

## Kuvataideterapian sovelluksia oppimisen sytyttäjinä

Taide kuuluu kaikille. Aika ajoin kulttuurinriisto käy päätöksentekijöiden mielessä mahdollisuutena säästää. Ajatus on paradoksaalinen ja lyhytnäköinen, sillä taide on kansakunnan keuhkot. Stressaantuneet ihmiset näivettyvät entisestään, jos he eivät kunnolla kykene hengittämään. Suorituspainneiden alla ilman ilmaisun mahdollisuuksia moni saattaa kokea jäävänsä jalkoihin. Varsinkin vaikeina aikoina ja murroskausina taiteen voima ja merkitys korostuu.

Kuvan kokeminen ja oppiminen on lähtökohtaisesti ihmisen sisällä. Kuvataideterapeuttisen toiminnan pääasiallinen tavoite on asiakkaan sisäisen maailman eheytyminen. Kasvun edellytys on oman identiteetin ja eksistenssin hahmottaminen. Se on tärkeää sekä itselle että yhteisölle, jossa asiakas on osallisena. Tärkeää on myös kokemuksen jakaminen, ei vain ehdottoman totuuden jakaminen. Asiakkaan terapeuttinen kokemus on tärkeä kuvataideterapeuttisen toiminnan tavoite. Asiakkaalla on kuvaprosessissa omat tarinansa ja niiden variaatiot. Niiden ytimessä on hänen oma yksilöllinen sisäinen kokemusmaailmansa terapeuttisen vuorovaikutuksen lähtökohtana. Kuvallisen kokemuksen jakaminen opettaa asioita itsestä ja toisesta. (Hautala 2008, 29–36, 165–166.) Yhä tärkeämmäksi asiaksi nousee eri toiminta-aloilla työtä tekevien ymmärrys lasten ja nuorten henkisestä hyvinvoinnista sisäisestä näkökulmasta katsottuna (Hautala 2008, 119, 166).

Kun puhutaan taiteesta terapiana, tulee ajankohtaiseksi avata taiteen psykologista määritelmää. Siihen liittyy ajatus, että taiteen olemus välittyy tietoisien ajattelun ulkopuolelle, tiedostamattomaan. Varsinainen taiteen määritelmä taas rajaa taiteeksi toiminnasta vain sen osan, jonka taide-eliitti määrittelee taiteeksi. Koska kuva on lähellä tunteita ja tarpeita, on sillä usein tietoa voimakkaampi muokkaava vaikutus ihmisiin. Esimerkiksi mainoksien vaikutus mielikuviimme ja päätöksentekoomme on jokaisen väistämätön kokemus tästä ilmiöstä.

Taiteen suora vaikutus tunteisiin voi edistää ja tehdä mahdolliseksi voimakkaiden muutosten tapahtumisen ihmisissä. Kun taideteos tehdään kulttuurimuutoksessa tai muun herkin ajankohdan aikana, voi se saada yhteiskunnallisesti mullistaviakin muutoksia aikaan. Taide on tärkeä tekijä arvojen uudistamisessa yhteiskunnan muuttuessa. Yksilötasolla muutokset näkyvät arkipäivän oppimistilanteissa, kun esimerkiksi terapiakuvaa tehdessä saattaa oma käsitys itsestä mullistua. Ihmisen virheellinen minäkuva muuttuu todelliseksi kuvaksi itsestä. Psykologisessa diskurssissa ilmiöstä käytetään käsitettä false-self (valhe-minä, väärä itse) sekä todellinen minäkuva (true self). (Winnicott 1978/1990; Davids & Wallbridge 1984, 63–67, ks. myös 9.)

Kari Kurkela (2004) tulkitsee Winnicottia:

*Kun symbolien muodostusta tapahtuu ja on riittävästi mahdollisuuksia luovaan asenteeseen ja spontaanisuuteen, avautuu mahdollisuus kulttuuriseen elämään ja jakamiseen. Tämä merkitsee siis kolmatta aluetta sisäisen ja ulkoisen välissä. On helppo nähdä true ja false selfin yhteys potentiaaliseen tilaan, siirtymäilmiöihin, leikkiin, luovuuteen ja kulttuuriin. Jos false self dominoi vahvasti, sisäi-*

Taideterapeutti data omaa herkutoutunut. Ihminen näyttäyty myös vähäleisriikkaus. Se on itsen katseleminen kaikessa taidetmistä ja toisaa monenväliseksyhdistävä kokehyväksytyt ja määränä intens

### Kuvataidete

Opetusministeriö 2003, 20) t kasvatus- sekä vuorovaikutusvioletio 1). Phil Jorva mahdollisuusräytyvät asiaklasiakkaan itse edesauttaa asiakriiseistä selvi

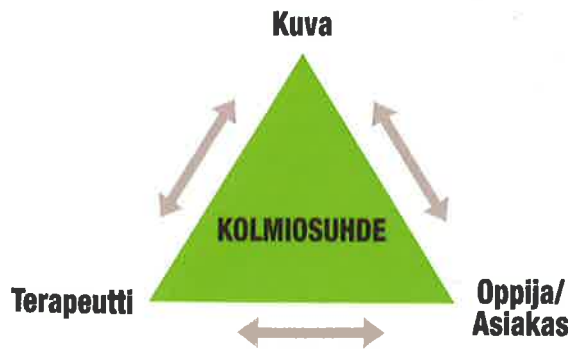
Kuvio 1 Kolmio

*nen maailma jää eristyksiin ja tilalla on epätodellisuuden, turhuuden ja epätoivon tunteet, tunne olemassaolon puutteesta, rauhattomuus, kykenemättömyys keskittyä ja tarve kokea ulkoisia voimakkaita ulkoisia ärsykeitä.*

