



Ukonaho Eija

Taiteen voima ja vaikuttavuus yksilön kasvussa – Näkökulmia taideterapioista

Kandidaatin tutkielma
KASVATUSTIETEIDEN TIEDEKUNTA
Kasvatustieteiden koulutusohjelma
2018

Oulun yliopisto

Kasvatustieteiden tiedekunta

Taiteen voima ja vaikuttavuus yksilön kasvussa – Näkökulmia taideterapioista (Eija Ukonaho)

Kandidaatintyö, 49 sivua

elokuu 2018

Kandidaatintyön tavoitteena oli selvittää taiteen merkitystä yksilön kasvussa ja kuinka taidetta hyödynnetään psykologian puolella taideterapioissa. Varsinaisena tutkimuskysymyksenä oli mitä taide voi ilmentää ja miten sitä hyödynnetään taideterapiassa.

Työ toteutettiin kirjallisuuskatsauksena tutustumalla niin psykologian kuin filosofian kirjallisuuteen. Lisäksi kirjallisuudessa perehdyttiin myös tutkimuksiin ja niissä tehtyihin johtopäätöksiin. Kirjallisuuskatsauksen tekeminen antaa hyvän poikkileikkauksen aihealueeseen liittyvästä tutkimuksesta ja se voi koostua lehtiartikkeleista, tieteellisistä julkaisuista ym.

Kandidaatin työssä tuodaan ensin esille taiteen merkitystä yleisellä tasolla ja kuinka se voi olla yksilön maailmankuvan kuvaajana. Taiteessa kiteytyy sen tekijän kuin katsojan intressit. Valmis teos voi ilmentää myös esimerkiksi arvoja ja asenteita sekä ottaa kantaa asioihin. Kuvakulttuuri on osa myös visuaalista kulttuuria, joka ylittää tuottamisen tavoista kaikkiin visuaalisiin viesteihin ja aina muotoiluun saakka. Taiteessa on oleellista myös kulttuuri eli sen kautta tuotetaan kulttuuria, mutta se itsessään voi olla kulttuurin tuote.

Taide tuo myös erilaisia mahdollisuuksia lasten ja nuorten parissa tehtävään kasvatustyöhön. Taiteen kautta lapset ja nuoret voivat kehittää motorisia taitojaan, mutta käsitellä myös kasvuun liittyviä kipukohtia. Taiteen kautta lapsella ja nuorella on mahdollisuus rakentaa omaa identiteettiään ja jäsentää sitä suhteessa ympäröivään maailmaan.

Taidetta käytetään psykologian puolella erityisesti terapiassa, joissa pyritään eheyttämään yksilöä ja tuomaan esille tiedostamattomassa piileviä tekijöitä, jotka vaikuttavat sen hetkiseen toimintaan. Taideterapiat lähestyvät ihmistä ja psyykeen ymmärtämistä erilaisista taustateorioista käsin ja ne painottavat joitakin asioita enemmän. Kuitenkin kaikille yhteistä on lisätä asiakkaan itseymmärrystä ja auttaa asiakasta omassa eheytyemisprosessissa. Taideterapiaprosessi on itsessään hyvin henkilökohtainen prosessi, jossa voidaan keskittyä tarkastelemaan asiakkaan näkökulmasta tarpeellisia asioita. Tämän vuoksi terapiaprosessi ei välttämättä etene lineaarisessa järjestyksessä vaan terapiassa voidaan palata sellaiseen vaiheeseen, jossa tarvitsee enemmän työskentelyä. Taideterapia voi edetä aaltomaisena liikkeenä eri vaiheiden välillä. Taideterapiaa hyödynnetään traumojen käsittelyssä, seksuaalista väkivaltaa kohdanneiden hoidossa, katastrofityössä, sairauksien ymmärtämisessä, oman identiteetin jäsentämisessä jne.

Avainsanat: lapset, nuoret, psykoterapia, taide, taideterapia, taidepsykoterapia.

Sisältö / Contents

1	Johdanto	4
2	Tutkimustehtävä	6
2.1	Tutkimustehtävänä taiteen merkitys yksilölle.....	6
2.2	Kirjallisuuskatsaus menetelmällisenä lähtökohtana.....	6
3	Taiteen ja yksilön suhteesta	9
3.1	Taide maailmankuvan kuvaajana.....	9
3.2	Taiteen merkitys ja visuaalinen kulttuuri.....	13
3.3	Taide suhteessa lapsiin ja nuoriin	14
4	Taideterapiat	17
4.1	Kuvataidepsykoterapia ja kuvataideterapia	18
4.1.1	<i>Kuvataideterapian prosessista</i>	20
4.1.2	<i>Integratiivinen ja narratiivinen taideterapia</i>	22
4.2	Psykoanalyttinen psykoterapia ja sen luomia näkökulmia luovuuteen	23
4.3	Analyttinen psykoterapia ja jungilainen taideterapia.....	24
4.4	Lasten ja nuorten psykodynaaminen taidepsykoterapia.....	27
4.5	Taideterapia lasten ja nuorten kanssa	30
5	Taideterapia prosessina ja sen vaikuttavuus	35
5.1	Taideterapia prosessina.....	35
5.2	Taideterapian vaikuttavuus	39
6	Yhteenveto ja johtopäätökset	42
7	Pohdinta	44
	Lähteet / References	46

1 Johdanto

Valitsin kandidaatin työn aiheeksi taiteen vaikuttavuuden ja voiman yksilön kasvussa, koska tuleva pro gradu työni tulee liittymään taiteen tutkimiseen. Tässä työssä tarkastelen taiteen merkitystä yksilön kasvulle ja kehitykselle sekä myös siitä näkökulmasta mitä taide voi kertoa yksilöstä. Lähempään tarkasteluun olen valinnut taideterapiat, koska niitä käytetään psyykessä olevien tiedostamattomien asioiden esille tulemiseksi. Painotan työssäni taideterapian näkökulmaa enemmän lapsiin ja nuoriin, koska tulevassa pro gradussa aineisto on lasten ja nuorten tuottamissa töissä. Pro graduun on saatavilla valmis aineisto, joten perehtyminen kuvien merkitykseen auttaa valitsemaan valmiista aineistosta omaan aihealueeseen kuuluvat kuvataidetyöt.

Kirjallisuuskatsauksen tekeminen vaatii tutkimustehtävän asettamisen. Tässä työssä tutkimustehtävänä on mitä taide voi ilmentää ja miten sitä hyödynnetään taideterapiassa. Työn alussa käydään läpi kirjallisuuskatsausta ja siihen liittyviä näkökulmia. Kirjallisuuskatsaus tarjoaa hyvän lähestymisen aihealueen kirjallisuuteen, joten sen valitseminen kandidaatintyöhön tarjoaa hyvät lähtökohdat myös tulevalle pro gradulle ja sen työstämiselle. Kolmannessa luvussa käsitelen ensin taiteen merkitystä yleisellä tasolla maailmankuvan kuvaajana. Lapsen ja nuoren käyttäessä taidetta ilmaisussaan, voivat he tuoda esille omia kiinnostuksen kohteita, ilmaista omia sosiaalisia suhteitaan ja kulttuuriaan sekä omaa elinympäristöään. Samalla lapsi tai nuori toimii itse kulttuuria tuottavana, koska teoksissa voi kiteytyä oma sanomansa. Käsitelen myös kolmannessa luvussa taiteen suhdetta lapsiin ja nuoriin sekä kuvalliseen ilmaisuun liittyvät kehitysvaiheet. Luvun lopussa tuon esille taiteen merkitystä ja sen suhdetta visuaaliseen kulttuuriin.

Kuvallisia tuotoksia on tuotettu ja tutkittu taideterapioissa. Taideterapioissa on erilaisia painotuksia riippuen siitä millaiseen psykologiseen taustateoriaan ne pohjautuvat. Perehdyin kirjallisuudessa kuvataidepsykoterapiaan ja kuvataideterapiaan, integratiiviseen ja narratiiviseen taideterapiaan, psykoanalyttiseen psykoterapiaan, analyttiseen psykoterapiaan ja psykodynaamiseen taideterapiaan. Etenkin Freudin psykoanalyttinen psykoterapia ja Carl Jungin analyttinen psykoterapia tuovat hyviä lähestymistapoja ymmärtää tiedostetun ja tiedostamattoman ilmenemistä ihmisen psyykessä ja sen kautta myös toiminnassa. Erityisesti Jungin analyttinen psykoterapia lähestyy symboliikkaa mielenkiintoisesta näkökulmasta, koska teoriassa kiteytyy

tiedostamattoman ilmeneminen unissa, myyteissä ja symbolismissa. Lisäksi analyttinen psykoterapia näyttäytyy olevan hyvin monessa taideterapian prosessissa oleellisessa asemassa. Halusin painottaa työtäni lapsiin ja nuoriin, joten päätin keskittyä kirjallisuudessa erityisesti lasten ja nuorten taideterapiaprosessiin sekä sen käyttämiseen hoitomuotona. Kirjallisuudesta löytyi tietoa lasten ja nuorten psykodynaamisesta taidepsykoterapiasta, joka perustuu Freudin transferenssin ja vastatransferenssin olemassaoloon sekä niiden hyödyntämiseen terapiassa. Luvun lopussa käsittelem lasten ja nuorten taideterapiaprosessissa tuotettujen teosten tulkinnasta tehtyjä huomioita sekä niiden soveltamisesta hoitotyössä.

Työn loppuosassa tuodaan esille taideterapiaa prosessina, jotta aikaisemmin avatut taidepsykoterapian muodot tulisivat myös käytännössä ymmärrettävälle tasolle. Taideterapiaprosessi on hyvin moniulotteinen ja hyvin yksilöllisesti etenevä tapahtuma. Sen luonteeseen kuuluu terapeutin ja asiakkaan välinen yhteistyö ja prosessin aaltomaisuus, joka voi ilmetä työskentelyssä palaamisena aikaisempiin taideterapiaprosessin vaiheisiin. Perehdyin kirjallisuuden lisäksi tutkimuksiin, joissa on käytetty taideterapiaa hyödyksi. Taideterapiasta on tehty paljon tutkimuksia, joten tämän työn osio on vain pinta raapaisu siihen mitä taiteen kautta on työstyetty. Työn loppuosa kostuu koko työstä tehtävistä yhteenvedosta ja johtopäätöksistä. Pohdin lopuksi taiteeseen liittyviä näkökulmia.

2 Tutkimustehtävä

Kandidaatin työ toteutetaan kirjallisuuskatsauksena, joka antaa hyvät lähtökohdat kirjallisuuden perehtymiseen. Kirjallisuutta ja tutkimustietoa on hyvin paljon saatavilla, joten työn alussa on asetettava tutkimuskysymys, jonka avulla kirjallisuutta voidaan lähteä rajaamaan.

2.1 Tutkimustehtävänä taiteen merkitys yksilölle

Valitsin kandidaatin työn aiheeksi taiteen ja taidepsykoterapioihin syventymisen, koska tuleva pro gradu käsittelee lasten ja nuorten taiteen merkityksen tutkimista. Erilaiset psykoterapiat tuovat hyviä näkökulmia taiteen merkityksen ymmärtämiseen ja siihen, mitä yksilö voi viestiä taiteen kautta. Lisäksi taidepsykoterapiat tuovat esille sen millainen merkitys taiteella on ja kuinka se voi toimia voimavarana yksilön elämässä. Tässä tutkimuksessa tutkimuskysymyksenä on mitä taide voi ilmentää ja miten sitä hyödynnetään taideterapiassa?

2.2 Kirjallisuuskatsaus menetelmällisenä lähtökohtana

Kandidaatin työssä voidaan käyttää empiiristä aineistoa ja analysoida sitä, mutta kirjallinen työ voi rakentua myös kirjallisuuden varaan, jolloin kyseessä on kirjallisuuskatsaus. Kirjallisuuskatsauksen tekeminen luo pohjaa tulevalle pro gradu työlle ja sen teorian pohjalle, joten päädyin tekemään kirjallisuuskatsauksen.

Kirjallisuuskatsaus keskittyy tutkimuskysymyksen kannalta olennaiseen kirjallisuuteen, joka voi koostua lehtiartikkeleista, tieteellisistä julkaisuista ym. Kirjallisuuskatsauksen keskeinen idea on näyttää mistä näkökulmasta aihetta on lähestytty ja tutkittu. Kirjallisuuskatsauksen laatiminen lisää myös sen laatijan menetelmätietoa, koska tutkimuksia selattaessa on kiinnitettävä huomiota käytettyihin tutkimusmenetelmiin ja -tekniikoihin. Kirjallisuuskatsauksessa on pyrittävä löytämään aiheeseen liittyvät keskeiset näkökulmat, metodiset ratkaisut ja eri menetelmillä saavutetut tutkimustulokset. Hirsjärven ym. mukaan, kirjallisuuskatsauksen laatiminen vaatii työtä, koska kirjallisuutta on luettava ja sitä on tarkasteltava kriittisesti suhteuttaen eri näkökulmia toisiinsa. Samalla tutkija kiinnittää huomiota erilaisiin tutkimusasetelmiin ja niillä saavutettuihin tuloksiin. Hirsjärvi ym. korostavat sitä, että tutkimusongelman kannalta keskeisestä

kirjallisuudesta laaditaan synteesi. Tutkijalle kirjallisuuskatsauksen laatiminen tarjoaa mahdollisuuden tutustua aiheeseen syvällisemmin ja oppia siitä. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara, 1997, 108–109.)

Tieteellinen tiedonsiirto sisältää useita tunnusmerkkejä ja näistä keskeisin on tiedon julkisuus eli tieto on tieteellistä vain, jos se on julkista. Kaikilla on oltava mahdollisuus lukea tietoa, arvioida ja käyttää sitä. Tieteellistä tietoa raportoidaan julkaisuissa esimerkiksi lehdet. Kirjallisuuskatsaus on koottua tietoa valitulta aihealueelta ja katsaus tehdään yleensä vastauksena valittuun tutkimusongelmaan. Tutkijan tulee miettiä tarkkaan, millainen kirjallisuuskatsaus on hänen valitsemassaan aihealueella tarpeellinen ja mahdollinen. Harkinta edellyttääkin tutkijan tietoisuutta erilaisista vaihtoehdoista. Kirjallisuutta keskitytään tarkastelemaan valitulta aihealueelta ja katsauksen tarkoituksena on näyttää, millaisista näkökulmista asiaa on lähestytty ja miten sitä on tutkittu. Kirjallisuuskatsaus kartuttaa asiasisällön lisäksi tutkijan menetelmätietoa. Kirjallisuuskatsauksessa tulisi pyrkiä punnitsemaan lukijalle valmiiksi tutkimusaiheeseen liittyvät keskeiset näkökulmat, metodiset ratkaisut, tärkeimmät tutkimustulokset sekä aihealueen tärkeimmät tutkijat. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara, 2000, 108–109; Leino-Kilpi, 2007, 2.)

Kirjallisuuskatsaukset voidaan jaotella niiden tekotavan ja nimen mukaan eli kirjallisuuskatsaus, katsaus (engl. literature review, review), narratiivinen kirjallisuuskatsaus (engl. narrative literature review), perinteinen kirjallisuuskatsaus (engl. traditional literature review), systemoitu katsaus ja systemaattinen kirjallisuuskatsaus (engl. systematic review, systematic overview) ja meta-analyysi (engl. meta-analysis). Kirjallisuuskatsauksella tuodaan esille sitä, millaista tietoa on tietyltä rajatulta alueelta olemassa ja millaista tietoa kirjallisuus tarjoaa tutkimusongelman selvittämiseen. Kirjallisuuskatsauksen avulla voidaan tutkia tiettyyn aihealueeseen liittyviä tutkimuksia, jolloin saadaan kokonaiskuva siitä, millaista tutkimusta aiheesta on tehty, millaisia menetelmiä on käytetty ja millaista tutkimustietoa on saavutettu. Kirjallisuuskatsaus tarjoaa myös mahdollisuuden hahmottaa oman tutkimuksen tekemistä. (Johansson, 2007, 3.)

Kirjallisuuskatsauksen tekeminen vaatii aikaa ja paneutumista, koska aihealueeseen liittyvää kirjallisuutta on luettava ja tarkasteltava kriittisesti sekä suhteutettava muihin aihealueen tutkimusnäkökulmiin. Tutkijan tulisi osoittaa kirjallisuuskatsauksessa havaitsemansa näkemuserot, ristiriitaisuudet ja puutteet. Kirjallisuuskatsaukseen tulisi seuloa vain asiamukaista, suoraan tutkimusalueeseen liittyvää kirjallisuutta. Kirjallisuuskatsaukseen voi laatia niin, että aiheeseen löyhästi liittyviä tutkimuksia referoidaan yleisluontoisesti ja ne tutkimukset, jotka luovat taust-

talle uuden tutkimuksen, tarkastellaan niitä tutkimusongelman kannalta riittävän yksityiskoh-
taisesti luoden niistä synteesin. Tutkijan tulee olla tulkinnassaan rehellinen ja ristiriitaisia tut-
kimustuloksia esitelleessään puolueeton. Tärkeää on pitää kiinni omista tavoitteesta ja tutki-
musongelmastaan, jotta hahmotetaan, mikä on oman työn kannalta oleellista tietoa. (Hirsjärvi,
Remes & Sajavaara, 2000, 109–110.)

Mitä taide sitten merkitsee lapsille ja nuorille ja millaista tietoa kirjallisuus tarjoaa tähän näkö-
kulmaan? Olen valinnut kirjallisuutta taidekasvatukseen, psykologian, mutta myös filosofian
puolelta, koska taiteen tutkiminen vaatii kokemuksen kuin taiteen merkityksen jäsentelyä suh-
teessa todellisuuteen. Kirjallisuutta tuntuu olevan varsin paljon, mutta tarkemmin tutkiessa kir-
jallisuudessa on löydettävissä eri näkökulmia.

