

Johan Kalmanlehto

ARVIO:

Tony Gillam (2018)

Creativity, Wellbeing and Mental Health Practice,
Palgrave Macmillian, ISBN 978-3-319-74884-9 (eBook)

Kirjassaan *Creativity, Wellbeing and Mental Health Practice*, yliopistonlehtori Tony Gillam yhdistää luovuuden, hyvinvoinnin ja mielenterveystyön teemat toisiinsa. Kirjoittajan tausta mielenterveysalan sairaanhoitajana, kirjoittajana ja muusikkona mahdollistaa aiheen tarkastelun tutkimuskirjallisuuden lisäksi myös kokemusperäisen tiedon kautta. Teoksen lähtökohtana on mielenterveystyön nykyinen tila, jota Gillam kritisoi ilottomana ja luovuutta rajoittavana, mikä on johtanut sekä työn laadun että työntekijöiden hyvinvoinnin heikkenemiseen. Entä jos mielenterveystyö nähtäisiinkin luovana työskentelynä, kysyy Gillam ja väittää, että se tulisi ymmärtää ensisijaisesti *taitona (craft)*, jolloin taiteen ja tieteen välinen dikotomia voidaan murtaa. Mielenterveyshoitaja olisi siis eräänlainen käsityön tekijä, jonka valmistama tuote on hoitaminen – potilas puolestaan olisi tuotteen omistaja. Jos hoitotyö tulkitaan käsityötaidoksi, se on tietoa ja taitoa yhdistävää luovaa työtä, jonka luomisen kohteena on terveys ja hyvinvointi.

Tarkasteltuaan laajasti erilaisia luovuuskäsityksiä Gillam

tulkitssee luovuuden parantavana ja elämänmyönteisenä toimintana, joka näyttäytyy pikemminkin arkipäiväisenä kuin erityislaatuksena ilmiönä. Tarjoamatta tyhjentävää luovuuden määritelmää, hän soveltaa hoitotyöhön mallia, jossa luovuuden keskeiset ominaisuudet ovat totutusta poikkeaminen, tarkoitusperäisyys ja hyvän tekeminen. Gillam ymmärtää luovuuden kaikille ihmisille ominaisena kykynä, jonka voi oppia ja jota voi myös kultivoida. Luovuuden tulkitseminen arkipäivän ilmiönä mahdollistaa sen tarkastelun myös muissa konteksteissa; mielenterveystyön lisäksi Gillam tutkii luovuutta oppimisen ja johtamisen voimavarana. Keskeistä kirjassa on pyrkimys irrottautua mystifioiduista ja kaupallisista puhetavoista, kohti tieteelliseen näyttöön perustuvaa luovuuden tutkimusta.

Teos rakentuu luovuuden ja mielenterveyden käsitteiden yhdistämiselle. Lisäksi Gillam pyrkii osoittamaan korrelaation luovuuden ja hyvinvoinnin, tai jopa hyvän elämän välillä ja suhtautuu kriittisesti oletuksiin luovuuden ja mielenterveysongelmien yhteyksistä: sen sijaan että luovuus kumpuaisi epävakaan psyykeen toiminnasta, henkisesti tasapainoinen tila on otollista luovuudelle. Myyttisen taiteilijäkäsityksen, jossa luova nero nähdään poikkeuksellisen lahjakkaana mutta kärsivänä ja epävakaana yksilönä, purkaminen on yksi Gillamin teoksen vahvuuksia, koska se irrottaa luovuuden yksinomaan taiteellisesta toiminnasta ja mahdollistaa käsitteen soveltamisen erilaisiin käytäntöihin. Heikkoutena on kuitenkin käsitteellinen epäselvyys, joka saattaa trivialisoida luovuudesta puhumisen. Gillam yrittääkin tasapainotella vaikeasti määriteltävien termien kanssa, sortumatta lennokkaaseen epämääräisyyteen mutta tiedostaen samalla niiden monimerkityksisen luonteen.

