

Nuorten kokeman yksinäisyyden tutkimus tarinateatterin menetelmin

Tuulikki Kurtelius & Kristiina Kumpulainen



Tämä metodologinen artikkeli pureutuu kuudesluokkalaisten nuorten (n=16) yksinäisyyden kokemuksiin tarinateatterin keinoin. Tutkimuksellinen kiinnostus kohdistuu siihen, millaista tietoa tarinateatterin lähestymistavat nostavat esiin nuorten yksinäisyydestä ja miten tarinateatteri tutkimuskäytäntönä sopii yksinäisyyden tutkimukseen. Tutkimusaineisto koostuu koulussa toteutetun tarinateatteriesityksen videotallenteesta ja viidestä oppilaan kertomasta tarinasta. Tarinoiden analyysissä liikutaan holistisen taidepohjaisen tutkimusotteen viitekehyksessä (Leavy 2020). Videoaineistoa lähestytään tapaustutkimuksen näkökulmasta yhtenä esimerkkitapauksena tarinateatterista. Tutkimuksen tulosten perusteella tarinateatterin käytänteet nostivat esiin uudentyypistä, vuorovaikutuksessa syntynyttä tietoa nuorten yksinäisyydestä. Vuorovaikutuksellisen, osallistumaan kutsuvan teatterin keinoin saatiin kokemuksia, jotka välittyivät kokonaisvaltaisesti kehon, liikkeen, äänen ja ilmeiden kautta. Tarinateatteri mahdollisti omien kokemusten peilaamisen toisten tarinoihin ja antoi tilaa tulla omaäänisesti kuulluksi. Samaistuminen kertojien tarinoihin sysäsi liikkeelle myönteisen sosiaalisen muutoksen kokemuksen, jossa osallistujien omat negatiiviset tunnemuistot muuttuivat vertaisten kesken jaetuiksi narratiivisiksi muistoiksi. Tutkimuskäytäntönä tarinateatteri rikasti ja avasi kielellistä ilmaisua täydentäviä väyliä hahmottaa ja päästä osalliseksi nuorten usein kätkeytyyn yksinäisyyteen. Tutkimus tuo esiin tarinateatterin mahdollisuuksia yksinäisyyden kokemuksellisuuden tutkimiseen.

Asiasanat: nuoret, taideperustainen tutkimus, tarinateatteri, vuorovaikutus, yksinäisyys

Yksinäisyys on yhteiskunnan näkökulmasta kasvavaa huolta aiheuttava ilmiö, jonka tutkimus on tänä päivänä laajentunut käsittämään ihmisen koko elämänpolun (ks. THL 2021; Haikkola & Kauppinen 2020; Tiilikainen 2019). Yksilön kannalta yksinäisyys on lasten ja nuorten yksinäisyyttä tutkineen Niina Junttilan (2016) mukaan subjektiivinen ja emotionaalisesti satuttava kokemus. Yksinäisyys voi aiheuttaa ahdistusta ja syrjäytymistä sekä pitkittyessään vaikeampia psykososiaalisia ongelmia, kuten masentuneisuutta, sosiaalisia pelkoja ja itsetuhoisuutta (Junttila 2016, 55–56). Tämän menetelmäkeskeisen artikkelin tavoitteena on analysoida tarinateatteria tutkimuskäytäntönä nuorten kokeaman yksinäisyyden tutkimuksessa. Lasten ja nuorten yksinäisyyttä ei ole aikaisemmin tutkittu tarinateatterin viitekehyksessä. Tutkimuksemme lähtökohtana on ajatus siitä, että ymmärrys yksinäisyydestä ei lisääny ja syvenny pelkästään vakiintuneiden lähestymistapojen avulla, vaan laadullisen tutkimuksen kentälle tarvitaan myös uusia menetelmiä ilmiön tarkasteluun. Virittäytymällä nuorten ajatus- ja kokemusmaailmaan tarinoiden avulla, pyrimme muodostamaan moniulotteisen kuvan heidän tavastaan olla kosketuksissa yksinäisyyteen ja käsitellä omia yksinäisyyden kokemuksiaan. Vilma Hänninen (1999, 15) näkee tarinallisessa lähestymistavassa tarinakäsitteen keskeisenä ajattelun ja elämän jäsentämisen muotona. Tarinallinen tai narratiivinen tutkimus viittaa hänen mukaansa kaikkeen sellaiseen tutkimukseen, jossa tarinan, kertomuksen tai narratiivin käsitettä käytetään välineenä ymmärryksen lisäämiseen tutkittavasta ilmiöstä. Tutkimuksemme metodologia vastaa myös tarpeeseen lisätä lasten ja nuorten osallisuutta ja kuulemista heitä itseään koskeissa asioissa (ks. MLL 2019; OPH 2016). Käytämme jatkossa käsitteitä ’nuoret’ ja ’oppilaat’ synonyymeinä käsit-

teelle ’tutkimukseen osallistujat’. Artikkelin tutkimus asettuu osaksi laajempaa laadullista lasten ja nuorten yksinäisyyden tutkimusta.