3 Taiteen ja yksilön suhteesta

Taide on hyvin monimuotoinen ja se sisältää moni tapoja lähestyä maailmaa. Se ilmenee konkreettisenä teoksena, mutta se on yhteydessä niin tekijään kuin sen katsojaan. Mitä taide voi ilmentää maailman kuvaajana ja millaisia elementtejä se pitää sisällään? Millä tavoin taidetta ja itse teosta voidaan lähestyä? Millainen suhde taiteella on lapsiin ja nuoriin ja miten se edistää heidän kasvuaan?

3.1 Taide maailmankuvan kuvaajana

Lasten taideteoksista kiinnostuttiin 1900-luvun alussa modernin taidenäkemyksen viitoittamana. Lasten tekemät työt saivat taideteoksen statuksen, koska ne toimivat samoilla periaatteilla kuin aikuisten työt ja etenkin lastenkulttuuriselta kannalta lasten teokset ovat osa lasten itsensä tuottamaa kulttuuria. Rusanen ja Torkki viittaavat Antero Salmisen näkemykseen siitä, että vaikka lapsi ei ole ammattilainen taiteilijana, on hänen työskentelyprosessissaan kuitenkin samanlaisia piirteitä kuin ammattimaisesti taidetta tekevällä. Lasten teoksissa heijastuu heidän kiinnostuksensa, motiivinsa, mutta myös sosiaaliset, kulttuuriset ja psykologiset olosuhteet, jotka kumpuavat hänen elinympäristöstään. Myös lasten leikit johdattavat lasta mielikuvien maailmaan, jotka voivat toimia myös kuvallisen työskentelyn aineksena. Rusanen ja Torkki tuovat esille myös Bernard Darrasin ja Anna Kindlerin huomion siitä, että lapset toistavat ja tulkitsevat uudestaan ikäistensä ja vanhempien lasten teoksia ja populaarikulttuurin teemoja. Tällöin lapsille ei ole tärkeää teoksen yksilöllisyys vaan se, että teokset esittävät heidän tarkoittamiaan asioitaan tarkkoine yksityiskohtineen juuri niin kuin ne pitää esittää. (Rusanen & Torkki, 2001, 89–90, 102.)

Skoglund Elisabeth on tutkinut tyttöjen ja poikien teoksia sekä niiden eroavaisuuksia, lähinnä maalauksia ja piirustuksia. Skoglund huomauttaa, että tyttöjen ja poikien tekemät kuvat poikkeavat toisistaan monella tavalla. Teosten erot näkyvät aiheen valinnassa, värien käytössä ja itse teoksenteko prosessissa. Tyttöjen tekemät työt ovat kauniita, hiljaisia ja koristeellisia, joissa usein kuvataan ihmisiä, hevosia, sydämiä, kukkia, puita jne. Teosten kuvat ovat usein maanpinnalla ja väreinä käytetään vaaleanpunaista, keltaista, kultaista sekä erilaisia koristeita esimerkiksi glitteriä ja paljetteja. Tytöt työstävät kuvia hyvin pitkään ja he ovat töidensä suhteen pedantteja, huolellisia ja itsekriittisiä. Poikien työt ovat usein toiminnallisia ja niissä aiheina

ovat taistelut, tuli, autot, veneet jne. Poikien töissä myös avaruus on suosittu teema. Poikien töissä kuvallinen ilmaisu on tärkeämpää kuin menetelmät, joten he valitsevat mielellään tussin tai lyijykynän. Pojat työstävät töitään hyvin nopeasti ja heidän tuotantonsa on paljon suurempaa. Skoglund toteaaakin, että pojilla ja tytöillä on paljon opittavaa toistensa työskentelystä. Kärkkäinen on puolestaan huomionnut sen, että nuoret ilmentävät töissään vaaran ja ihanuuden merkistöjä ja niissä voi ilmetä myös seksuaalisia piirteitä. (Kärkkäinen, 2008, 87; Skoglund, 1990, 54, 57.)

Taideteos voi synnyttää katsojalleen kokemuksen jostain ja tällöin huomiota voidaan kiinnittää taideteoksen aineksiin, josta se on muotoiltu. Teoksessa voidaan kiinnittää huomiota esimerkiksi väreihin ja valööriin, sommitteluun, rytmiin ja tasapainoon, teoksen pintoihin, muotomaailmaan ym. Tarkastelemalla visuaalisia kulttuurin ilmiöitä, voidaan saada hyvin monipuolinen näkemys siitä, miten eri keinoin voidaan taidetta tuottaa, koska käytettävissä on monenlaisia materiaaleja, menetelmiä ja välineitä. Taidetta analysoitaessa voidaan pohtia tekijän motiiveja ja miettiä teoksen eri työvaiheita. Taideteoksen tekemiseen ei ole olemassa yhtä oikeaa tapaa, vaan se voidaan toteuttaa monin eri tavoin ja monissa eri vaiheissa. Taiteen tekemiseen tarvitaan usein eri vaiheita eli se synny hetkessä. Taiteen tekijä voi tehdä ennen varsinaista teosta luonnoksia ja kokeilla eri menetelmiä. (Rusanen, Kuusela, Rintakorpi & Torkki, 2014, 12–14.)

Taiteella ja tieteellä on kuitenkin erilainen ulottuvuus. Tiede tarttuu käsitteeseen ja havaintoon pyrkien tuottamaan mahdollisimman objektiivista, yksilöstä riippumatonta tietoa. Taide puolestaan tarttuu havaintoon ja käsitteeseen tunteen ja kokemuksen keinoin pyrkien subjektiiviseen kokemukseen ja maailmakuvaan. Tuomikosken mukaan taideteoksia luodaan vuorovaikutuksen tarkoituksessa. Teoksen tekijä siirtää mielensä ainesta teoksen vastaanottajan koettavaksi, jolloin taideteos on aina viesti ja taide kaikissa ilmenemismuodoissaan merkittäväksi tulleen viestintäkulttuurin ensivaihe sekä mahdollistaja. Siinä itsessään ei välity artefakteja tai osia vaan arvoja, merkkejä, mielikuvia, asenteita jne. Taideteos ei itsessään ole ensisijaisesti artefakti vaan esitys, jossa on joko kirjallinen, suullinen, kuvallinen, eleellinen, liikkeeseen tai tilaan perustuva ja muotoon perustuva viesti. (Tuomikoski, 1987, 12-13, 39.)

Yksilöiden keskinäinen vuorovaikutus luo myös henkisiä ja aineellisia kulttuuriesineitä. Ihmillinen toiminta on tosiasiallista, reaalista tapahtumista ajassa ja paikassa, samoin myös kulttuuri. Kulttuuri ja menneisyys näkyvät yksilöiden toiminnassa eli kulttuuriperintö kasautuu ja suodattuu sukupolvelta toiselle. Taideteos kertoo usein myös siitä ajasta, jolloin se on tuotettu.

Taiteen historiassa on aikakausia, jolloin taiteilijat ovat luoneet esittävää taidetta, jolla he halusivat osoittaa omat kykynsä todellisuuden todenmukaisena kuvaajana. Myös jäljentämistä pidettiin arvossaan. Kuitenkin nykyään taiteessa kuvataan enemmän tekijänsä arvostamia ja ajassaan kohtaamia ilmiöitä. (Rusanen, Kuusela, Rintakorpi & Torkki, 2014, 17; Tuomikoski, 1987, 24.)

Teos kuvastaa usein sitä aikaa, paikkaa ja kulttuuria, jossa se on syntynyt, mutta taiteessa on mahdollisuus murtaa aika ja paikka sidoksia. Jokela mukaan taide heijastelee selvästi tekijän kuin yhteiskunnan ympäristösuhdetta ja siihen liittyviä arvoja. Puolestaan Tuomikoski korostaa, että kulttuuri on ja elää yksilön varassa, siinä miten kukin yksilönä toimii ja miten ihmis-yhteisöt toimivat. Taiteen maailmassa yksilön mieli on eräissä mielessä vapaa, koska sitä ei sido reaali maailman rajoitteet kuten aika. Taiteella on kyky laajentaa tajuntaa ja tietoisuuden ulottuvuuksia paikallisesti rajatusta rajattomaan ja ajallisesti sidotusta ajattomaan. Taideteosta voidaan kuvata arvojen kiteytymänä, joka peilaa yhteisönsä ajattelua. Tämän vuoksi taiteen ymmärtäminen herättää havainnoimaan myös arkisia ilmiöitä ja rakenteita, joita yksilöllä on hänen toimintayhteisönsä ja ympäröivän maailmansa kanssa. Pohjakallio on tutkinut 1950-luvun vanhoja koulutöitä, joissa on kuvattu sen ajan kulttuuria ja ihmisten toimijuutta. Hän on omassa tarkastelussaan todennut, että lasten töissä oli nähtävissä myös sen ajan koulujärjestelmän rakenne ja lapset olivat mielellään kuvanneet omissa töissään sen aikaista Helsingin Töölöä, joka oli myös osa omaa elinympäristöä. (Jokela, 1996, 23; Pohjakallio 1998, 134–135, 137; Rusanen, Kuusela, Rintakorpi & Torkki, 2014, 17; Tuomikoski, 1987, 24–25.)

Itsensä näkeminen suhteessa yhteisöön ja ympäristöön näkyy taiteessa. Itselle vieraan maailman ja kulttuurin ymmärtäminen vaatii empatian kykyä. Taiteen kautta voidaan käydä myös moraalista ja yhteiskunnallista keskustelua, tuoda esille arvomaailmaa ja vaihtoehtoisia tapoja toimia. Räsänen korostaa, että kuvataiteessa henkiset, moraaliset, sosiaaliset ja kulttuuriset kysymykset liittyvät toisiinsa. Niitä ei voida sulkea pois, koska arvot ja merkitykset liittyvät elimellisesti taiteeseen. Sosiokulttuuriset yhteydet ovat myös läsnä, koska taiteelliset kokemukset ja tavat kytkeytyvät niihin. Yksilön identiteettiin kuuluu persoonallinen kuin sosiaalinen ulottuvuus, joita ei voi erottaa toisistaan. Taiteen kautta tapahtuu myös identiteettityö, jossa yksilö rakentaa kuvia tekemällä ja tutkimalla itseään suhteessa omaan yhteisöönsä. (Räsänen, 2008, 252.)

Oman kulttuuri-identiteetin muotoutumista voidaan tarkastella monikulttuurikukka-kuvion avulla, joka havainnollistaa oman kulttuuri-identiteetin muodostumista. Kuvion terälehdet kuvaavat mikro- tai alakulttuureja, jotka muodostavat yksilön elämäntavan. Näitä elementtejä ovat ikä, sukupuoli, asuinpaikka, etnisyys ja kansallisuus, uskonto, kieli, koulutustausta, sosiaaliluokka sekä erilaiset poikkeavuudet kuten esimerkiksi vammaisuus. Räsänen mukaan kuvio tukeutuu laajaan kulttuurikäsitteeseen, jossa heijastuu ne tavat, joilla luodaan merkityksiä ja jotka ovat suhteessa tapaan kommunikoida ja organisoida sosiaalista elämää. Yksilön identiteetti muodostuu suhteessa kulttuuriseen materiaaliin rakentamalla narratiiveja. Räsänen huomauttaa, että narratiivi käsitteen merkitys kytkeytyy sanalliseen, symboliseen tai sosiaaliseen ilmaisuun, joiden avulla hän kertoo itselleen ja muille tapahtuneesta. Taiteen kautta mahdollistuu luoda niin kuvallisia kuin sanallisia kertomuksia itsestä ja muista. Taiteen tekeminen auttaa myös itsereflektion muodostumisessa suhteessa omaan elämään ja kulttuuriin, jossa yksilö elää. (Räsänen, 2008, 252–254.)



Kuva 1 Mukailleen Räsänen monikulttuurinen identiteetti (Räsänen, 2008, 255.)

Jokaisella on erilainen suhde mikrokulttuureihin ja osa niistä koetaan tärkeämpänä kuin muut. Yksilö voi hahmottaa omaa identiteettiään niiden kautta eli jollekin oma identiteetti hahmottuu perheensä kautta, kun taas toiselle identiteetti voi muodostua ammattikunnan kautta. Myös mik-

rokulttuurit voivat yhdistyä tai ne voivat liittyä eri viiteryhmiin. Yksilön kulttuurinen identiteetti voi muuttua koko elämän ajan ja eri elämänvaiheissa eri mikrokulttuurien asema on erilainen suhteessa yksilöön. Mikrokulttuurit voivat olla myös ristiriidassa suhteessa toisiinsa joissakin elämäntilanteissa. Räsänen mukaan yksilö voi kokea oman sosiaalisen identiteettinsä muuttuvan jopa saman päivän aikana eri tilanteissa. Monikulttuurikukka kuvion avulla voidaan hahmottaa identiteetin moniulotteisuus ja yksilön omien valintojen vaikutus siihen. Kuvion kautta jokaista voidaan lähestyä yksilöllisesti ja samalla huomata se, että yksilöiden väliseen kohtaamiseen liittyy aina myös kulttuurien kohtaamista. Yksilön tiedostaessa oman kulttuuridentiteetin ainutkertaisuuden ja tilannesidonnaisuuden suhteessa muihin, oppii hän vapautumaan myös ego- ja teosentrisestä suhtautumisesta maailmaan ja tarkastelemaan omia havaintojaan kriittisesti. (Räsänen, 2008, 254–256.)

3.2 Taiteen merkitys ja visuaalinen kulttuuri

Kuvataide on hyvin monimuotoinen ilmiö. Se nähdään visuaalisena kulttuurina, joka ulottuu perinteisestä moniulotteisista kuvataiteen tuottamisen tavoista kaikkiin visuaalisiin viesteihin mediasta aina muotoiluun saakka. Puolestaan kuvataidekasvatus yhdistää nämä visuaalisen kuvataiteellisen toiminnan muodot osaksi kasvatustyötä. Taiteesta on haastava esittää kaikenkattavaa taiteen määritelmää, koska taide on itsessään hyvin avoin käsite. Taidetta on myös määritelty eri aikakausina ja eri kulttuureissa eri tavoin sen painotuksia myöten. Taiteessa huomio voidaan kohdentaa joko itse taideteokseen tai sen tekijään, mutta myös siihen todellisuuteen mistä taideteos kertoo tai mitä se ilmentää. (Rusanen, Kuusela, Rintakorpi & Torkki, 2014, 12.)

Jokapäiväinen elämämme sisältää monia eri taiteen esittämisen tapoja. Taidetta on kaduilla, museoissa, rakennuksissa ym., mutta sitä löytyy myös arjessa ilmenevistä esineistä. Lapselle kosketus taiteeseen on katselemista, mutta myös itse taiteen työstämistä omilla käsillään. Hänen oma ympäristönsä tarjoaa monia kiehtovia havainnoinnin, ilmaisun ja tekemisen kohteita. Lapselle taiteen tekeminen tarjoaa mahdollisuuden laajentaa omaa elämänpiiriään. Nykyisin taiteen perinteiset muodot ovat laajentuneet visuaaliseksi kulttuuriksi. Etenkin mediakulttuuri on totuttanut lapset voimakkaisiin efekteihin ja nopeisiin tapahtumisiin, joten sen vastapainoksi tarvitaan tilaa ja aikaa vapaalle mielen vaeltelulle. (Rusanen, Kuusela, Rintakorpi & Torkki, 2014, 10–11.)

Taide ja visuaalinen kulttuuri vaikuttavat yksilöihin hyvin monella tavalla. Rusanen ym., mainitsevat että taiteen kohdalla sopii puhua taiteen soveltavista ja välineellisistä tehtävistä. Taiteen kautta yksilölle avautuu mahdollisuus rakentaa omaa sosiaalista ja persoonallista identiteettiään. Kuvalliset viestit antavat mahdollisuuden yksilöiden väliseen vuorovaikutukseen ja taiteen kautta voidaan edistää yksilöiden hyvinvointia. Uusikylän mukaan luova lahjakkuus on lahjakkuuden korkein taso ja se on kaikkien saavutettavissa, mikäli siihen annetaan mahdollisuus jo lapsena. Kuitenkin monet kasvatusvastuussa olevat tukahduttavat lapsen luovuuden tiedostamatta sitä omassa toiminnassaan. (Rusanen, Kuusela, Rintakorpi & Torkki, 2014, 17; Uusikylä, 2001, 14.)

Tuomikosken mukaan taide on ihmiselle luonnollista ja taiteellinen toimintatapa on yksi evoluutiokehityksen tulos. Taide ja taiteellisuus ovat kaikkien saavutettavissa ja jokaisessa ihmisessä on olemassa esteettinen ulottuvuus. Tuomikosken mukaan kasvatus ja yksilölliset valinnat määrittelevät pitkälti sen, miten yksilö ottaa käyttöönsä tämän luonnollisen perimän. Ihmisen toiminta tekee mahdolliseksi kulttuurin ja puolestaan kulttuuri tekee taiteen. Ihmisessä on geneettinen perimä, joka määrittelee ihmiselle tyypilliset lajiominaisuudet. Aistit, aivot ja hermosto ovat luontoperäistä perimää, joiden avulla ihminen toimii lajityypillisellä tavallaan. Tuomikosken mukaan ihmisen perimän käyttäminen näkyy kulttuurissa, koska kulttuuria ei peritä geenien mukana. Yhteisön kieli, tavat, arvot jne. muokkaavat yksilöstä kulttuuriyhteisönsä jäsenen. Yksilön identiteetti on kulttuurista ja perimästä erillinen ja se tekee jokaisesta ihmisestä erilaisen. Kulttuurit ovat aika- ja paikkasidonnaisia ja niitä syntyy ja häviää ajan kuluessa. Tuomikoski muistuttaa, että oman ajan kulttuurissa elävän yksilön on vaikea erottaa kulttuurille ominaisia tunnuspiirteitä, mutta jos kulttuuria vertaa toiseen kulttuuriin, näyttäytyy oman kulttuurin eroavaisuudet melko selviltä. (Tuomikoski, 1987, 21–23.)