Kirja linkittyy vahvasti taiteen hyvinvointivaikutuksia käsittelevään keskusteluun, ammentaen sekä aihetta käsittelevästä tutkimuskirjallisuudesta että hallinnollisista ohjelmateksteistä. Hän erottaa aihetta käsittelevästä tutkimuksesta kolme teemaa: taiteen ja luovuuden asema yhteisön terveyden kannalta, taideteosten käyttö sairaalaympäristössä, sekä taiteeseen osallistumisen terapeuttinen arvo etenkin yhteiskunnasta syrjäytyneiden osalta. Luova ilmapiiri hoitotyössä auttaa Gillamin mukaan myös työyhteisöä vähentämällä stressiä ja johtaa sekä työntekijöiden että palveluiden käyttäjien autonomisuuteen ja voimaantumiseen. Hänen hyvinvointikäsitteensä perustuu Aristoteleen näkemykseen hyvästä elämästä, mutta tukeutuu myös viimeaikaiseen positiivisen psykologian tutkimukseen, jonka mukaan hyvinvointi koostuu elämän miellyttäväksi kokemisesta, asioihin uppoutumisesta, positiivisista ihmissuhteista, kuulumisesta johonkin itseä suurempaan ja asioiden saavuttamisesta. Gillam korostaa hyvinvoinnin käsitteen epäselvyyttä ja monitahoisuutta ja pyrkii erottamaan sen yksinomaan terveyteen keskittyvistä näkökulmista. Lopulta hän päätyy kannattamaan hyvinvointia laajempaa sosioekonomista tavoitetta, kukoistamista.

Gillamin teksti koostuu suurelta osin aihepiiriä käsittelevän tutkimuksen kirjallisuuskatsauksesta, jonka kautta hän perustelee argumentaatiotaan. Tämä tekee tekstistä melko raskasta luettavaa täynnä viitteitä, listauksia, lyhenteitä ja asiaa tiivistäviä tekstilaatikoita.

Kaavioita kirja sisältää kuitenkin vain yhden, mallin luovalle mielenterveystyölle, jossa Gillam yhdistää kaksi kolmiosaista mallia vinoneliöksi. Kuvion halkaisevalla keskiakselilla on *luovuus* ja sivuilla *näyttöön perustuvat käytän-*

nöt, potilaskeskeisyys, hoiva ja yhteistyö. Tämä näkemys nojaa hyvin vahvasti hoitotyön käytäntöihin ja lääketieteelliseen tutkimukseen.

Vaikka monet Gillamin huomioista keskittyvät praktiseen mielenterveystyöhön, hänen käsityksensä luovuudesta liittyy kokonaisvaltaiseen psykososiaaliseen hyvinvointiin sairauden ehkäisemisen sijaan. Hän kuvaili tätä psykologisen vaurauden ja sinnikkyuden käsitteiden avulla, joiden vaikutuspiiriin kuuluvat potilaiden lisäksi hoitohenkilökunta sekä potilaiden lähiomaiset. Gillam tarkastelee hoitohenkilökunnan kohtaamia haasteita, stressiä ja huolta ja tutkii luovuuden merkitystä myös työntekijän hyvinvoinnin kannalta. Yhteiskunnallisen kukoistamisen tavoite koskettaa lopulta kaikkia ihmisiä, vaikka Gillam yrittääkin rajata näkökulmansa mielenterveystyöhön.

Gillam käyttää esimerkkeinä omia luovuutta soveltaneita projektejaan. Näitä edustavat palkittu musiikkityöpaja, luovan kirjoittamisen ryhmä ja havainnot kirjoittamisen merkityksestä henkiselle hyvinvoinnille.