Tarinateatteri on yksi taideperustaisen tutkimuksen muoto (*engl. Arts Based Research, ABR*). Taideperustainen (käytämme tässä tutkimuksessa myös synonyymien omaisesti termiä ’taidelähtöinen’) tutkimus on tutkija Patricia Leavyn (2020) viitoittamana kasvatantunut viime vuosikymmeninä suosiotaan varteenotettavana lähestymistapana kokemuksellisuuden tutkimuksessa. Tutkimuksemme tarinateatterin tarinoiden käyttäminen nuorten yksinäisyyden kokemusten tarkastelussa valikoitui tämän artikkelin ensimmäisen kirjoittajan tarinateatteriohjaajakoulutuksen ja -kokemuksen myötä. Tutkimukseen osallistuneille oppilaille tarinateatteri oli tullut tutuksi ilmaisutaidon tunneilla alakouluvuosiensa aikana.

Taiteen keinoja tutkimuksissaan hyödynäneen Nena Močnikin (2018) määrittelyssä vuorovaikutuksellisen, osallistumaan kutsuvan teatterin keinoin saadaan kokemuksia, jotka välittyvät kokonaisvaltaisesti kehon, liikkeen, äänen ja ilmeiden kautta. Verrattuna muihin esittävän taiteen lajeihin, tarinateatterissa osallisuuden kokemus mahdollistaa omien kokemusten peilaamisen toisten tarinoiden. Taidelähtöisten menetelmien käyttöä lastensuojelussa tutkinut Päivi Känkänen (2013, 95–96) on todennut, että taiteen käytännöt edistävät vuoropuhelua, mikä on tärkeää kriittisen ymmärryksen kasvattamiselle tutkittavasta ilmiöstä. Taiteellinen ilmaisu toimii hänen mukaansa myös suojaavana, välittävänä tai vapauttavana välineenä, joka mahdollistaa tarttumisen mielessä liikkuviin asioihin ja pääsemisen kosketuksiin omien tunteiden kanssa. (Ks. myös Barty & Känkänen 2005b, 201–217; Känkänen & Rainio 2010, 4–20.) Annukka Häkämies (2005, 153) korostaa samoin taiteen roolia toimia kommunikaation ja vuorovaikutuksen vah-

vistajana etenkin niillä tunnealueilla, joissa kielellinen ilmaisu ei tunnu luontevalta. Tutkimuskysymyksemme kytkeytyvät tarinateatterin tarjoamiin mahdollisuuksiin kertoa taiteen keinoin omasta yksinäisyydestä sekä menetelmän käytettävyyteen yksinäisyystutkimuksessa:

1. Millaista tietoa tarinateatterin lähestymistavat nostavat esiin nuorten yksinäisyydestä?
2. Miten tarinateatteri tutkimuskäytäntönä sopii yksinäisyyden tutkimukseen?

Yksinäisyyden tutkimuksen teoreettinen viitekehys on yhtä moniulotteinen kuin yksinäisyys ilmiönäkin. Ei ole olemassa yhtä tai kahta teoriaa, jotka määrittävät yksilön subjektiivista kokemusta yksinäisyydestä. On vain yrityksiä ymmärtää tätä usein piiloon jäävää ilmiötä, jonka kokeminen, toisin kuin vapaaehtoinen yksin oleminen, herättää yksilössä aina negatiivisia tunteita ja voi pahimmillaan viedä jopa elämänhalun (ks. Weiss 1973; Peplau & Perlman 1982; Hymel ym. 1999; Rotenberg 1999; Goossens 2006; Qualter ym. 2009; Schinka ym. 2013; Junttila 2016). Perinteisesti lasten ja nuorten yksinäisyyteen liittyvässä tutkimuksessa on tehty ero sosiaalisen ja emotionaalisen yksinäisyyden välillä. Tutkijoiden mukaan sosiaalinen yksinäisyys määritellään usein tunteeksi siitä, että ihmisellä ei ole toimivia sosiaalisia verkostoja. Emotionaalisessa yksinäisyydessä taas on kysymys läheisen merkityksellisen ystävän puuttumisesta (ks. esim. Weiss 1973; Junttila 2016, 54–56). Tässä tutkimuksessa emme erottele sosiaalista ja emotionaalista yksinäisyyttä erillisiksi näkökulmiksi ilmiön tarkastelussa, vaan käsitämme yksinäisyyden tutkijoiden Steven R. Asher ja Julie A. Paquette (2003, 75–78) tavoin yksilön sisäisenä tunnetilana, johon sosiaalinen elämä vaikuttaa vahvasti. Tutkimuksellinen kiinnostus

