairauksien hoitoon ja hallintaan. (Fancourt ja Finn 2019.) WHO on myös tuottanut tutkittuun tietoon perustuvia videoita taiteen hyvinvointivaikutuksista.⁹

Kehittämistyön kenttänä kulttuurihyvinvointi tarkoittaa konkreettisimminkin erilaisia hankkeita: projekteja eri kohderyhmien ja teemojen parissa.

6 <https://taikusydan.turkuamk.fi/>

7 Nordic Arts and Health Research Network: <https://nordicartshealth.turkuamk.fi/>

8 <https://nordicartshealth.turkuamk.fi/nordic-journal-of-arts-culture-and-health/>

9 Arts and health stories, esim. <https://www.youtube.com/watch?v=zeCIhYKBvtY>

Kansainvälisiin kehittämishankkeisiin saadaan usein EU-rahoitusta¹⁰ ja Suomessa kulttuurihyvinvointihankkeita on rahoittanut esimerkiksi Taiteen edistämiskeskus, STEA ja Suomen kulttuurirahasto.¹¹ Näissä rakennetaan yleensä kulttuurihyvinvointia luovia toimintatapoja, kokeillaan ja pilotoidaan toimintamalleja, kootaan yhteistyöverkostoja, innovoidaan ja testataan menetelmiä sekä selkeytetään ja edistetään koordinoivia rakenteita. Näistä saa ajankohtaisinta tietoa esimerkiksi Taikusydän-verkoston uutiskirjeestä (Taikusydän 2021).

Kehittämishankkeet kytkeytyvät parhaimmillaan laajempiin alan kehittämisteemoihin tai muodostavat alan kehittämishankkeita. Eräs tällainen on sairaala- ja hoivamusiikkityön kehittämisteema, johon liittyen Suomessa on ollut useita hankkeita ja joka kytkeytyi myös valtakunnalliseen yhteisömuusikon erikoistumiskoulutukseen (Lilja-Viherlampi 2019).

Kulttuurihyvinvointi palveluiden kenttänä

Kulttuurihyvinvointipalvelujen kentän kehittämisessä olennainen alusta ja mahdollistaja on moniammatillinen yhteistyö. Taidealan ammattilaisten ja sote-alan ammattilaisten interprofessionaalinen yhteistyö, jossa aidossa vuoropuhelussa rakennetaan eri toimijoiden dialogia, on kulttuurihyvinvointipalvelujen kestävä kehitys avain. (Ks. Rosenlöf 2016; Houni et al. 2020.)

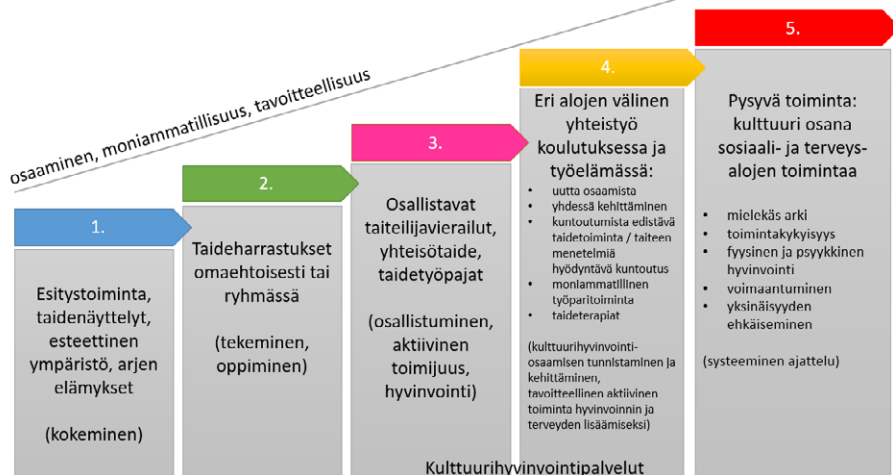
Kulttuurihyvinvointipalveluja tuotetaan erilaisissa toimintaympäristöissä, eri kohderyhmille ja eri toteuttajien voimin. Ammattitaiteilijoiden osaamisen tunnistaminen ja soveltaminen on keskeistä samoin kuin muiden moniammatilliseen yhteistyöhön osallistuvien perustehtävän kunnioittaminen. Kolmas sektori on vahva palveluiden toteuttaja ja toisaalta sen toiminnassa on osallistujilleen usein vahvoja kulttuurihyvinvointiin liittyviä sisältöjä (ks. esim. Varsinais-Suomen Muistiyhdistys ry. 2021).

Kulttuurihyvinvoinnin portaat -mallissa (kuva 1) huomioidaan näitä eri tasoja ja tulokulmia. Portaiden askelmat etenevät kulttuurihyvinvointitietoisuuden, -osaamisen ja -tavoitteellisuuden suunnassa. Perustasolla erilaiset kulttuuripalvelut ja arjen elämykset ovat tarjolla ja koettavissa osana hyvää elämää, siis kulttuurihyvinvointina, vaikka tätä ei erityisesti nimettäisi tai tavoiteltaisi. Portaat kuvaavat palveluiden rakenteellista systematisoitumista kohti sitä, että kulttuuri ja taide ovat rakentuneet pysyväksi osaksi sosiaali- ja

10 Esim. ARTHEWE-hanke: <https://www.turkuamk.fi/fi/tutkimus-kehitys-ja-innovaatiot/hae-projekteja/arthewe-multiform-pedagogy-arts-health-and-wellbei/>

11 Esim. Taidetta kaikille-rahoitus <https://skr.fi/apurahat/lokakuun-haku-keskusrahasto/taidetta-kaikille>

KULTTUURIHYVINVOINNIN PORTAAT



Kuva 1. Kulttuurihyvinvointi palveluiden kenttänä: kulttuurihyvinvoinnin portaat. Eeva Mäkisen (ks. <http://www.hyvinvointivoimala.fi/esittely/>) tuottamasta kuvasta muokanneet Lilja-Viherlampi ja Rosenlöf 2019.

Keskustelua on herättänyt toisaalta taiteen autonomian säilyttäminen väli-neellistymättä pelkäksi hyvinvoinnin tuottajaksi, toisaalta kulttuurihyvinvointipalvelujen suhde taideterapiapalveluihin. Taiteen itseisarvoa ei vähennä se, että taiteella on hyvinvointiin liittyviä merkityksiä ja vaikutuksia – kyseessä on näkökulma (ks. Haapasalo ja Kela 2017). Taideterapioiden (esim. musiikki-, kuvataide- tanssi-, liike-, kirjallisuus-, valokuva- ja elokuvaterapia) ja muitten kulttuurihyvinvointipalveluiden välinen rajanveto on myös ytimeltään selkeä. Terapia on sairauden tai ongelman hoitoa ja kuntoutusta, jolla on terapian tavoitteet ja kesto ja joka toteutuu vuorovaikutussuhteessa terapeutin kanssa. Terapian perustehtävänä on hoito ja kuntoutus. (Ks. esim. Suomen musiikkiterapiayhdistys 2021; Rankanen 2017.)

Kulttuurihyvinvointipalveluilla voi olla erilaisia tavoitteita. Taidealan ammattilaisen perustehtävä on taiteen tekeminen tai esimerkiksi yhteisötaiteessa taiteen parissa tapahtuvan vuorovaikutuksen saattaminen taiteelliseksi prosessiksi (Haapasalo ja Kela 2017). Sillä voi kokijoille ja osallistujille olla erilaisia terapeutisia, hyvää tekeviä merkityksiä ja mahdollisuuksia. Moniammatillisessa yhteistyössä taiteilija ja taidepalvelu voivat myös asettua tukemaan ja vahvistamaan sairaalan potilaan tai hoivakodin asukkaan hyvää elämää tai hoitoalan toimijoiden työtä perustehtävässään (esim. toimenpidekloverneria, ks. Laine 2020).

Kulttuurihyvinvointi koulutusalan

Kulttuurihyvinvointialan kestävä kehittäminen edellyttää systemaattista ja kattavaa koulutusta alalle. Koulutus nähdään jatkumona oman taidesuhteen rakentamisesta sen soveltamiseen. Kulttuurihyvinvointialan erityisasiantuntijaksi kouluttautuminen tapahtuu tällä hetkellä Suomessa ylempään korkeakoulututkinnon opintoina Turun, Hämeen ja Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulussa sekä Metropoliaassa. Näissä tutkinnot sisältävät, paitsi henkilökohtaisen uuden ammattialan asiantuntijuusnäkökulman, myös alan kehittäjäosaamisen näkökulman. (Laitinen et al. 2021)

Elinikäinen koulutusjatkumo saa alkunsa kuitenkin jo taiteen varhaiskasvatuksessa, joka luo pohjaa taideharrastukselle. Sen myötä osa oppilaista suuntautuu taideopintoihin kohti ammattilaisuutta. Eri alojen ammattiopinnoissa orientoitumista kulttuurihyvinvointiin ja ylipäätään kulttuurihyvinvoinnin näkökulmia on alettu tiedostaa ja soveltaa sekä taide-, sote- että kasvatusalan koulutuksissa – esimerkiksi musiikin opiskelijat voivat tehdä opettajansa ohjaamia vierailuja sairaaloihin ja tutkia sitten kokemaansa, kuten Turussa. Myös lähihoitajien uudistettuun opetussuunnitelmaan on tuotu kulttuurihyvinvoinnin sisältöjä (Lilja-Viherlampi ja Rosenlöf 2019). Sekä Suomessa että ulkomaisissa korkeakouluissa on myös alettu sekä hoitajien että lääkäreiden koulutukseen kytkeä kulttuuri- ja taidesisältöjä, joilla tähdätään esimerkiksi empatia- ja vuorovaikutustaitojen kehittämiseen tai kulttuurin ja terveyden yhteyksien hahmottamiseen (medical humanities, health humanities¹²).

Kulttuurihyvinvointiosaamisen täydennyskoulutus voi toteutua lyhyinä kursseina, joita esim. korkeakoulut tai kolmas sektori tarjoavat, tai laajempina erikoistumiskoulutuksina. Tällaisia ovat olleet valtakunnallinen yhteisömuusikon erikoistumiskoulutus (ks. Lilja-Viherlampi ja Koivisto 2019) ja aivoterveiden erikoistumiskoulutus, jonka yhtenä sisältöalueena olivat taiteen ja aivoterveiden yhteydet (Hynynen 2021; Lilja-Viherlampi et al. 2021) Kulttuurihyvinvointialan tohtoriopinnot voivat toteutua eri yliopistoissa ja oppiaineissa. Esimerkiksi Taideyliopistossa on valmisteilla Taru Tähdän etnomusikologian alaan liittyvä väitöskirja, jonka työnimenä on Pienet teot, suuri hurma. Toimijuus kulttuurisessa vanhustyössä (Ks. ArtsEqual 2021a).

12 Ks. esimerkiksi The International Health Humanities Network <http://www.healthhumanities.org/>

Kulttuurihyvinvointi hallinnollisen päätöksenteon alana

Aholainen et al. (2021) muistuttaa, että hyvinvointikäsitteen merkitys on kulttuurisesti ja sosiaalisesti sitoutunut ja sidoksissa arvoihin ja normeihin. Käsitys siitä, mitä on hyvinvointi, ohjaa sitä, miten ja millaisin keinoin sitä pyritään edistämään.

Vuonna 2019 julkaistussa WHO:n meta-analyysissä esitetään useita suosituksia sekä kulttuuri-, terveys- että sosiaalisektorille. Suositukset jakautuvat kolmen suuremman kokonaisuuden alle:

- 1) Tunnustetaan kasvava näyttö taiteen ja kulttuurin merkityksestä terveyden ja hyvinvoinnin edistämisessä.
- 2) Tunnustetaan, että taiteisiin osallistumisella on lisäarvoa ja merkitystä terveydelle ja hyvinvoinnille.
- 3) Huomioidaan, että kulttuurihyvinvoinnin kenttä on luonteeltaan sektorirajat ylittävä. (Fancourt ja Finn 2019, 55–56.)

Kolmatta suositusta konkretisoidaan julkaisussa seuraavasti:

- Vahvistetaan kulttuuri-, sosiaali- ja terveysalojen yhteistyörakenteita ja -mekanismeja esimerkiksi perustamalla ohjelmia, joita rahoitetaan poikkisektorisesti.
- Otetaan käyttöön ja vahvistetaan sote-sektorin lähetekäytäntöjä taideohjelmiin osallistumiseen, kuten esimerkiksi sosiaalisen reseptin ohjelmat (kulttuurilähete, kulttuuriresepti).
- Tuetaan taiteiden ja humanististen tieteiden sisällyttämistä terveydenhuollon ammattilaisten koulutukseen kliinisten, henkilökohtaisten ja vuorovaikutustaitojen parantamiseksi. (Mt., 56.)

Kulttuurihyvinvointialan osaamista, tutkimusnäyttöjä ja tahtotilaa rakenteiden ratkomiseksi on runsaasti; haasteena on sektorirajat ylittävä yhteistyö. Millaisilla päätöksillä, valinnoilla ja millaisella yhteistyöllä varmistetaan taiteen hyvinvointimerkitysten ja mahdollisuuksien hyödyntäminen resursoinnin, hyvien toimintamallien jatkuvuuden ja toiminnan rakenteiden näkökulmasta? Meneillään oleva sote-uudistus voisi parhaimmillaan olla vahva mahdollisuus alan ekosysteemin edistämiseksi.

