

SITRA



**POIMINTOJA
TAITEEN JA
KULTTUURIN
TERVEYS-
VAIKUTUKSISTA**

#KulttuuriVOS

- All-Party Parliamentary Group on Arts, Health and Wellbeing Inquiry Report (2017) *Creative Health: The Arts for Health and Wellbeing*. http://www.artshealthandwellbeing.org.uk/appginquiry/Publications/Creative_Health_Inquiry_Report_2017.pdf

Kansallinen raportti kartoittaa taiteen ja hyvinvoinnin yhteyksiä ja tutkimusta Britanniassa

Britannian parlamentin kaikkien puolueiden yhteinen Taiteen, terveyden ja hyvinvoinnin yhteistyöryhmän julkaisemassa laajassa raportissa tarkastellaan taiteen merkityksiä terveydelle ja hyvinvoinnille. Raportin pääviesteissä todetaan, että taide voi auttaa nykyisen terveys- ja sosiaalihuollon suurten haasteiden kuten ikääntymisen, yksinäisyyden ja mielenterveyden ongelmien kohtaamisessa. Taide voi osaltaan auttaa säästämään myös resursseja sosiaali- ja terveyspalveluissa.

Raportti esittää selkeässä muodossa useita tutkimustuloksia taiteen vaikutuksista hyvinvointiin eri elämänkaaren vaiheissa, tapausesimerkkejä, suosituksia sekä toimenpide-ehdotuksia.

- Fancourt, D. (2017). *Arts in Health: Designing and Researching Interventions*. Oxford University Press. Oxford. https://www.amazon.co.uk/Arts-Health-Designing-researching-interventions/dp/0198792077#reader_0198792077

Kattava yleiskatsaus taiteen ja hyvinvoinnin alan tutkimukseen ja käytäntöihin

Kirja tarjoaa kattavan yleiskatsauksen taiteen ja hyvinvoinnin alan tutkimukseen ja käytäntöihin. Kirjassa mm. avataan historiallisia, poliittisia ja teoreettisia näkökulmia taiteen, terveyden ja hyvinvoinnin välisiin yhteyksiin sekä esittelee konkreettisia malleja niin terveydenhoidon ympäristöissä toteutettavien taideinterventioiden suunnittelemiseen kuin tutkimusprojektien toteuttamiseen.

- Gordon-Nesbitt, R. (2015) *Exploring the Longitudinal Relationship Between Arts Engagement and Health*. Manchester Metropolitan University. Manchester. <http://artsforhealth.org/research/artsengagementandhealth/ArtsEngagementandHealth.pdf>

Taideosallistumisen ja terveyden yhteydet pitkittäistutkimusten valossa

Vuonna 2015 julkaistussa brittitutkimuksessa tarkastellaan taide- ja kulttuuriosallistumisen ja terveyden välisiä yhteyksiä 15 pitkittäistutkimuksen tulosten valossa. Kansainvälisten pitkittäistutkimusten analysoinnin perusteella tutkimuksessa todetaan, että taide- ja kulttuuriosallistumisella voi pitkällä aikavälillä olla myönteinen vaikutus kroonisiin sairauksiin, kuten sydänsairauksiin ja dementiaan.

Tutkimusraportissa käydään läpi myös mahdollisia psykologisia, fysiologisia, sosiaalisia ja käyttäytymiseen liittyviä mekanismeja tai selittäviä tekijöitä havaitulle taiteen ja terveyden yhteydelle. Näihin lukeutuvat mm. psykoneuroimmunologiset tekijät sekä sosiaalisen pääoman lisääntyminen. Raportissa muistutetaan, että tarkastelluissa pitkittäistutkimuksissa on pystytty osoittamaan ainoastaan taide- ja kulttuuriosallistumisen ja terveyden välinen yhteys, ei syy-seuraussuhdetta.



- Lewis, L., Tew, J., Ecclestone, K. & Spandler, H. (2016) Mutuality, Wellbeing and Mental Health Recovery. Exploring the roles of creative arts adult community learning and participatory arts initiatives. Research briefing. University of Wolverhampton. http://www.healthhumanities.org/cpmr_uploads/629c8f04745d973a007e63ceb54fa3ff.pdf

Osallistava taidetoiminta, yhteisöllinen oppiminen ja mielen hyvinvointi

Vuonna 2016 julkaistussa brittitutkimuksessa tarkastellaan vastavuoroisuuden prosesseja osallistavan taidetoiminnan ja yhteisöllisen oppimisen kehyksessä mielenterveyden ja mielen hyvinvoinnin näkökulmasta.

Tutkimuksen mukaan osallistavassa taiteellisessa toiminnassa voi syntyä resursseja ja kyvykkyksiä, jotka tukevat mielen hyvinvointia ja mielenterveysongelmista toipumista. Esimerkiksi sosiaalinen tuki, vastavuoroinen hyväksyntä ja jaetun tai relationaalisen toimijuuden rakentuminen voi olla merkityksellistä paranemisprosessissa.