3.3 Taide suhteessa lapsiin ja nuoriin

Taide tuo itseilmaisun keinoja kasvatustyöhön. Etenkin nuoreksi kasvaminen tuo mukanaan monia muutoksia, itsenäistymistä ja oman identiteetin etsintää eli omaa kuvaa rakennetaan suhteessa toisten esityksiin. Ryhmässä jaetut piirteet voidaan kokea hyviksi ja turvallisiksi, mutta omat piirteet voivat poiketa, jolloin ne aiheuttavat ristiriidan tunteita. Kärkkäinen viittaa Hede-gaardin huomioon siitä, että nuori tarkastelee itseään suhteessa ympäröivään maailmaan, jolloin mielenkiinto voi kohdistua myös yhteiskunnan rakenteiden välisiin suhteisiin ja niissä rakentu-

viin ajattelumalleihin. Kärkkäisen mukaan nuori kokeilee erilaisia tyylejä ja tapoja, jolloin hänen kyvyt vertaamiseen, kriittiseen ajatteluun, päätöksentekoon ja käsitysten ilmaisuun kehittyvät. Näin suotuisa kehittyminen tapahtuu rinnakkain niin turvallisuuden, tiedostamisen kuin myös kykeneväisyyden tunteen kehittymisen kanssa. Taide herättää mielikuvia ja sen avulla voidaan käsitellä elämään liittyviä ilmiöitä. Se herättää aistiherkkyyteen ja herkkyyteen erilaisien ilmaisujen ja ajatusten tunnistamiselle. Taide tarjoaa mahdollisuuden työstää omaan elämään liittyviä ajatuksia sekä ilmiöitä ja löytää niille uusia näkökulmia. Kärkkäinen huomauttaa, että kuvataiteen prosesseissa omaa elämää on mahdollista tarkastella elämää vieraannuttamalla, kauempaa katsoen. Samalla toisen kanssa vuorovaikutuksessa toimiessa ja toisia kuunneltaessa voidaan tulla tietoisiksi omista ajatuksista ja käsityksistä. (Kärkkäinen, 2008, 84, 92, 98.)

Lapsen ja nuoren kuvallisuus kehittyä kasvun ja kehityksen myötä. Lapset piirtävät eri konteksteissa kuten kotona tai päiväkodissa joko spontaanisti tai ohjatusti. Piirtämisessä heijastuvat yksilölliset ominaisuudet, ympäristö ja kulttuuri eli lapsi toimii suhteessa itseensä ja ympäröivään maailmaa kuvaa luodessaan. Kuitenkin lasten piirtämisen alkuvaiheet ovat hyvin samankaltaiset eli kyse on kokonaisvaltaisesta kehityksestä ja kehittyvästä mahdollisuudesta tuottaa visuaalisia jälkiä. Lasten piirustusten tutkimisesta kiinnostuttiin 1800-luvun lopussa ja eri tutkijat ovat lähestyneet aihetta omasta taustateoriastaan käsin. (Wahlbeck, 2011a, 313.)

Lapsen piirtämismuotojen kehityksestä on erotettavissa kolme päävaihetta. Ensimmäisenä vaiheena on riipusteluvaihe, jossa lapsi kehittää omaa motoriikkaansa. Toisena vaiheena on lapsenomaisen tai älyllisen realismin vaihe tai skeemavaihe, jossa lapsen kuvat alkavat yhä enemmän esittää tai muistuttaa jotain. Kolmantena vaiheena on visuaalisen realismin vaihe, jossa lapsen kriittisyys ja kontrolli lisääntyvät. Wahlbeck pitää erityisen mielenkiintoisena tasolta toiselle siirtymisiä, jotka tuovat näihin vaiheisiin lisävaiheita. Kokonaisuudessaan lapsen piirtämisen kehittymistä voidaan tarkastella seitsemän vaiheen kautta: piirtämisen alkaminen (noin 1 v), varsinainen riipusteluvaihe (noin 1-4 v), esittävän intention alkaminen (3/4-5 v), kehittyminen satunnaisesta intentiosta älylliseen ja lapsenomaiseen realismiin (4-5 v), varsinainen lapsenomaisen realismi (5-8/9 v), kehitys visuaaliseen realismiin (8/9-12 v) ja varsinainen visuaalinen realismi (12-14 v). Kaikkien vaiheiden jälkeen päästään yksilöllisen kehityksen jatkumiseen, jossa tapahtuu laadullista muutosta. Nuori tulee kriittiseksi omia kuvia kohtaan ja vertailee niitä muiden tekemiin kuviin. Lisäksi laadullinen muutos näkyy piirtämisen, tilan kuin värien käytön kehittymisenä. Lasten ja nuorten kuvallinen ilmaisu kehittyä hyvin yksilöllisesti eivätkä kaikki vaiheet seuraa toisiaan suoraviivaisesti vaan ne voivat esiintyä osittain päällekkä-

käin. Lisäksi on hyvä huomioida, että myös aikuisten töissä voi esiintyä piirteitä näistä vaiheista. (Wahlbeck, 2011a, 313–314, 316, 318–319.)

Yhteenvedona voidaan todeta, että taiteellisten teosten tekeminen on osa lasten ja nuorten kulttuuria, joissa heijastuu yksilön suhde maailmaan. Leikki toimii lapsen kuvallisena aineksena, mutta myös kulttuuri on osa lapsen kokemusmaailmaa. Nämä elementit heijastuvat kuvallisiin töihin ja etenkin nuorten kohdalla käsitteellinen ajattelu ottaa mukaan myös kulttuurin muita aineksia mm. populaarikulttuuri. Taiteesta heijastuu myös sen tekijän kiinnostuksen kohteet, motiivit, materiaali- ja välinevalinnat. Taiteessa lapsella ja nuorella on mahdollisuus työstää omaa minuuttaan ja identiteettiään. Lisäksi taiteen maailmassa mielen ollessa vapaa, se herättää myös ajattelemaan niin teoksen tekijää kuin sen katsojaa. Taide tuo keinoja ja mahdollisuuksia lasten ja nuorten kasvatustyöhön.

4 Taideterapiat

Psykologinen taiteentutkimus tarkastelee taidetta kolmesta eri näkökulmasta. Ensinnäkin taidetta voidaan tutkia taitelijan ja hänen luomisprosessinsa näkökulmasta. Toisekseen taidetta voidaan lähestyä teoksen tulkinnan ja merkityksenannon kautta. Kolmanneksi taidetta voidaan tarkastella sen vastaanoton näkökulmasta eli asenteiden, normien ja arvojen muodostuksesta. Psykologisessa taiteentutkimuksessa esiintyy myös klinisiä piirteitä eli taideteosta tai sen tekijää on lähestytty kuin diagnosoitavaa, tulkittavaa oireenkantajaa ja haudattujen halujen kuin toiveiden arkistona. Etenkin psykoanalyysin varhaisvaiheissa patografinen tutkimus oli kiinnostunut taiteilijan elämän ja tuotannon ilmentämistä tiedostamattomista ristiriidoista, viettijohdannaisista ym. Keskiössä olivat taiteilijan elämän kokemukset, intentiot ja ilmaisut. Myöhemmässä psykologisessa taiteentutkimuksessa taideteos nostettiin esille ja taiteilijan oma kokemus jätettiin tarkastelun ulkopuolelle. Myös objektisuhdeteoria on tuonut vaikutteita psykologiseen taiteentutkimukseen. Tarkasteluun nostettiin itsen ja toisen väliset rajat, varhaislapsuuden tunnetilat ja kehitykseen liittyvät siirtymäilmiöt kuten ero, menetys ym. Suomessa vanhimmat psykiatrisessa sairaalassa säilyneet kuvallisen ilmaisun työt ovat Lapinlahden sairaalasta vuodelta 1908. Psykiatrisessa sairaalassa olevien potilaiden töiden arvostaminen osaltaan liittyi kansainväliseen modernin taiteen historiaan. (Ihanus, 1995, 202–203; Hentinen & Mantere, 2007, 26.)

Taideteoksen tulkinnassa tulkinta kohdentuu tiettyssä kontekstissa ja se edellyttää valintojen tekemistä suhteessa kontekstiin. Toisaalta tulee muistaa, että teoksen tulkitsija ei voi täydellisesti ja tyhjentävästi määritellä kontekstiaan, koska se sisältää niin moninaisia yhteyksiä ja sidoksia kuin mitä pystytään tietoisesti määrittämään. Merkityksenantoprosessi on hyvin voimakas taideteoksen ja sen tulkitsijan välillä, joten kirjallinen merkitys ei koskaan ole täysin taideteoksen sisäinen ominaisuus. Mukana ovat tulkitsijan omat kognitiiviset mallit, tiedot, tiedonkäsittelyn keinot, elämänhistoria, normit yms., jotka vaikuttavat teoksesta saatavaan kokonaiskuvaan. Taide myös tuottaa kokeellisia todellisuuksia, todellisuudenkuvia koettelevaa ilmaisua, johon liittyy toiveita, pelkoja, unelmia ja epätoivoa. Sen vuoksi on mahdotonta tavoittaa yksittäistä ehdottoman täydellistä todellisuudentulkintaa. Taiteessa todellisuudenkuvat ja oletetut maailmat voivat luoda yhteyksiä, joten taiteellinen prosessi kuin myös tieteellinen tutkimuskin ovat todellisuuden havaitsemista, arviointia, ymmärtämisyritystä ja tulkintaa vailla lopullista tilaa. (Ihanus, 1995, 203, 208.)

4.1 Kuvataidepsykoterapia ja kuvataideterapia

Kuvataideterapia on kehittynyt 1870-luvun eurooppalaisen psykiatrian pohjalta, kun kiinnostuttiin potilastaiteen psykodiagnostisesta näkökulmasta. Vasta 1900-luvulla taiteen ja potilaan välisen suhteeseen kiinnitettiin huomiota, kun Sigmund Freud toi esille psykoanalyysin myötä tiedostamattoman tärkeyttä yksilön toimintaa ja käyttäytymistä ohjaavana tekijänä. Yksilön tuottamilla kuvilla katsottiin olevan ilmisisällön lisäksi myös piilotajuinen tai tiedostamaton merkityssisältö. Psykodynaamisen kuvataidepsykoterapian (engl. dynamically oriented art psychotherapy) kehittäjä, psykologi ja taitelija Margaret Naumburg (1890-1983) sai innoitusta niin freudilaisesta kuin jungilaisesta psykoanalyysistä. Hän sovelsi psykoanalyttisia näkemyksiä opetukseen ja etenkin lasten emotionaaliseen kasvuun. Naumburgin mukaan luova ilmaisu ja lapsen oma motivaatio edistivät lapsen omaa kasvua. Varsinaisesti taideilmaisuun perustuvat opetusmenetelmät siirtyivät hänen sisarensa, Florence Canen kautta. (Huttula & Leijala-Marttila, 2015, 334.)

Florence Canen alkuun laittamalla ja Edith Kramerin kehittämällä suuntauksella ”taide terapia” ja Margaret Naumburgin ”taidepsykoterapialla” on omat kannattajansa, mutta Suomessa kuvataidepsykoterapiassa painottuu naumburgilainen lähestymistapa. Naumburgilaisessa kuvataideterapian lähestymistavassa painotetaan psykoanalyttisen ajattelun mukaisesti ymmärtää tiedostamattomien ajatusten, tunteiden ja sisäisten ristiriitojen yhteyttä ilmeneviin oireisiin ja yksilön psyykkiseen kärsimykseen. Huttula ja Leijala-Marttila huomauttavat, että Naumburg sai kliinistä näyttöä tiedostamattoman vapauttamisesta spontaanin symbolisen kuvataiteen ilmaisukeinoin ja terapiasuhteessa aktivoituvien tunteensiirtojen (transferenssin) tärkeydestä tunteita käsiteltäessä. Terapian tavoitteet ja sen vaiheet määrittelevät sitä millainen merkitys kuvalla on terapiasuhteessa ja millainen sen rooli prosessin aikana on. Kuva voi toimia vaikeiden asioiden tai käsittelemättömien traumakokemusten sisällyttäjänä (engl. container) siihen saakka, kunnes asiasta voidaan käydä sanallista keskustelua. Se voi pitää sisällään vahvoja myönteisiä ja kielteisiä transferenssitunteita, joihin voidaan saada yhteys kuvan välittämänä. Kuva toimii pehmeänä keinona huomata sisäisiä ristiriitoja ja toisinaan kuvan viesti voi olla ristiriidassa puhutun kanssa, jota voidaan yhdessä pohtia terapiasuhteen aikana. Lisäksi joitakin tunnetilanteita voidaan ilmaista vain intensiivisen kuvallisen ilmaisun kautta, jolloin ei tarvita sanallista selittämistä. (Huttula & Leijala-Marttila, 2015, 334–335.)

Kuvataidepsykoterapia ja kuvataideterapia ovat terveydenhuollon ammatillista toimintaa ja molemmissa terapiamuodoissa vuorovaikutus asiakkaan ja terapeutin välillä tapahtuu kuvallisen ja sanallisen ilmaisun yhdistämisenä eli toisin sanoen mielikuvat saavat visuaalisen hahmon kuvataiteen menetelmillä. Terapiaprosessissa tutkitaan kuvallisen itseilmaisun prosessia ja kuvallista tuotosta sekä siihen liittyviä tunteita, muistoja ja ajatuksia. Huttula ja Leijala-Marttila korostavatkin, että konkreettisella visuaalisella mielikuvalla on omanlaista voimaa psyykkisessä työssä. Terapiassa keskitytään asiakkaan tunteiden ja ajatusten käsittelykyvyn edesauttamiseen kuvallisia tuotoksia tuottamalla, niitä katsomalla ja niistä keskustelemalla. Omien mielikuvien kuvallinen esittäminen edistää tunteiden ja ajatusten esille tuomista ja taideilmaisua sisältävässä terapiasuhteessa aktivoituu usein erityislaatuista luovuutta, joka puolestaan auttaa psyykkistä kasvua ja kehitystä, jolla on myös vaikutusta itsetutkiskeluun ja oman elämän vaikuttamisen mahdollisuuksien näkemiseen. (Huttula & Leijala-Marttila, 2015, 335.)

Kuvataidepsykoterapia eroaa kuvataideterapiasta siinä, että se on usein pitkäkestoisempaa ja tiiviimpää, jolloin se mahdollistaa syvemmän itsetutkiskelun ja itsetuntemuksen. Psykoanalyttisessa kuvataideterapiassa pyritään työstämään asiakkaan sisäisen maailman ristiriitoja eli keskenään ristiriidassa olevia sisäistettyjä mielikuvia itsestä ja muista sekä vuorovaikutussuhteista muiden kanssa. Psykoanalyttisessa kuvataideterapiassa lähestytään asiakkaan traumaattisia tunnemuistoja tavalla, joka lähtee yksilöstä itsestään liikkeelle. Asiakasta ei manipuloida tai ohjata tekemään mitään sellaista mihin hän ei itse ole vielä valmis. Huttula ja Leijala-Marttila muistuttavat, että tietoisesti vähemmän kontrolloitavissa oleva kuvallinen itseilmaisuus altistaa tiedostamattomien tunteiden ja ajatusten paljastumiseen, joka vaatii myös psykoterapeutilta ammatillista taitoa prosessoida niitä. Psykoanalyttisessa kuvataidepsykoterapiaprosessissa asiakkaan tunteensiirtojen (transferenssitunteiden) tunnistaminen on tärkeää niin suhteessa kuvaan kuin terapeuttiin. Prosessissa hyödynnetään terapiassa heränneitä tunnevasteita, jotka edistävät terapiaprosessin kulkua ja asiakkaan psyykkisen kehityksen eri vaiheisiin liittyvien tunnetarpeiden ja halujen tavoittamiseksi. (Huttula & Leijala-Marttila, 2015, 336.)

Kuvataideterapiaa voi toteuttaa kuvataideterapeuttikoulutuksen saanut sosiaali- tai terveydenhuollon ammattihenkilö. Kuvataideterapia on psykoterapeuttinen hoitomuoto, jonka tavoitteena on auttaa asiakkaan luovuutta ja edistää hänen psyykkistä hyvinvointia terapian avulla. Kuvataideterapiaan sisältyy tunteiden käsittelykyky, itsetuntemus, keskustelemisen taidot ja sosiaaliset taidot. Kuvataidepsykoterapia ja kuvataideterapia soveltuvat kaikenikäisille ja erilaisien häiriöiden hoitoon sekä kuntoutukseen. Tärkeintä on asiakkaan oma halu käyttää kuvallista

itseilmaisua hoidossaan itsetuntemuksen kasvun tarkoituksessa. Terapeutilta edellytetään erityistä herkkyyttä kuvalliseen ajatteluun ja ymmärrystä kuvataiteen muotokielellä ilmaisusta kokemusmaailmasta. (Huttula & Leijala-Marttila, 2015, 336–337.)

Taideterapian suuntauksia voidaan jakaa niiden taiteellisen ilmaisun mukaan eli miten ne ymmärretään ja kuinka ne tuodaan osaksi terapiaprosessia. Taideterapiat ovat myös jakautuneet erilaisiin koulukuntiin juuri näiden teoreettisten viitekehysten perusteella. Osaltaan tähän on vaikuttanut taideterapioiden historiallinen kehitys, joka alkoi 1900-luvun alkupuolella. Tuohon aikaan ammattitaitelijat vetivät erilaisia taidekerhoja mielisairaaloiden potilaille ja samalla huomattiin, kuinka taide toimi yksilöä eheyttävänä voimana. Vaikuttavuuden myötä taide otettiin osaksi psykiatrista hoitoa, joka lopulta johti hoito- ja taidealojen ammattilaisten keskinäiseen ymmärtämättömyyteen. Vuonna 1987 Judith Aaron Rubin laati artikkelikokoelman *Approaches to Art Therapy*, joka hahmotteli eri taideterapioiden viitekehyskäsitteitä. Taideterapioiden viitekehyskäsitteet voidaan jakaa kolmen eri tekijän mukaan: 1) suhde taiteeseen, 2) taideterapian toimiala (terapeutin saama pohjakoulutus) ja 3) suhde psykologisiin koulukuntiin. (Hentinen, 2007, 21–23.)