Sosiaali- ja terveysministeriö on yhdessä opetus- ja kulttuuriministeriön kanssa perustanut ministeriöiden välisen Taiku3-työryhmän¹³. ”Kulttuu-

¹³ Taustana Taiteesta ja kulttuurista hyvinvointia -koordinaatio- ja seurantaryhmät 2015 ja 2019 (OKM 2021).

rihyinvointi kuuluu osaksi hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen poik-kihallinnollista kokonaisuutta. Työryhmän tehtävänä on muiden muassa tunnistaa kulttuurihyvinvoinnissa keskeiset kehittämisen alueet erityisesti tulevilla sosiaali- ja terveydenhuollon rakenteissa ja toimintamalleissa, ” sanoo perhe- ja peruspalveluministeri Krista Kiuru. (OKM 2021)

Kulttuurihyvinvointiviestinnästä valtavirtaistumiseen

Viestinnän ja vaikuttamisen näkökulmasta kulttuurihyvinvointialalla tuodaan esiin tutkimustuloksia, tietoa kehittämishankkeista ja niiden tuloksista sekä luodaan tehokkaita verkostoja – ja toimitaan niissä. Tärkeä vaikuttaja tässä on ollut Taikusydän-yhteyspiste, joka sai 2021 Sydänliiton vuosittaisen palkinnon Vuoden sydänterveyden edistäjänä. ”Palkinto myönnettiin valtakunnalliselle Taikusydän-yhteyspistetoiminnalle, joka edistää ja tekee tunnetuksi taiteen ja kulttuurin hyvinvointivaikutuksia, jakaa hyviä käytäntöjä ja kehittää verkostomaisesti eri toimijoiden yhteistyötä kulttuurihyvinvoinnin alalla. Yhdessä 14 alueverkoston kanssa Taikusydämen toiminta kattaa lähes koko Suomen.” (Sydänliitto 2021.) Taikusydämen tutkijaverkosto on jo kattava ja toimiva ja pohjoismainen tutkijaverkosto varsin aktiivinen (Nordic Arts & Health Research Network 2021).

Kehittyvä kulttuurihyvinvointiala on myös se mahdollistaja, joka edistää kulttuuristen tarpeiden täyttymistä ja kulttuuristen oikeuksien toteuttamista (ks. ArtsEqual 2021b). Tällä hetkellä alan osaamista lisätään, koulutusmuotoja rakennetaan ja moninäkökulmainen kulttuurihyvinvointiala on kiinnostava tutkimuskohde. Samoin toimintatapoja, metodeja ja malleja sekä luodaan että tuotetaan niihin pohjautuvia palveluja. Alan systemaattisen rakentumisen myötä resursointi kehittyy monialaisessa ja sektorirajat ylittävässä yhteistyössä. Kehittyvä kulttuurihyvinvointiala on myös nousemassa kohti valtavirtaistumista. Liikunnan ja hyvän ravitsemuksen rinnalle on rakentumassa yhteinen tietoisuus kulttuurihyvinvoinnista osana tasapainoista ihmistä ja yhteisöä.

Lähteet

Aholainen, Mari, Saara Jäntti, Annika Tammela ja Jari Tanskanen. 2021. ”Miten taide vaikuttaa? Kulttuurisia näkökulmia hyvinvointiin ja terveyteen”. *Lääkärilehti*, 76 (9): 564–568. Tark. 20.10.2021. <https://www.laakarilehti.fi/tieteessa/katsausartikkeli/miten-taide-vaikuttaa-kulttuurisia-nakokulmia-hyvinvointiin-ja-terveyteen/?public=29e7a5eeae789608f35becb2cc8e-f7a4>.

Ahonen-Eerikäinen, Heidi. 2007. *Group Analytic Music Therapy*. Barcelona Publishers: Gilsum.

Amir, Dorrit. 1996. ”Experiencing Music Therapy. Meaningful Moments in Music Therapy Process.” Teoksessa *Qualitative Music Therapy Research: Beginning Dialogues*. Toim. Mechthildt Langenberg, Kenneth Aigen ja Jorg Frommer, 109 – 130. New Jersey: Barcelona Publishers.

ArtsEqual 2021a. ArtsEqualin tutkijaesittelyssä Taru Tähti. Tark. 30.10.2021. https://www.artsequal.fi/researchers/-/asset_publisher/pZHcF3loFobg/content/artsequalin-tutkijaesittelyssa-taru-tahti.

ArtsEqual 2021b. ArtsEqual-hankkeen verkkosivusto. Tark. 1.11.2021. <https://www.artsequal.fi/>.

Elinvoimaa kulttuurista 2021. Turun filharmonisen orkesterin ja kaupunginkirjaston tapahtumakokonaisuus 16.8.–27.9.2021. Tallenteet katsottavissa vuoden 2021 loppuun saakka: https://www.youtube.com/playlist?list=PLAFd8uq7fqrH9QG-LwFuzrhd_NiFiE0VT.

Eteläpelto, Anneli, Päivi Hökkä, Susanna Paloniemi ja Katja Vähäsantanen. 2014. ”Ammatillisen toimijuuden ja työssä oppimisen vahvistaminen: hankkeen tausta ja lähtökohdat”. Teoksessa *Ammatillisen toimijuuden ja työssä oppimisen vahvistaminen – Luovia voimavaroja työhön!* Toim. Päivi Hökkä, Susanna Paloniemi, Katja Vähäsantanen, Saara Herranen, Mari Manninen ja Anneli Eteläpelto, 17–31. Jyväskylä: Jyväskylä University Printing House.

Fancourt, Daisy ja Finn, Saiorse. 2019. ”What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being? A scoping review.” WHO: *Health Evidence Network synthesis report 67*. Tark. 20.10.2021. [WHO/Europe | Publications - What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being? A scoping review \(2019\)](https://www.who.int/publications/m/item/what-is-the-evidence-on-the-role-of-the-arts-in-improving-health-and-well-being-a-scoping-review-2019).

Fredrikson, Maija. 2003. ”Lapsen musiikillisen kehityksen tutkimus”. Teoksessa *Johdatus musiikintutkimukseen*. Toim. Tuomas Eerola, Jukka Louhivuori ja Pirkko Moisala, 209–215. Suomen musiikkiteollisuuden seuran julkaisuja. Vaasa: Ykkös-Offset.

Haapasalo, Minna ja Leena Kela. 2017. ”Taiteen muuttujia. Taidetta erilaisissa konteksteissa.” Teoksessa *Taiteen moniammatilliset kontekstit*, 20–33. Toim. Ilona Tanskanen ja Pirita Juppi. Turun ammattikorkeakoulun puheenvuoroja: 94.

Honkasalo, Marja-Liisa. 2019. ”Taide ja parantuminen”. TYKS tutkii ja hoitaa -luentosarjan tilaisuus 17.1.2019. Tark. 10.9.2021. Videotallenne <https://www.youtube.com/watch?v=yok8LALaDvI>.

Houni, Pia, Isto Turpeinen ja Johanna Vuolasto. 2020. *Taidetta! Kulttuurihyvinvoinnin käsikirja*. Taiteen edistämiskeskuksen julkaisuja. Tark. 21.10.2021. <https://www.taide.fi/documents/10921/1332027/Taidetta%21+Kulttuurihyvinvoinnin+k%C3%A4sikirjan+uudistettu+laitos/95970ba6-302c-5e63-f483-8fea9a5ec857>.

Hyypä, Markku T., Juhani Mäki, Juhani Impivaara ja Arpo Aromaa 2010. "Leisure participation predicts survival: a population-based study in Finland". *Health Promotion International* 21 (1): 5–12. Tark. 2.11.2021. <https://doi.org/10.1093/heapro/dai027>.

Hyypä, Markku T. 2011. "Elinvoimaa yhteisöstä". *Tieteessä tapahtuu* 29 (8): 15–18.

Koivisto, Taru-Anneli ja Liisa-Maria Lilja-Viherlampi. 2019. "Sairaala- ja hoivamusiikkityön käsitteistöä ja tietoperustaa jäsentämässä". Teoksessa Liisa-Maria Lilja-Viherlampi (toim.): *Musiikkihyvinvointia! Musiikkityö sairaala- ja hoivaympäristöissä*, 9–42. Turun ammattikorkeakoulun oppimateriaaleja: 120.

Laine, Nadja. 2020. "Klovni ja lääkäri nenäkkäin. Moniammatillinen yhteistyö toimenpideklovnin työssä". Artikkelitalk-verkkolehdeessä 31.8.2020. Tark. 1.11.2021. <https://talk.turkuamk.fi/taide/klovni-ja-laakari-nenakkain-moniammatillinen-yhteisty-toimenpideklovnin-tyossa/>.

Laitinen, Liisa. 2017. Vaikuttavaa? Taiteen hyvinvointivaikutusten tarkastelua. Turun ammattikorkeakoulun tutkimuksia: 46. Tark. 21.10.2021. <http://julkaisut.turkuamk.fi/isbn9789522166166.pdf>.

Laitinen, Liisa, Olli Jakonen, Emmi Lahtinen ja Liisa-Maria Lilja-Viherlampi. 2020. "From grass-roots activities to national policies – the state of arts and health in Finland". *Arts & Health*, DOI: 10.1080/17533015.2020.1827275

Lehikoinen, Kai ja Elise Vanhanen. 2017. *Taide ja hyvinvointi. Katsauksia kansainväliseen tutkimukseen*. Taideyliopiston Kokos-julkaisusarja 1/2017. Tark. 21.10.2121. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-7218-16-7>

Lehtonen, Kimmo. 2004. "Musiikki muutoksen välineenä". *Psykologia* 6: 407–415.

Liikanen, Hanna-Liisa 2010. *Taiteesta ja kulttuurista hyvinvointia: ehdotus toimintaohjelmaksi 2010–2014*. Opetusministeriön julkaisuja 2010: 1.

Lilja-Viherlampi, Liisa-Maria. 2007. "Minunkin sisällä soi!" – musiikin ja sen parissa toimimisen terapeuttisista merkityksistä ja mahdollisuuksista musiikkikasvatuksessa. Väitöskirja. Turun ammattikorkeakoulun tutkimuksia: 24.

Lilja-Viherlampi, Liisa-Maria (toim.). 2019. *Musiikkihyvinvointia! Musiikkityö sairaala- ja hoivaympäristöissä*. Turun ammattikorkeakoulun oppimateriaaleja: 120. Tark. 2.9.2121. <https://www.turkuamk.fi/fi/tutkimus-kehitys-ja-innovaatiot/julkaisuhaku/17/>.

Lilja-Viherlampi, Liisa-Maria ja Anna-Mari Rosenlöf. 2019. "Moninäkökulmainen kulttuurihyvinvointi". Teoksessa Ilona Tanskanen Toim.): *Taide töissä – Näkökulmia taiteen opetukseen sekä taiteilijan rooliin yhteisöissä*, 20–39. Turun ammattikorkeakoulun raportteja: 256.

Lilja-Viherlampi, Liisa-Maria, Mirja Kopra ja Paula Niemi. 2021. "Taide tuntuu aivoissa – taide ja kulttuuri aivoterveysten edistämässä". Julkaisussa Marja-Anneli

Hynynen (toim.): *Aivoille terveyttä! Aivoterveystiedon edistämisen erikoistumiskoulutus*. Savonia-ammattikorkeakoulun julkaisuja 7/2021. Tark. 21.10.2021. <https://urn.fi/URN:NBN:fi-fe2021052832078>

Lindeberg, Anna-Mari. 2005. *Millainen laulaja olen. Opettajaksi opiskelevan vokaalinen minäkuva*. Joensuun yliopisto. Väitöskirja. Kasvatustieteellisiä julkaisuja n:o 104.

Mantere, Meri-Helga. 2007. ”Luovuuden ulottuvuuksia taideterapiassa”. Teoksessa *Taideterapian perusteet*. Toim. Mimmu Rankanen, Hanna Hentinen ja Meri-Helga Mantere, 190–207. Duodecimin julkaisuja. Hämeenlinna: Karisto Oy.

McDonald, Raymond, Gunter Kreutz ja Laura Mitchell (toim.). 2012. *Music, Health and Wellbeing*. Oxford: Oxford University Press.

Nordic Arts & Health Research Network 2021. Kulttuurihyvinvoinnin pohjoismaisen tutkijaverkoston verkkosivusto. Tark. 5.11.2021. <https://nordicartshealth.turkuamk.fi/> .

OKM 2021. Kulttuurihyvinvoinnin yhteistyöryhmä on aloittanut työnsä. Uutinen ministeriön verkkosivulla. Tark. 4.11.2021. <https://okm.fi/-/kulttuurihyvinvoinnin-yhteistyoryhma-on-aloittanut-tyonsa>.

Piaget, Jean. 1988. *Lapsi maailmansa rakentajana: Kuusi esseettä lapsen kehityksestä*. Suom. Saara Palmgren (suom. tark. Klaus Helkama). Juva: WSOY.

Rankanen, Mimmu. 2011. ”Jaettuina maisemia – taideterapian tiedon ja taidon alaa jäsentämässä”. *Synnyt/Origins* 3, 17–40.

Rechardt, Eero. 1988. ”Musiikin kokemisen ruumiilliset ja symboliset ulottuvuudet”. Teoksessa *Psykoanalyysin monta tasoa. Tor-Björn Hägglundin juhlakirja*. Toim. Vilja Hägglund ja Vuokko Rätty, 134–145. Helsinki: Nuorisopsykoterapiasäätiö.

Rosenlöf, Anna-Mari. 2014. *Rakenteita ratkomassa. Kulttuurisen seniori- ja vanhustyön rakenteita ja toimintamalleja*. Taiteen edistämiskeskuksen julkaisuja. Tark. 1.10.2021. https://www.taike.fi/documents/11580/137239/Rakenteita+ratkomassa_kulttuurisen+seniori+ja+vanhustyon...2014.pdf .

Saukkolin, Jukka (toim.). 2012. Euroopan kulttuuripääkaupunki Turku 2011. Turku 2011 -säätiön loppuraportti kulttuuripääkaupunkivuoden toteutumisesta. Tark. 1.10.2021. https://www.turku.fi/sites/default/files/atoms/files/turku2011_loppuraportti.pdf

Sinkkonen, Jari. 2003. *Leikkiä vakavilla asioilla*. Helsinki: WSOY.