kohdistuu siihen, miltä nuorten yksinäisyys tämän teorian näkökulmasta näyttääytyy tarinateatterin moniulotteisen ilmaisuuden välityksellä. Tutkimusaineistona toimii videoitu tarinateatteriesitys, johon oppilaat kertojina, näyttelijöinä ja yleisönä sekä toinen tutkijoista tutkijana ja ohjaajana osallistuvat.

Käsitlemme artikkelissamme seuraavaksi tarinateatterin syntyhistoriaa ja sen metodologisia tavoitteita. Tutkimusosiossa analysoimme videoidun tarinateatteriesityksen tuottamaa tietoa nuorten yksinäisyyden kokemuksista. Tulosten perusteella pohdimme lopuksi, mitä mahdollisuuksia ja toisaalta haasteita tarinateatterin menetelmien käyttö yksinäisyyden kokemusten tutkimuksessa tuo tutkimuksen kentälle.

Tarinateatteri taideperustaisena metodologiana

Tarinateatteri (*Playback Theatre*) on draamallinen tarinankerrontaan ja esittämiseen liittyvä vuorovaikutuksellinen työtapa. Menetelmän 1970-luvulla kehittänyt Jonathan Fox halusi luoda improvisaatioon perustuvan spontaanin esityksen muodon, joka antaa tilaa ihmisten omille tarinoille ja elämäkokemuksille. Tarinateatterin avulla J. Fox (2004, 93) on pyrkinyt vahvistamaan ihmisten kohtaamisia kasvotusten: keskinäistä vuoropuhelua ja kunnioittavaa, myötätuntoista kuuntelemista. Tarinateatteriesityksessä kuullaan vapaaehtoisen kertojan omaan elämään liittyvä todellinen tarina, joka jaetaan paikalla olevan yleisön kanssa ohjaajan myötävaikutuksella. Tarinan kerronnan jälkeen ei-ammattilaiset tarinateatterinäyttelijät improvisoivat kuulemastaan tarinasta esityksen, johon muusikko liittyy omalla soitannallaan. Yleensä tarinateatteriesityksissä aikuiset ovat toimineet näyttelijöinä. Draama- ja tarinateatteriopettaja Timothy Reagan (2015, 29–31) havaitsi väitöstutki-

muksessaan, *Playback Theatre with Adolescents*, että myös teini-ikäiset nuoret ovat kykeneviä omaksumaan yleisön joukosta ihmisten henkilökohtaisia tarinoita ja toistamaan tarinat improvisaation avulla. Improvisoitu esitys voi olla esimerkiksi *liikkuva patsas*, jossa näyttelijät liikkuvat esitystilassa anonyymeinä patsashahmoina, ilmentäen liikkeillä, ilmeillä ja eleillä kertojan tarinassa välittämää tunnetilaa; *patsaskertomus*, jossa tarina esitetään kohtauksittain liikkumattomina patsaina; mieminen tai ääneen puhuttu näyttelijöiden yhteen kietoutuva *liike* tai *näytelty kohtaus*, jossa näyttelijät esittävät tarinan henkilöitä roolihahmoina improvisaation keinoin. Tärkeintä on yrittää tavoittaa kertojan tunnetila ja välittää tämä tunnekokemus takaisin, ”*play back*”, kertojalle ja yleisölle. Nähdyn ja kuullun perusteella tarinan kertojalle voi avautua uusia oivalluksia kokemastaan tai hän voi saada vahvistuksen jo aikaisemmin muodostuneille käsityksilleen. Jos tarinan näkeminen esitettyä ei puhuttele kertojaa, esitykseen voidaan tehdä kertojan toivomia muutoksia ja näyttää se korjattuna uudelleen. Yleisön rooli esityksessä on jakaa kertojan kokemus ja löytää omia kiinnostuskohtia tarinoiden avaamiin maailmoihin.