4.1.1 Kuvataideterapian prosessista

Kuvataideterapian terapiaprosessin keskiössä ovat erilaiset taidemateriaalit ja -välineet, taide-työskentelytila ja teosten tarkasteluun ja säilyttämiseen tarvittavat välineet. Nämä kaikki ovat osa psykoterapia-asetelmaa ja näin myös osa transferenssi-vastatransferenssisuhdetta. Asiakas laitetaan liikkeelle itseilmaisun kautta käyttämällä näitä taideterapeuttisia menetelmiä kuten maalaamista, piirtämistä tai kollaasi- tai muovailutyötä tekemällä. Terapeutin tapa tarkastella asiakkaan töitä vaikuttaa myös asiakkaan tunnereaktioihin, joten yhdessä tutkiminen on hyvin oleellista. Asiakkaan terapiaprosessissa työstämisen teoksen alkuperä voi olla palautettavissa varhaisiin vuorovaikutussuhteisiin ja muihin merkityksellisiksi muodostuneisiin ihmissuhteisiin. Huttula ja Leijala-Marttila huomauttavat, että kuvataidepsykoterapeutin voidaan kokea antavan hyvää tai huonoa taidemateriaalien muodossa ja se voi nostaa pintaan elämässä sisäistetyt vastaavat kokemukset, jotka ulkoistuvat uudelleen meilikuvaan kuvataidepsykoterapeutista. (Huttula & Leijala-Marttila, 2015, 337; Leijala-Marttila, 2011a, 25.)

Terapiassa keskitytään kuuntelemaan asiakkaan tunnetiloja ja havainnoidaan hänen käyttäytymistään kuten puheessa tapahtumien, mielipiteiden, muistojen, fantasioiden jne. kerrontaa. Myös kliininen kokemus osoittaa, että taide on voimakas tunnekokemuksen välittäjä. Taiteen

kautta voidaan antaa muotoa hyvin epämääräisille tuntemuksille ja itse taidetoiminta sekä tekeminen motorisena toimintana on yhteydessä yksilön ruumiillis-aistillisiin kokemuksiin aktiivoiden toisinaan kehityksellisesti hyvin varhaisia vuorovaikutusmuistoja. Visuaalisen tuotoksen tarkastelu tuo esille myös ”uuden kielen”, jolla ei ole olemassa mitään etukäteen sovittuja merkityksiä. Tästä johtuen kuvallisten muotojen, värien ja sommitelmien merkitykset ovat yksilöllisiä, mutta niille voidaan antaa myös jaettuja merkityksiä kulttuurin pohjalta. Kuvien luoma kuvakieli voi olla hyvin henkilökohtaista ja myös vaikeasti aukeavaa. Terapeutin tehtävänä on sietää käsittämätöntä kuvallista ”kieltä” ja sietää sitä yhdessä asiakkaan kanssa asiakkaan kokemaa merkityksettömyyden tilaa. Kuvassa käytetyt symbolit voivat saada yhdessä jaettavia merkityksiä, mikäli asiakas sallii sen. (Huttula & Leijala-Marttila, 2015, 337; Leijala-Marttila, 2011a, 25.)

Kuvataidepsykoterapiaprosessiin sopii hyvin Freudin kehittänyt vapaan assosioinnin menetelmä, joiden avulla teoksia voidaan tutkia. Lisäksi terapiassa voi mahdollistua kuvallisesti toteutettu vapaa assosiointi, jolloin syntyy kuvasarja. Huttula ja Leijala-Marttila korostavat, että kuvallinen ilmaisu vähentää defensiivistä torjuntaa, jolloin asiakkaan on mahdollista saada kosketusta tiedostamattomaan ja edistää näin ollen omaa oivallustaan. Myös kliininen kokemus osoittaa sen, että taideilmaisu voi toimia defensiivisen puheen tavoin keinona, jolla suojaudutaan itsetutkiskelulta, jolloin kuvia vaan tehdään, mutta niitä ei tulkita. Terapeutin tehtävänä on kuunnella ja kiinnittää huomiota minkä palvelukseen teos on tuotettu ja mitä sillä halutaan ilmaista. Huttula ja Leijala-Marttila mainitsevat, että syvemmin psyykkisesti vaurioituneelle mielelle vapaa ilmaisu ja sen tutkiminen koetaan uhkaavana, jolloin työskentelyyn tarvitaan toisenlaista lähestymistapaa. (Huttula & Leijala-Marttila, 2015, 337–338.)

Kuvataidepsykoterapiassa kuvailmaisuus voi olla muutakin kuin psykoanalyttisen psykoterapian väline eli teos voi muodostua prosessin tuloksena. Se voi syntyä asiakkaan ja terapeutin tiedostamattoman yhteisenä luomuksena, jolloin kuva syntyy vuorovaikutustilanteessa. Asiakas voi työstää kuvia, joilla halutaan kertoa tietoisesti jostakin asiasta ja jotka eivät sisällä voimakkaita tunteita. Asiakkaan työstämä teos on objekti, johon kohdistuu niin asiakkaan omat kuin terapeutin esteettiset vastatransferenssitunteet eli sellaiset aktivoituvat tunnereaktiot, jotka aktivoituvat niin tekijässä kuin teoksen katsojassa. Kuvan merkitys voi muuttua terapiaprosessin aikana ja sisäistä muuttumista seurataan kuvallisia teoksia tutkimalla. Luovuudella on suuri merkitys taideterapiassa, koska se toteutuu ulkoisen maailman ja sisäisen maailman väliseen maastoon sijoittuvassa ”potentiaalisessa tilassa”. Kuvallinen ilmaisu voi saada siirtymäobjektin merkityksen, joka voi sisältää turvaa ja lohtua tuovia mielikuvia. Itseymmärrys ja oivaltaminen

tapahtuvat vasta kun kuvan tekemisen ja katsomisen aikana koetuista tunteista ja ajatuksista keskustellaan ääneen. Kuva voi tuoda esiin sellaisia tunteita ja ajatuksia, joita asiakas on torjunnut tai kieltänyt. Kuvan avulla voidaan tarkastella torjuttuja asioita ja niitä puolustuskeinoja, joita on käytetty näiden tunnetilojen käsittelyyn. (Huttula & Leijala-Marttila, 2015, 338–339.)

4.1.2 Integratiivinen ja narratiivinen taideterapia

Taideterapeuttinen työskentely yhdistää monenlaisia näkemyksiä ja käytäntöjä. Seeskari on omassa työssään korostanut kuvien kertovaa luonnetta, jotka mahdollistuvat taiteen menetelmin niin, että asiakas voi työstää itselleen tärkeää teemaa. Luovan toiminnan kautta avautuu mahdollisuus omille tunteille ja kokemuksille. Taidetta työstävälle avautuu mahdollisuus myös uusien näkökulmien etsimiselle ja ilmaisemiselle. Seeskarin mukaan tällaista prosessia voi verrata päiväkirjojen kirjoittamiseen, jonka kautta voi löytää uuden tavan suhtautua itseen ja muotoilla vaikeasti hahmotettavaa mielen sisältöä. Kuvallinen luova toiminta ja hahmottaminen voivat olla samanaikaisesti tapa kuvata ja tapa havaita. Uudet havainnot sävyttävät kuvataiteellista prosessia ja synnyttää samalla uusia oivalluksia. Seeskarin mukaan toinen tärkeä seikka työskentelyssä on kuvan kertova luonne. Kuvat ilmaisevat tekijäänsä persoonallista tyyliä ja ”ääntä”, joten niitä voidaan kunnioittaa sellaisinaan. Seeskarin mukaan kuvat kertovat mitkä aiheet ja teemat kiinnostavat ja mitkä niistä ovat lisätutkimuksen arvoisia. (Seeskari, 2004, 151–152.)

Kuvien tarinallisuus voi liittyä ajallisesti elämän eri jaksoihin, joten terapiassa voidaan kiinnittää huomiota siihen, miten asiakas itse lähestyy omaa tarinaansa. Nämä ilmaisut voivat vaihdella illustratiivisista kuvakertomuksista abstraktimpiin värikompositioihin. Seeskarin mukaan illustratiivinen kertomustyyli voi näkyä esimerkiksi sadunomaisissa fantasiakuvissa, jotka kertovat omaa kehitystarinaansa ja abstraktimpi kuvakertomus puolestaan voidaan nähdä esimerkiksi sellaisena, jossa asiakas kokeilee erilaisten väripintojen yhteyttä toisiinsa ja pystyy samalla liittämään väritapahtumiin erilaisia tunnekokemuksia. Tällaiset kuvalliset värikertomukset voivat auttaa näkemään tunteiden ilmaisuissa lainalaisuuksia ja mahdollisesti auttaa hahmottamaan eri tunteiden riippuvuutta toisiinsa. (Seeskari, 2004, 152.)

Kuvat ovat tapa kommunikoida ja ilmaista, joten ne muodostavat kielen, jota voidaan ymmärtää ja tulkita. Seeskarin mukaan kuvan kääntäminen sanalliseen muotoon ei aina ole tarpeen ja

joskus tämä kääntäminen voi vähentää kuvan ilmaisuvoimaa. Kuvat ovat kuitenkin keskeisin kommunikaation väline taideterapiassa sanallisen ja eleisiin perustuvan viestinnän rinnalla. Lisäksi teoksen tekemiseen voi liittyä elvyttää ja hyvää tekevä vaikutus, joka koetaan merkitykselliseksi kokemukseksi. Kuvat voivat toimia myös innoittajina niihin teemoihin, jotka ovat keskeisiä asiakkaan elämässä. Seeskari muistuttaa, että kuvat ja niiden sisältämä kieli avaavat luonnollisella tavalla dialogin, jonka kautta uudet näkökulmat voivat tulla esille. Tämän vuoksi kuvien tekemiseen terapiassa liittyy aktiivinen vuoropuhelu, jossa vastavuoroisen kommunikaation avulla asiakas voi tutustua itseensä ja oppia uusia suhtautumistapoja käsitelläkseen omia tunteuksiaan. (Seeskari, 2004, 153.)

4.2 Psykoanalyttinen psykoterapia ja sen luomia näkökulmia luovuuteen

Psykoanalyttinen psykoterapia liitetään vahvasti Sigmund Freudiin (1856–1939). Hän sai neurofysiologisen koulutuksen ja kypsyi aatehistoriallisesti tieteellisessä ympäristössä, jossa todellisuus itsessään (saks. das Ding an sich) oli välttämättömän havainnon ulottumattomissa, kuin myös sisäinen realiteettikin. Freudille tuli tästä psyykkisestä, itsessään tiedostamattomasta todellisuudesta oman tutkimuksen kohde. (Enckell, 2015, 26.)

Freudin ajattelusta voidaan erottaa neljä pääperiaatetta; 1) luovuuden juuret ovat leikissä, 2) taiteellinen työskentely on keino ilmaista ja käsitellä psyykkisiä paineita, 3) taiteellisessa prosessissa tapahtuu regressio primaariprosessimaailmaan ja paluu takaisin realiteetteihin, 4) vitsin aikaansaamiseen prosessit ja unityön prosessit ovat yhteneviä ja keskeisiä luovuuden prosesseja. Freud tarkasteli taidetta aluksi patografisesti eli hän suhtautui taiteeseen terapiana ja analysoiden taiteellisia tuotoksia rekonstruoimalla niiden tekijöiden menneisyyttä etsien niihin vaikuttavia tekijöitä mm. ristiriitoja, torjuttuja muistoja jne. Taide näyttäytyi hänelle keinona ilmaista ja käsitellä psyykkisiä paineita. Huttula mainitsee, että Freud suhtautu taiteeseen kuin olisi tehnyt psykoanalyysia taiteilijasta ilman taitelijan omia assosiaatioitaan teoksista. (Huttula, 2011a, 83–84.)

Freudin mukaan taiteellisessa prosessissa tapahtuu regressio tietoisuuden varhaisiin infantiileihin vaiheisiin ja kääntyminen realiteeteista primaariprosessin dominoivaan maailmaan. Taiteilija hyödyntää taitojaan muovaamalla fantasioitaan uudenslaisiksi totuuksiksi, jotka toimivat todellisuuden reflektiona ja samalla hän löytää tiensä myös takaisin realiteetteihin. Freudin mukaan taiteessa oli kyse myös muustakin kuin neuroottisesta toiveiden toteutumisesta. Kyse oli

myös mielihyvän toteuttamisesta taiteen kautta eli taiteilija lahjoo yleisön esteettisellä mielihyvällä esittäessään omia fantasioitaan. Taiteen katsojille taitelijan luoma teos antaa mahdollisuuden nauttia häpeämättä omista päiväunista. Freud tulkitsi myös, että taitelija sublimoi omaa seksuaalista viettivoimaansa toimiessaan ammatissaan. Huttulan mukaan Freud näki, että varsinainen tavoite vaihdetaan toisiin ja mahdollisesti arvostettuihin ja muihin kuin seksuaalisiin tavoitteisiin. Varsinainen luomistyö antaa purkautumistien haluille. Tästä näkökulmasta luomisprosessia voidaan tarkastella terveenä viettienergian kanavoimisena ja purkautumisena niin sosiaalisesti kuin kulttuurisesti hyväksytyllä tavalla. (Huttula, 2011a, 84.)

4.3 Analyyttinen psykoterapia ja jungilainen taideterapia

Analyttinen psykoterapia on Carl Jungin (1875-1982) luoma terapia suuntaus. Hän oli Freudin läheinen työtoveri, josta hän riitautui myöhemmin. Jungin mielestä Freudin luoma seksuaali-teoria oli liian yksipuoleinen. Hänen mielestä yksilön käytöstä ohjasivat alitajuiset rakenteet eli arkkityypit, jotka ilmenevät yksilön piilotajunnassa. Jung kiinnostui unien, myyttien ja uskontojen merkityksestä, jotka viestivät myös kollektiivisesta piilotajunnasta. Jungin mukaan monet yksilön elämän tilanteet jäävät selittämättömiksi, jos keskitytään tarkkailemaan elämänhistoriallista näkökulmaa. Jungin käsittämä arkkityyppi on yksilölle ominainen näkymätön järjestys tai käsiteraami tiedostamattomassa psyydessä. Huttunen huomauttaa, että arkkityyppikäsitteestä on erotettava arkkityyppi sellaisenaan (saks. an sich) ja sen aiheuttamat tai siihen liittyvät symbolit. Jungin teorian mukaan arkkityyppi on biologista viettiä muistuttava mielen rakenne, joka vaatii näkyvän edustuksen todellisuuteen. Huttunen mainitsee esimerkin siitä, että isä- tai äitiarkkityyppi tarvitsee yksilöllisen edustajan, jolloin jos isä on poissaoleva, lapsi hakee väistomaisesti isän vaikutusta elämäänsä. (Huttunen, 2015, 294.)

Analyttisen psykoterapian päämääränä on tukea yksilön individuaatiota tai yksilöitymistä. Niinpä yleiskielenkin käsitteet varjo, persoona, anima tai animus ja itse ovat arkkityyppisiä, jotka kuuluvat yksilön elinikäiseen kehitykseen. Huttunen myös muistuttaa, että prosessiin kuuluvat myös isä- ja äitiarkkityypit. Nämä edellä mainitut arkkityypit koskettavat yksilön suhdetta vanhempiinsa, puolisoonsa, toiseuteen ja omaan kokonaisuuteen. Käsitteet ovat käytöstä ohjaita kollektiivisiä arkkityyppisiä rakenteita, joihin sisältyy omaa henkilökohtaista materiaalia. Arkkityypit ilmenevät unissa, saduissa, myyteissä, elokuvissa ja kirjallisuuden eri teemoissa. Näiden arkkityyppien tarkastelu on keksiennon osa terapiaprosessia. Jungin mukaan yksilön

psykyssä oleva pysyvä pyrkimys invidioitua eheytyneeksi itseksi vaatii näiden arkkityyppien kohtaamista eli ensin varjonsa, jonka jälkeen sukupuolesta riippuvasti animansa tai animuksensa löytääkseen lopulta itsensä (engl. self). Kulttuuritaustasta riippumattomat ristiriidat yhteisöllisyyden ja yksilöitymisen välillä ilmenevät persoona-käsitteen kautta, joka kuvaa yksilön suhdetta ulkomaailmaan ja minän sopeutumista yhteiskuntaan ja kulttuuriin. (Huttunen, 2015, 294.)

Analyttisessä psykoterapiassa tarkastellaan piilotajuisten viestien tulkitsemista, joten terapia-prosessissa käytetään paljon aikaa vertauskuvallisten unien yksityiskohtaiseen analysointiin. Analyttisen psykoterapian teorian mukaan varjo ilmenee unissa ja mielikuvissa usein vihamielisenä tai vastenmielisenä hahmona, anima ja animus nais- ja mieshahmoina tai eroottisina kuvina, jumalattarena tai mandalakuvioina. Jungille erityisesti symboleista ympyrä tai mandala edustaa kokonaispersoonallisuutta. Huttunen huomauttaakin, että unikuvien symboliikan yksityiskohtainen tutkiminen tekee terapiaprosessista luovan kokemuksen, jolloin monet taiteilijat kokevat jungilaisen tavan tarkastella psyyken sisältöä ja ristiriitoja itselle läheisemmäksi kuin psykoanalyttiset, kognitiiviset tai ratkaisukeskeiset työtavat. Analyttisessä psykoterapiassa terapeutin ja potilaan välinen suhde on hyvin tasa-arvoisen dialoginen. Jungilainen terapia näkee ihmisen mielen rikkaana, joten sitä tulee lähestyä yksilöllisesti monesta eri näkökulmasta. (Huttunen, 2015, 294–295; Leijala–Marttila, 2011b, 298.)