Soinila, Seppo. 2019. ”Musiikkia aivosairauksiin”. Neurologian professori Seppo Soinilan luento TYKS tutkii ja hoitaa-luentosarjassa 17.1.2019. Tallenne katsottavissa <https://www.youtube.com/watch?v=qoEKB7TOUuk> .

Stern, Daniel. 1985. *The Interpersonal World of the Infant*. New York: Basic Books.

Suomen musiikkiterapiayhdistys 2021. Mitä musiikkiterapia on? Tark. 2.11.2021. <https://www.musiikkiterapia.net/index.php/mita-musiikkiterapia> .

Sydänliitto 2021. Uutinen sydan.fi -verkkosivulla. Tark. 4.11.2021. <https://sydan.fi/uutinen/taikusydan-vuoden-2021-sydanterveyden-edistajaksi-kulttuurin-ja-hyvinvoinnin-valilla-selkea-yhteys/> .

Taikusydän 2021. Verkkosivusto <https://taikusydan.turkuamk.fi/> Tark. 9.9.2021.

Taikusydän/Alueverkostot 2021. Tark. 5.11.2021. <https://taikusydan.turkuamk.fi/alueverkostot/tietoa/>.

Tiikkaja, Samuli. 2021. ”Mistä puhumme, kun puhumme musiikista.” *Helsingin Sanomat* 29.11., B1–B3.

TYKS tutkii ja hoitaa 2019. Turun yliopistollisen keskussairaalan ja VSSH:n luentosarja. ”Kulttuuristako hyvinvointia?” Luento 17.1.2019. Katsottavissa <https://www.youtube.com/watch?v=XKHc4VaT9PU>. Tark. 1.11.2121.

Varsinais-Suomen muistiyhdistys 2021. Verkkosivut. Kulttuuria minulle -hankkeen päätöswebinaari. Tark. 9.11.2021. <https://www.muistiturku.fi/fi/yhdistys/tapahtumakalenteri/kulttuuria-minulle-hankkeen-paatoswebinaari>.

Wigram, Tony, Inge Nygaard Pedersen ja Lars Ole Bonde. 2002. *A Comprehensive Guide to Music Therapy. Theory, Clinical practice, Research and Training*. London: Jessica Kingsley Publishers.

Mari Rusi-Pyykönen

Lectio praecursoria:

Hetkestä syntynyttä. Suunnanmuutoksia ja uudenlaista otetta osallistavan teatterin käytäntöihin

TtM, TaT Mari Rusi-Pyykönen (mari.rusi-pyykonen@metropolia.fi) on Metropoliaassa kouluttajana toimiva draamapedagogi, jonka väitöskirja tarkistettiin julkisesti Taideyliopiston Teatterikorkeakoulussa lokakuussa 2020.

Lectio praecursoria:
Hetkestä syntynyttä. Suunnanmuutoksia
ja uudenlaista otetta osallistavan teatterin
käytäntöihin

Mari Rusi-Pyykönen
.....

Kirjoitin väitöskirjani kiitokset lähes vuosi sitten. Työ oli tehty. Pitkäkestoisen tutkimusprosessin pääteasema siinsi horisontissa, vaan ei kuitenkaan. COVID-19-rajoitukset aiheuttivat äkkipysähdyksen. Oli kuin pohjoisesta Kolarin rautatieasemalta alkanut matkanteko olisi tyssänyt juuri ennen Pasilaa. Jouduin kasvokkain ennakoimattoman kanssa. Kulunutta puolen vuoden odotusta voisi kutsua kynnyksellä viipymiseksi käsillä olevan tilanteen ja tulevan – ei vielä olevan eikä tiedetyn – välissä.

Aika, tila ja ennakoimattomuus – tilanteellisina tekijöinä työskentelyssä – ovat myös taiteellisen tutkimukseni keskiössä. Tiedonintressini kohdentuu siihen, miten ennakoimattoman tilanteen tarjoamaa tilaisuutta ja siihen tarttumista voisi hyödyntää taiteellisen tutkimuksen tekemisessä ja osallistavan teatterin käytännöissä. Tarkastelen siten aikaa – mahdollisuutena.

Osallistavan teatterin käytäntöjen perimmäinen laatu, ontologia, muodostuu tilanteisuudesta, konkreettisista tilanteista ja tapahtumista. Nämä sisältävät läsnäoloa, suhteita ja yhteistä työskentelyä jaetun vuorovaikutuspiirin aistikentässä. Käytännöt todentuvat toiminnassa tässä ja nyt, siksi mielenkiinto tutkimuksessani kohdistuu tilanteesta lähtevään työskentelyyn ja siitä nousevaan tietoon. Tilannelähtöisyyteen liittyy väistämättömästi ennakoimattoman kohtaamista. Valmiiksi mallinnetuista työtavoista kokeilevaan ja tunnustelemaan työskentelyyn siirtyminen rakentuu tutkimusprosessini aikana yhdeksi keskeiseksi suunnanmuutoksen tekijäksi osallistavan teatterin uudenlaisiin käytäntöihin.

Tutkimukseni käsittelee institutionaalisen teatterin ulkopuolista, osallistavan teatterin toimintakenttää. Suomessa tällä kentällä työskentelyä on kutsuttu termeillä draama, draamakasvatus, draama & teatteri. Näiden alkuosana on käytetty mm. sosiaalista-, soveltavaa-, osallistuvaa-, yhteisöl-

listä. (Ks. esim. Ventola 2013.) Tutkimuksessani tarkastelen osallistavan teatterin käytäntöjä toimintakentässä, jonka jäsen olen. Tutkimukseni on kokemuseräistä ja tekijälähtöistä, ja sen perustana on tutkimuskohteen tuttuus. Ensikosketuksen osallistaviin draaman työtapoihin sain toimintaterapian opinnoissani 1970-luvun puolivälissä. Toimintaterapeuttikoulutuksessa ”draaman” eli draamallisten menetelmien opetus toteutui lukukausittain systemaattisesti etenevänä ja syvenevänä juonteena. Paikannan tutkimuksessa omaelämäkerrallista tutkijakuvaani. Tutkimuksen tekemisen omaelämäkerrallisina aineksina on kokemushorisonttiini rakentunut kokemustieto ja sen kriittinen, refleksiivinen käyttö osana tutkimusta. Lähestymistapani on siten autoetnografinen (Chang 2008; Madison 2005).

Tutkimuksessani osallistava teatteri ei näyttäydy selkeärajaisena käsitteenä, genrenä tai työskentelytapana, vaan ”osallistava” viittaa esitystapahtumassa mukanaolijoille tarjottavaan mahdollisuuteen osallistua vastavuoroiseen ja yhteisesti rakentuvaan työskentelyyn: ryhmän yhteisesti tuottamaan esteettisen prosessiin (vrt. Hughes ja Nicholson 2016; Ventola 2013). Siten toimintakenttään omaksuttuja käytänteitä verrataan tutkimuksessani ihmisten väliseen, yhteisyyttä ja aktiivista toimijuutta tukevaan osallistumiseen. Osallistavassa teatterissa osallistaminen on alusta asti yhdistetty yhteiskunnallisesti aktivistiseen asennoitumiseen ja yhteiskuntakriittiseen toimintaan (Rifkin 2010). Työskentelyssä se tarkoittaa osallistujien elämäntilanteen kokonaisvaltaista huomioon ottamista.

Kun työskentelyn jatkuvuus ja pitkäkestoisuus kuvasivat osallistavan taiteen ruohonjuuritason käytäntöjä sen ensimmäisinä vuosikymmeninä 1960–1980-luvuilla, alkoi projektimaisuus kuvata toimintatapaa 1990-luvulta alkaen (Bishop 2011). Tällöin uusliberalistisen kulttuuripolitiikan kehityksessä taidetta ja kulttuuria alettiin tarkastella menetelminä ja välineinä: esimerkiksi erilaisina palvelutuotteina sosiaalisen, kasvatuksellisen tai taloudellisen hyödyn tavoitteiden saavuttamiseksi (Haapalainen 2018; Mullen 2012; O’Connor ja Anderson 2015). On kuitenkin syytä tarkastella kriittisesti projektien ennalta määriteltyjä muutostavoitteita, sillä ihmisten elämäntilanteissa ja sosiaalisissa olosuhteissa on kyse huomattavasti monisyisemmistä ja monimutkaisemmista asioista kuin mihin määrääkaikaisilla, kertaluontoisiin rahoituksiin perustuvilla projekteilla voidaan vaikuttaa. Uudenlaisen tulokulman toimintakentän tutkimusprojekteihin tuo pitkäkestoinen ArtsEqual-hanke. Tutkimukseni näkökulmasta erityinen mielenkiinto kohdistuu sen yhteisötaiteellisen ryhmän työn tuloksiin.

Tutkimukseni taustalla on kentän nykyisestä kehityssuunnasta herännyt kysymys: etäännyttävätkö välineelliset tehtävät ja mallinnetut työtavat

osallistavaa teatteria peruuttamattomasti sen alkuperäisestä yhteisöllisyydestä, kokeellisista työskentelyprosesseista ja radikalismista? Kysymykseen liittyy huoli ryhmälähtöisen ja prosessimaisen työskentelytavan elintilan säilymisestä nykyisessä hankekeskeisessä suuntauksessa. Osallistavalla prosessimaisella työskentelyllä, joka ei voi antaa lupauksia lopullisista tuloksista, esimerkiksi osallistujissa tapahtuvista muutoksista tai eheytymisistä, näyttää olevan vaikea sopia nykyisen hankemaailman tavoiteasetteluihin. Mikäli huomio toiminnassa keskittyy yksinomaan työskentelyn tavoitteisiin ja vaikutuksiin, jäävät esitystapahtuman aikana syntyneet aistimukselliset ja affektiiviset kokemukset sekä työskentelystä heränneet mielikuvat merkityksiltään toissijaisiksi.

Tutkimustehtäväni on uudistaa osallistavan teatterin käytäntöjä suhteessa työskentelyprosessin tilanteellisiin tekijöihin sekä ympäröivän aistihavaintokentän elementtien käyttämiseen työskentelyssä. Tutkimuksellisen työskentelyni lähtökohtana on metodinen kokeilevuus. Sitä luonnehtii tiedonintressi, joka pyrkii laaja-alaiseen tiedon hankintaan sekä uudellaisiin, totutuista poikkeaviin asioiden jäsentämis- ja tarkastelutapoihin. Tämä tapahtuu limittäisten perspektiivien ja paradigmojen sisällä ja välissä. Metodologisessa orientaatiossani viitataan *bricolage*-käytäntöön (tee se itse -tekemiseen) ja sen toimijaan, eräänlaiseen ”tee se itse -tutkijaan”, ajattelun käsityöläiseen, joka suunnitelmallisesti ja itserefleksiivisesti rakentaa omia menetelmiään tutkimusta tehdessään (Rogers 2012; Kincheloe, McLaren ja Steinberg 2011). Onkin kuvattu, että taiteellisen tutkimuksen tekijät ”veistävät” tutkimuksensa työvälineet prosessin aikana. Kuvaan oman tutkimustyöni toteutustapaa tekemisen ja ajattelun *bricolage*-käsityöläisyydeksi.

Tutkimukseni rakentuu kolmesta osasta:

1. osallistavan teatterin lähihistoriallisesta taustoituksesta,
2. *Käsillä*-nimisestä esineprojektista, tutkimuksen käytännöllisestä osasta sekä
3. tutkimuksen lopputuloksena ja johtopäätöksenä rakentuneesta eettis-poliittisesta sommitelmasta.

Taustoituksen tarkoitus on kirkastaa osallistavan teatterin käytäntöjen historiallista muotoutumista. Lisäksi se tarkastelee toimintakentän vakiintuneita käytäntöjä nykytilanteen näkökulmasta. Taustoitus toimii jäsentyneenä ennakkokuvana ja pohjana tutkimukseni seuraaville työskentelyvaiheille. Tutkimusmateriaalin keräämisen menetelmät ovat olleet kirjallisuuteen pohjaava kuvaus sekä ryhmämuistelu ja kentän asiantuntijatoimijoiden kanssa käydyt ryhmä- ja kahdenkeskiset keskustelut.

Tutkimukseeni sisältyvän käytännöllisen osan *Käsillä*-esineprojektissa lähdin taiteelliselle tutkimukselle ominaisesti muuntamaan prosessidraamassa käyttämäni työtapa tutkimukselliseksi työvälineeksi: tekemisen kautta tietämisen tavaksi. Taiteellisen tutkimuksen kentässä tutkimukseni paikantuu käytännön ohjaaman tutkimuksen alle (Haseman 2006). Prosessidraaman työpajoissani puhe ei ole keskeisin ilmaisullinen elementti, vaan työtavan erityisyytenä on sattumalta löydettyjen esineiden käyttäminen niiden omassa olemustavassaan *esineitoimijoina* tai alkusysäyksenä ja suuntana ryhmän tulevalle toiminnalle. Työskentelyprosessille on ominaista vähäeleisyys sekä episodimainen eteneminen. Prosessidraamalle luonteenomaisesti muoto rakentuu improvisaatiotyöskentelyn kuluessa (Eriksson 2011; Haseman 2002). Esinelähtöisessä työtavassa inhimilliset ja ei-inhimilliset esiintyjät ovat lähtökohtaisesti tasavertaisia (ks. Allen 2014).