Taideterapeuttinen toiminta on monimuotoinen oppimisympäristö, jossa ihminen voi kohdata omaa herkkää ja haavoittuvaa minäänsä sellaisena, millaiseksi se on kullakin muotoutunut. Ihmisen ainutkertaisuus ja eri persoonallisuuksien kirjo omine ominaisuuksineen näyttäytyy taideterapeuttisissa kuvissa olennaisimmin – aidosti ja raikkaasti ja joskus myös vähäeleisesti ja alitajuisesti. Taideilmaisussa on yhteiskuntamme ja koko elämämme rikkaus. Se on myös rohkea tapa ”antaa palaa”. Mahdollisuus ja taito pysähtyä elämän ja itsen katselemiseen ja kokemiseen kuin kuvastimista, symbolisen etäisyyden päästä, ovat kaikessa taideterapeuttisessa toiminnassa läsnä. Kuvan tekeminen on toisaalta hidastamista ja toisaalta toimintaa. Se on yksilön teko, mutta ryhmäprosesseissa se vahvistuu monenväliseksi sosiaaliseksi toiminnaksi. Tämä on monelle kollektiivisuutensa vuoksi yhdistävä kokemus. Ryhmän jäsen kokee kuuluvansa joukkoon, jossa voi kokea olevansa hyväksytty ja kunnioitettu ihminen. Prosessin edetessä voimistuu ryhmän yhteisenä päämääränä intensiivinen elämän opettelu. (Hautala 2008, 135–136.)

### **Kuvataideterapian määrittelyä**

Opetusministeriön asettaman psykoterapiakoulutustyöryhmän mukaan (Opetusministeriö 2003, 20) taideterapiat ovat luonteeltaan ennaltaehkäisevää, hoitavaa ja kuntouttavaa kasvatus- sekä sosiaali- ja terveysalan työtä. Taideterapia on taiteellisen ilmaisun käyttöä vuorovaikutussuhteessa, jossa kuva, oppija ja terapeutti muodostavat kolmiosuhteen (kuvio 1). Phil Jonesin mukaan kuvaprosessi kolmiosuhdeprosessina on luovaa tekoa odottava mahdollisuuksien tila. (Jones 2004, 247; Rankanen ym. 2007, 35–37.). Tavoitteet määrittyvät asiakkaiden tarpeiden ja elämäntilanteen mukaan. Taideterapia pyrkii lisäämään asiakkaan itseyttä tunteiden ja ajatusten luovan ilmaisun avulla. Tavoitteena on edesauttaa asiakkaan persoonallista kehitystä ja luovuutta sekä antaa keinoja psyykkisistä kriiseistä selviytymiseen.



**Kuvio 1** Kolmiosuhde (Triangular Relationship)

Kuvataideterapiaa voidaan käsitellä (kuva)taideterapian ja (kuva)taidepsykoterapian käsitteiden ja niiden käytäntöjen näkökulmasta. Terapeuttiset lähestymistavat määrittävät tavan, jolla näitä käsitteitä käytetään ja niistä puhutaan. Psykoanalyttikko, analyyttinen kuvataideterapeutti Joy Schaverien on tutkinut taideterapiassa esiintyviä koulutusideologioita ja suuntauksia. Hän jakaa kuvataideterapian teoriapohjaisesti kolmeen eri kategoriaan: taideterapiaan (art therapy), taidepsykoterapiaan (art psychotherapy) ja analyyttiseen taideterapiaan (analytical art therapy). (Schaverien 1991, 23; Jones 2004, 251–253.)

Kuvataideterapia on useimmiten osa asiakkaan kokonaishoitoa ja/tai kuntoutusta. Kuvataideterapian käyttöalue on taidepsykoterapiaa laajempi, jolloin sen menetelmiä voidaan käyttää mielenterveyden ja sosiaalisten ongelmien ennaltaehkäisemiseen sekä edistämään ja tukemaan lasten ja nuorten kehitystä ja aikuisten toiminta- ja työkykyä. Sen menetelmät soveltuvat myös työnohjaukseen ja työyhteisöjen kehittämiseen. Kuvataideterapiaa toteutetaan yksilö- ja ryhmäterapiana tai parisuhde- ja perheterapiana. (Suomen taideterapiayhdistys 2011; Leijala-Marttila & Huttula 2011, 47–49.)

Kanadan taideterapiayhdistyksen määritelmän mukaan: ”Taideterapia on sellaisten tunteiden ilmaisemista, joista on vaikea puhua, itsetunnon vahvistamista ja luottamuksen sekä terveyttä edistävien taitojen kehittämistä, tunteiden tunnistamista ja tukkoisuuden tunteen ilmaisua kasvun alueella; kommunikaatiokeinon tarjoamista ja sanallisen ilmaisun laajentamista.” (Canadian Art Therapy Association 2011.)

### Kuvataideterapeuttinen toiminta

Kuvataideterapian määrittelyn tavoin kuvataideterapeuttinen toiminta sisältää taideterapeuttisen toiminnan silloin, kun työtä tekee kuvataideterapeuttisen koulutuksen saanut henkilö. Työtä tekee kunkin ympäristön ammattilainen, jolla on vankka kuvataideterapiamenetelmän koulutus. Lisäksi toiminnan ammatillisuutta vahvistaa tiivis yhteys työnohjaajaan, joka parhaassa tapauksessa voi olla kuvataideterapeutti.