Jungilainen taideterapia pohjautuu Jungin ihmiskäsitykseen ja hänen luomaansa teoriaan. Jung oli itse hyvin luova ja harrasti myös maalausta ja veistämistä. Freudin kanssa tapahtunut väli-rikko ajoi Jungin kriisiin, jolloin hänen sisäiset kuvansa nousivat esille. Nämä kuvat johtivat hänet työskentelemään eri tavoin kuten maalaen, veistäen, kirjoittaen ja rakentaen. Työskentely on vaikuttanut myös Jungin omaan tieteelliseen työhön. Jungin teoria sopii hyvin kuvien ymmärtämiseen, koska siinä käytetään unikuvien analyysia, aktiivista kuvittelua (engl. active imagination), piirtämistä ja hiekkakuvatekniikkaa. Jung rohkaisi potilaitaan luomaan kuvia unistaan ja mielikuvistaan. Hän mukaansa sisällä olevalle tunteelle voidaan antaa näkyvä hahmo, jolloin potilas voi olla suhteessa tiedostomattomaan. Kuitenkaan kuvan olemassaolo ei yksistään riitä vaan tarvitaan myös emotionaalista ja älyllistä ymmärtämistä eli kuva tulee tietoisella tasolla integroida ja saattaa tulkintaprosessiin. (Wahlbeck, 2011b, 165–166.)

Jung ei itse varsinaisesti luonut taideterapiaa omaan teoriaansa pohjautuen vaan hän nosti esille kuvien merkityksen. Jungilainen taideterapia perustuu jokaisen omaan sisäiseen kehitysmahdollisuuteen eli ongelmien yli kasvamiseen. Tätä kasvua voidaan Wahlbeckin mukaan kutsua

individualisaatioprosessiksi, jossa ihmisen oma psyyke pyrkii nousemaan esille kaikista vasta-voimista huolimatta. Prosessissa ihminen tulee enemmän omaksi itsekseen löytäen omia potentiaalejaan ja eriytyen kollektiivisista normeista omaksi itsekseen. Individualisaatioprosessia luodessaan yksilö on yhteydessä omaan syvyyteen, jolloin tietoisuus itsestä ja maailmasta kasvaa. Jungin mukaan sisäiset kuvat, symbolit ja unet ovat tiedonlähde, joissa piilee kätkeytyneinä olemuksemme mahdollisuudet. Jungille kuvan laatimistapahtuma on tietynlainen imaginaatio, jossa symboleja vapauttavan tiedostamattoman rinnalle nousee tietoisuus, joka ohjaa ja tarkistaa kuvantekoa. Mielikuvan konkreettinen työstäminen nostaa kaikki sen osat tarkastelun alle, jolloin kuvan vaikutus pääsee kehittymään. Jungin mukaan jokainen työstetty kuva on omakuva eli luodessaan kuvaa yksilö työstää myös itseään. Tehtyä kuvaa tulee ymmärtää niin älyllisellä kuin emotionaalisella tasolla eli ne tulee tehdä tietoiseksi, tulkita ja integroida. Kuvan kautta voidaan luoda tietoinen yhteys tiedostamattomaan, jolloin avautuu mahdollisuus myös sisäiseen vuoropuheluun. (Wahlbeck, 2011b, 168.)

Jungilaisessa taideterapiassa kuvanteko tapahtuma on muutosprosessi, jossa synnytetään aina jotakin uutta. Kuvaa etsitään sisäisistä ideoista lähestyen kohti sielullista päämäärää. Kyseessä on virtauksen, muutoksen ja tulemisen tilasta, jossa värien ja muotojen kautta kuvaa integroidaan osaksi itseä. Kuvan työstäminen voi nostaa esille tiedostamattomassa olevia arkkityyppejä, jotka ilmenevät symboleina. Yksi kuva voi esittää erilaisia olemuksen ja olemassaolon puolia, jolloin symbolit toimivat energiaformaattoreina. Kuvasta puhuttaessa ja sitä tulkittaessa voidaan käyttää apuna assosiaatioita ja amplifikaatioita. Amplifikaatiot (lat. *amplificare*, laajentaa, syventää) auttavat pysähtymään tiettyyn näkökulmaan ja syventämään sitä. Terapiaprosessissa on tärkeää myös ihmissuhde ja transferenssi-vaikutukset, jotka näkyvät yksilön ja terapeutin välillä. Yksilön kokema parantava vaikutus ei synny tässä ihmissuhteessa vaan kyseisessä suhteessa syntyneestä tiedostamattomasta peräisin olevasta sanomasta, joka tehdään näkyväksi. Yksilön tuottamassa taiteessa ilmenevät symbolit tai toistuvat asiat voivat kertoa jotain tiedostamattomasta. Ne voivat olla arkkityyppejä, jotka pyrkivät esille ihmisen piilotajunnasta. (Wahlbeck, 2011a, 322; Wahlbeck, 2011b, 168–170).

Jungin teoria ja näkemykset ovat vaikuttaneet myös hiekkakuvaterapian syntymiseen. Hiekan avulla voidaan luoda kolmiulotteisia kuvia, joita analysoidaan ja tulkitaan samalla tavalla kuin kuvia. Ihmisen luoma hiekkakuva kehittyy yhtenä imaginaation muotona psyykkisen ja fyysisen sisäisen ja ulkoisen todellisuuden vuorovaikutuksesta. Kuvat luodaan hiekkalaatikkoon miniatyyrien avulla tai pelkästään kosteaa tai kuivaa hiekkaa muotoilemalla kuva tai pienoismailma, jota tulkitaan terapiaistunnossa. Seuraavalla istuntokerralla luodaan uusi kuva. Jokaisesta

hiekkakuvasta otetaan valokuva, koska teokset eivät säily seuraavaan kertaan. Näitä on helpompi tarkastella myöhemmässä vaiheessa, kun ne taltioidaan. (Wahlbeck, 2011b, 170–171.)

4.4 Lasten ja nuorten psykodynaaminen taidepsykoterapia

Perinteinen psykodynaaminen psykoterapia on kehittynyt Sigmund Freudin ajattelusta. Psykodynaamisen näkökulman mukaan yksilön psyykessä on keskenään ristiriitaisia viettejä tai pyrkimyksiä, joiden välinen ristiriita ilmenee yksilössä psyykkisinä oireina, käytösongelmina tai pahoinvointina. Psykoanalyysi keskittyi emotionaalisista häiriöistä kärsiviä hoitamaan mielen eikä ruumiin kautta. Vaikka Freud laittoi merkille aikuispotilaidensa valituksen siitä, miten vaikeaa on muuttaa unien kuvakieli sanoiksi, ei hän kuitenkaan ottanut piirtämistä mukaan analyysitekniikkaansa. Freud ei itse työskennellyt lasten kanssa lukuun ottamatta pikku Hansia. Pikku Hansin kohdalla Freud raportoi hänen tekemiään piirustuksia. Piirustusten ja säännöllisten keskusteluiden avulla Hans pääsi lopulta irti fobiasta, josta hän kärsi. (Huttunen, 2015, 293; Rubin, 2011, 347.)

Lasten analyysi alkoi vasta 1920-luvulla naisjoukon johdolla. Sigmund Freudin tytär Anna Freud (1927) ja Melani Klein (1932) huomasivat, että lasten oli helpompi kommunikoida leikin kautta kuin makaamalla sohvalla paikallaan. Leikin tuli edetä spontaanisti, jotta impulssin ja defenssin välisiin tiedostamattomiin konflikteihin, joiden oletettiin olevan syynä lapsen tunne-elämän ongelmiin. Anna Freud otti piirtämisen osaksi analyysitekniikkaa, koska se kuului lasten leikkiin. Myös Klein nosti piirustusten merkityksen osaksi lasten hoitoa teoksessaan *Narrative of child analysis*. Varsinaisesti vasta taideterapian perustaja Margaret Naumburg vaikutti keskeisesti siihen, että Freudin oivallus tiedostamattomasta kommunikaatiosta integroitiin osaksi terapiaa. Naumburgille itselleen tiedostamattoman kuvakielen ”vapauttaminen” ”spontaanisiin” taideilmaisun kautta oli keskeisessä osassa. (Rubin, 2011, 347–348.)

Monet terapeutit innostuivat kuvataiteen mahdollisuuksista 1930-luvulle asti. Monilla terapeuteilla oli käytössään maalausvälineitä, savea ym. ja kaikki taidetta hoidossa käyttäneet olivat psykoanalyttisesti suuntautuneita. Naumburg lähti kuitenkin kehittämään dynaamista terapiamuotoa 1940-luvulla yhdessä psykoanalyttikko Nolan D.C. Lewisin avulla. Naumburg työskenteli lasten psykiatrisessa Lewisin työnohjauksessa. Naumburgin kehittämä terapiamuoto, jota hän itse kutsui dynaamisesti suuntautuneeksi taideterapiaksi, pohjautui pitkälti

Freudin teorioihin. Myös Edith Kramer kehitti lähestymistavan taide terapiana, joka pohjautui psykoanalyttiseen teoriaan. Suuntaus korosti enemmän egon toimintaa persoonallisuuden säätelijänä. Terapian tarkoituksena ei ollut paljastaa tiedostamattomia konflikteja vaan korostaa enemmän Freudin ”sublimaatioksi” kutsumaa defenssimekanismia. Sublimaation onnistuessa ihmisen sisällä olevat ristiriitaiset impulssit kesyntyvät, jolloin ne kanavoituvat turvallisesti taiteeseen ja josta tällöin syntyy taiteen parantava vaikutus. Kramer kehitti teoriaansa työskennellessään häiriintyneiden lasten kanssa. Näistä kokemuksistaan hän laati teoksen vuonna 1958 *Art therapy in children’s community*. (Rubin, 2011, 348.)

Useat lasten kanssa työskentelevät terapeutit pitävät omaa työtään psykodynaamisena, koska he uskovat tiedostamattomien konfliktien olemassaoloon ja pitävät niiden merkitystä keskeisinä. Kuitenkin heidän tapansa toimia poikkeaa riippuen siitä, onko taide psykoterapian väline vai itse terapia. (Rubin, 2011, 349.)

Kaikilla psykodynaamisesti työskentelevillä taideterapeuteilla on samankaltaisia ajatuksia normaalista kehityksestä, symbolisaatiosta, kiintymyssuhteista, ihmissuhteista ja lapsen omasta minäkäsityksestä. He myös korostavat lapsen sisäisen maailman tärkeyttä ja sen ilmenemistä transferenssissa ja vasta transferenssissa. Itse transferenssi viittaa symbolisiin tapoihin, joilla potilas havaitsee ja reagoi terapeuttiin. Puolestaan vastatransferenssi viittaa symbolisiin tapoihin, joilla terapeutti havaitsee potilaan ja reagoi häneen. Transferenssi auttaa tunnistamaan vääristyneitä havaintoja, joiden oletetaan liittyvän menneisyyden ratkaisemattomiin konflikteihin ja vastatransferenssi toimii johtolankana siinä mitä potilas terapeutissa herättää. (Rubin, 2011, 349.)

Vastatransferenssin avulla terapeutti voi auttaa potilasta tunnistamaan ratkaisemattomia konflikteja. Jos terapian tavoitteena on sublimatio eli ristiriitaisten impulssien kesyttäminen, autetaan lasta viemään oma taideteos loppuun ilman keskeytyksiä. Jos tavoitteena on tiedostamattomien paljastaminen, keskustellaan terapiassa enemmän itse taiteen tekemisestä niin, että lapsi näkisi yhteyksiä tekemänsä teoksen ja oman itsensä välillä. Rubin nostaa esille, että taide terapiana-lähestymistavassa transferenssi huomioidaan, mutta sen muodostumista ei edesauteta tai analysoida lapsen kanssa. Kuitenkin taidepsykoterapiassa transferenssin syntymistä rohkaitaan ja myös terapeutti itse tulkitsee sitä aktiivisesti. Tästä johtuen psykodynaaminen lasten terapeutti hyödyntäessään transferenssia osana työtään, työskentelee lapsen kanssa useammin kuin kerran viikossa. Psykodynaamisesti työskentelevien taideterapeuttien välillä voi olla yksi-

löllisiä eroja, mutta heillä on hyvin paljon yhteistä. He pitävät tärkeänä tiedostamattoman materiaalin ilmaisemista riippumatta siitä analysoidaanko vai tulkitaanko sitä. (Rubin, 2011, 349–350.)

Nuorten kohdalla psykodynaamista taideterapiassa sen soveltuvuuden arviointi on tärkeää. Nuorten psykodynaamisessa taideterapiassa käytetään vapaavalintaista piirtämistä tai maalamista sekä erityisiä taideterapian arviointimenetelmiä ja psykologisia piirtämistestejä. Lasten psykodynaamisesta psykoterapiasta poiketen nuorten kohdalla kuuluu vaihteleva kuvakieli ja sen ymmärtäminen suhteessa nuoruuden ikävaiheen normaaliin kehitykseen kuin kehityksen häiriintymiseen. Myös nuorten kohdalla transferenssi-ilmiöitä seurataan vuorovaikutussuhteessa kuin kuvallisiin teoksiin projisoituna. Lisäksi terapiassa hyödynnetään terapeutin vastatransferenssitunteita. (Hintikka, 2011, 391.)

Nuoruusiässä yksilön luovuus lisääntyy, joka on yhteydessä yksilön psyykkisiin prosesseihin ja itsenäiseksi kasvamiseen. Nuoren kehitysvaiheelle on tyypillistä myös käsitteellisen ajattelun kehittyminen ja esteettinen herkkyys, jotka heijastuvat nuoruusiän kehitysprosessiin. Itsenäiseksi yksilöksi kehittyminen nostaa esiin nuoren oman luovuuden. Hintikka mainitsee, että taide itsessään tulee kollektiiviseksi yhteydeksi lievittämään nuoren omaa yksinäisyyttä. Yleensä tämä heijastuu oman nuorisokulttuurin löytymisenä, jossa kiteytyy tietynlaisten tapojen, ajattelumallien ja musiikkimaun yhteinen jakaminen. Nuoren luovuus liittyy osaksi hänen yksinäisyyttään ja eriytymistään itsenäiseksi persoonaksi. Nuori työstää itseään suhteessa siirtymäobjekteihin, jotka voivat nousta koulusta, harrastuksista, seurustelusuhteista jne. Nuoren käsitteellisen ajattelun kehitys ja abstraktio taiteessa heijastuvat symbolien käyttönä. Nuorelle symbolit ovat yhteydessä tiedostamattomiin konflikteihin. (Hintikka, 2011, 393–395.)

Nuorelle taideilmaisun integroiminen psykoterapiaprosessiin tarjoaa hyviä välineitä käsitellä oman persoonallisuuden kasvukriisejä. Nuorelle taide antaa mahdollisuuden myös käsitellä omia mielikuviaan ja tunteitaan. Se tarjoaa mahdollisuuden kehityksellisten ristiriitojen työkentelyyn. Hintikka korostaa, että radikaali muutos omassa ruumiinkuvassa ja tietoisuudessa sekä ohimenevä itsensä epätodelliseksi kokeminen eli depersonalisaatio voivat tulla parhaiten kohdatuksi juuri taiteen keinoin. Kuitenkin nuorelle ero itsensä ja tuotoksen välillä on minimaalinen, joten hän voi olla hyvin haavoittuvainen taiteellisiin suorituksiinsa nähden. Nuorten taidepsykoterapiassa on haastavaa hahmottaa nuoren omaa kuvakieltä, koska värien, muotojen, sisältöteemojen, tyylin ja tilan käyttö voivat vaihdella kehityksellisestä prosesseista ja -vaiheista riippuen. Taiteen työstämisen kautta nuori projisoi omaa sisäistä kaaostaan työhönsä.

Terapiassa strukturoitujen menetelmien ja sanallisen tutkimisen kautta vahvistetaan nuoren itsesääntelyn hallinnan tunnetta, joka osaltaan edistää tunteiden jäsentymistä. Hintikka mainitsee-kin, että kuva voi sisältää jäsentymättömiä vaikeita tunnekokemuksia, joita nuori on valmis työstämään myöhemmässä vaiheessa. Nuorelle kuvan kautta työskentely antaa mahdollisuuden tunnekokemusten työstämiseen. Terapiassa on tärkeää tukea nuoren kasvua ja kehitystä edistäviä prosesseja. Kuitenkin terapiassa erillisyyteen ja oman yksilöllisen identiteetin kehitykseen liittyvät ongelmat voivat heijastua terapiasopimuksen rikkomisena. Tällöin nuori ei ole valmis käsittelemään mielikuviaan, jotka hän kokee liian uhkaavana omalle psyykelle. Hintikka korostaa, että nuori joutuu turvautumaan psykoottisiin minän puolustusmekanismeihin kuten todellisuuden kieltämiseen tai suoraan toimintaan (engl. acting out) työstäessään omaa yksinäisyyden kokemustaan. Tällainen nuori tarvitsee usein moniammatillista psykiatrista hoitoa ja kuntoutusta. (Hintikka, 2011, 401–403.)

4.5 Taideterapia lasten ja nuorten kanssa

Lapselle kuvallinen ilmaisu ja leikki ovat luontaisia tapoja ilmaista itseään ja olla vuorovaikutuksessa maailmaan. Tämän vuoksi onkin oleellista, että kuva ja leikki kuuluvat luonnollisiin ilmaisukanaviin psykoterapiatyössä. Tämä myös mahdollistaa terapeutin ja lapsen välille yhteisen tilan pohdinnalle. Kuva auttaa tämän tilan muodostumisessa jo sen vuoksi, että se on konkreettinen tuote. Sitä voidaan yhdessä katsoa ja tutkia. Antilan mukaan kuvan kanssa työskentely auttaa yksilöä yhdistämään omia sisäisiä kokemuksiaan ulkomaailmasta tekemiinsä havaintoihin. (Antila, 2011, 353.)