Tutkimukseni esineprojektissa käyttämäni menetelmä oli prosessitöiden käsin tekeminen. Menetelmän tarkoituksena oli:

rakentaa kontekstia ja syvempää ymmärrystä esinelähtöiselle, havainnoimisen ruumiillisuutta ja aistisuutta painottavalle työskentelytavalle osallistavassa prosessissa.

koetella esinelähtöisen käsillä tekemisen kautta tapahtuvaa tutkimuksellista ajatteluprosessia ja kuvata prosessitöiden omakohtainen tarkasteleprosessi taiteellisen tutkimuksen tekemisessä.

Prosessitöiden materiaalisena lähtökohtana olivat vanhat, jokapäiväisessä käyttötarkoituksessaan kuluneet ja sittemmin hylätyt esineet. Suhteeni esineisiin sisälsi olettamuksen, että jokainen esine omassa olemistavassaan voi pitää sisällään taiteellista tai tutkimuksen käytäntöön liittyvää ideaa.

Prosessitöiden valmistamisen käsillä työskentely voidaan itsessään nähdä omanlaisena tapana ajatella. Se on ruumiillista ajattelua, jossa käsi viestii aivoille ja aivot kädelle. Käden työ perustuu ajatteluun. Käsin ajattelu on ihmiselle yhtä olennainen piirre kuin kyky käsitteelliseen ajatteluun. Näiden ero on se, että käsin tekemisessä tieto ei lähde valmiista käsitteistä, ajatuksesta tai muodosta. Sen sijaan tieto kasvaa työskentelyn prosessissa ihmisen aistimuksellisesta havaitsemisesta yhteistyössä materiaalien ja ympäristön kanssa. (Ks. Ingold 2013; Pallasmaa 2009; Siukonen 2011.)

Töiden valmistamisessa keskeistä oli käsillä tekemisen kautta rakentuva ajattelu ja sen tuottamat, tutkimusprosessiin yhdistyvät oivallukset ja ymmärrykset. Pyrkimyksenä oli etsiä materiaalista ilmaisua tutkimustehtävään liittyville ajatuksille. Prosessitöiden valmistaminen oli kulultaan kokeilevaa materiaalis-konkreettista toimintaa. Sen tuloksena syntyi yhdeksän prosessityön esinekoostetta, *assemblaasia*.

Töiden retrospektiivisessä tarkastelussa rakentui prosessityömetodi ja sen kolme kulmakiveä. Kulmakivet painottavat 1) esineeseen luotua suhdetta (esinekumppanuutta), 2) aistimuksellisten mielikuvien osuutta ajatteluprosessissa ja 3) esineiden välisestä montaasimaisesta rinnastamisesta syntyvää uusien merkitysten syntymistä.

Esineiden kanssa työskentely tarjosi mahdollisuuden syventyä tarkastelemaan löytöesineiden ja ihmisruumiillisuuden omaamaa vertailtavuutta, vertauskuvallisuutta ja samankaltaisuutta niissä tilanteissa, joissa oleminen maailman kanssa rikkoutuu. Kuluneiden ja vahingoittuneiden löytöesineiden kohtalot tehtävästään orpoutuneina vertautuvat tutkimuksessani ihmiselämän ruumiillisuuteen: sen särkyvyyteen ja rajallisuuteen. Esiin tulee esineen ja ihmisen samankaltaisuus. Esineiden käsin kosketeltavien ominaisuuksien ymmärtäminen on myös yritystä ymmärtää niiden kykyä koskettaa meitä affektiivisesti. Aistihavainto on suhteessa olemista esineeseen ja sen ominaisuuteen. Tähän suhteessa olemiseen liitän prosessitöittäni *kuluneisuuden estetiikan*. Se edustaa köyhyyden ja kuluneisuuden kokemuksellista arvoa töissäni ja myös tapaa katsoa ympäröivää maailmaa ja itseämme.

Aistimukselliset mielikuvat ovat keskeisiä esinelähtöisessä käsin tekemisen menetelmässä. Esineiden kanssa työskentelyssä aistimukset, muistot, mielikuvat ja mielikuviutus aktivoituvat ja yhdistyvät (vrt. Turunen 1998). Näin ne synnyttävät uusia mielleyhtymiä ja ajatuskulkuja: virittävät ja yhdistelevät ajatuksia, käsitteitä, tapahtumia ja tunnetiloja.

Prosessitöiden tekeminen oli esinelähtöisestä käytännöstäni ja käsin tekemisen kautta tietämisen ideasta rakentuneen metodin kokeilua tutkimusprosessini ymmärtämiseksi ja ohjaamiseksi. Työt ilmentävät aistimuksellisen havaintopohjaisen ajattelun ja siitä syntyneiden mielikuvien esineellistymistä, kun arkipäiväinen esine ja tutkimukseen liittyvä kysymys törmäävät (vrt. Siukonen 2011). Prosessityöt ja niiden synnyttämät ajatukset ja mielleyhtymät tuottivat teemoja ja näkökulmia tutkimukseeni.

Tutkimuksen kolmannen vaiheen tuloksena ja tutkimusprosessini johdopäättöksenä rakentui eettis-poliittinen sommitelma. Se rakentuu viidestä elementistä, joista avautuu uudenlainen perspektiivi osallistavan prosessin tilannesidonnaisuuteen, aistimellisuuteen, ennakoimattomuuteen sekä ohjaajan ja ryhmän vastavuoroisuuteen. Sommitelman elementit auttavat purkamaan toiminnassa kaavamaisia ja tasavertaisen työskentelyn kannalta ongelmallisiksi käyneitä asetelmia ja käytäntöjä. Sommitelmassa painotetaan tapahtumiselle tilaa antavia työtapoja, jotka eivät ennalta määrittele sisältöjä, osallistujien välisiä suhteita tai yhteenliittymisen tapoja. Sommitelman rakentamisen keskeinen metodi pohjasi montaasiteoriaan (ks. Huttunen 1997). Se mahdollisti tutkimusmateriaalin sisältämien erilaisten

ainesten, asioiden ja näkökulmien rinnastamisia ja yhdistämisiä uusien kokonaisuuksien ja merkityksien aikaansaamiseksi.

Väitöskirjassani ehdotan uutta suuntaa tutkimukselle: mikäli osallistavan teatterin kentän monimuotoisuutta halutaan suojella, niin tutkimuksessa on tärkeä syventyä tarkastelemaan juuri tätä monimuotoisuutta. Samalla muokataan maaperää uudenslaisille käytännöille.

Tästä lektiosta käynnistyi viimeinen etappi kohti tutkimusprosessini pääteasemaa.

Lähteet

- Allen, Richard. 2014. *Theatre Machines. A practice-based enquiry into the performance of objects*. Wales: Aberystwyth University
- Bishop, Claire. 2012. *Artificial Hells. Participatory art and the politics of spectatorship*. London: Verso.
- Chang, Heewon. 2008. *Autoethnography as Method*. Walnut Creek: Left Coast Press.
- Eriksson, Stig. 2011. "Distancing at Close Range: making strange devices in Dorothy Heathcote's process drama Teaching Political Awareness Through Drama." *Research in Drama Education: The Journal of Applied Theatre and performance*. Vol. 16 (1). London: Routledge, 101–123.
- Haapalainen, Riikka. 2018. *Utopioiden arkipäivää osallistumisen ja muutoksen paikkoja nykytaiteessa 1980–2011*. Väitöskirja. Helsingin Yliopisto. Humanistinen tiedekunta.
- Haseman, Brad. 2002. "The Leaderly Process Drama and the Artistry of 'Rip, Mix and Burn'". Teoksessa Bjørn Rasmussen ja Anna-Lena Østern (toim.): *Playing Betwixt and Between*. The IDEA Dialogues 200, 226–231. Bergen: IDEA Publications and IDEA 2001 World Congress.
- Haseman, Brad. 2006. "A Manifesto for Performative Research". *Media International Australia incorporating Culture and Policy, theme issue "Practice-led Research"* (118), 98–106.
- Hughes, Jenny ja Helen Nicholson. 2016. "Applied Theatre. Ecology of practices." Teoksessa Jenny Hughes and Helen Nicholson (toim.): *Critical Perspectives on Applied Theatre*, 1–12. Cambridge: Cambridge University Press.
- Huttunen, Tomi. 1997. "Montaasi ja teksti." *Synteesi* (4), 58–79.
- Ingold, Tim. 2013. *MAKING. Anthropology, Archaeology, Art and Architecture*. London: Routledge.
- Kincheloe, Joe. L., Peter McLaren ja Shirley R. Steinberg. 2011. "Critical Pedagogy and Qualitative Research: Moving to the Bricolage." Teoksessa Norman Denzin ja Yvonna S. Lincoln (eds.) 2011: *The SAGE Handbook of Qualitative Research*. (4. ed.), 163–177. New York: SAGE.

Madison, D. Soyni. 2005. *Critical ethnography: Method, ethics, and performance*. CA, Thousand Oaks: SAGE.

Mullen, Molly. 2012. "Taking care and playing it safe: Tension in the management of funding relationships." *Journal of Arts & Communities*. Vol. 4. (3), 181–198.

O'Connor, Peter ja Michael Anderson. 2015. "Research in a Post-Normal World." Teoksessa Peter O'Connor ja Michael Anderson (toim.): *Applied Theatre Research. Radical Departures*, 3–94. London: Bloombury.

Pallasmaa, Juhani. 2009. *The Thinking Hand: Existential and Embodied Wisdom in Architecture*. Chichester: John Wiley & Sons.

Rifkin, Frances. 2010. *The Ethics of Participatory Theatre in Higher Education. A Framework for Learning and Teaching*. The Higher Education Academy. PALATINE - Dance, Drama and Music. Lancaster University.

Rogers, Matt. 2012. "Contextualizing Theories and Practices of Bricolage Research." *The Qualitative Report*. 2012 Vol. 17, T&L Art. 7, 1–17. University of New Brunswick. <http://www.nova.edu/ssss/QR/QR17/rogers.pdf>

Siukonen, Jyrki. 2011. *Vasara ja hiljaisuus*. Lyhyt johdatus työkalujen filosofiaan. Helsinki: Kuvataideakatemia.

Turunen, Kari. 1998. *Minusta näyttää – johdatus reflektiiviseen filosofiaan*. Jyväskylä: Atena.

Ventola, Marjo-Riitta. 2013. *Osallistava teatteri. Laadukas aikalaiskonsepti*. Lisensiaatin-tutkimus. Esittävien taiteiden tutkimuskeskus. Helsinki: Teatterikorkeakoulu.

Laura Huhtinen-Hildén

***Kulttuurihyvinvointialan
palapeliä kokoamassa***

FT, MuM, musiikkiterapeutti ja työnohjaaja Laura Huhtinen-Hildén (laura.huhtinen-hilden@metropolia.fi) toimii Metropoliaassa yliopettajana, tutkijana sekä tutkintovastaavana Creativity and Arts in Social and Health Fields (CRASH) - Master's-ohjelmassa. Hän on kiinnostunut kulttuurihyvinvointialan, taiteen soveltavan käytön ja musiikkipedagogiikan kehittämisestä ja tutkii luovuuden ja taiteen mahdollisuuksia osallisuuden, hyvinvoinnin ja kestävän tulevaisuuden edistämisessä.

Kulttuurihyvinvointialan palapeliä kokoamassa

Laura Huhtinen-Hildén

.....



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

Viimeisen kymmenen vuoden aikana Suomessa on kehitetty ammattimaisemmin luovuuden, kulttuurin ja taiteen hyödyntämistä ihmisten hyvinvoinnin ja terveyden edistämisessä. Tämä on näkynyt erilaisina projekteina ja käytännön kokeiluina sekä vähitellen myös koulutusohjelmien ja tutkimushankkeiden muodossa. Kunnille on vuoden 2019 lakiuudistuksessa tuotu suurempaa vastuuta kulttuuri- ja taidetoiminnan järjestämisestä koskien myös asukkaiden hyvinvointia, terveyttä, osallisuutta ja yhteisöllisyyttä. Suomeen on muodostumassa kulttuurihyvinvointiala, jolla voi parhaimmillaan olla erinomaiset edellytykset luoda kestävää tulevaisuutta ja osallisuutta. Tässä onnistuminen edellyttää, että kulttuurihyvinvointia pystytään käsittelemään moninäkökulmaisesti ja -ammattillisesti ja että kyetään tuomaan yhteen sekä kulttuuri- ja taidealan että sosiaali- ja terveysalojen kehittäjät ja tutkijat.

Taiteen hyvinvointivaikutukset ovat nousseet laajemmin tietoisuuteen maailman terveysjärjestö WHO:n vuonna 2019 julkaiseman laajan tutkimuskatsauksen myötä. Elämän merkityksellisyyttä, mielikuvittelua ja uusia näkökulmia avaava luovuus voi liittyä taiteisiin, mutta se voi myös saada muunlaisia kokeilemisen, leikillisyyden ja kulttuurisen toiminnan muotoja. Kulttuurihyvinvoinnin edistämistä voikin kuvata erilaisten reittien mahdollistamisena luovuuden ja merkityksellisuuden äärelle.

Pia Houni, Isto Turpeinen ja Johanna Vuolasto ovat tarttuneet tärkeään ja ajankohtaiseen aiheeseen ja koonneet erityisesti taiteilijan avuksi käytännönläheisen tietopakettin siitä, mitä taiteilijan on hyvä pohtia ja ymmärtää työskennellessään hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen kontekstissa. Taiteen edistämiskeskuksen työhön perustuvassa kirjassa tuodaan lukijalle yleisen tutkimustiedon ohella lukuisia kiinnostavia käytännön esimerkkejä erilaisista projekteista ja taiteilijan työn näkökulmista. Lisäksi julkaisu nostaa esiin erittäin tarpeellisia näkökulmia taidetoiminnan mittaamisesta ja rahoituksen hankkimisesta.