Tämän artikkelijulkaisun (luvut I ja II) toiminnan tapahtumapaikka, terapeuttinen ympäristö, ei välttämättä ole otettu terapiakäyttöön sen perinteisessä mielessä, kuten psykiatrian kentällä perinteiset terapiaistunnot psykiatrisissa sairaaloissa ja poliklinikoilla. Kuvataideterapeuttiset toiminnat menetelmineen on viety mitä erilaisimpiin toimintaympäristöihin. Menetelmää on sovellettu kunkin työympäristön ehdoin ottaen huomioon kunkin instituution kulttuuri ja sen perusperiaatteet sekä toiminnan tavoitteet. Toiminnan edellytyksenä on ollut myös prosessin aikainen työnohjaus ja muu tarvittava ammatillinen konsultaatio kunkin toimipisteen kulttuurin tarpeiden mukaan (kuvio 2).

Kuvio 2 Kuvataideterapeuttinen toiminta

### Terapeuttiset menetelmät

Terapian puitteissa on mahdollista toteuttaa aikataulua, ympäristöä, kuvataideterapian kesto muodostavat rajat toimintaympäristön. Terapeuttiset edellytykset luovat tunteiden ilmaistunneiden rajoitukset myös taidepsykoterapiassa (73–74.)

Muista kasvun tunteiden asettamista asiakkaan huomiotaan. Joy Schaverienin (1991) mukaan taideterapia on sellaista tunteiden ilmaisemista, josta on vaikea puhua, itsetunnon vahvistamista ja luottamuksen sekä terveyttä edistävien taitojen kehittämistä, tunteiden tunnistamista ja tukkoisuuden tunteen ilmaisua kasvun alueella; kommunikaatiokeinon tarjoamista ja sanallisen ilmaisun laajentamista.” (Canadian Art Therapy Association 2011.)

The  
Part  
ther  
the p  
fram  
inne



Kuvio 2 Kuvataideterapeuttisen toiminnan edellytykset ja rakenne

### Terapeuttisista rajoista

Terapian puitteet (setting) tarkoittavat kuvataideterapeuttisen prosessin tapahtumien sijoittamista aikaan ja paikkaan. Käsitteenä kuvataideterapian puitteet on laajempi kuin ajan, ympäristön ja miljööön kuvaaminen (Case & Dalley 1992, 56–58). Se on eräänlaista kuvataideterapian esille asettamista, tarjoilua ja ”kattamista”. Kuvataideterapian aika ja kesto muodostavat siis paikan ja tilan kanssa tärkeitä kuvataideterapian puitteet, jotka antavat rajat toiminnalle.

Terapeuttiselle toiminnalle ja sen oppimisympäristönä toimimiselle merkittävimmät edellytykset luodaan muun muassa terapeuttisilla rajoilla. Nämä jaetaan kuvataideterapiatuntien/istuntojen ulkoisiin ja terapiaprosessin sisäisiin rajoihin. Kuvataideterapian ulkoisina rajoina pidetään tilaa, paikkaa, aikaa ja terapian kestoa. Tähän kategoriaan kuuluvat myös taidemateriaalit, terapiasopimukset ja taloudelliset edellytykset. (Hautala 2008, 73–74.)

Muista kasvatusta-, opetusta- tai hoitokulttuureista poiketen jatkuvan arvioinnin ja tavoitteiden asettamisen sijaan terapeuttisessa toiminnassa keskitytään rajojen vaalimiseen ja asiakkaan huomioimiseen sekä ennen muuta emootioiden tunnistamiseen ja käsittelemiseen. Joy Schaverien (1992, 148) määrittelee kuvataideterapian ulkoisia ja sisäisiä rajoja:

*The therapeutic frame includes the time, space, place and the limits of therapy. Part of this frame, responsible for it but also a part of the picture within, is the therapist. ... In art therapy, in addition to these, and central within the frame, are the pictures/images made by the client. At times when boundaries of the outer frame are unclear, such as many often in a psychiatric hospital, the picture, the inner frame of therapy, remains of stable factor.*

Nämä ulkoiset edellytykset mahdollistavat sisäisten rajojen syntymisen varsinaisena kuvan tekemisen prosessina.

Taideterapeuttisen toiminnan sisäiset rajat muodostuvat kuvallisesta, terapeuttisesta - asiakkaan, terapeutin ja kuvan muodostamasta kolmioprosessista. Se on sisäinen matka aina prosessin alkumetreiltä prosessin kuvitteelliseen loppuun saakka, ja on vaikea ja usein mahdotontakin määrittellä ajallisesti. Vaikka prosessi olisi konkreettisesti, kokonaisuudessaan jo käyty, se saattaa elää pitkään sekä terapiaprosessin käyneen että terapeutin mielessä. Kuvataideterapiassa asiakkaan ja terapeutin dialogiin lisätään kolmas yhtä merkittävä tekijä, kuva ja sen prosessointi. Tämä kuvataideterapian kolmiosuhdeteoria on monen tutkijan todistama keskeinen teoria (Wood 1984; Case 1990; 1990; Schaverien 1990; 1992; 1994; 1997; Karkou & Sanderson 2006, 65-67; Rankanen 2007; Hautala 2008; Schaverien 2011, 147).