Lapsille ja nuorille teosten tuottaminen piirtämällä, maalaamalla, muovaamalla ja rakentamalla ovat osa omaa kasvua kohti aikuisuutta. Lapsen ja nuoren varsinaiset ”luovuusvaiheet” ilmenevät leikki-iässä eli 3-5-vuotiaana ja varhaismurrosiässä 11-13-vuotiaana. Arajärvi toteaaakin, että etenkin lasten piirrokset ovat hyvin monisanomaisia eli niissä kerrotaan omaa elämäntarinaansa. Lasten tuottamissa kuvissa heijastuvat elämässä iloiseksi koetut asiat, traumaattiset tapahtumat, toiveet, ihmissuhteet ja lapselle ominaiset persoonallisuuden erikoispiirteet. Antilan mukaan terapiaprosessissa pyritään löytämään lisää ymmärrystä ja etenkin lasten kohdalla on tärkeää tutustua omaan mielikuvamaailmaan. Lapselle mielikuvat ovat tärkeitä, koska ne lisäävät lapsen oman persoonallisuuden eri osien integroitumista toisiinsa. Lapselle mielikuvat auttavat suojaamaan niin sisältä kuin ulkoa päin tulevilta tekijöiltä, jotka aiheuttavat ahdistus-ta.

Kuvan kautta lapsi voi purkaa omia sisäisiä konfliktejaan ja niihin liittyviä tunnetiloja. (Antila, 2000, 16; Arajärvi, 2000, 7.)

Taideterapiaprosessissa työskentelyn kautta voidaan luoda vapautta tuottava turvallinen ilma-
piiri ja luontaiseen ilmaisuun perustuva psykologinen ympäristö. Lasten psykoterapiatyössä on
tärkeää saada kosketusta tiedostamattomiin fantasioihin sekä unohdettuihin kokemuksiin ja
muistoihin. Taideterapian kautta näihin voidaan saada yhteys pieninä palasina tai laajempina
kokonaisuuksina terapiassa tuotetun kuvan tai kuvasarjan kautta. Kuvat tarjoavat mahdollisuu-
den katsomiseen ja niistä puhumiseen. Antilan korostaakin, että taidepsykoterapiatyöskentely
tarjoaa uusia ja laajempia mahdollisuuksia ilmaista omia tunteita ja ajatuksia myös puheen
kautta. (Antila, 2011, 354.)

Lasten piirroksia ei voi jakaa terveiden ja sairaiden lasten tuotteisiin, vaikka niissä voi näkyä
oireilua jostakin ilmiöstä. Psykkisesti tai somaattisesti sairailta lapsilta voidaan tutkimuksissa
pyytää piirtämään ihminen, talo tai puu. Etenkin ihmispiirroksissa lasten tuottamissa kuvissa
voi näkyä vamma tai sairaus sekä suhtautuminen siihen. Vamma tai sairaus voi näkyä vielä
vuosikausia teoksessa, vaikka lapsi olisi parantunut siitä tai hän olisi hyväksynyt sen. Lapsi
voi myös jättää piirtämättä vamman tai esittää sitä ylikorostuneesti. Vamma myös saatetaan
siirtää johonkin toiseen yksilöön. Myös muut kuvissa esiintyvät asiat voivat ilmentää olotiloja,
tunteita ja suhtautumista siihen. Etenkin pahoinpitelystä kärsineet lapset kertovat pelkotilois-
taan. Lisäksi normaalitasosta poikkeava häiriöiden aggressiivisuus ilmennee ylikorostettuna
sekä empatiaköyhänä, joka näkyy erilaisina aiheiteemoina esimerkiksi pommitukset, hurjat len-
not, petoeläinten hampaat jne. Lapsi kuvaa tunnetilojaan kuvien ilmeissä tai kynän liikkeissä
esimerkiksi salamat ja sahalaitaiset vuorenhuiput. (Arajärvi, 2000, 7–9.)

Perhepiirroksia käytetään hyvin paljon perheneuvoloissa ja sen työstäminen voi olla lapselle
terapeuttinen tai vaikea kokemus. Hyvin toimivissa perheissä lapsen perhepiirros sisältää mie-
likuvia miellyttävästä tunnelasta ja ne voivat sisältää hyvin yksityiskohtaista tietoa perhe-elä-
mästä. Näissä kuvissa lapsi voi piirtää erityispiirteitä, joista perheenjäsen on tunnistettavissa.
Haastavassa elämäntilanteessa olevan perheen piirtäminen voi olla lapselle vaikea kokemus,
koska esiin tulee hankalia tunteita perhetilanteesta tai lapsi saattaa pelätä perhesalaisuuden pal-
jastumista. (Leijala-Marttila, 2011c, 332.) Lapsen tuottamat perhekuvat voivat ilmentää myös
perheen sisällä olevaa aggressiota, joka näkyy valtasuhteina ja alistumisena. Lapsen tuottamat
perhekuvat kertovat perheen sisäisestä dynamiikasta ja lapsi voi piirtää vanhempien koon oman

psykkisen tunteen mukaan. Lapsi sijoittaa myös itsensä kuvaan siinä suhteessa, miten hän käsittää oman psyykkisen paikan perheessä. Hän voi jättää kuvasta myös joitakin perheenjäseniä pois, mikäli hän ei koe heitä perheeseen kuuluvaksi. Lapsi voi myös yrittää tehdä maagisia temppuja perheen hajoamisen estämiseksi esimerkiksi piirtämällä kehän perheen ympärille tai kuvaamalla perheenjäsenet toisiaan lähellä. Arajärvi nostaa myös esille mielenkiintoisen huomion siitä, että perheenjäsenten sijoittelu kertoo dynamiikasta. Missä suhteessa perheenjäsenet ovat toisiinsa ja kenet lapsi piirtää itsensä lähelle? Antilan mukaan kuvan avulla on mahdollista tavoittaa hyvin varhaisia kokemuksia, joita ei välttämättä pystytä sanoittamaan. Lapsen työstäessä kuvaa, mukana ovat hänen sensomotoriset ja kinesteettiset puolet, joiden kautta voidaan lisätä myös itseluottamusta. Lasten ja nuorten kohdalla on tärkeää saada kosketuspintaa tiedostamattomassa oleviin fantasioihin, unohdettuihin kokemuksiin ja muistoihin. (Antila, 2000, 15; Arajärvi, 2000, 12.)

Lapsen tunnetilat heijastuvat piirroksissa. Pakko-oireinen lapsi tavoittelee täydellisyyttä teoksessa piirtämällä pikkutarkkoja kuvia ja toistaen samaa aihetta. Puolestaan ahdistus voi heijastua piirrosten kuvien niukkuutena ja kuvien hataralla rakenteella. Lapsen itsetunnon heikkous voi näkyä kuvien sotkemisena tai poispyyhkimisenä ja jos lapsi toteaa, ettei osaa tuottaa jotain kuvaa, voi se kertoa salaamisen halusta tai pelosta. Masentuneen lapsen kuvissa heijastuvat syvät tunnetilat, jolloin kuvat voivat olla pieniä, ne voivat sijaita paperin alalaidassa ja kuvien väriyty voi olla hyvin tumma tai haalea. Etenkin symboleista risti liitetään voimakkaasti kuolemaan ja lapset voivat ilmaista menetettyä henkilöä, joko ristinä tai sitten maisemakuvassa saattaa esiintyä kirkontori tai ristejä. Lapsi voi kätkeä itselleen kipeitä asioita hyvinkin monimutkaisen symboliikan taakse. Psykoottisen lapsen tuottamat kuvat heijastavat myös persoonallisuuden hajoamista eli kehon hahmot voivat olla vääristyneitä ja mittasuhteet vääriä. Lisäksi kehon hahmot voivat olla avuttomia ja luonnottomia. Väkivaltaa kohdanneen lapsen piirroksista tulee etsiä yksityiskohtia ja etenkin sellaisia, joita ei hänen ikätasonsa kuvissa esiinny. (Arajärvi, 2000, 9–13.)

Lapsen käyttämät värit voivat kertoa positiivisista tai negatiivisista tunnetiloista. Värit voivat ilmentää monenlaisia asioita esimerkiksi musta liitetään suruun, avun tarpeeseen tai masennukseen, mutta se voi olla myös rauhoittava kuten yön pimeys. Punainen väri puolestaan voi ilmentää aggressiivisuutta, mutta lämpimänä värinä se voi ilmentää tunteita ja tasapainoa. Keltainen väri voi ilmentää riippuvuutta ja tuen tarvetta ja sininen voi kertoa yksinäisyydestä. Lämpimänä sävynä sininen voi kertoa joustavuudesta ja itseluottamuksesta. Vihreään väriin liittyy

positiivisuutta ja se ilmentää paremman elämän toivoa ja uskoa selviämisestä. (Arajärvi, 2000, 12–13.)

Taideterapiassa vaaditaan hyvää luottamussuhdetta asiakkaan ja terapeutin välille. Terapiassa kuvien kautta asiaa lähestytään varoen ja sitä voidaan toistaa kuvissa niin kauan kuin se on tutkittu ja se on piirretty itselle vaarattomaksi. Asiakas voi olla kuvissaan rehellinen vasta kuin luottamus terapeutin ja asiakkaan välillä on muodostunut hyväksi. Asiakkaalle tulkinta voi olla kuvallista tai verbaalista. Terapiatyöskentelyssä olisi tärkeää hahmottaa kuvasta syntyvä yhteinen intensiivinen tunne. Taideterapia sopii hyvin lasten ja nuorten kohdalla koulupelon, tics-oireiden tai vaikeasti estyneen lapsen hoidossa. Kuvan kautta mahdollistuu etäännyminen, jolloin asioiden käsittelyyn voi tarttua helpommin kuin suoraan keskustelemalla. Taiteen kautta lasta ja nuorta voidaan auttaa kohtaamaan itselle vaikeita asioita ja auttaa heitä hallitsemaan niihin liittyviä tunnetiloja. Antila korostaa sitä, että etenkin lapsille ja nuorille luova työskentely on jo itsessään palkitsevaa ja omaa minää tukevaa toimintaa. Taiteen kautta mahdollistuu energian vapautuminen omaan kasvuun ja psyykkiseen hyvinvointiin. Rankanen korostaa myös sitä, että on tärkeää hahmottaa mitkä tekijät estävät lähtemästä taideterapiatyöskentelyyn. Terapiassa edellyttää asiakkaan oman mielen ja toiminnan tutkimista, jotta tiedostaa oman mieltä suojaavat mekanismit. Oman mielen ymmärtäminen auttaa näkemään uusia vaihtoehtoja ja jäsentämään itselle tapahtuneita kokemuksia uudelleen. Lasten taideterapiassa on tärkeää se, että terapeutti ja lapsi löytävät yhteistä transitionaalista tilaa asioiden pohtimiseksi. Leijala-Marttila myös nostaa esille sen, että taidepsykoterapeutin on tärkeää saada omakohtaista tietoa lapsen kognitiivisesta, tunne-elämän ja persoonallisuuden kehityksestä taideilmaisussa käytettävien menetelmien avulla. Lasten taideterapiaprosessissa on tärkeää tarkastella itse teoksen työstövaihetta, mutta myös sitä millaisia asenteita lapsella on suhteessa valmiiseen työhön. Suhtautuminen valmiiseen työhön voi antaa tietoa, jota voidaan hyödyntää arvioinnissa. (Antila, 2000, 15; Arajärvi, 2000, 13–14; Leijala-Marttila, 2011c, 327, 333–334; Rankanen, 2007a, 56.)

Yhteenvetona voidaan todeta, että psykologisesta näkökulmasta taidetta voidaan lähestyä eri näkökulmista. Keskiössä voi olla teoksen tekijä ja hänen luomisprosessinsa, mutta myös teokseen liittyvä tulkinta ja merkityksenanto. Lisäksi teosta voidaan lähestyä arvojen, asenteiden ym. tekijöiden kautta. Taiteen merkitys psykologiassa kytkeytyy hyvin vahvasti psykoterapiatyöhön, jossa sitä hyödynnetään itseilmaisun ja tiedostamattoman esille nostajana. Taiteen käyttö terapiatyössä on eriytynyt monelle eri psykologian teorian pohjalte, joten niiden painotukset heijastuvat itse terapiaprosessissa ja sen tavoitteissa. Taidepsykoterapiassa tarkastelun alla on itse luomisprosessi, mutta myös teoksen tekemiseen kuin sen lopputulokseen annetut

merkityksenannot. Lisäksi taideterapiatyöskentelyssä käytetään vahvasti symboliikkaa, värejä ym., joilla yksilö ilmaisee psyykessään olevia asioita.

5 Taideterapia prosessina ja sen vaikuttavuus

Taideterapia etenee yksilön tarpeiden mukaisesti eli kyseessä on hyvin henkilökohtainen prosessi. Seuraavaksi tarkastellaan taideterapian prosessia ja siihen liittyviä näkökulmia. Lisäksi tässä luvussa tarkastellaan hyvin pintapuolisesti taideterapian käyttöä tutkimusten pohjalta.

5.1 Taideterapia prosessina

Taideterapian käsitteistöllä pyritään ymmärtämään terapiasuhteen ja terapiassa tapahtuvan muutoksen luonnetta, toimintatapoja ja vaikutusta. Taideterapeutin roolissa ja vuorovaikutussuhteessa asiakkaaseen heijastuu niin taiteilijan, terapeutin kuin taideopettajan elementit, jotka ovat enemmän kuin osiensa summa. Ulottuvuuksien osuus vaihtelee terapiaprosessin käytännön toiminnassa ja terapiasuhteen vaiheiden mukaan. Taitelija rooli heijastuu tilan, ajan ja materiaalien tarjoamisena asiakkaalle. Samalla terapeutti voi tarjota aktiivisesti omaa kokemustaan ja taitojaan työskentelyn edetessä. Terapeutti voi tarjota aktiivisen taiteilijuuden kautta taiteellisia interventioita ja tulkintoja. Näin mukaan saadaan taiteen kieli, jota voidaan hyödyntää väliintulossa, puuttumisessa ja reflektoinnissa. Samalla mahdollistuu asiakkaalle itsensä peilaaminen omaan sisäiseen maailmaansa, jolloin ymmärtäminen, näkeminen ja kuuleminen voi olla helpompaa. Terapeutin väliintulo voi nostaa niin positiivisia kuin negatiivisia tunteita, jotka tulisi hyödyntää terapiaprosessin etenemisessä. Terapeutin rooli on hyvin tärkeä, vaikka hän ei osallistuisi varsinaiseen taidetyöskentelyyn. Terapeutti nostaa asiakkaan herättämät tunteet, ajatukset, mielikuvat ym. työskentelyyn, jolloin niitä voidaan hyödyntää kuvatulkinnassa. Terapeutin taitelijarooli on herättänyt kritiikkiä sen suhteen, että hän saattaa osallistua tiedostamattomasti toimintaan haitallisella ja ongelmiaan esiin tuovalla tavalla, jolloin asiakkaan oma rooli jää pienemmäksi. Lisäksi asiakas voi nojautua terapeutin asiantuntemukseen liikaa, jolloin työskentelyyn voi syntyä tarpeettomia jännitteitä. Kuitenkin terapeutti hyödyntää omaa taiteilijuuttaan ja siihen liittyvää ymmärrystä itse terapiaprosessissa, koska työskentely vaatii myös teoreettista viitekehystä. Terapeutti nojautuu omiin kokemuksiinsa luovasta työskentelystä ja tietoon kuvataiteen käytäntöjen kuvakulttuuriperinteestä. Rankasen mukaan on tärkeää, että terapeutti ylläpitää omaa taidetoimintaa terapiasuhteen ulkopuolella, jotta omien tarpeiden ja aiheiden siirtyminen itse terapiasuhteeseen vältetään. Lisäksi on tärkeää, että terapeutti pitää itsestään huolta omasta työnohjauksesta, koska erilaiset prosessit pitävät sisällään niin monenlaisia tunteita. (Rankanen, 2007a, 51–52, 56.)

Taideterapiaprosessiin kuuluu myös eri asteinen määrä opettajuutta. Se ilmenee terapiatyössä psykoedukaationa eli koulutuksellisenä terapiana ja taidetyöskentelyn jäsentämisenä asiakkaalle. Jos asiakkaalla on vähän kokemusta taiteellisesta työskentelystä, auttaa terapeutti tutustu-maan materiaaleihin ja erilaisiin työskentelytapoihin. Terapeutti voi työskentelyssä ottaa huomioon asiakkaan fyysisiin ja psyykkisiin rajoituksiin ja valitsemaan hänelle sopivat työskentelytavat. Jos asiakkaalla on paljon kokemusta taidemenetelmistä, voi hän kaivata irtipääsyä itselle totutuista tekemisen tavoista, jolloin samalla vapautuu energiaa luovaan työskentelyyn. Taideterapiassa käytetään erilaisia piirustus- ja maalaustarvikkeita, mutta myös muovailumateriaaleja mm. muovailumassat ja muovailuvahat. Massat mahdollistavat kolmiulotteisen teoksen työstämisen. Terapiassa voidaan koota myös kollaaseja käyttäen hyväksi aikakauslehtien kuvia, helmiä, nappeja, kangasta jne. Taidepsykoterapeutilta vaaditaan tuntemusta erilaisista työskentelypinnoista, piirustusvälineistä, kollaasi- ja maalausmateriaaleista, kolmiulotteisista materiaaleista ja työstämiseen vaadittavista materiaaleista kuten siveltimet, muovailuvälineet ja liimat. (Huttula, 2011b, 186–188; Rankanen, 2007a, 52.)