Taiteilija on uuden äärellä määritellessään työnsä tavoitteita hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen näkökulmasta. Sen tiedostaminen on välttämätöntä sellaiselle taiteilijalle, joka ottaa työssään tällaisen suunnan. Tämän viestin käytännön sanoittajana *Taidetta!*-kirja toimiikin ansiokkaasti nostoen esimerkiksi eettisten periaatteiden sekä sosiaali- ja terveysaloilla työskentelyyn liittyvien laatuksymysten teemat esille. Näihin aiheisiin liittyvä ammattitaito ei ole taiteilijan ydinosaamista, mutta kulttuurihyvinvointialalla työskentelyssä ne ovat keskeisiä ammatillisen osaamisen alueita myös taiteilija-ammatin edustajille. Tästä syystä on erittäin arvokasta, että *Taidetta!*-kirjassa käsitellään eettisyyttä, vaikutusten mittaamista, taiteilijan työnohjauksen merkitystä ja ammattiosaamisen rajojen tunnistamista, joilla on suuri merkitys taiteilijan laadukkaalle ammatilliselle toimimiselle kulttuurihyvinvointialalla.

Julkaisun nimeäminen kulttuurihyvinvoinnin käsikirjaksi on kuitenkin ongelmallinen alan moniammatillisten näkökulmien hyödyntämisen kannalta. Kulttuurihyvinvoinnin edistäminen on taiteilijan työtä ja näkökulmia laajempi aihe. Jotta kulttuurihyvinvoinnin edistämisen laajat mahdollisuuksien tulisivat Suomessa hyödynnettyä, olisi välttämätöntä tunnistaa se, miten eri ammattialojen osaaminen ja työkäytännöt tähän liittyvät. Tässä *Taidetta!*-kirja ei onnistu tarjoamaan kulttuurihyvinvointialan kehittämiseksi sen kipeästi tarvitsemaa laajempaa näkökulmaa. Julkaisun läpi kulkee – toki jo esipuheessa mainittu – Taiken työhön perustuva ja taiteilijan roolia korostava ote. Tämä on luonnollisesti linjassa Taiken perustehtävän kanssa, mutta kulttuurihyvinvoinnin käsikirjaan näkökulma on liian kapea. Kirjan nimeäminen oppaaksi taiteilijoille olisi auttanut lukijaa – ja mahdollisesti myös kirjoittajia – asemoimaan tekstiä osana laajempaa kulttuurihyvinvoinnin edistämisen moniammatillista kenttää.

Kirjan tärkeä anti liittyy kiinnostavien, värikkäiden ja työn arjesta kertovien projekti-, työpaja-, ja työskentelykokemusten kuvauksiin. Niiden avulla taiteilijan työ kulttuurihyvinvointialalla tulee käsin kosketeltavaksi ja ymmärrettäväksi. Julkaisun läpi kulkevat myös kirjoittajien henkilökohtaiset

äännet, mikä mielenkiintoisella tavalla kontekstualisoi tekstiä tuoden myös nämä yksilölliset kokemukset ja näkökulmat lukijan ulottuville. Valitettavasti henkilökohtaisella otteella on myös kääntöpuolensa. Kirjassa vaikuttaa ehkä tiedostamattomana pohjavireenä kirjoittajille tuttuun ja vahvojen taiteellisen osaamisen alueiden korostuminen, ja esimerkiksi musiikin osuus jää näkökulmaltaan valitettavan ohueksi. Siinä hyvinvointivaikutuksista hyötyvä ihminen on asetettu vain kuulijan ja vastaanottajan passiiviseen osaan, vaikka juuri taidetoimintaan osallistumisen, siihen liittyvän toimijuuden vahvistumisen ja osallisuuden kokemuksen positiivisista vaikutuksista hyvinvointiin ja terveyteen on runsaasti tutkimusnäyttöä.

Rakentumisvaiheessa olevan kulttuurihyvinvointialan käsitteet ovat vasta muotoutumassa ja niitä käytetään usein vaihtelevalla ja osin ristiriitaisellakin tavalla. Siksi niiden osin jopa jo vakiintunutta arkikäyttöä on syytä myös kriittisesti tarkastella. Tässä *Taidetta!*-kirjan kirjoittajat eivät ole yksin, vaan alan käsitteistöä on vakiinnutettava monialaisen tutkimus- ja kehittämistyön kautta. Yhtenä käytettyyn kieleen liittyvänä esimerkkinä nostan *Taidetta!*-kirjassakin käytetyn sanan ”taideosallistuminen”, joka on monella tavalla pulmallinen. Se ohjaa ajattelemaan taiteen vaikutuksia liian kapeasta näkökulmasta. Pelkkä osallistuminen sinänsä ei välttämättä tuota toivottuja tuloksia, vaan keskeistä on tilanteeseen liittyvä lähestymistapa ja vuorovaikutuksen laatu, joka voi edistää tai olla edistämättä osallisuuden kokemusta, merkityksellisyyttä ja hyvinvointia. Laatuun keskeisesti vaikuttava tekijä on vuorovaikutustilanteiden fasilitointiin ja kannatteluun liittyvä pedagoginen osaaminen.

Kulttuurihyvinvointia edistävän taidekokemuksen ja taidetoiminnan toteutuminen asiakas- ja osallistujalähtöisesti sekä osallisuuden kokemusta vahvistaen edellyttää ammattitaitoa, joka mahdollistaa fasilitoidun ja turvallisen pedagogisen tilanteen. Tässä valossa kulttuurihyvinvointialan kriittisenä kehittämishaasteena näyttäytyy se, ymmärretäänkö asiakas- ja osallistujalähtöinen, pedagogisesti perusteltu sekä ryhmäprosessien kannalta onnistuneesti suunniteltu ja toteutettu *taidetoimintaan osallistuminen* keskeisenä saavutettavuuteen ja kulttuuristen oikeuksien toteutumiseen liittyvänä tekijänä.

Ilman syvällisempää pohdintaa siitä, miten osallisuuden kokemus rakentuu taidetoiminnassa, ei pedagogisen ammatillisen komponentin olemassaoloa tule havainneeksi, ja harmillisen usein alalla yleisesti kuvataankin yksioikoisesti, kuinka taide vaikuttaa. *Taidetta!*-kirja ei valitettavasti tee tässä poikkeusta, vaan käyttää taideosallistumisen ja taiteen vaikutuksen retoriikkaa läpi kirjan. Todellisuudessa taiteen hyvinvointivaikutuksissa on kysymys monenlaisin mekanismein rakentuvista prosesseista, joista edel-

leen tarvitaan lisää tutkimustietoa. Osallisuuden kokemus, yhteisöllisyys tai toimijuuden vahvistuminen, joilla taidetoiminnan merkityksellisyyttä usein kuvataan, rakentuvat monien tekijöiden yhteisvaikutuksesta. Niissä ovat mukana taiteen, mutta monella tavalla myös ne muut vaikutukset, jotka liittyvät itse taidetoimintaan tai taidekokemukseen liittyvään tilanteeseen ja siinä ilmenevään vuorovaikutukseen sekä näiden kaikkien tekijöiden kannatteluun ja fasilitointiin.

Taiteella, taidekokemuksella ja taidetoimintaan osallistumisella voi olla myös hyvinvointia heikentäviä vaikutuksia. Tästä syystä pedagogisen sensitiivisyyden, ryhmätoimintaan liittyvän ymmärryksen ja vuorovaikutustilanteiden kannattelun asiantuntijuus ovat keskeisessä roolissa kulttuurihyvinvointityössä. Tämä näkökulma jää kirjassa sivulauseisiin. Sikäli tämä on ristiriitaista, koska kirjassa kuvataan runsaasti erilaisten työpajojen toteuttamista ja ohjaamista. Taidetyöpajat ovat pedagogisia tilanteita, joissa tähän liittyvä ammattitaito on ehdoton vaatimus työn laadulle. Tähän ei vaikuta se, mikä ammattinimike työpajaa ohjaavalla on.

Jos taidealan ammattilaisista tunnistetaan vain taiteilijan ammattiosaaminen (ydinosaaminen liittyy omaan taiteelliseen prosessiin tai ilmaisuun) eikä esimerkiksi taidepedagogista osaamista nähdä omana asiantuntija-alueenaan, menetämme suomalaisen aarteen: meillä on taiteisiin liittyen opettaja-, pedagogi- ja ohjaajakoulutuksia, joiden keskeinen ammatillinen osaaminen liittyy juuri toisen ihmisen taidetoiminnan, ilmaisun, harrastamisen tukemiseen ja esimerkiksi ryhmässä tapahtuvan luovan toiminnan pedagogisen suunnitteluun ja kannatteluun.

Suomalaiset taidealojen opettaja- ja pedagogikoulutukset ovat kaikki luonteeltaan integroituja taiteilija-pedagogin koulutuksia, joita toteuttavat myös näiden taidealojen taiteilijakoulutuksista vastaavan yliopistot ja korkeakoulut. Näin ei muualla maailmassa usein ole, eikä tiettävästi missään muualla vaadita taiteen alan opettajilta ja pedagogeilta opettajan ammattiopintoja. Näiden pedagogisesti orientoituneiden ja opettamiseen syvällisesti kouluttautuneiden taiteilijoiden olemassaolon ja potentiaalinen kulttuurihyvinvointialan toimijoina nykyinen taiteilijan toimintaa korostava retoriikka jättää huomiotta. Taiteilijan osuuden korostaminen vie huomiota esimerkiksi taiteen perusopetuksesta ja kouluissa tapahtuvasta taidetoiminnasta, eikä tunnista monia muita luovaa toimintaa ohjaavia tai taidetoimintaa työssään hyödyntäviä ammattilaisia. Siksi se ei pohjimmiltaan edistä kulttuurihyvinvointialan kehittämistä.

Esittämästäni kritiikistä huolimatta *Taidetta! Kulttuurihyvinvoinnin käsikirja* on tärkeä avaus sille, miten luovuutta, kulttuuria ja taidetta voitaisiin laajemmin hyödyntää hyvinvoinnin ja terveyden edistämisessä. Vaikka

teos ei kokonaisuudessaan lunastakaan lupaustaan kulttuurihyvinvoinnin käsikirjana toimimisesta, se voi tukea merkittäväällä tavalla taiteilijoiden uudenlaisten työnkuvien rakentumista. Parhaimmillaan kirja toimiikin juuri taiteilijoille suunnattuna avauksena kulttuurihyvinvoinnin edistämiseen liittyvästä taiteellisesta työskentelystä.

Kulttuurihyvinvoinnin edistämiseen tähtäävä työ vaatii kuitenkin tuekseen vielä moniäänisempää tarkastelua, jossa myös muiden kuin taiteilijoiden näkökulmasta sanoitetut työn käytänteet, tavoitteet tai laadun määrittely nousisivat keskiöön. *Taidetta!*-julkaisu on avannut pelin kartoittamalla maaperää taiteilijan näkökulmasta. Tätä työtä on syytä jatkaa edelleen moniammatillisessa yhteistyössä, jossa laajemmin taide-, kulttuuri-, sosiaali- ja terveysalojen monenlaiset ammatilliset ovat sanoittamassa kulttuurihyvinvoinnin edistämistä ja siihen liittyviä käytänteitä ja haasteita Suomessa. Erityisesti meillä on tarve vahvistaa nimenomaan taidepedagogisen ammattitaidon sekä sosiaali- ja terveysalojen asiantuntijoiden roolia ja näkökulmia kulttuurihyvinvoinnin kokonaisuudessa.

Hyvinvoinnin edistäminen luovuuden, kulttuurin ja taiteen avulla liittää yhteen monenlaiset sen lisäämisen parissa työskentelevät tahot ja ammattialat. Näiden erilaisten ammattilaisten tunnistaminen ja olemassa olevien ammatillisten osaamisalueiden hyödyntäminen tässä työssä ei kuitenkaan ole yksinkertaista ja vaatii kokonaisvaltaista näkökulmaa alaan. Suomessa on loistavat mahdollisuudet rakentaa eri alojen ammattilaisten yhteisvoimin uudenlaista yhteiskunnallista hyvinvointia ja kestäväää tulevaisuutta luova kulttuurihyvinvointiala. Tämän timantin hiomiseen tarvitaan dialogista vuorovaikutusta sekä eri tieteenaloja hyödyntävää ajattelua.

Noora Vikman

Musiikki, ääni ja hyvinvointi -symposium
9.–10.9.2021 Itä-Suomen yliopisto, UEF, Joensuu

FT Noora Vikman (noora.vikman@uef.fi) työskentelee yliopistonlehtorina Itä-Suomen yliopistossa ja on vastuussa etnomusikologian erikoistumisalan perus- ja aineopinnoista. Opetustyön ohella hän on vetänyt ja osallistunut ääniympäristötutkimukseen liittyviin, aktiivista osallistavaa kuuntelua, luonnon äänimaisemia, kestäväää matkailua ja hiljaisuutta pohtiviin ja soveltaviin projekteihin. Tämän numeron julkaisuhetkellä hän on puolen vuoden tutkimusvapaalla Koneen säätiön rahoittamassa Suotrendi-hankkeessa.

DOI: 10.51816/musiikki.113255

Musiikki, ääni ja hyvinvointi -symposium
9.–10.9.2021 Itä-Suomen yliopisto, UEF,
Joensuu

Noora Vikman
.....

Musiikki, ääni ja hyvinvointi -symposium on eri tieteenalojen tutkijoiden sekä taiteen ja hyvinvointialan toimijoiden kohtaamispaikka, joka järjestettiin ensimmäisen kerran Joensuussa syyskuussa 2019. Tarkoitus on tarjota foorumi äänen vaikutuksista ja tutkimustulosten soveltamisesta kiinnostuneiden ja hyvinvointipalvelujen parissa toimivien ammattilaisten ajatustenvaihdolle sekä luoda ymmärrystä kokonaisvaltaisemman hyvinvoinnin aspekteista. Symposiumissa kulttuurisia merkityksiä ja koettua hyvinvointia on tuotu esiin monitieteisessä kontekstissa. Kulttuurin ja äänimaiseman tutkimus laajentaa ymmärrystä hyvinvoinnin edistämisestä kehollisena ja ympäristöön liittyvänä kokemuksena.