Juuri terapeuttiset rajat tukevat tätä kolmiosuhteen luomaa vuorovaikutusta ja mahdollistavat sen. Ympäristö, tässä terapeuttinen tila, muodostuu kokemuksen luomisesta niistä olosuhteista, jotka ovat vuorovaikutteiset yksilön tavoitteiden, tarpeiden ja kykyjen kanssa. Terapeuttisella tilalla tarkoitetaan kannattelevaa (holding) tilannetta, jossa terapeutti on voimakkaasti läsnä ja antaa asiakkaalleen riittävästi tilaa ilmaista kaikenlaisia tunteitaan. Tämä tila, potentiaalinen välitila, potential space, on henkinen välitila, tila luoda uutta. ”Ihminen ei voi koskaan hyväksyä ulkoista todellisuutta sellaisenaan,” uskoo Winnicott. Hän joutuu elämään sisäisen ja ulkoisen todellisuuden välisessä jännitteessä. Vapautusta ja helpotusta tuohon jännitteeseen tuo välitila (intermediate area = välittävä tila). Välitila kuvitteellisena vyöhykkeenä asettuu luovuuden ja realiteetin testaukselle perustuvan puolueettoman (objektiivisen) havaitsemisen väliin. Se voi olla välittävä kokemus, joka jää sisäisen todellisuuden ja ulkoisten realiteettien kohtaamisen välimaastoon, kuten kuvataideterapiassa parhaimmillaan tapahtuu. Se muodostuu lepopaikaksi ihmiselle, joka pyrkii pitämään sisäisen ja ulkoisen todellisuuden samanaikaisesti toisistaan erossa mutta myös vuorovaikutuksessa kuvan kautta. (Winnicott 1971, 2, 11, 14.) Kutsun tässä artikkelissa tätä potentiaalista tilaa myös turvapesäksi.

### **Kuvataideterapeuttisen toiminnan tavoitteita**

Kuvataideterapian tavoitteena on taideterapian kuntoutustyötä tutkineen Waldin mukaan muun muassa kohentaa ja parantaa asiakkaan tietoisuutta henkilökohtaisista ongelmistaan. Tavoitteena on lisäksi opettaa kuvallista menetelmää mm. riittämättömyyden tunteiden käsittelyyn sekä parantaa toiminnallisia ja käden taitoja. Kuvataideterapian tarkoituksena on myös tukea asiakasta suruissa ja murheissa sekä lisätä kykyä työskennellä menetyksistä ja rajoituksista johtuvien emotionaalisten reaktioidensa kanssa mm. hyväksymään uudet elämäntilanteet ja ruumiinkuvan muutokset. Kuvataideterapia tuottaa myös ei-kielellisiä kommunikaatiomerkityksiä, lisää itseilmaisua ja sisäisiä positiivisia muutoksia. Menetyksien yhteydessä tärkeää on, että luottamus ja ongelmaratkaisukyky rakentuisivat ja asiat voitaisiin hyväksyä sellaisina kuin ne ilmenevät. Kuvataideterapeuttisen toiminnan kautta itseilmaisuus ja sisäisten muutoksien mahdollisuudet tulevat aidosti esille, todelliseksi ja mahdollisiksi. (Wald 1999, 36.)

Kuvataideterapian tavoitteina, kuten myös kuvataideterapeuttisen toiminnan tavoitteena, on kohentaa ja parantaa asiakkaan tietoisuutta omasta itsestään: omaan kasvuun ja kehittymiseen liittyvistä mahdollisuuksista ja selviytymisestä. Kuvataideterapian tarkoi-

tuksena on m  
Tunteiden, ku  
näiden tuntei  
jastuvat ne ta  
aiheuttajia. T  
toimintaan. C  
elämäni suun

### **Oppiminen**

Terapeuttises  
lähtökohtana  
taisten koker  
ajattelu oiva  
neisuuden m  
kamppailua  
keskittymää

Latvialais  
tarttinen ko  
kuluessa. R  
mental Heal  
(cortisol) 20  
rolliryhmän  
sihormonin  
pitkäaikaist  
voidaan vaj  
mainitaan r  
muksen val

Lääkäri,  
pimisen aik  
avaintekijä  
luovuuden  
piaprosessi  
ahdistavan  
kehittyö

tuksena on myös tukea asiakasta kaikenlaisten tunteiden ilmaisemisessa ja käsittelyssä. Tunteiden, kuten surun, kiukun ja pelon sekä ilon, kaipauksen ja onnen tunnistaminen ja näiden tunteiden purkamisien kautta terapiatilanteissa kehittyy itsetuntemus. Tällöin paljastuvat ne tarpeet ja toiveet, jotka ovat tunteiden takana ja samalla myös näiden tunteiden aiheuttajia. Tarpeiden tunnistaminen ohjaa asiakkaiden ajatukset aktiivisiin mielikuviiin ja toimintaan. Ongelmaratkaisu kehittyy oivalluksien kautta – voin ja pystyn muuttamaan elämäni suuntaa. Passiivisesta sivustaseuraajasta kehittyy oman elämänsä asiantuntija.

### Oppiminen taideterapeuttisen toiminnan kautta

Terapeuttisessa kontekstissa oppimiskokemukset ovat tärkeä osa toipumista. Oppimisen lähtökohtana on henkilökohtainen itseymmärrys, joka on kartunut oppijalle henkilökohtaisten kokemusten kautta. Jotta oppiminen on mahdollista ja motivaation herääminen ja ajattelu oivalluskykyineen mahdollisimman suotuisaa, on tärkeää, että stressin ja ahdistuneisuuden määrä on riittävän alhainen. Tilanne käy jopa vaaralliseksi, jos elämä on pelkkää kamppailua stressiä vastaan. Seurauksena voi olla se, että ihminen ei enää kykene kunnolla keskittymään, muistamaan, oppimaan uutta tai käsittelemään tunteitaan (Portin 2003).