Taideterapeutti tarvitsee taideterapiaprosessin työskentelyssä myös psykoterapeuttisia taitoja ja psykologista ymmärrystä ihmisen kehityksestä sekä psyykestä. Terapeutti voi jäsentää omaa taideterapeuttista työskentelyä jonkin taidelähtöisen teorian ja menetelmien näkökulmasta. Terapiaprosessissa on oleellista asiakkaan muutoksen tukeminen, joten hänen tulisi pystyä tarjoamaan mahdollisuuksia kuten luomalla asiakkaalle sopiva työskentely ympäristö ja kulkemaan hänen rinnallaan kohti muutosta. Rankanen huomauttaa, että kuvataideterapiassa hyödynnetään erilaisia psykoterapeuttisia ja kuvallisen työskentelyn mahdollistamia keinoja kuvien herättämien tunteiden, kokemusten ja ajatusten kohtaamiseen sekä itse terapiaprosessin eteenpäin viemiseen. Terapeutin tehtävänä on rohkaista asiakasta tunnistamaan omia tarpeitaan ja pyytämään sekä vastaanottamaan tukea. Prosessissa tähdätään itsensä hyväksymiseen, jolloin tunteiden sietokyky kasvaa. Itsensä ja omien tunteiden hyväksyminen mahdollistaa voimavarojen käyttämisen omassa kasvuprosessissa. Terapeutti voi olla läsnä joko sanallisesti tai sanattomasti eli hän voi tarjota asiakkaalle tarkentavia kysymyksiä ja pyrkiä myötäelämään asiakkaan kanssa. Sanallisten ja sanattomien ilmaisujen merkitys rakentaa pohjaa vuorovaikutukselle ja hyvälle terapiasuhteelle. Antila kuitenkin toteaa, että verbalisaatio on erittäin tärkeä osa prosessia. Puhumista voidaan käyttää itse kuvan tekemisen yhteydessä, mutta erityisesti kuvan tarkastelun vaiheessa. Sanastaminen auttaa kokoamaan kaiken työstetyn materiaalin yhteen, jota koko proses-

sin aikana on tuotettu. Antila kuitenkin korostaa sitä, että taideterapiaprosessi itsessään on hyvin monimutkainen vuorovaikutustapahtuma asiakkaan ja terapeutin välillä. (Antila, 2000, 16; Rankanen, 2007a, 53.)

Taideterapia käsittää viisi erilaista vaihetta, joiden kautta oma luova prosessi etenee. Ensimmäinen vaihe on valmistautumisvaihe, jossa luodaan leikillinen ilmapiiri itsekriittisyyden vähentämiseksi. Rankanen mainitsee, että intuitiivinen ja aistimuksia kuulosteleva työskentely herättää hyvin voimakkaita tunteita ja muistoja, jotka ovat sidoksissa asiakkaan omiin kokemuksiin sekä persoonallisuuteen. Terapeutin tulee antaa asiakkaalle riittävästi ohjausta, vahvistusta sekä aikaa ja samalla tarkastella asiakkaan tuntemuksia. On tärkeää, että terapeutti auttaa asiakasta hallitsemaan tunnetiloja, jotta hänen turvallisuuden tunteensa säilyy. Terapian toinen vaihe on hautomisvaihe, jossa tapahtuu tiedostamatonta ideoiden törmäilyä ja yhteyksien muodostumista. Asiakas keskittyy omaan itseensä ja omaan sisäiseen maailmaan. Kuvaa työstäessään asiakas kääntyy sisäänpäin ja hiljentyä terapiatilanteessa. Tälle vaiheelle on annettava aikaa, koska liian varhainen vaatimus tietoisesta ongelmanratkaisusta, merkitysten löytämisestä ja päämäärätietoisesta toiminnasta voi kääntyä itse terapiaprosessia vastaan. Kolmas vaihe on oivallusvaihe, joka on palkitsevin osa luovaa prosessia. Tässä vaiheessa kaikki irrallaan olevat palat ja merkitykset löytävät toisensa ja niistä muodostuu kokonaisuus. Rankanen nostaa esille, että tämä vaihe voi ilmetä katarttisena kokemuksena, jossa tunteiden luova ilmaisu taiteen keinoin tuottaa asiakkaalle vapautumisen ja puhdistautumisen kokemuksen. Kuitenkin tähän vaiheeseen liittyy myös riskejä. Katarsinen kokemus asiakkaalla voi johtaa eristäytymiseen eheytyksen sijasta. Asiakas saattaa paeta omaan fantasiamaailmaan, jotta hän ei joudu kohtaamaan käsittelemättömiä asioita tai hän saattaa hakea kuvien avulla itselleen huomiota, ihailua tms., jota hän ei ole saanut elämässään. (RANKANEN, 2007b, 91–92.)

Terapiaprosessin neljäs vaihe on arviointivaihe, joka on koko prosessin työläin vaihe. Rankanen nostaa esille, että arviointivaihe vaatii itsekritiikkiä ja tietoista valintaa itse työstettyjen aiheiden väliltä. Arviointivaiheessa käydään läpi myös itse kuvan ja sen tekemisestä syntyneitä kokemuksia, aistimuksia ja tuntemuksia, joita tulkitaan ja jäsennetään itselle sopivaan muotoon. Samalla kaikelle etsitään merkityksiä suhteessa omaan henkilökohtaiseen elämään. Arviointivaiheen keskiössä on itsetuntemuksen kasvu niin, että asiakas tunnistaisi omat vahvuutensa ja heikkoutensa. Rankanen huomauttaa, että terapiaprosessissa voi olla houkuttelevaa pysyä kolmessa ensimmäisessä vaiheessa juuri katarttisten kokemusten takia. Kuitenkin terapiaprosessissa on tärkeää liittää arviointivaiheesta nousseet ilmiöt osaksi omia toimintatapoja ja todellisuutta. Antila myös korostaa kuvien merkitystä terapiaprosessissa. Kuvat ovat konkreettisesti

katsottavissa, joten niistä voidaan keskustella. Antilan mukaan terapiassa tapahtuvan eri aistikanavien kautta avautuva työskentely lisää eri kokemusten integroitumista. Integroitumisen kannalta kuvan reflektiolla on tärkeä merkitys. Itse prosessin tarkoituksena on edistää kuvan herättämien kokemusten yhdistäminen itseen. (Antila, 2000; 15–16; Rankanen, 2007b, 92.) Arviointivaihe voi nostaa esille tiedostamattomasta tärkeitä asioita, jotka voivat olla avainasemassa asiakkaan omassa elämässä.

Taideterapiaprosessi kiteytyy päätösvaiheeseen, jossa tapahtuu prosessin loppuunsaattaminen. Päätösvaiheessa asiakas voi kokea eheytymistä ja ymmärrystä omaa toimintaa ja kokemuksiaan kohtaan. Päätösvaiheessa kaikki irralliset palaset liittyvät toisiinsa muodostaen kokonaiskuvan. Päätösvaiheessa terapeutti tarkastelee asiakkaan kanssa asiakkaan tekemiä kuvia ja niistä voidaan tarvittaessa muodostaa kuvasarjoja. Rankanen huomauttaa, että päätösvaiheessa työskentely on hyvin aaltomaista eli prosessissa voidaan palata takaisin luovan prosessin eri vaiheisiin. Prosessissa koettuja asioita pyritään liittämään niin sisäiseen kuin ulkoiseen todellisuuteen sekä nostetaan ne osaksi omaa arkitoimintaa. Rankanen muistuttaa, että taideterapiaprosessi ei ole lineaarisesti etenevä prosessi vaan kyse on enemmän yksilöllisestä kokemuksesta, jolloin kaikki vaiheet elävät keskenään vuorovaikutusta suhteessa asiakkaaseen. Rankasen mukaan prosessin kaikki vaiheet ovat tärkeitä ja ne tulee käydä läpi, jotta kokemus voi integroitua asiakkaan elämään. Myös Antilan mukaan terapiassa yhteys voidaan saada palasina tai laajempina kokonaisuuksina joko yhden kuvan, kuvan osien tai kuvasarjan kautta. (Antila, 2000, 15; Rankanen, 2007b, 92.)

Taideterapiassa terapeutilta vaaditaan osaamista ihmisen kehityksestä kuin materiaalien sekä välineiden käytön osalta, jotta hän pystyy tarjoamaan terapiaprosessille mahdollisimman hyvän tuen. Taideterapiassa keskiössä on asiakas ja hänen luomisprosessinsa, joka ilmenee konkreettisen työn tai töiden kuvasarjana. Taideterapia voi itsessään olla asiakkaalle merkittävää, kun hän löytää merkityksiä ja yhteyksiä omaan itseensä. Työskentely voi nostaa esille tukahdutettuja tunteita tai kipeitä muistoja, jotka tuodaan osaksi terapiaprosessin työskentelyä. Prosessin kautta asiakas voi ymmärtää omia toimintamallejaan ja vaikuttaa niihin.

5.2 Taideterapian vaikuttavuus

Erilaiset taideterapian muodot ovat levinneet hyvin länsimaiseen terveydenhoitojärjestelmään ja niiden vaikuttavuutta on tutkittu suhteessa ihmisen käyttäytymiseen. Erityisesti taideterapia-muotojen on todettu vaikuttavan hyvin ihmisen kognitiivisiin toimintoihin, kivun lievittämiseen, tuki- ja liikuntaelin sairauksien hoitoon jne. Taideterapian vaikuttavuus näkyy siinä, että niiden kautta yksilöllä on mahdollisuus eheytymiseen riippumatta sairauden luonteesta tai vammasta. (Pratt, 2004.) Taideterapian on todettu olevan hyvin vaikuttava hoitomuoto etenkin seksuaalisesti hyväksikäytettyjen lasten hoidossa. Lapselle on avautunut kuvatyöskentelyn kautta mahdollisuus omaan ajatteluun ennen sen verbalisointia. Seksuaalista hyväksikäyttöä kokeneet lapset ovat haluttomia puhumaan tapahtuneesta. Luovan prosessin kautta lapset ovat kokeneet asiasta puhumisen helpommaksi. Tutkimuksissa on saatu positiivisia tuloksia sen suhteen, että luova työskentely on auttanut lapsia käsittelemään tapahtunutta ja sen tuomia tunnetiloja sekä kokemuksia. Seksuaalista hyväksikäyttöä kokeneet lapset tarvitsevat erilaista lähestymis- ja työskentelytapaa omien tunteiden käsittelemiseksi. Kelley toteaaakin, että lapselle taiteen kautta ilmaiseminen on vähemmän uhkaava kuin asiasta puhuminen. (Kelley, 1984.)

Taidetta on myös käytetty kliinisissä haastatteluissa, koska se auttaa muistamaan erilaisia tapahtumia ja muistoja. Piirustusten tekeminen vaikuttaa motoriseen, visuaaliseen kuin auditiiviseen muistiin, koska piirtäminen antaa aistitinvaraisen purkautumisen. Piirtämisen kautta hahmotetaan erilaisia vihjeitä, joilla on yhteys omaan muistiin. Piirustusten tekeminen on todettu olevan erittäin vaikuttavaa traumaattisten muistojen esille nostamisessa. (Burgess & Hartman, 1993.)

Taidetta on hyödynnetty myös traumaattisten lasten hoidossa ja heidän hoitoon sitoutumisessa. Lapsille taiteen luominen on hyvin miellyttävää, joten sen luo traumaattiseen kokemukseen uudenlaisen lähestymistavan. Lapsi voi ulkoistaa itselle sietämättömät tunteet konkreettisesti muodossa, jolloin tapahtuneen asian mukaan ottaminen kasvu- ja kehitysprosessiin on paljon helpompaa. Taiteen kautta lapselle avautuu mahdollisuus hallintaan, jolloin traumaattiseen kokemukseen ollaan epäsuorassa yhteydessä. Työstettyjen kuvien kautta yksilöllä on mahdollisuus luoda johdonmukainen narratiivinen kertomus tapahtuneesta. Traumaattisten lasten hoidossa on käytetty elämäkirjaa (engl. life books), jossa lapsi kuvittaa oman tarinansa syntymästä nykyhetkeen erilaisine tapahtumineen. Taidepohjaisia piirustus- ja tarinatekniikoita on

käytetty myös hoitoon sitoutumisessa. Hanney ja Kozlowka toteavatkin, että erilaiset tarinakirjat (engl. storybook) ovat myös terapeuteille hyödyllisiä riippumatta siitä millainen heidän oma teoreettinen orientaationsa on. (Hanney & Kozlowka, 2002.)

Taidemenetelmiä on myös käytetty katastrofin ja trauman kokemisen purkamiseksi. Taiteen kautta yksilölle mahdollistuu kokemusten käsittely, surun ja menetyksen ilmaiseminen sekä osallistuminen omaan paranemisprosessiin ”hengissä jääneenä” eikä uhrina. Taiteen kautta osa toisti tapahtumaa ja osa puolestaan vastusti muistoja tapahtuneesta käyttäen taidetta stressin lievittäjänä. Taiteen kautta yksilöllä on mahdollisuus ”suojautua” kaaokselta käyden läpi omia tunteita, käsityksiä, ajatuksia ja muistoja. Tämä auttaa keskittymään positiivisiin käyttäytymismalleihin. (Orr, 2007.) Myös Roje on todennut taiteen vaikuttavuuden omassa tutkimuksessaan työskennellessään maanjäristyksen kokeneiden lasten kanssa. Rojen mukaan taiteen käyttäminen aktivoi yksilön omaa ajatteluprosessia, joka auttoi palaamaan normaaliin toimintaan. (Roje, 1995.) Taideterapiasta on saatu myös vaikuttavia tuloksia posttraumaattisen stressihäiriön (engl. Posttraumatic Stress Disorder, PTSD) hoidossa. Posttraumaattisen stressihäiriön hoidossa on tärkeää ratkaista emotionaaliset vaikeudet, jotta yksilön paranemisprosessi voi käynnistyä. Taideterapia mahdollistaa luovien materiaalien käytön kuvaamaan yksilön kokemia tunteita ja tilanteita. (Mallay, 2002.)

Taide on koettu myös vaikuttavana oppimisvaikeuksista (engl. learning disabilities) kärsivien lasten sopeutumisessa. Kouluissa oppimisvaikeuksista kärsivien lasten sosiaalisia ja emotionaalisia vaikeuksia ei välttämättä huomioida riittävän hyvin. Kuvien kautta lapsi oppii tuomaan esille tuikahdettuja tunteita ja näin ollen löytämään itselle sopivampia selviytymiskeinoja omaan arkeen. Taide lisää itseymmärrystä, koska yksilö oppii näkemään itsensä omien vaikeuksiensa kanssa. Taide lisää myös allianssia eli liittomaa terapeutin ja asiakkaan välillä. Freilich ja Shechtman kuitenkin korostavat, että taideterapiassa olisi hyvä kiinnittää huomiota niihin tekijöihin, jotka lisäävät asiakkaan omaa osallisuutta suhteessa prosessiin. (Freilich & Shechtman, 2010.)

Taiteen hyödyntäminen terveydenhuollossa tarjoaa uusia näkökulmia yksilön terveyteen ja voimaantumiseen biolääketieteen rinnalla. Terapiat tarjoavat terveyden ymmärtämiseen uudenlaisen lähestymistavan. Taideterapia auttaa ihmistä hyväksymään itsensä ja elämään omien kokemustensa kanssa eli sen tavoitteena on elämänlaadun parantaminen eikä niinkään oireiden tai vammojen poistaminen. Piper ja Lazar nostavat esille huomion siitä, että taideterapiassa asiakas

on asiantuntija omakohtaisten kokemustensa suhteen. Terapiassa luotu artefakti on osa asiakkaan henkilökohtaista terveydentilaa ja ilmaisua siitä. Kuitenkin joskus terapeuttien näkemykset asiakkaan luomasta artefaktista poikkeavat terveydenhoidon hoitohenkilökunnan kanssa esimerkiksi siitä, miten artefaktia tulisi ymmärtää ja tulkita jne. Terapeuttien tapa työskennellä tuo asiakkaalle stigmatisoidut olosuhteet (engl. stigmatized conditions) esimerkiksi diagnoosin korostaminen, joka myös poikkeaa yleisestä terveydenhuollon lähestymistavasta. (Piper, & Lazar, 2018.)

On olemassa paljon tutkimuksia taideterapiasta ja taiteen käyttämisestä hoito- kuin kasvatus-työssä. Useissa tutkimuksissa taiteellisen työskentelyn kautta oli saavutettu yksilön eheytymistä esimerkiksi katastrofin kohtaamisesta. Tutkimuskenttä tarjoaa paljon materiaalia ja tutkimustuloksia myös omaa jatkotyöskentelyä varten.

6 Yhteenveto ja johtopäätökset

Kirjallisuuskatsauksen tavoitteena oli selvittää mitä taide voi ilmentää ja miten sitä voidaan hyödyntää taideterapiassa? Tavoitteena oli tutustua ja tutkia kirjallisuutta hyvin laajalla skaalalla niin psykologian kuin filosofian puolelta. Lisäksi tavoitteena oli tutustua myös tutkimukseen.

Kirjallisuuskatsaus toi paljon tietoa ja erilaisia näkökulmia taiteesta sekä sen käyttämisestä. Lasten tuottamista taideteoksista kiinnostuttiin 1900-luvun alussa ja psykologian puolella piirustukset otettiin tutkimuksen kohteeksi 1800-luvun lopulla. Lasten tuottamat teokset ovat lasten omaa kulttuuria, mutta niissä voi olla myös poimintoja muista kulttuureista esim. populaarikulttuuri. Lisäksi teosten kautta voidaan jakaa omia arvoja, asenteita, motiiveja ym. (Rusanen & Torkki, 2001, 89–90; Tuomikoski, 1987, 13; Wahlbeck, 2011a, 313.)