Vuonna 2021 symposium päätettiin järjestää online-tapahtumana virtuaalisen kohtaamisen haasteista huolimatta. Siinä painotettiin ympäristön äänten suhdetta hyvinvointiin. Ohjelma haluttiin rakentaa siten, että se tukisi parhaiten tiedon ja kokemusten kiireetöntä vaihtoa ja että kaikilla olisi mahdollisuus seurata kaikkia sessioita ja pysyä mukana kumuloituvassa keskustelussa. Siksi rinnakkaisia esitelmäsessioita ja työpajoja ei ollut kuten vuonna 2019. Kaiken kaikkiaan osallistujia oli yli sata, ja jokaiseen sessioon osallistui seitsemisenkymmentä kuulijaa. Palautteen mukaan Tuomas Partasen teknisesti fasilitoima konsepti vastasi tiedon ja kokemusten jakamisen tarpeeseen.

Yhdessä kuunteleminen

Symposiumin avasi elokuvatutkija, taiteilijanakin tunnettu Budhaditya Chattopadhyay, joka esitteli *keynote*-luennossaan ”Hyper- and Co-listening: Thoughts on Sound, Selfhood, Solidarity, and Solace” osallistavien metodien periaatteitaan. Meditatiivisen *hyperlistening*- ja ympäristön äänimaailmaa

todistavan ja yhdessä koetun *co-listening*-metodien tarkoitus on herkistää ja ohjata osallistujaa itsen ja ympäristön välisen suhteen tarkkaan havainnointiin. Ideaalin mukaan oman itsen kuuntelun ja tietoisuuden laajentumisen jälkeen ympäristön kuuntelu voi synnyttää sulautumisen kokemuksia. Kun ympäristö resonoi ihmisen kehossa myös ymmärrykselle erilaisia ihmisiä ja näkökulmia kohtaan, hyvinvoinnin toteutumisille avautuu suurempi mahdollisuus. Ympäristön havainnoinnin ja taiteellisen työskentelyn välineinä on aiemmin hyödynnetty muun muassa kausaalisen, semanttisen ja pelkistetyn kuuntelun metodeja. Esitelmässään Chattopadhyay esitteli holistisen syväkuuntelun metodin, jota on käytetty muiden muassa sävellystyön työkaluna. Teoksissaan *The Nomadic Listener* (2020) ja *The Auditory Setting* (2021) Chattopadhyay vertailee käyttämiään lähtökohtia aiempiin käsityksiin kuuntelemisen erilaisista tavoista.

Paneelikeskusteluissa luotiin katsaus kahteen kokonaisvaltaisvaltaiseman hyvinvoinnin tutkimusalueeseen. Yleisöllä oli mahdollisuus osallistua esitelmien välissä myös kahteen kokemuksellisempia elementtejä sisältävään työpajaan: Peter Appelin *Movingness*-liikemetodiin sekä Petri Berndtsonin ja Saara-Maija Strandmanin keskustelevaan, tietoisien hengittämisen filosofiaan.

Traditio ja kuuntelu

Symposiumin ensimmäisen tutkimusesitelmäsessioin avasi Riitta Rainion ja Noora Vikmanin esittely yhteisestä tutkimuksesta ”Engagements with environment – art of echos, traditions and rituals”. Sen lähtökohtana on kysymys, miten erilaiset kuulijat ovat luoneet ja luovat edelleen käsityksiä paikasta. Erilaiset luonnonympäristöt – suot, kalliot, metsät – kaiuttavat ääntä eri tavoin ja luovat erityistä paikan tuntua. Niiden perusteella esimerkiksi kansanparannuksen perinteissä akustisista ominaisuuksista on haettu parantamiseen, ihmisen ja muun luonnon väliseen tasapainoon ja kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin tarvittavaa synty tietoa. Kiinnostava näkökulma ihmisen ympäristösuhteen tutkimiseen on, miten aiempien parannustraditioiden tunteminen vaikuttaa yhä luonnon havainnointiin ja kuuntelemiseen.

Elina Hytönen-Ng esitteli symposiumissa äänellä itkemisen perinteen kehollista kokemusta otsikolla ”Corporeal experience of lamenting creating wellbeing”. Äänellä itkijöiden haastatteluihin perustuvissa huomioissa mainittiin muiden muassa, kuinka itkiessä kehossa koettiin vapautuvan surua. Surun saattoi tuntea kehossa konkreettisena hyperventilaationa tai

vatsa- ja kylkikramppeina. Kumartunut asento tuki äänellä itkemistä. Itkijät kokivat surun olevan ylisukupolvista. Itkeminen loi yhteyden menneisiin sukupolviin ja tässä tapauksessa Karjalaan.

Soile Päivikki Hämäläinen kertoi työstään, jossa joikaamista ja hoitotyötä on yhdistetty saamelaiden dementiapotilaiden parissa. Saamelaisille joikaaminen on tapa olla maailmassa ja yhteydessä ympäristöönsä sekä mahdollisuus ilmaista itseään osana yhteisönsä perintöä.

Hyvinvointivaikutusten tutkimuksen viitekehyksessä tutkimus osoitti, kuinka joikaamisella voi olla virkistävä ja muistoja aktivoiva vaikutus saamelaisiin dementiapotilaisiin. Siten joikaaminen voi olla hoitotyötä tukeva menetelmä. Esitelmässä korostui ajankohtaiseksi noussut kysymys kulttuuristen perinteiden akateemisen tutkimisen hienovaraisuuden ja sensitiivisyyden tarpeesta.

Kulttuurinen hyvinvointi

Paneelikeskustelu avasi symposiumin toisen päivän. Äänessä olivat Pia Hounin johdolla taiteen ja hyvinvoinnin käytäntöjen asiantuntijat. Pauliina Lapio toimii tuottajana ja luo taiteilijoiden ja terveydenhuollon instituutioiden välisiä kohtaamisia. Lapion avauspuheenvuorossa kuultiin jyvaskyläläisestä Sairaala Novasta, jossa on tehty merkittävä yhteistyön avaus kutsumalla taiteilijoita työskentelemään sairaalan tiloissa. Sairaala Novan toiminta on esimerkki siitä, kuinka suuressa instituutiossa on tunnustettu taiteen arvo sekä potilaiden että hoitohenkilökunnan hyvinvoinnin edistäjänä.

Taru Tähti on tutkinut musiikin hyvinvointivaikutuksia vanhustyössä. Väitöskirjatyönsä perusteella hän on eritellyt laulamisen hyvinvointivaikutuksia ja vanhustyöhön osallistuvien toimijuuden osa-alueita, jotka ulottuvat esteettisen, emotionaalisen, kehollisuuden, oppimiseen, identiteetin ilmaisun sekä organisaation kehittymisen alueille. Se tarjoaa yhden hyödylliseksi koetun mallin ja välineen taiteen hyvinvointivaikutusten jäsentämiseen sekä käytännön työn järjestämiseen. Merja Pennanen kertoi työskentelystään Kulttuurista hyvinvointia Pohjois-Karjalaan -hankkeessa, jossa edistetään kaikkien tasavertaista oikeutta ja pääsyä taiteen äärelle.

Keskustelussa nostettiin esiin myös taiteen kentälle tuttu ”hyvinvointitaiteen” ja ”oikean taiteen” välinen hierarkia ja monikerroksinen suhde. Eräs symposiumin yhteydessä järjestetyille Musiikki, ääni ja hyvinvointi -kursseille osallistunut opiskelija hahmotti suhdettaan taiteen rooliin luentopäiväkirjassaan seuraavasti: ”Taiteen rahoituksen lisäämistä pohdittaessa on oleellista tarkastella taiteen arvoa erilaisten mittareiden avulla ja samalla

muistaa se, että taiteen luonteenomainen piirre on sen 'hyödyttömyys' sekä se, ettei taiteellinen työskentely perustu välttämättä hyödyn tavoitteluun. Esimerkkejä sekä 'hyvinvointitaiteen' että 'oikean taiteen' parissa ansioituneesti työskentelevistä taiteilijoista on kuitenkin monia. Tällaisena nostan esiin parhaiten tuntemaltani tanssitaiteen kentältä arvostetun nykytaiteen tekijän ja koreografin Liisa Pentin, joka on työskennellyt pitkäjänteisesti autististen nuorten parissa.”

Ääni ja terapia

Seuraavassa Ida-Meri Havukaisen fasilitoimassa sessiossa, joka keskittyi äänen ja terapian suhteeseen, saatiin kuulla konkreettisia esimerkkejä suomalaisen hyvinvointitoiminnan kentältä. Espoon sairaalan musiikkiterapeutti Sari Laitinen kertoi käyttämistään metodeista ja musiikkiterapian mahdollisuuksista osana aivohalvauspotilaiden hoitoon keskittyvää hanketta.

Espoossa dysfasiapotilaille järjestetyn puutarhakonsertin aikana yhteisömuusikko loi laulun osallistujilta poimituista aiheista ja sanoista, ja laulua laulettiin yhdessä työpajan jälkeenkin. Toisessa työpajassa musisointi keholistui toiminnallisesti, kun kaikki osallistujat loivat yhteistä äänimaisemaa soittamalla yhtä instrumenttia. Kolmas *songdrawing*-metodi yhdisti kehon ja äänen kokemuksen. Osallistujan käsi piirsi vetäjien säestämiä ja soittamia lauluja paperille ja teki samanaikaisesti näkyväksi mitä laulettiin.

Tutkija ja kuoronjohtaja Eija-Liisa Sokka-Meaney esitteli tuloksia kuorolaulun vaikutuksista terveyteen ja hyvinvointiin kolmen kyselynsä perusteella. Ilmi tulleita kehollisia tuntemuksia olivat surullisuus, tylsyytys, lihasjäykkyys, henkinen stressi ja halu liikkua yhdessä laulun ohella. Säännöllinen ja toistuva yhdessä tekeminen ja sosiaaliset kontaktit mainittiin tärkeiksi. Tämä ilmeni esimerkiksi sen perusteella, miten kuorolaiset kokivat muiden muassa koronatauon vaikuttaneen tuntemuksiinsa. Vuonna 2021 tehdyssä tutkimuksessa kävi ilmi, että enemmistö vastanneista koki tulleeensa aktiivisemmaksi muillakin elämänalueilla kuorolaulun johdosta. Kuorossa laulamisen on erityisesti tärkeää sosiaalisten suhteiden kannalta, ja niinpä joku koki tulleeensa pandemian aiheuttaneen kuorolaulutauon aikana passiiviseksi. Esitelmän jälkeen saatiin taustatietoa musiikin vaikutuksesta aivojen kuntoutumiseen, ja kuulijat pääsivät jakamaan kokemuksiaan laulamisen sekä kuoronjohtamisen haastavuudesta koronarajoitusten aikana.

Musiikin tohtori, laulupedagogi Hilikka-Liisa Vuori ja laulaja, toimittaja Johanna Korhonen raportoivat vasta alkaneesta kahden vuoden pituisestä projektistaan, jolle Uudenmaan liitto oli myöntänyt rahoituksen. Projektin

tarkoitus on tutkia, kuinka olisi mahdollista järjestää hyvinvointipalveluja yhtä helposti kuin ostaisi siivouspalveluja. Korhonen ja Vuori työskentelevät hankkeessa hoitohenkilöstön rinnalla: laulaen sen mukana arjen tilanteissa sekä toisaalta ohjaamalla hoitajia käyttämään laulua työssään. Työskentelytapa nähtiin kiinnostavana ja arvokkaana tapana jakaa taiteilijuutta työvälineeksi toisen ammattikunnan käyttöön.

Tässä hankkeessa toimijat jalkautuvat hoitoyksiköihin, joissa he osallistuvat jokapäiväisten käytännön haasteiden ratkomiseen. Hankkeessa *arkilauluksi* kutsuttua työskentelytapaa hyödynnetään muistisairaiden hoivatyön haasteellisissa arjen toiminnoissa. Esimerkiksi peseytymisestä tai vessassa käymisestä pyritään tekemään sekä hoitajalle että potilaalle miellyttävämpää esimerkiksi potilaan nimeä kevyesti laulaen tai hyräillen. Lähtökohtana on kannustaa sekä hoitajaa että hoidettavaa löytämään motivaatio kuulla ja kuunnella toinen toistensa ääniä.

Symposium päättyi Noora Vikmanin vetämään paneelikeskusteluun immersiiivisestä äänestä. Paneelikeskustelussa pohdittiin, mitä mahdollisuuksia ja tavoitteita ihmisymmärryksen perustuvien sekä teknologian avulla luotavien tilojen luomiseen liittyy. Keskustelijoina paneelissa olivat äänisuunnittelun ja musiikin ammattilaiset Michael Böger, Budhaditya Chattopadhyay, Antti Ikonen ja Markus Pesonen.

Yhtenä paneelikeskustelun teemana oli pohtia taiteilijan vastuuta äänentuottamisen turvallisuudesta. Usein immersiiivisen konseptin tavoitteena on luoda luottamuksellinen tila, jossa henkilökohtaisia kokemuksia voi jakaa ryhmään osallistuneiden kesken. Immersiiivisen äänen kokemusta havainnollistettiin keskustelussa vertaamalla kuuloalueen laajuutta näkökentän kapealaisuuteen: ”kuin olisi silmät selässäkin”. Immersiiivistä ääniteknologiaa kehitetään toden tunnun tuottamiseksi. Sellaisena kokemusta jäljittelevä tuotettu äänimaisema voi yllättää kokijansa, luoda voimakkaita kehollisia kokemuksia ja aiheuttaa kokijassa epätoivottujakin reaktioita. Joku kommentoijista ehdotti immersiiivisyyden vetoavan modernin keskiluokkaisen elämäntavan reaktiivisen jännityksen tarpeeseen. Toinen mahdollinen immersiiivisyyden elämyksen tuottajien/hyödyntäjien tavoite on tarjota toisinkuulemisen ja vastarinnan paikkoja, jotka jättävät tilaa myös omaehtoisemmille tulkinnoille.