Latvialaisen Dace Visnolan tutkimuksen mukaan kuvataideterapian vaikuttavuus, karttinen kokemus, perustuu kortisolihormonin määrän vähenemiseen terapiaistuntojen kuluessa. Riikan yliopiston tutkimusryhmä (The Institute of Occupational and Environmental Health of Riga Stradins University) mittasi 60 asiakkaan stressihormonin määrää (cortisol) 20–69-vuotiailla, 18 tuntia kahden kuukauden ajan. Tätä tulosta verrattiin kontrolliryhmän tuloksiin. Tutkimustulokset osoittivat, että kuvataideterapia rentouttaa. Stressihormonin määrä väheni huomattavasti istuntojen kuluessa. Tämän lisäksi vaikutus oli pitkäaikaista. Tämä tunneilmaston muutos mahdollistaa sen, että stressin sitoma energia voidaan vapauttaa muualle kuten oppimisen ja aktiivisuuden vahvistumiseen. Tuloksina mainitaan myös kuvataideterapian rooli persoonallisuuden kasvun ja erityisesti itseluottamuksen vahvistajana. (Visnola 2010, 87–90.)

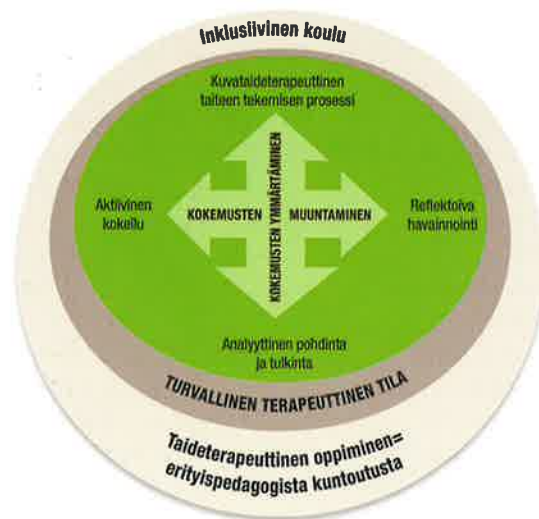
Lääkäri, psykiatri ja jungilainen psykoanalytikko Ralf Bolle viittaa tutkimuksissaan oppimisen aikaisiin hermostollisiin muutoksiin ja kuvalliseen terapiaan sen vauhdittumisen avaintekijänä. Bolle viittaa stressin vastavoimaan myönteiseen paineeseen (eustress) sekä luovuuden virtauksenomaiseen ilmiöön flowhun. Nämä mielletään sisäisten kuvien terapiaprosessien toimintaympäristöiksi taiteen tekemisen luovassa tilassa; haitallisen stressin ahdistavan olon tunnetilat muuntuvat katarttisiksi vastatunteeksi (flow). Kokemuksesta kehittyy oppijalle malli siitä, miten stressiä voi hallita esimerkiksi kuvan tekemisen avulla.

*Emotionaalisesti miellyttävissä ja merkittävissä tilanteissa oppiminen helpottuu, kun aivoissa vapautuu erityisiä välittäjäaineita (dopamiini ja endorfiini). Nämä aineet aktivoivat uusien hermopiirien syntymistä aivoissa, ja lisäksi ne muuttavat geneettisen informaation ilmiänsä. Oppimisen aikana tapahtuu siis syviä hermostollisia muutoksia. Tässä yhteydessä vaikeaa elämäntilannetta voidaan pitää haasteena, ja myönteisen ratkaisun etsiminen kyseiseen haasteeseen voi tuoda mukanaan kiinnostuneisuutta ja intoa muita haasteita kohtaan. ... Tällaiset sisäiset kuvat muuttuvat parantaviksi kuviksi, kun niitä sovelletaan työskentelyyn yksilöiden kanssa, joiden tulee purkaa sisäisiä esteitä tai jäykkyyttä. (Bolle, 2003; 2011)*



John Dewey'n kokemuksellinen oppimisen teoria soveltuu mainiosti kuvataideterapeuttiseen oppimiseen. Dewey'n näkemyksen mukaan taide toimii ja palvelee ihmistä kolmella eri tavalla: ensimmäiseksi vuorovaikutuksen kokemuksena, toiseksi taide jättää ihmiseen peruuttamattoman muutoksen ja kolmanneksi taide palvelee pelkkänä kokemuksena itsessään. Taide laajentaa horisonttiamme, se palvelee jättämällä meihin peruuttamattomia muutoksia kokemusten tavoin. Jacksonin tulkinnan mukaan Dewey tarkoittaa taiteen jalostavan herkkyyttämme. Se auttaa uudistamaan vanhoja kangistuneita tottumuksiamme opettaen uutta ajattelutapaa, tuntemistapaa ja ymmärtämistä. Tähän nojaten Jackson korostaa myös taiteen luonnollista parantavaa voimaa, joka hänen mukaansa usein sivuutetaan Dewey'n tekstien tulkinnassa. (Dewey 1934, 109; Jackson 1998, 33–34.)

Taideterapeuttisessa oppimisessa on kysymys osiltaan kokemuksellisesta oppimisesta. Kokemuksellisen oppimisen lähtökohtana on Kolbin johtopäätös, jossa oppiminen ja toimiminenkin on prosessi, joka perustuu kokemukseen, eikä sitä voi tarkastella yksinomaan lopputuloksesta käsin (Kolb 1984, 25–38; Sava 1987; Hautala 2008). Kolbin malli soveltuu hyvin kuvataideterapiaan ja kuvataideterapeuttiseen toimintaan, jossa oppimisprosessi on nelivaiheinen sykli (kuvio 3, vrt. Hautala 2006, 4). Tässä oppimisprosessissa edellytetään konfliktien ratkaisemisessa dialektisesti vastakkaisten sopeutumistapojen esittelyä.