Deborah Pearson (1999, 31–50) näkee tarinateatterin taiteen lajina, joka mahdollistaa, ei pelkästään tämän hetken ilmiöiden tutkimista, vaan myös menneiden tapahtumien esiin nostamista sekä kuvitteellisen kokemuksen siitä, miten toivoisi asioiden olevan tulevaisuudessa. Asta Raamin (2015, 148–150) ja Tiina Nevanperän (2017, 34–35) kuvaukset taiteen tekemiseen liittyvistä äkillisistä oivalluksista, intuitiosta ja ratkaisuisista istuvat hyvin myös tarinateatterin maailmaan. Tarinateatteriesityksen käsikirjoitusta ei voi suunnitella etukäteen, vaan tarinan kertominen etenee spontaanisti. Toisaalta tarina voi jäädä myös kokonaan syntymättä. Ohjaajan (tässä tapauksessa tutkijan) tehtävä on kuljettaa tarinaa alusta loppuun ja pitää

se koossa, niin että yleisön ja näyttelijöiden on helpompi ymmärtää tapahtumien kulku. Oivallus syntyy, kun kertoja näkee tarinansa kehollistumisen näyttämöllä. Alitajunta prosessoi tarinaan puuttuvia osia, joista syntyy eheämpi kokonaisuus kuin mitä kertoja alussa osasi pukea sanoiksi (Pearson 1999, 32).

Känkänen (2013, 111) on todennut, että kun taide on tiedon tuottajana, tiedon intressi on keskeinen. Tärkeitä kysymyksiä ovat silloin, miksi ja mitä tietoa halutaan, ketä varten sitä hankitaan ja miten tietoa tuotetaan. Puhekupla-työryhmä (Sanna Ryyänen & Sirkku Varjonen) nosti Tampereen metodifestivaaleilla 2019 esiin taideperustaisten tutkimuskäytäntöjen erilaisuuden suhteessa perinteisillä tutkimusmenetelmillä saatuun tietoon. Taideperustaiset tutkimusmenetelmät tarjoavat väyliä tutustua omaan sisäiseen maailmaan (tunteet, ”hiljainen tieto”), toisenlaisiin tietämisen tapoihin (kehollisuus, kokemuksellisuus, moniaistisuus) sekä toisenlaisten suhteiden rakentamiseen (dialogisuus, yhteistoiminnallisuus) (ks. myös Eisner 2008, 6–11; Känkänen 2013, 47). Nämä tutkimusmenetelmät eivät sinällään tuota useinkaan ”enempää” tietoa konventionaalisessa mielessä, mutta niiden avulla saadaan syvyyttä ja uusia näkökulmia ilmiön tarkasteluun (Leavy 2009, 258). Tutkijan ymmärrys rakentuu kaikista niistä merkityksistä, joita esiin houkutelujen havaintojen pohjalta kertyy (Kinnunen 2008, 56). Tutkija–opettaja–taitelija–paradigma luo taiteen tutkimuksen kentälle William Pinarin (2004, 9) kutsuman uuden välitilan, ”*in-between space*”, jossa tutkija voi yhdistellä tutkimuksen kannalta oleellisia tiedontuotantoon ja toimintaan liittyviä näkökulmia. Tämän tutkimuksen kontekstissa *tutkijan* rooli on tietää, mitä hän haluaa tutkimuksellaan tavoitella, *opettajan* rooli on rakentaa tutkimukselle turvalliset puitteet ja ohjata oppilaita toimimaan omissa rooleissaan. *Taitelijan*, tässä tapauksessa tarinateatteriohjaa-

jan roolia tarvitaan esityksen ohjaamiseen ja visuaalisen tilan valmistamiseen. Leavyn (2009, 135–139) mukaan draamatyöskentelyllä, johon tarinateatterikin lukeutuu, on esittävän taiteen lajina voimauttava potentiaali. Se kasvattaa kokijan tietoisuutta ja mahdollistaa tilan ja ajan persoonalliselle kasvulle. Osallistujien roolit yleisönä, kertojana ja näyttelijöinä tarjoavat metodologisen tutkimuksemme näkökulmasta näyttämön, jossa yksinäisyyden kokemuksia tarkastellaan draaman keinoin sekä yksilön että vuorovaikutuksen näkökulmasta.