Tyttöjen ja poikien tuottamissa teoksissa on havaittavissa myös sukupuolieroja eli tyttöjen teokset ovat koristeellisempia ja niissä kuvataan eläimiä, kukkia ym. ja ne ovat aiheeltaan rauhallisempia. Puolestaan poikien teokset ovat toiminnallisempia ja niissä tuodaan esille mm. autoja, veneitä, avaruuteen liittyviä asioita ym. Myös värien käytössä on havaittavissa eroja. (Skoglund, 1990, 54, 57.) Psykologian puolella lasten tuottamia teoksia tarkastellaan eri näkökulmasta. Keskiössä on koko teoksen tuottamisprosessi ja valmiille teokselle annettava merkityksenanto. (Leijala-Marttila, 2011c, 333–334; Rankanen, 2007a, 56.) Taideterapiassa teosta tutkitaan yhdessä asiakkaan kanssa ja teos voi ilmentää asiakkaan kokemusmaailmaa. Teos voi sisältää iloiseksi koettuja asioita, unohdettuja muistoja, tukahduttuja tunteita ym. Lisäksi kuvat voivat ilmentää tekijälleen ominaisia persoonallisuuden erikoispiirteitä. (Arajärvi, 2000, 7.) Taideterapian tavoitteena on löytää tiedostamattomassa olevia tekijöitä, jotka vaikuttavat yksilön elämään. Näiden löytäminen ja tiedostaminen voi lisätä yksilön itseymmärrystä. (Antila, 2011, 354; Antila, 2000, 16.) Teos voi ilmentää myös yksilön perhedynamiikkaa (Arajärvi, 2000, 12). Teos on aina tekijänsä luoma tuotos, jota ei voida jakaa terveiden ja sairaiden yksilöiden töihin. Kuitenkin teos voi ilmentää yksilön suhtautumistapoja asioihin esimerkiksi vammaan ja kuvata millaisia tunnetiloja hän kokee omassa elämässään esimerkiksi kuvaamalla itseä pelottavia asioita taiteen kautta. (Arajärvi, 2000, 7–9.)

Taideterapia vaatii hyvää luottamussuhdetta asiakkaan ja terapeutin välillä. Teosten kautta yksilö voi lähestyä itselle vaikeaa asiaa ja tehdä sen vaarattomaksi työstämisen kautta, jolloin siitä on helpompi keskustella. Kuva mahdollistaa etenkin lapselle leikin omaisen tutkimisen, jolloin

yksilöllä on mahdollisuus saada kosketus tiedostamattomissa oleviin asioihin esimerkiksi fantasioihin. (Antila, 2000, 15; Arajärvi, 2000, 13.) Erityisesti taideterapiaan liittyvä kirjallisuus toi paljon tietoa erilaisista psykologisista teorioista suhteessa ihmisen mieleen ja toimintaan sekä lähestymistapoja taiteen hyödyntämiseen yksilön eheytymiseksi. Useat terapiat pohjautuvat Sigmund Freudin psykoanalyttiseen psykoterapiaan ja Carl Jungin analyttisen psykoterapiaan. Erityisesti Jungin teoria nostaa tiedostamattomassa, piilotajunnassa olevien asioiden merkityksen ihmisen toimintaan. Lisäksi analyttinen psykoterapia korostaa symboliikan merkitystä ja sen tutkimista. Erityisesti nuoret hyödyntävät omissa taiteellisissa töissään symboliikan kieltä. Nämä symbolit voivat olla yhteydessä tiedostamattomassa oleviin konflikteihin. (Enckell, 2015, 26; Hintikka, 2011, 395; Huttunen, 2015, 294.)

Taideterapiassa hyödynnetään taiteen kieltä, joka mahdollistaa itsensä peilaamisen omaan sisäiseen maailmaan. Tämän avulla yksilö voi oppia ymmärtämään itseään ja suhdettaan maailmaan. Varsinaisessa terapiaprosessissa hyödynnetään positiivisia ja negatiivisia tunteita, jotka voivat auttaa työskentelyssä. Erityisesti terapiassa terapeutin rooli korostuu teoksen merkityksen annossa ja kuvatulkinnessa, jossa terapeutti voi toimia asiakkaan tukena. Verbalisaatio on tärkeä osa terapiaa, koska puhumista voidaan käyttää niin luomisprosessin yhteydessä, mutta myös teoksen tarkastelun vaiheessa. Itsessään taideterapiaprosessi on siis hyvin monimutkainen vuorovaikutustapahtuma asiakkaan ja terapeutin välillä. (Antila, 2000, 16; Rankanen, 2007a, 51–52.)

7 Pohdinta

Kandidaatin työni aihe valikoitui pitkälti tulevan pro gradun myötä, jossa tarkoituksenani olisi perehtyä lasten ja nuorten tuottamiin kuviin. Kirjallisuuskatsauksen tekeminen antoi itselleni hyvät lähtökohdat lähteä työstämään tulevaa pro gradua, koska sain siitä hyvän poikkileikkauksen jo olemassa olevaan kirjallisuuteen. Kirjallisuudesta nousi esille erityisesti kuvien symboliikkaan liittyvät näkemykset sekä kuvista tehdyt tulkinnat, jotka olivat mielenkiintoisia. Lisäksi tutkimuksiin perehtyminen antoi taiteen käytöstä ja sen hyödyntämisestä monipuolisen näkökulman. Kandidaatin työn työstäminen oli itselleni hyvin pitkä prosessi ja vaihdoin näkökulmaa useaan otteeseen ennen kuin löysin viimein varsinaisen aiheen. Taide ja siihen liittyvät tutkimus kuin kirjallisuus oli niin moniulotteista, että välillä en tiennyt mihin suuntaan minun tulisi mennä. Lisäksi koin tulevan pro gradun haastavana juuri tämän moniulotteisuuden takia. Pohdinkin aika ajoin, että mitä olen tekemässä ja koin myös turhauttavia hetkiä. Lisäksi varsinaisen näkökulman puuttumisen vuoksi tein kirjoitustyötä valtavan paljon ja hylkäsin osan kirjoituksesta. Kuitenkin kirjoituksia voi mahdollisesti hyödyntää pro gradun osalta, joten sinänsä ne eivät jää hyödyntämättä.

Erilaisia taideterapiamuotoja vaikuttaa olevan hyvin paljon ja niiden taustateoriat poikkeavat toisistaan. Vahvasti kirjallisuudesta nousi Sigmund Freudin ja Carl Jungin luomat teoriat psykoterapiasta, joista oli lähdetty muodostamaan uusia terapiamuotoja. Vahvasti kirjallisuudesta nousi myös tiedostamattoman ja tiedostetun merkitys ihmisen toiminnalle. Mahdollisesti pro gradussa kannattaa perehtyä näihin keskeisiin teorioihin, koska niiden asema näyttää olevan vahva koko psykologian kentällä.

Kirjallisuudesta nousi esille taiteen monipuolisuus. Sitä hyödynnetään traumausten käsittelyssä, psyykkisten häiriöiden hoidossa, perhetyössä jne. Lisäksi taideterapian asiakaskunta kattaa koko ihmisen elämänkaaren lapsuudesta vanhuuteen. Kirjallisuus korosti taiteen luovuuden hyödyntämistä juuri lasten ja nuorten kohdalla, koska heille se antaa leikinomaisen tavan lähestyä asioita.

Taidetta kuitenkin hyödynnetään myös lyhyenä interventiona monessa toiminnassa esimerkiksi sosiaalialalla. Pitempiaikaiset ja intensiiviset taideterapiat vaativat jo laajaa psykologista osaamista, tietyn alan koulutustaustaa ja tuntemusta materiaalien käytöstä jne. Kuitenkin monessa kasvatusta-, terveydenhoito- ja sosiaalialan työkentällä voitaisiin hyödyntää enemmän taidetta ja

sen terapeutista vaikutusta, vaikka ei pyritäkään varsinaiseen terapiatyöhön. Teoksen työstämiseen ja tekemiseen voi liittyä tietynlaista imua ja se voi olla prosessinakin yksilölle sekä psyykelle luova kokemus. Haluaisin itsekin työskennellä jollakin tavalla taiteen kanssa tulevaisuudessa ja hyödyntää sen luovuutta.

Lähteet / References

- Antila, R. (2000). Lasten analyttinen yksilötaideterapia. Teoksessa K., Huttula & T., Arajärvi (toim.) Taideterapia: Teema: lasten ja nuorten taideterapia. 15-22. Helsinki: Suomen taideterapiayhdistys.
- Antila, R. (2011). Taidepsykoterapia lasten lievien ja vaikeiden psyykkisten häiriöiden hoidossa. Teoksessa M., Leijala-Marttila & K., Huttula (toim.) Taidepsykoterapia: Psykoanalyttinen näkökulma. 353-373. Helsinki: Duodecim: Suomen Taideterapiayhdistys.
- Arajärvi, T. (2000). Lasten taideterapia. Teoksessa K., Huttula & T., Arajärvi (toim.) Taideterapia: Teema: lasten ja nuorten taideterapia. 7-14. Helsinki: Suomen taideterapiayhdistys.
- Burgess, A. W., & Hartman, C. R. (1993). Children's drawings. *Child Abuse and Neglect*, 17(1), 161-168. doi:10.1016/0145-2134(93)90015-W
- Enckell, H. (2015). Psykoanalyysi ja psykoanalyttiset terapiat. Teoksessa M. O, Huttunen & H., Kalska (toim). *Psykoterapiat* (3. uud. p.). 26-50. Helsinki: Duodecim.
- Freilich, R., & Shechtman, Z. (2010). The contribution of art therapy to the social, emotional, and academic adjustment of children with learning disabilities. *Arts in Psychotherapy*, 37(2), 97-105. doi:10.1016/j.aip.2010.02.003
- Haney, L., & Kozłowska, K. (2002). Healing traumatized children: Creating illustrated storybooks in family therapy. *Family Process*, 41(1), 37-65. Retrieved from <https://search.proquest.com/docview/218874372?accountid=13031>
- Hentinen, H. & Mantere, M-H. (2007). Suomalaisen taideterapian lyhyt historia. Teoksessa M., Rankanen, H., Hentinen, & M., Mantere (toim.) Taideterapian perusteet. 26-29. Helsinki: Duodecim.
- Hentinen, H. (2007). Taideterapian erilaiset suuntaukset ja lähestymistavat. Teoksessa M., Rankanen, H., Hentinen, & M., Mantere (toim.) Taideterapian perusteet. 21-25. Helsinki: Duodecim.
- Hintikka, U. (2011). Nuorten psykodynaaminen taidepsykoterapia. Teoksessa M., Leijala-Marttila & K., Huttula (toim.) Taidepsykoterapia: Psykoanalyttinen näkökulma. 391-418. Helsinki: Duodecim: Suomen Taideterapiayhdistys.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. (1997). Tutki ja kirjoita. Helsinki: Kirjayhtymä.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. (2000). Tutki ja kirjoita (6., uud. p.). Helsinki: Tammi.
- Huttula, K. & Leijala-Marttila, M. (2015). Kuvataidepsykoterapia. Teoksessa M. O, Huttunen & H., Kalska (toim). *Psykoterapiat* (3. uud. p.). 334-340. Helsinki: Duodecim.

- Huttula, K. (2011a). Psykoanalyttisia näkökulmia luovuuteen. Teoksessa M., Leijala-Marttila & K., Huttula (toim.) Taidepsykoterapia: Psykoanalyttinen näkökulma. 83-96. Helsinki: Duodecim: Suomen Taideterapiayhdistys.
- Huttula, K. (2011b). Taidepsykoterapiamateriaalien merkityksestä. Teoksessa M., Leijala-Marttila & K., Huttula (toim.) Taidepsykoterapia: Psykoanalyttinen näkökulma. 185-196. Helsinki: Duodecim: Suomen Taideterapiayhdistys.
- Huttunen, O. (2015). Muita psykoterapioita. Teoksessa M. O, Huttunen & H., Kalska (toim.) Psykoterapiat (3. uud. p.). 293-330. Helsinki: Duodecim.
- Ihanus, J. (1995). Toinen: Kirjoituksia psyykestä, halusta ja taiteista. Helsinki: Gaudeamus.
- Johansson, K. (2007). Kirjallisuuskatsaukset – Huomio systemaattiseen kirjallisuuskatsaukseen. Teoksessa Johansson, K., Axelin, A., Stolt, M. & Ääri, R-L. (toim.). Systemaattinen kirjallisuuskatsaus ja sen tekeminen. 3-9. Turku: Turun yliopisto.
- Jokela, T. (1996). Ympäristö, taide ja esteettinen kasvu. Teoksessa T., Haase (toim.). Taide kasvun ja kasvatuksen voimavarana: Taide kasvattaa, kehittää - parantaa. 14-34. Rovaniemi: Lapin yliopisto.
- Kelley, S. J. (1984). The use of art therapy with sexually abused children. *Journal of Psychosocial Nursing and Mental Health Services*, 22(12), 12-18."
- Kärkkäinen, R. (2008). Nuoreksi kasvava ja kuvataide. Teoksessa S., Karppinen, I., Ruokonen, & K., Uusikylä (toim.) Nuoret ja taide: Ilolla ja innolla, uhmalla ja uholla: kirjoituksia murrosikäisten taito- ja taidekasvatuksesta. 84-100. Helsinki: Finn Lectura.
- Leijala-Marttila, M. (2011a). Kuvataide ja psykoterapia – kaksi suurta voimaa. Teoksessa M., Leijala-Marttila & K., Huttula (toim.) Taidepsykoterapia: Psykoanalyttinen näkökulma. 15-27. Helsinki: Duodecim: Suomen Taideterapiayhdistys.
- Leijala-Marttila, M. (2011b). Seksuaalisen trauman läpityöskentely taideterapiassa. Teoksessa M., Leijala-Marttila & K., Huttula (toim.) Taidepsykoterapia: Psykoanalyttinen näkökulma. 291-310. Helsinki: Duodecim: Suomen Taideterapiayhdistys.
- Leijala-Marttila, M. (2011c). Diagnostinen arviointi lasten taidepsykoterapiassa. Teoksessa M., Leijala-Marttila & K., Huttula (toim.) Taidepsykoterapia: Psykoanalyttinen näkökulma. 327-336. Helsinki: Duodecim: Suomen Taideterapiayhdistys.
- Leino-Kilpi, H. (2007). Kirjallisuuskatsaus – Tärkeää tiedon siirtoa. Teoksessa K., Johansson, A., Axelin, M., Stolt & R-L., Ääri (toim.). Systemaattinen kirjallisuuskatsaus ja sen tekeminen. 2-2. Turku: Turun yliopisto.

- Mallay, J. N. (2002). Art therapy, an effective outreach intervention with traumatized children with suspected acquired brain injury. *Arts in Psychotherapy*, 29(3), 159-172. doi:10.1016/S0197-4556(02)00147-8
- Orr, P. P. (2007). Art therapy with children after a disaster: A content analysis. *Arts in Psychotherapy*, 34(4), 350-361. doi:10.1016/j.aip.2007.07.002
- Piper, A. M., & Lazar, A. (2018). Co-design in health: What can we learn from art therapy? *Interactions*, 25(3), 70-73. doi:10.1145/3194353
- Pohjakallio, P. (1998). Vanhoista koulutöistä kuvaelämäkertoihin. Teoksessa M., Bardy (toim.). *Taide tiedon lähteenä*. 133-143. Jyväskylä: Atena.
- Pratt, R. R. (2004). Art, dance, and music therapy. *Physical Medicine and Rehabilitation Clinics of North America*, 15(4), 827-841. doi:10.1016/j.pmr.2004.03.004
- Rankanen, M. (2007a). Taideterapeutin työ ja asiakkaat. Teoksessa M., Rankanen, H., Hentinen, & M., Mantere (toim.) *Taideterapian perusteet*. 51-63. Helsinki: Duodecim.
- Rankanen, M. (2007b). Työskentelyn eteneminen taideterapiassa. Teoksessa M., Rankanen, H., Hentinen, & M., Mantere (toim.) *Taideterapian perusteet*. 91-97. Helsinki: Duodecim.
- Roje, J. (1995). La '94 earthquake in the eyes of children: Art therapy with elementary school children who were victims of disaster. *Art Therapy*, 12(4), 237-243. doi:10.1080/07421656.1995.10759171
- Rubin, J., A. (2011). Lasten psykodynaaminen taideterapia. Teoksessa M., Leijala-Marttila & K., Huttula (toim.) *Taidepsykoterapia: Psykoanalyttinen näkökulma*. 347-351. Helsinki: Duodecim: Suomen Taideterapiayhdistys.
- Rusanen, S. & Torkki, K. (2001). Mistä on lapsen kuvat tehty. Teoksessa S., Karppinen, A., Puurula & I., Ruokonen (toim.). *Taiteen ja leikin lumous: 4-8-vuotiaiden lasten taito- ja taidekasvatus*. Helsinki: Finn lectura.
- Räsänen, M. (2008). Kuvakulttuurit ja integroiva taideopetus. *Taideteollisen korkeakoulun julkaisu B 90*. Helsinki: Taideteollinen korkeakoulu.
- Seeskari, D. (2004). Lasten ja nuorten taideterapia: Kasvamisen voimavara. Helsinki: Lasipalatsi.
- Skoglund, E. (1990). *Lusten att skapa*. Stockholm: Berghs
- Tuomikoski, P. (1987). *Taide ja ihminen*. Helsinki: Hanki ja jää.
- Walhbeck, L. (2011a). Lapsen piirtämisen ja kuvallisuuden kehittyminen. Teoksessa M., Leijala-Marttila & K., Huttula (toim.) *Taidepsykoterapia: Psykoanalyttinen näkökulma*. 313-325. Helsinki: Duodecim: Suomen Taideterapiayhdistys.

Walhbeck, L. (2011b). Jungilaisesta taideterapiasta. Teoksessa M., Leijala-Marttila & K., Huttula (toim.) Taidepsykoterapia: Psykoanalyttinen näkökulma. 165-172. Helsinki: Duodecim: Suomen Taideterapiayhdistys.