Kuvio 3 Taideterapeuttinen oppiminen (Kolbia mukaellen)

Kokemuksellisen oppimisen prosessissa havaitaan kaksi dimensiota: kokemuksen ymmärtäminen ja kokemuksen muuntaminen. Näiden välisellä jatkumolla oppiminen ja toimiminen vaihtelevat tapahtumien konkreettisesta kokemisesta kuvan tekemisenä abstraktimpaan käsitteellistämiseen tuotetun teoksen analysoinnin ja tulkinnan kautta. Aktiivisessa kokeilussa jo koettua, taiteen tekemisen prosessissa koettua ja opittua, sovelletaan muihinkin elämän alueisiin, aivan kuten kuvan tekemisen kautta saavutetun paremman itsetunnon kokemusta testataan muun elämän oppimisen kohtiin. Tässä testauksessa ja op-

pimisen sis  
tiona ja/tai  
oivaltavaar  
Käsite tran  
kevän oppi  
tumistapah  
sesti taiteel  
ja merkityk  
merkityssu  
ja elämään

Stern (19  
oppimiseen  
kanssakäy  
sekä omall  
1) Toimiva  
kemus: juu  
2) Yhtenäis  
kallaan ole  
3) Tunteva  
minän tapa  
4) Historia  
seen, kyky  
nönmukais  
1991; 1998

Terapia-  
taneet joht  
Wallbridge  
erilleen lol  
silmissä. K  
elämästä t  
Väärän its  
minnan va  
kemuksen  
on kiinnos  
kokemuks

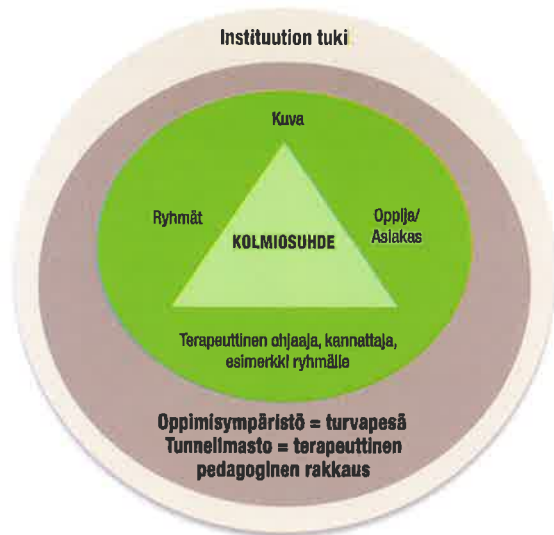
pimisen sisäistämävaiheessa on tärkeää reflektointi joko oman itsensä kanssa itsereflektiona ja/tai reflektointi toisen/toisten kanssa ryhmäterapiassa, joka antaa mahdollisuuden oivaltavaan refleктоivaan havainnointiin. (soveltaen Kolb 1984, 25–38; Hautala 2008.) Käsite transformaatio – perspektiivin muuntuminen – viittaa tässä taidetta koskevan ja tekemisen oppivan ihmisen mielen sisäiseen prosessiin: tulkinta-, merkityksenanto- ja muuntumistapahtumaan. Tässä taiteellisesti merkittävä kokemus tai tekeminen voi näkyä ulkoisesti taiteellisenä suorituksena. Sivan mukaan olennaista on se, että taiteellisen tulkinnan ja merkityksenannon kautta oppiva ihminen luo oppimisen kohteena oleviin asioihin uusia merkityssuhteita, saa uutta näkökulmaa todellisuuteen, itseensä, toisiin ihmisiin, luontoon ja elämään yleensä. (Sava 1987, 44–45; Sava 1993.)

Stern (1985) painottaa minuuden kokemuksellisuutta. Minuus ei ole vain ajatteluun ja oppimiseen perustuva konstruktio, vaan sen ydin perustuu toimintakykyihin. Luodessaan kanssakäymisen maailmaa ympäristönsä kanssa jo pienen lapsen on ensin luotava ydin sekä omalle itselle että toiselle. Stern täsmentää, että minuuden ydin muodostuu:

- 1) Toimivasta minästä, jolla on oman toimintansa aikaansaamisen ja sen omistamisen kokemus: juuri minä tein ja loin, sain aikaan tämän.
- 2) Yhtenäisestä minästä, jolla on kokemus kehollisesta, fyysisestä, minuudesta – joko paikallaan olevasta tai liikkeessä olevasta habituksesta.
- 3) Tuntevasta minästä, jolla on kapasiteettia ja mahdollisuuksia tuntea erilaisia tunteita minän tapahtumien ja kokemusten yhteydessä.
- 4) Historiaa tajuavasta minästä, jolla on ymmärrys kokea pysyvyyttä suhteessa menneeseen, kykyä pysyä samana, mutta tarvittaessa muuttua joustavasti sekä kykyä tajuta säännönmukaisuutta tapahtumien kulussa historiallisissa konteksteissa. (Stern 1985; Rechart 1991; 1998.)

Terapia-asiakkaiden, oppijoiden, taustalla olevat kokemukset ennen terapiaa ovat saattaneet johtaa muun muassa minäkuvan vääristymiin. (Winnicott 1978/1990; Davids & Wallbridge 1984, 63–67). Väärä itse voi olla eriasteinen. Häiriön äärimuoto on täysin erilleen lohkaistu, mukautuva väärä itse, joka ottaa kokonaisen lapsen paikan ympäristön silmissä. Koska todellinen itse on täysin piilossa, sillä ei ole suhdetta todellisuuteen. Näin elämästä tulee sisällötöntä. (Winnicott 1978/1990; Davids & Wallbridge 1984, 63–67.) Väärän itsen poisoppiminen ja oikean, todellisen minän löytäminen on terapeuttisen toiminnan vahva haaste. Asiakas saatetaan tietoiseksi oikeanlaisesta minästään luovan kokemuksen kautta, tutustutetaan hänet omiin voimavaroihinsa ja niihin asioihin, joista hän on kiinnostunut. Bruce L. Moon (1998, 212) puhuu luovan taiteen tekemisen korjaavasta kokemuksesta (art making as reparative experience).