Kirjan teksti pysyttelee akateemisen kirjoittamisen kehityksessä, eivätkä hänen omia kokemuksiansa käsittelevät luvut merkittävästi eroa tästä, vaikka sisältävätkin enemmän käytännön toiminnan kuvausta. Olennaisin huomio musiikin käytöstä on yhteisöllisen toiminnan korostaminen terapiaan keskittymisen sijaan. Luovaa kirjoittamista Gillam käsittelee laaja-alaisesti päiväkirjan pitämisen, blogien kirjoittamisen, terapian, kaunokirjallisuuden, omaelämäkerran ja julkaisemisen kannalta. Keskeistä Gillamin huomioissa on, että kirjoittaminen mahdollistaa puhumisen ilman keskeytyksiä ja tarjoaa tukea antavan ympäristön vaikeiden tunteiden ja ajatuksien ilmaisuun.

Lopetuslukuja kirjassa on kaksi, joita ensimmäinen ko-koaa yhteen käytännön ehdotuksia hyvinvoinnin ja mielenterveystyön yhdistämiseksi. Luovuus on jätetty tässä kohden taka-alalle, mutta Gillamin aikaisemman argumentoinnin perusteella sen voidaan katsoa sisältyvän olennaisesti molempiin osa-alueisiin. Yhteenvedossa Gillam palaa luovuuden käsitteen ja hyvinvoinnin yhteen kietoutumiseen sekä luovan mielenterveystyön malliin.

Rakenteeltaan kirja on erittäin selkeä järjestelmällinen. Jokainen luku alkaa ja loppuu tiivistelmällä, minkä lisäksi Gillam toistuvasti kertoo aikaisemmin tekemiään huomioita. Vaikka tämä selkeyttää lukuisia teoreettisia näkökulmia yhdistelevän tekstin kokonaiskuvaa, antaa se teokselle oppikirjamaisen luonteen – tämä voidaan toki nähdä kirjoittajan tavoitteena. Gillam kokoa ansiokkaasti yhteen mielenterveystyön, luovuuden ja hyvinvoinnin osa-alueet ja onnistuu käsittelemään niiden yhteyttä alistamatta luovuutta muodikkaaseen markkinointipuheeseen, organisaatiojargoniin tai idealistiseen mystifiointiin. Pyrkimys erottaa hyvinvoinnin käsite terveydestä toimii erityisellä tavalla mielenterveyden kontekstissa, jossa näiden termien raja voi olla häilyvämpi kuin fyysisen terveyden kohdalla.

Gillamin teos on täsmällisesti jäsennelty ja perusteltu kokonaisuus, joka tasapainoilee kaikenkattavan epämääräisyyden ja rajoittuneiden käsitteellisten mallien välillä. Erilaiset teoreettiset näkökulmat hankaliin käsitteisiin on tiivistetty tavalla, joka tarjoaa runsaasti perusteluita kirjoittajan väitteille, mutta saa myös toivomaan teemojen laajempaa käsittelyä. Tämä johtaa paikoitellen tiivistelmänomaisiin tekstikappaleisiin, joissa Gillamin ääni tuntuu hukkuvan esiteltyjen tutkimusten alle, vaikka selkeästi jä-

sennelty rakenne antaakin vaikutelman tarkkaan mietitystä kokonaisuudesta.

Johtavaksi ajatukseksi nousee väite, jonka mukaan nykyaikainen mielenterveystyö ei ole vain mielisairausten hoitoa ja hallintaa, vaan terveyden ja hyvinvoinnin luomista. Tämä edellyttää alaa hallitsevan rajoittuneisuuden ylittämistä sekä luovan mielentilan ja kulttuurin kehittämistä, jossa tavoitteena ei ole vain sairauksien hoitaminen ja toimimisen edistäminen, vaan hyvä elämä ja kukoistaminen. Gillam myöntää, että terveydenhuoltomaailman käytännöistä käsin hänen tavoitteensa voivat vaikuttaa epärealistisilta, mutta pysyy toiveikkaana lukijan mahdollisuuksista muuttaa vallitsevia työskentelytapoja. Luova työn tuominen lääketieteelliseen kontekstiin vaatii todennäköisesti paljon enemmän kuin yhden kirjan, mutta Gillamin koamat perustelut toimivat sille hyvänä lähtökohtana.