Tutkimuksessa tuodaan esiin myös jännitteitä ja haasteita, jotka liittyvät yhteisölliseen taidetoimintaan ja yhteisölliseen oppimiseen. Osallistavan taiteen toimintaympäristöissä tunnistetaan mm. psykologisia, ammatillisia, organisatorisia ja käytänteisiin liittyviä tekijöitä, jotka voivat rajoittaa tai haastaa vastavuoroisuuden syntymistä taiteellisessa toiminnassa.

- McLean, J. et al. (2011) An Evidence Review of the Impact of Participatory Arts on Older People. Mental Health Foundation. <http://baringfoundation.org.uk/wp-content/uploads/2011/04/EvidenceReview.pdf>

Osallistavan taiteen vaikutukset ikääntyvillä

Britanniassa toteutetussa tutkimuskatsauksessa tarkastellaan osallistavan taiteen vaikutuksia 60-96 -vuotiailla ihmisillä. Katsauksessa on mukana 31 kansainvälistä tutkimusartikkelia, jotka kattavat eri taiteen aloja, kuten musiikki, draama, visuaalinen taide ja tanssi.

Tutkimuskatsauksen mukaan osallistavalla taidetoiminnalla voi olla positiivinen vaikutus mm. ikääntyvien itsetunnon ja itseluottamuksen lisäämisessä sekä identiteetin rakentamisen kannalta.

Dementiaa sairastavilla osallistavan taiteen on havaittu voivan mm. auttaa parantamaan kognitiivisia toimintoja sekä kommunikaatiota.



- Rajan, B. & Rajan, S. (2017). *Staying engaged: health patterns of older Americans who participate in the arts, an analysis based on the Health and Retirement Study*. National Endowment for the Arts. Washington, DC.
https://www.arts.gov/sites/default/files/StayingEngaged_0917_0.pdf

Taiteen tekemisellä ja taiteisiin osallistumisella on yhteys parempaan koettuun terveyteen ikääntyvillä

Yhdysvaltalaisessa tutkimuksessa tarkastellaan 55-vuotiaiden ja sitä vanhempien ihmisten taideosallistumisen ja koetun terveydentilan yhteyksiä.

Poikkileikkaustutkimuksessa havaittiin, että henkilöt, jotka sekä tekivät taidetta että osallistuivat taidetapahtumiin, ilmoittivat terveydentilansa paremmaksi kognitiivisen ja fyysisen toimintakyvyn sekä kohonneen verenpaineen osalta kuin ne, jotka eivät osallistuneet taiteisiin.

Vaikka tutkimusraportissa tuodaan esiin taideosallistumisen potentiaali ikääntyneiden kognitiivisen ja fyysisen terveyden ylläpitämisessä, tutkijat kuitenkin muistuttavat, ettei tutkimuksen perusteella voida tehdä kausaalipäätelmiä tai sulkea pois ns. käänteiseen kausaliteetin mahdollisuutta.

- Staricoff, R.L. (2004) Arts in health: a review of the medical literature. Arts Council England. Research report 36. London. http://www.ahsw.org.uk/userfiles/Evidence/Arts_in_health-_a_review_of_the_medical_literature.pdf

Laaja tutkimuskatsaus taiteen merkityksestä osana terveydenhoitoa

Britanniassa toteutetussa laajassa tutkimuskatsauksessa tarkastellaan taiteen vaikutuksia terveydenhoidon ympäristöissä. Mukana tarkastelussa on 385 kansainvälistä lääketieteen alan tutkimusjulkaisua.

Tutkimuskatsaus osoittaa, että kliinisissä ympäristöissä taiteisiin osallistuminen voi auttaa potilaita mm. sietämään kipua ja hoitojen sivuvaikutuksia sekä lievittää stressiä ja ahdistuneisuutta. Taiteen integroiminen terveydenhuollon ammattilaisten koulutukseen voi auttaa hoitohenkilökuntaa kommunikoidaan paremmin potilaiden kanssa sekä lisätä ymmärrystä potilaiden tarpeista.

- Staricoff, R.L. & Clift, S. (2011) Arts and Music in Healthcare: An overview of the medical literature: 2004-2011. Sidney De Haan, Research Centre for Arts and Health. <http://www.lahf.org.uk/sites/default/files/Chelsea%20and%20Westminster%20Literature%20Review%20Staricoff%20and%20Clift%20FINAL.pdf>

Tutkimuskatsaus musiikin vaikutuksista terveydenhoidon ympäristöissä

Laajassa tutkimuskatsauksessa tarkastellaan taiteen ja erityisesti musiikin vaikutuksia terveydenhoidon ympäristöissä. Mukana tarkastelussa on 103 kansainvälistä lääketieteen alan tutkimusjulkaisua.

Tutkimuskatsaus osoittaa, että sairaalaympäristössä musiikki-interventioilla voi olla lukuisia positiivisia psykologisia ja fysiologisia vaikutuksia. Katsauksessa tarkastelluissa tutkimuksissa on havaittu mm. vähentynyt kipulääkkeiden sekä rauhoittavien lääkkeiden tarve.