Kuvio 4 Kuvataideterapeuttisen ryhmäprosessin oppimisympäristö, turvapesä.

Oppimisen tutkimuksessa on havaittu tarvetta ymmärtää myös tiedostamattoman osuutta. Terapeuttisessa prosessissa puolestaan oppimiskokemukset ovat avainasemassa. Ne ovat erittäin tärkeitä ja toipumisen edellytys. Kasvatustieteen ja psykoterapian teoriat kulkevat siis rinta rinnan. Kuvan tekemisen kautta kuvataideterapiassa voidaan havainnoida oppijan emotionaalisia ja psyykkisiä tarpeita, tunnistaa avuntarpeen kiireellisyys ja puuttua asioihin konkreettisesti. Tämä mahdollistaa nopean väliintulon, varhaisen puuttumisen oppijan ongelmiin. Tutkimuksieni mukaan terapeuttiset lainalaisuudet pätevät myös koulutyöskentelyssä niin kuin muissakin innovatiivisissa terapeuttisissa ympäristöissä (Hautala 2008, 163–166).

Kuvataideterapeuttinen toiminta kuvataideterapian tavoin koetaan henkisen sisäisen tilan (potential space = välitilan, turvapesän) luomisena ja sen vartioimisena. Terapian turvallista tutkimis- ja tutkimusilmapiiriä voidaan verrata tällaiseen turvapesäilmiöön. Terapeuttinen työntekijä, taideterapeutti, joka läsnäolollaan muodostaa yhden terapeuttisen toiminnan sisäisen rajan, on turvallisesti läsnä ja antaa asiakkaalle, oppijalle vapaat kädet tutustua itseensä kuvan tekemisen kautta. Tässä ”turvapesässä” asiakas voi reflektoida löytämiään uusia, jännittäviä ja ehkä pelottaviakin tunteita. Tämä intensiivinen, vuorovaikutuksellinen läheisyys kuvassa ja kuvan kautta on suurelta osin sanatonta kääntymistä terapeutin tai terapeuttisen ohjaajan puoleen. Puhe saattaa olla toisarvoista. Joskus riittää vain, että kuva tulee näkyväksi, katsottavaksi. Samalla, kun katsotaan kuvaa, katsotaan asiakasta ja hänen tärkeää maailmaansa, jonka hän on aukaissut yhteisen tarkastelun kohteeksi. Turvapesässä, kuvataideterapeuttisessa potentiaalisessa tilassa, kommunikaatio käydään usein sanattomasti tunteiden tasoilla. Kuva tuo informaation asiakkaan tunteista sekä asiakkaan että terapeutin nähtäväksi ja vuorovaikutuksen välineeksi. Usein riittää, että kuvaa ihmetellään ja katsellaan hiljaa kaikessa rauhassa.

Taide ja erityisesti taiteen käyttö tietoisesti terapiana on ihmisenä kasvun lähde, ilon ja yhteisöllisyyden luoja. Terapeuttisen taiteen vaikuttavuus ja terapeuttiset interventiot ku-

vataideterapia  
omistuksessa v  
vat monen yks



Kuva 1 Toivo ja tu

vataideterapiana ansaitsevat tulla julkisiksi. Taiteen eheyttävä voima ei ole vain harvojen omistuksessa vaan ansaitsee tulla jaetuksi. Syntyneet kuvalliset oppimisprosessit uudistavat monen yksilön elämän eloon. Tässä työssä on toivo ja tulevaisuus.