Antti Ikonen esitteli keskustelussa projektiaan Helsingin Uuden lastensairaalan tilojen äänisuunnittelijana. Siinä missä kuluttaja yleensä päättää itse osallisuutensa, eivät esimerkiksi lastensairaalan työntekijät tai potilaat voi valita, millaiselle pitkäkestoiselle sairaalataiteelle he altistuvat päivittäin. Tämä on pyritty ottamaan huomioon sairaalan äänimaiseman suunnittelussa. Keskustelun yhteydessä puhuttiin myös yleisemmin äänelle altistumises-

ta erilaisissa ympäristössä sekä vastuusta julkisten ja puolijulkisten tilojen äänimaisemien muokkaamisesta.

Kysymyksiä tulevaisuudelle

Symposium kutsui koolle musiikin, kuuntelun, äänen ja ääniympäristöjen tutkimuksen sekä käytäntöjen parissa toimivia ammattilaisia. Sen aikana on ollut mahdollisuus kuulla kiinnostavaa vertailua siitä, miten äänen kehollisuuden pohtiminen musiikkiterapian ja -kasvatuksen piirissä on integroittunut eri yhteiskuntien hyvinvointipalveluihin. Kulttuurihyvinvoinnin konkreettisten projektien toteuttamisessa tarvitaan tavoitteellista, monialaista ja pitkäjänteistä yhteistyötä eri toimijoiden välillä. Kuten muutkin monialaiset yhteistyöprojektit, ne kaipaavat selkeää ymmärrystä osaamisalueista sekä sopimuksia ja roolijakoja. Projektien tapaustutkimusten kuvaukset antoivat eväitä taiteilijan ja tilaajan välisen yhteistyön suunnittelemiseksi. Onko äänen tutkimus kansainvälisestikin laajentumassa alueeksi, jossa halutaan korostaa sekä ääniympäristön laadun että keskittymisen, rauhoittumisen itsetuntemuksen merkitystä hyvinvoinnin lähteinä? Miten toimijat ja toiminnat ovat integroituneet yhteiskunnan hyvinvointipalveluihin ja miten tieto kulkeutuu taide- ja ympäristöalojen kehittämisen tarpeisiin? Tutkitun uuden tiedon soveltaminen käytännön projekteihin ja sen tiedon raportointi voi olla käytännössä hedelmällinen tutustumisen kehä.

Symposiumin tarkoitus oli myös kannustaa ja innostaa mukaan uusia toimijoita, joita työskentely saattaa kiinnostaa sekä antaa opiskelijoille vihiä projektivaltaisen työelämän mahdollisuuksista. Esimerkiksi Pohjois-Karjalassa viranomaiset ovat osoittaneet kiinnostusta yhteistyöhön ja ilmaisseet, kuinka ”hyvinvointisektorin asiakkaat ovat kyltymättömiä kulttuurin suhteen”.

Sekä vuoden 2021 että vuoden 2019 symposiumien esitelmien ja työpaikkojen abstraktit on luettavissa symposiumin nettisivuilta näistä linkeistä:

<https://sites.uef.fi/musicsoundwellbeing/program/>,

<https://sites.uef.fi/musicsoundwellbeing/abstracts/> ja

<https://sites.uef.fi/musicsoundwellbeing/abstracts-2019/>.

Ohjeita kirjoittajalle

Vertaisarvioidut artikkelit

Musiikki-lehdessä julkaistaan pääasiassa suomen- ja ruotsinkielisiä artikkeleita. Englanninkielisiä artikkeleita voidaan julkaista perustellusta syystä. Käsikirjoituksen maksimipituus on välilyönteineen 60 000 merkkiä, lähdeluettelo ja viitteet mukaan lukien.

Julkaistavaksi tarkoitettu käsikirjoitus lähetetään ensisijaisesti Journal.fi-palvelun kautta. Ennen käsikirjoituksen jättämistä kirjoittajan on anonymisoitava artikkeli eli poistettava tekstistä ja lähdeluettelosta kirjoittajaan viittaavat kohdat ja tiedot. Anonymisoinnissa voidaan käyttää esimerkiksi lyhennettä ”N.N.” (nomen nescio) tai vapaata, sovellettua viestiä hakasulkeissa, esimerkiksi ”[Tässä tekijään/tekijöihin viittaavat tiedot poistettu vertaisarviointia varten.]” **Jättäessään käsikirjoituksen *Musiikki*-lehteen kirjoittaja sitoutuu siihen, että käsikirjoitusta ei ole jätetty tai jätetä samanaikaisesti julkaistavaksi muualla, sellaisenaan tai käännöksenä.**

Musiikin päätoimittajat arvioivat ensin käsikirjoituksen soveltuvuuden lehteen. Jos käsikirjoitus soveltuu julkaistavaksi *Musiikissa*, se lähetetään ilman kirjoittajan nimeä vertaisarviointikierrokselle, jonka jälkeen kirjoittaja saa siitä kirjallisen palautteen mahdollisine parannusehdotuksineen. Tämän jälkeen kirjoittaja viimeistelee käsikirjoituksen arvioiden ja toimituksen kommenttien pohjalta. Kirjoittaja listaa erilliseen dokumenttiin, kuinka on korjatussa versiossa vastannut vertaisarvioijien ja toimituksen esille nostamiin seikkoihin.

Julkaistavaksi hyväksytyyn käsikirjoitukseen liitetään myös:

- Muutaman rivin mittainen kirjoittajaesittely sähköpostiosoitteineen artikkelin kielellä. Esittelyyn on hyvä lisätä myös kirjoittajan ORCID-tunniste, mikäli sellainen on käytössä
- Muutaman virkkeen mittainen artikkelia koskeva esittelyteksti artikkelin kielellä
- Englanninkielinen parin kappaleen mittainen tiivistelmä (abstrakti) artikkelin sisällöstä. Mikäli artikkeli on englanninkielinen, tiivistelmä kirjoitetaan suomeksi tai ruotsiksi.

Kun julkaisupäätös on tehty ja käsikirjoitus on viimeistelty julkaistavaksi artikkeliksi, lehden ja kirjoittajan välillä allekirjoitetaan kustannussopimus.

Muut tekstityypit

Musiikki-lehdessä julkaistaan myös lyhyempiä tekstejä, kuten kirja-arvioita, katsauksia, esseitä, kolumneja ja konferenssiraportteja. Kirjoittajaesittely, sähköposti-osoite ja esittelyteksti liitetään myös lyhyempiin teksteihin. Näitä tekstejä eivät koske vaatimukset anonymisoinnista, eikä niihin tarvitse pääsääntöisesti liittää mukaan tiivistelmää. Poikkeuksen muodostavat tieteellistä viittauskäytäntöä noudattavat pidemmät esseetekstit, joihin kirjoitetaan myös englanninkielinen tiivistelmä.

Tekstin muotoilu ja tallennusmuoto

Kirjoittajan tulee huolehtia, että artikkelin kieli on moitteetonta. Englanninkieliselle käsikirjoitukselle suositellaan teettämään kielentarkastus jo ennen vertaisarviointikierrosta. Kielentarkastus ennen itse julkaisua on välttämätön.

Tekstin muotoiluun tulee olla mahdollisimman yksinkertainen. Esimerkiksi sarkain- eli tab-merkkejä, ylimääräisiä välilyöntejä (sisennykset), ylimääräisiä tyhjiä rivejä, tavutusta tai erillistä viiteautomaattikaohjelmaa ei tule käyttää.

Tiedostomuodon pitää olla jonkin yleisen tekstinkäsittelyohjelman käyttämä (esimerkiksi Word tai OpenOffice).

Ajatusviiva kirjoitetaan tekstiin puolipitkänä viivana ”–” (ei ”-” eikä ”—”) siten, että sen kummallakin puolella on välilyönti. Lainausmerkkeinä käytetään suomen- ja ruotsinkielisissä artikkeleissa tavallisia lainausmerkkejä eli ”lainaus” (ei ”lainaus” eikä ”lainaus“). Englanninkielisissä artikkeleissa käytetään muotoa ”lainaus”. Kursiivilla merkitään julkaisujen (esimerkiksi lehtien, kirjojen ja äänitteiden) nimet ja sellaiset teosten nimet, jotka ovat erisnimiä (esimerkiksi *Pastoraalisinfonia*, vertaa kuitenkin 6. sinfonia). Samoin kursiivilla tulee merkitä vieraskieliset termit. Teosten osien nimiä ei kursivoida. Muita korostuksia sekä sanalyhenteitä tulee käyttää harkiten. Otsikot lihavoidaan mutta ei numeroida.

Lainaukset ja viitetekniikka

Vieraskieliset lainaukset suomennetaan. Suomennettu lainaus sijoitetaan tekstiin (ja alkukielinen mahdollisesti numeroiduksi alaviitteeksi). Neljä riviä ja sitä pidemmät lainaukset erotetaan omiksi kappaleiksi, jotka sisennetään. Tällaisissa lohkolainauksissa ei käytetä lainausmerkkejä.

Kirjallisuusviitteet sijoitetaan tekstiin muodossa ”(Henkilö vuosi, sivu tai sivulta–sivulle)”. Peräkkäiset viitteet erotetaan puolipisteillä. Viitteen voi sijoittaa virkkeen loppuun, esimerkiksi muotoon ”(Aldwell ja Schachter 2009, 15–17; Huron 2006, 3)” tai virkkeen sisään esimerkiksi muodossa ”Kurkelan (2013, 154) mukaan...”. Tekstin sisäinen viite merkitään (Sloboda et al. 1996) silloin, kun tekijöi-

tä on neljä tai enemmän. Mikäli viitataan samaan lähteeseen kaksi tai useamman kerran peräkkäin saman kappaleen sisällä, tekstin sisäisenä viitteenä käytetään muotoa (ibid.).

Numeroidut viitteet sijoitetaan tekstiin alaviitteiksi. Niitä on syytä käyttää säästeliäästi. Alaviitenumero merkitään virkkeen loppuun pisteen jälkeen.

Lähdeluettelo

Kukin lähde kirjoitetaan tavallisena tekstikappaleena. Teosten nimet kursivoidaan. Jos lähteenä oleva kirjoitus on julkaistu lehdessä tai vastaavassa (esimerkiksi kausijulkaisussa, tutkimusraportissa tai kokoomateoksessa), kirjoituksen nimen ympärille lisätään lainausmerkit. Julkaisun nimi kursivoidaan, vuosikerta ilmaistaan arabialaisella numerolla ja julkaisun numero sijoitetaan kaarisulkeisiin. Kaksoispisteen jälkeen merkitään sivut ajatusviivalla erottaen ja piste. Näin menetellään myös tässä lehdessä julkaistujen artikkeleiden ja kirjoitusten kanssa eli lähdetiedoissa tulee olla ”*Musiikki* vuosikerran numero (lehden numero): sivulta–sivulle”. Jos kirjoitus on jonkin teoksen artikkeli, kirjoitetaan ”Teoksessa *teoksen nimi*” ja lisätään tiedot toimittajista. Kustantajan kotipaikka merkitään julkaisun mukaisessa asussa, tämän jälkeen kaksoispiste ja kustantaja (ei siis painotalo) ja loppuun piste.

Musiikki-lehdellä on käytössä DOI-tunnukset (Digital Object Identifier), jotka toimivat sähköisten lähteiden viitteinä. Kirjoittajien tulee ilmoittaa **jokaisen ilmoitetun lähteen yhteydessä sen yksilöllinen DOI-tunnus [muodossa <https://doi.org/...>] aina silloin, kun viitataan DOI-järjestelmään kuuluvaan sähköiseen lähteeseen.**

Vieraskielisten lähteiden nimet kirjoitetaan siten kuin kussakin kielessä on tapana. Esimerkiksi englanninkielisissä nimissä isoja ja pieniä alkukirjaimia siis käytetään kieleen vakiintuneella tavalla (*headline-style capitalization*, katso edellä). Vieraskielisten lähteiden nimiä tai otsikoita ei käännetä. Yksityiskohtaisempia ohjeita löytyy esimerkiksi teoksesta *A Manual for Writers of Research Papers, Theses, and Dissertations: Chicago Style for Students and Researchers* (Turabian, Kate L. 2018, 9. painos, Chicago, IL: The University of Chicago Press).

Jos aineistona on paljon käsikirjoituslähteitä, ne eritellään arkistoittain (esimerkiksi Kansalliskirjasto, Åbo Akademin kirjasto tai Jyväskylän maakunta-arkisto). Tällöin myös aineiston, kokoelman tai kansion yksilöintitunnus (signum) merkitään lähdeluetteloon. Myös nuottijulkaisut, äänitteet ja käsikirjoitukset eritellään omiksi kokonaisuuksikseen lähdeluettelossa, mikäli niitä on huomattava määrä. Yksittäinen vaikkapa nuottijulkaisu tai painamaton lähde voidaan merkitä erittelemättömään lähdeluetteloon tekijän sukunimen mukaan aakkostettuna.

Lähdeluettelon on noudatettava seuraavaa muotoa:

Aldwell, Edward ja Carl Schachter. 2009. *Harmonia ja äänenkuljetus*. Suom. Olli Väisälä. Musiikkiteollinen kirjasto 5. Helsinki: Suomen musiikkiteollinen seura.

Coltrane, John. 1965. *A Love Supreme*. Impulse! 0602517649033, 2008. CD.

Huron, David. 2006. *Sweet Anticipation: Music and the Psychology of Expectation*. Cambridge, MA: MIT Press.

Ichiyonagi, Toshi. 2018. Haastattelu Tokiossa 12.9.2018, haastattelija Lasse Lehtonen. Haastattelumateriaali (äänite ja muistiinpanot) tutkijan hallussa.

Jukka Tolonen Quartet. ”Mountains” (video). Ohjelmasta *Tolonen: Jukka Tolonen, Pori Jazz 72*, toim. Jarmo Porola, julkaistu 16.11.1972. Tark. 10.10.2017. <https://yle.fi/aihe/artikkeli/2008/06/13/auvoinen-aurinko-paistoi-tolosen-bandille-porissa-1972>.

Krohn, Helmi. Kirjeet Jörgen Bendixille. Kansalliskirjaston käsikirjoituskokoelma, Coll.530.25.

Kurkela, Vesa. 2013. ”Musiikin historian tutkimus etnomusikologiassa”. Teoksessa *Musiikki kulttuurina*, toim. Pirkko Moisala ja Elina Seye, 153–72. Helsinki: Suomen Etnomusikologinen Seura.

Marin, Risto-Matti. 2010. *Soittimellisuus pianosovituksissa. Pianistinen analyysi Liszt-Busonin Paganini-etydistä nro 6 ja neljästä Valkyrioiden ratsastuksen pianosovituksista*. Taiteellisen tohtorintutkimuksen kirjallinen työ. Sibelius-Akatemia, Helsinki.

Melartin, Erkki. 2016. *Traumgesicht, Marjatta, Music from the Ballet The Blue Pearl*. Esittää Radion sinfoniaorkesteri, solistina Soile Isokoski, johtaa Hannu Lintu. Ondine ODE 1283-2. CD.

Mononen, Sini. 2018. *Soiva vainotieto. Vainoamiskokemuksen lähikuuntelu neljäsä elokuvassa*. Väitöskirja. Turun yliopiston julkaisuja, sarja C, osa 458.

Nallinmaa, Eero. 1964. ”Musiikillisen hahmotuksen ongelmia”. Painamaton pro gradu -tutkielma. Helsingin yliopisto.

Ojanen, Mikko. 2018. ”Avoin tiede on huono otsikko”. *Musiikin suunta* 40 (1). Tark. 3.2.2021. <http://musiikinsuunta.fi/2018/01/avoin-tiede-on-huono-otsikko/>

Pesola, Väinö. Päiväkirjat 1921–1935. Väinö Pesolan arkisto, Coll. 433.2 ja 433.3. Käsikirjoituskokoelma, Kansalliskirjasto.

Quiñones, Marta García, Anahid Kassabian ja Elena Boschi, toim. 2013. *Ubiquitous Musics: The Everyday Sounds that We Don't Always Notice*. Farnham, Surrey: Ashgate.

Ranta-Meyer, Tuire. 2021. Sähköpostiviesti Lasse Lehtoselle, 8.2.2021. Viesti vastaanottajan hallussa.

Richardson, John. 2017. ”Musiikin ekologinen lähiluku digitaalisessa kulttuurissa: Pohdintoja musiikin kokemuspohjaisen kulttuurianalyysin lähtökohdista”. *Etnomusikologian vuosikirja* 29: 1–33. <https://doi.org/10.23985/evk.60949>.

Salmenhaara, Erkki. 1980 [1970]. *Soinnutus. Harmoninen ajattelu tonaalisessa musiikissa*. 2. painos. Helsinki: Otava.

Sibelius, Jean. 1896. ”Tuonelan joutsen” sarjasta *Lemminkäinen*. Viulustemma, kopistin kopio. Helsingin kaupunginorkesterin nuotisto 815.

Sloboda, John, Jane Davidson, Michael Howe ja Derek Moore. 1996. ”The Role of Practice in the Development of Performing Musicians”. *British Journal of Psychology* 87 (2): 287–309.

Wahlfors, Laura. 2012. ”Couranten hidastettu juoksu: Roland Barthes ja musiikki kirjoittajan inspiraationa”. *Musiikki* 42 (3–4): 8–27.

Visualisoiva aineisto

Kaaviot, nuottiesimerkit, kuvat sekä muu visualisoiva aineisto tallennetaan pdf-, eps-, bmp-, tiff-, jpeg- tai gif-formaatissa. On suositeltavaa toimittaa nuottiesimerkit skannattuina, kuvakaappauksina tai nuotinkirjoitusohjelmalla laadittuina. Tallennettaessa visualisoivaa aineistoa pdf- tai eps-formaatissa fontit on upotettava kuvatiedostoon.

Kaavion, nuottiesimerkin, kuvan tai muun vastaavan visualisoivan aineiston suurin mahdollinen koko on 176 × 250 mm. Aineiston voi upottaa vertaisarviointivaiheessa artikkelidokumenttiin, kunhan tiedostokoko ei kasva kohtuuttoman suureksi (noin 5 MB). Yhtenäisyyden vuoksi kaikki visuaaliset aineistot numeroidaan, ja niitä kutsutaan tekstissä ”kuviksi”, ”esimerkeiksi” tai ”taulukoiksi” materiaalin tyypistä riippuen. Visualisoivaan aineistoon lisätään selittävä teksti. Selittävää tekstiä ei sisällytetä kuva- tai esimerkkitiedostoon, vaan se kirjoitetaan artikkelidokumenttiin omana rivinä esimerkiksi muodossa ”Kuva 1. Olfine Moe Carmenin roolissa vuonna 1878. Valokuva Augusta Zetterling, Tukholman musiikki- ja teatterikirjasto.” Jos aineistoa ei ole upotettu dokumenttiin, sen sijoittelua koskevat toivomukset merkitään omalle rivilleen esimerkiksi ”<Kuva 1>”.

Kaikista kuviin liittyvistä luvista ja tekijänoikeudellisista seikoista vastaa aina kirjoittaja. Nämä on syytä huomioida hyvissä ajoin etukäteen. Lehti tai lehden toimitus eivät osallistu esimerkiksi kuvamateriaalin lupajärjestelyihin, neuvotteluihin tai kustannuksiin.

Tässä esitettyjen ohjeiden noudattaminen helpottaa ja nopeuttaa artikkelien ja lehtien julkaisemista sekä takaa mahdollisimman virheettömän lopputuloksen. Jos jokin ohjeista aiheuttaa haasteita, pyydämme ottamaan yhteyttä lehden toimittukseen.

Musiikki-lehden toimitus

Suomen musiikkitieteellisen seuran julkaisut

Acta Musicologica Fennica -sarja

- AMF 1 Mäkinen, Timo. 1968. *Piae Cantiones* -sävelmien lähdetutkimuksia.
- AMF 2 Salmenhaara, Erkki. 1969. *Das musikalische Material und seine Behandlung bei Ligeti*.
- AMF 3 Tolonen, Jouko. 1969. *Mollisoinnun ongelma*.
- AMF 4 Salmenhaara, Erkki. 1970. *Tapiola*.
- AMF 5 Tolonen, Jouko. 1971. *Protestanttinen koraali*.
- AMF 6 Heikinheimo, Seppo. 1972. *The Electronic Music of Karlheinz Stockhausen*.
- AMF 7 Pajamo, Reijo. 1976. *Suomen koulujen laulunopetus vuosina 1843–1881*.
- AMF 8 Vainio, Matti. 1976. *Diktonius: modernisti ja säveltäjä*.
- AMF 9 Salmenhaara, Erkki, toim. 1976. *Juhlakirja E. Tawaststjernalle*.
- AMF 10 Oramo, Ilkka. 1977. *Modaalinen symmetria: tutkimus Bartokin kromatiikasta*.
- AMF 11 Tarasti, Eero. 1978. *Myth and Music: A Semiotic Approach to the Aesthetics of Myth in Music*.
- AMF 12 Salmenhaara, Erkki. 1979. *Tutkielmia Brahmsin sinfonioista*.
- AMF 13 Seppälä, Hilikka. 1981. *Bysanttilaiset ekhokset ja ortodoksinen kirkkolaulu Suomessa*.
- AMF 14 Heiniö, Mikko. 1984. *Innovaation ja tradition idea: näkökulma aikamme suomalaisten säveltäjien musiikkifilosofiaan*.
- AMF 15 Kurkela, Kari. 1986. *Note and Tone: A Semantic Analysis of Conventional Music Notation*.
- AMF 16 Louhivuori, Jukka. 1988. *Veisuun vaihtoehdot: musiikillinen distribuutio ja kognitiiviset toiminnot*.
- AMF 17 Pekkilä, Erkki. 1988. *Musiikki tekstinä: kuulonvaraisen musiikkikulttuurin analyysiteoria ja metodi*.
- AMF 18 Huttunen, Matti. 1993. *Modernin musiikin historian kirjoituksen synty Suomessa*.
- AMF 19 Kaipainen, Mauri. 1994. *Dynamics of Musical Knowledge Ecology: Knowing-what and Knowing-how in the World of Sounds*.
- AMF 20 Padilla, Alfonso. 1995. *Dialectica y musica: Espacio sonoro y tiempo musical en la obra de Pierre Boulez*.
- AMF 21 Henriksson, Juha. 1998. *Chasing the Bird: Functional Harmony in Charlie Parker's Bebop Themes*.
- AMF 22 Laine, Pauli. 2000. *A Method for Generating Musical Motion Patterns*.
- AMF 23 Huovinen, Erkki. 2002. *Pitch-Class Constellations: Studies in the Perception of Tonal Centricity*.
- AMF 24 Eerola, Tuomas, Jukka Louhivuori ja Pirkko Moisala, toim. 2003. *Johdatus musiikintutkimukseen*. 35 €.
- AMF 25 Riikonen, Taina, Milla Tiainen ja Marjaana Virtanen, toim. 2005. *Musiikin ja teatterin tekijöitä*. 20 €.
- AMF 26 Torvinen, Juha. 2007. *Musiikki ahdistuksen taitona: filosofinen tutkimus musiikin eksistentiaalis-ontologisesta merkityksestä*. 25 €.
- AMF 27 Hautsalo, Liisamaija. 2008. *Kaukainen rakkaus: saavuttamattomuuden semantiikka Kaija Saariahon oopperassa*. 25 €.
- AMF 28 Poutiainen, Ari. 2009. *Stringprovisation: A Fingering Strategy for Jazz Violin*

Improvisation. Loppuunmyyty.

- AMF 29 Järviö, Päivi. 2011. *Laulajan sprezzatura, fenomenologinen tutkimus italialaisen varhaisbarokin musiikin laulaen puhumisesta*. 30 €.
- AMF 30 Tyrväinen, Helena. 2013. *Kohti Kalevala-sarjaa: indentiteetti, eklektisyys ja Ranskan jälki Uuno Klamin musiikissa*. 30 €.
- AMF 31 Toivakka, Svetlana. 2015. *Alma Fohström: kansainvälinen primadonna*. 20 €.
- AMF 32 Henriksson, Laura. 2015. *Laulettu huumori ja kritiikki J. Alfred Tannerin, Matti Jurvan, Reino Helismaan, Juha Vainion ja Veikko Lavin kuplettiäänitteillä*. 25 €.
- AMF 33 Korhonen-Björkman, Heidi. 2016. *Musikerröster i Betsy Jolas musik – dialoger och spelerfarenheter i analys*. 25 €.
- AMF 34 Koivisto, Nuppu. 2019. *Sähkövalo, shampanjaa ja Wiener Damenkapelle: naisten salonkiorkesterit ja varieteetalan transnationaaliset verkostot Suomessa 1877–1916*. 30 €.
- AMF 35 Tiikkaja, Samuli. 2019. *Paired Opposites. The Development of Einojuhani Rautavaara's Harmonic Practices*.

Musiikkitieteen kirjasto ja muut julkaisut

- MK 1 Dahlhaus, Carl. 1980. *Musiikin estetiikka*. Suom. Ilkka Oramo.
- MK 2 Bach, Carl Philipp Emanuel. 1982. *Tutkielma oikeasta tavasta soittaa klaveeria*. Suom. Paavo Soinne.
- MK 3 Karma, Kai. 1986. *Musiikkipsykologian perusteet*.
- MK 4 de la Motte, Diether. 1987. *Harmoniaoppi*. Suom. Mikko Heiniö.
- MK 5 Aldwell, Edward ja Carl Schachter. 2014. *Harmonia ja äänenkuljetus*. Suom. Olli Väisälä. 49 €.

Den gemensamma tonen. Raportti seminaarista ”Det gemensamma rikets musikskatte”.

Musiikki-lehdet (neljä numeroa vuodessa)

Musiikki 1971–2001. Loppuunmyyty.

Musiikki 2002–2019 10 € numero, kaksoisnumero 20 €.

AMF-sarjan teokset 1–23, MK-sarjan teokset 1–4 ja raportti sekä *Musiikki*-lehden numerot vuosilta 1971–2001 on enimmäkseen loppuunmyyty. Tarvittaessa tiedustele näiden teoksien ja lehtien saatavuutta seuran sihteeriltä. Sarjojen uudempia teoksia sekä lehden numeroita vuodesta 2002 alkaen on vielä saatavilla. Suomen musiikkitieteellisen seuran julkaisemaa *Johdatus musiikintutkimukseen* -kirjaa myydään Ostinatossa (ostinato.fi, puh. 09–443 116) ja Tiedekirjassa (puh. 09–635 177, s-posti: tiedekirja@tsv.fi). Julkaisuja voi myös tilata seuran sihteeriltä (s-posti: mts.toimisto@gmail.com). Hinnat alv. 0 %.