Kuva 1 Toivo ja tulevaisuus

## Lähteet

- Bolle, R. 2006. On the Flow of Inner Images and the Borders of Consciousness... Teoksessa S. Scoble (toim.) 2006. *European Arts Therapy. Grounding the vision -- to advance theory and practice*. Short Run Press Limited, Exeter. UK.
- Canadian Art Therapy Association 2011. *Art Therapy in Canada*, <http://www.catainfo.ca>
- Case, C. 1990. The triangular relationship (3): the image as a mediator. *Inscape* (winter): 20–26.
- Case, C. & Dalley, T. 1992. *The handbook of art therapy*. London. Routledge. 1999.
- Davis, M., & Wallbridge, D. 1984. Äidin ja lapsen mysteeri. Winnicottin psykoanalyttinen ajattelu. Espoo: Weilin+Göös.
- Dewey, J. 1934/1980. *Art as Experience*. New York: Capricorn Books.
- Hakkarainen, K., Lonka, K. & Lipponen, L. 2005. Tutkiva oppiminen. Järkeä, tunteet ja kulttuuri oppimisen sytyttäjänä. Porvoo: WSOY.
- Hautala, P-M. 2008. Lupa tulla näkyväksi. Kuvataideterapeuttinen toiminta kouluissa. Väitöskirja. Jyväskylän yliopisto. *Jyväskylä studies in education, psychology and social research* 341.
- Hautala, P-M. 2011. *Art Therapy in Finnish Schools: Education and Research*. *Art Therapy Magazine: Papers of Art Therapy and Arts Education for Social Inclusion*, volume 6. 2011. (Revista de Arteterapia: Papeles de Arteterapia y Educación Artística para la Inclusión Social, 6/2011.).
- Jackson, P.W. 1998. *John Dewey and the Lessons of Art*, London: Yale University Press.
- Jahnukainen, M. (toim.) 2001. *Lasten erityishuolto ja -opetus Suomessa*. Helsinki: Lastensuojelun keskusliitto.
- Jones, P. 2004. *The Arts Therapies. A Revolution in Healthcare*, East Sussex & New York: Brunner-Routledge.
- Juhantalo, L. 2007. *Taide hoitaa*. Satakunnan ammattikorkeakoulu. Sarja B, raportit 5/2007.
- Jones, P. 2005. *The Arts Therapies. A revolution in healthcare*. London: Brunner-Routledge.
- Karkou V. & Sanderson, P. 2006. *Arts Therapies. A Research Based Map of the Field*. London: Elsevier Science Limited.
- Kolb, D. A. 1984. *Experiential learning. Experience as a source of learning and development*. Englewood Cliffs, Nj: Prentice Hall.
- Kurkela, K. 2004. Winnicott, raja, luova asenne. *Psykoterapia* (2004), 23(2), 128–156.
- Leijala-Marttila, M. & Huttula, K. 2011. *Taideterapian ja taidepsykoterapian erot ja yhtäläisyydet*. Teoksessa M. Leijala-Marttila & K. Huttula (toim.) *Taidepsykoterapia. Psykoanalyttinen näkökulma*. Helsinki: Duodecim. 47–53.
- Moon, B. L. 1998. *The Dynamics of art as therapy with adolescents*. Springfield, IL: Charles C. Thomas.
- Moriya, D. 2000. *Art therapy in schools. Effective integration of art therapists in schools*. [www.arttherapy.co.il](http://www.arttherapy.co.il)
- Opetusministeriö 2003. *Opetusministeriön työryhmämuistioita ja selvityksiä 2003:6*. Helsinki.
- Portin, R. 2003. Stressi – Hyvä renki mutta huono isäntä. *Yle, Akuutti-arkisto*. 4.2.2003. Toimittaja Ulla Korpela.
- Rankanen, M. 2007. *Työskentelyn eteneminen taideterapiassa*. Teoksessa M. Rankanen, H. Hentinen & M-H. Mantere (toim.) 2007. *Taideterapian perusteet*. Helsinki: Duodecim. 91–96.
- Rechardt, E. 1991. *Minuuden kokeminen musiikissa*. *Musiikkitiede*, 2, 19–33.
- Rechardt, E. 1998. *Musiikin kokemus mielen eheyttäjänä*. *Musiikki*, 4, 394–403.

Sava, I. 1987.  
Sava, I. 1993.  
Schaverien, J.  
Schaverien, J.  
Kingsley.  
Schaverien, J.  
British Associa  
Schaverien, J.  
Schaverien, J.  
Schaverien, J.  
199  
44 (4). 479–51  
Schaverien, J.  
M. Leijala-Mar  
163.  
Stern, D. 1985  
Suomen taidet  
Visnola, D. 20  
85–91.  
Wald, J. 1995  
Therapy with A  
Winnicott, D.V  
Winnicott, D.V  
Fantasy.. New  
Wood, C. 198  
London: Tavist

- Sava, I. 1987. Työnohjaus ja opettajan tietoisuus. Työpaja – vaihtoehtoinen tie ammattiin... Helsinki: Gaudeamus.
- Sava, I. 1993. Taiteen perusopetuksen käsikirja. Taiteellinen oppimisprosessi. Helsinki: Suomen kuntaliitto.
- Schaverien, J. 1990. The triangular relationship (2): Desire, alchemy and threw picture. *Inscape* 1 (winter), 14–19.
- Schaverien, J. 1991. *The Revealing Image – Analytical Art Psychotherapy in Theory and Practice*, London: Jessica Kingsley.
- Schaverien, J. 1994. *Analytical Art Psychotherapy: Further Reflections on Theory and Practice*. *Inscape Journal of British Association of Art Therapists*. Vol. 2.
- Schaverien, J. 1997. Transference, and transactional objects in the treatment of psychosis. In K. Killick & J. Schaverien. 1999. *Art within Analysis: Scapecoat, Transference and Transformation*. *Journal of Analytical Psychology* 44 (4). 479–510.
- Schaverien, J. 2011. Kolmiosuhde ja esteettinen vastatransferenssi analyyttisessä taidepsykoterapiassa. Teoksessa M. Leijala-Marttila & K. Huttula (toim.) *Taidepsykoterapia. Psykoanalyttinen näkökulma*. Helsinki: Duodecim. 147–163.
- Stern, D. 1985. *The Interpersonal World of the Infant*. New York: Basic Books.
- Suomen taideterapiayhdistys 2011, [www.suomentaideterapiayhdistys.fi](http://www.suomentaideterapiayhdistys.fi)
- Visnola, D. 2010. Effects of art therapy on stress and anxiety. *Proceedings of the Latvian academy of sciences* 64. 85–91.
- Wald, J. 1999. 'The Role of Art Therapist in Post-Stroke Rehabilitation'. Teoksessa C.A. Malchiodi. *Medical Art Therapy with Adults*. London: Jessica Kingsley Publishers.
- Winnicott, D.W. 1971. *Playing and reality*. London. New York. A Tavistock/ myöhemmät painokset Routledge.
- Winnicott, D. W. 1978 (1990). *D. W. W.: A Reflection*. Teoksessa S. Grolnick and Barkin (eds.) *Between Reality and Fantasy*. New York and London: Jason Aronson.
- Wood, C. 1984. The child and art therapy; a psychodynamic viewpoint. Teoksessa T. Dalley (ed.) *Art as a therapy*. London: Tavistock. 85–103.