Tutkimuksen toteutus ja eettiset kysymykset

Tarinateatteriesitys toteutettiin eteläsuomalaisessa peruskoulussa koulupäivän aikana, vuoden 2019 lopussa. Esitykseen osallistuivat artikkelin ensimmäisenä tutkijaopettajana toiminut kirjoittaja ja tutkimusluvan saaneet 6. luokan oppilaat (n=16). Kirjallinen lupa tutkimukseen liittyvän videomateriaalin käytöstä tutkimustarkoituksiin pyydettiin oppilaiden huoltajilta vuoden 2019 alussa. Myös koulun rehtorilta ja työnantajalta saatiin myönteinen päätös suorittaa tutkimus koulussa. Tarinateatteriesitykseen osallistuneet oppilaat osallistuivat lähes samassa kokonpanossa myös kahteen aikaisempaan samojen tutkijoiden tutkimuksiin. Niissä tietoa yksinäisyydestä kerättiin sekä 3. luokalla äidinkielen tunneilla omakohtaisesta yksinäisyydestä kirjoitettujen tarinoiden ja piirustusten (syksy 2016) että 6. luokalla seurantahaastattelujen (syksy 2019) avulla. Vuoden 2016 tutkimuksen tuloksissa lasten yksinäisyys näyttäytyi emotionaalisena, moniulotteisena ja kontekstisidonnaisena ilmiönä, jossa lapsi tasapainotteli puutteellisilla vuorovaikutustaidoilla. Kolmasluokkalainen yksinäinen koki usein ulkopuolisuutta suhteessa kavereihin. Moni

kertoi myös joutuneensa konkreettisesti eristetyksi ryhmän ulkopuolelle. Vuoden 2019 haastattelututkimuksen tuloksissa nuorten yksinäisyyden kokemuksissa heijastui negatiivinen minäkuva ja sosiaalisen epäonnistumisen aiheuttama häpeän tunne. Nuoret kokivat yksinäisyyttä enemmän ryhmän sisällä kuin sen ulkopuolella.

Koska tarinateatteria käytettiin nyt tutkimuksellisessa tarkoituksessa, avattiin tarinateatterin tapaa käsitellä yksinäisyyttä yhteisesti jaettujen tarinoiden ja kehollisen ilmaisun avulla vielä etukäteen. Herkässä ikävaiheessa oleville nuorille korostettiin, että esityksessä voi olla mukana, vaikka ei haluaisikaan kertoa omaa tarinaansa. Nuorten kanssa keskusteltiin myös siitä, että oman yksinäisyystarinan kertominen voi olla sekä jännittävää että myös mahdollisuus pysähtyä kuuntelevan yleisön äärelle ja saada vertaisilta hyväksyntää omille kokemuksille ja ajatuksille. Sovimme yhdessä, että jokainen tutkimusluvan saanut tulee viikon kuluessa kertomaan tutkijaopettajalle halustaan osallistua tähän tutkimukseen. Tutkimukseen osallistumisen vapaaehtoisuutta korostettiin tutkimuksen eri vaiheissa.

Suomalaisen tarinateatterin uranuurtaja ja kouluttaja Päivi Rahmel (2021, 84–89) on juurruttanut tarinateatterin käytänteet suomalaisille tarinateatteriryhmille. Perinteisesti tarinateatterissa käytetään käsitettä 'tekniikat', kun puhutaan tarinoiden esittämisen erilaisista ilmaisumuodoista. Esityksessämme oli vaihdellen käytössä *patsaita, liikkuvia patsaita, lauseita, patsaskertomuksia ja muuttuvia patsaita*. Kyseiset, pääasiassa pantomiimiset, ilmeisiin ja eleisiin pohjautuvat esittämis-tekniikat valittiin sillä perusteella, että ne olivat tulleet oppilaille tutuiksi aikaisemmista tarinateatteriharjoituksista. Käytetyt tekniikat esitellään tarkemmin tarinoiden yhteydessä.

Pari viikkoa ennen videoitavia esityksiä järjestettiin muutamia lyhyempiä tarinateat-

teriharjoituksia, joissa kerrattiin tekniikoita ja palauteltiin mieliin tarinateatteriesityksen kokonaiskulku. Tarinateatteriohjaaja ja tutkija Hannah Fox (2007, 92) on todennut, että oman, usein koskettavankin tarinan kertominen julkisesti vaatii kertojalta rohkeutta. Tämä tosiasia tiedostettiin siten, että harjoittelimme myös yleisön empaattista ja kunnioittavaa asennetta suhteessa kertojaan. Vuorovaikutuksellisen luottamuksen, ymmärryksen ja empatian rakentamiseksi jokainen tutkimukseen osallistuja toimi harjoitusten aikana sekä kertojan, näyttelijän että yleisön rooleissa. Muusikon roolia ei tähän esitykseen otettu mukaan, koska sitä ei oltu harjoiteltu riittävästi.

Varsinaisten tarinateatteriesitysten videoinnin toteuttivat kaksi tutkimukseen osallistunutta oppilasta. Kuvaaminen tapahtui koko ajan samalta sovitulta paikalta. Kun yksi esitys oli saatu päätökseen, videointi pysäytettiin ja kuvaajat vaihtoivat keskenään paikkaa siirtymällä joko yleisöksi tai näyttelijöiksi. Kaikkien oppilaiden rooli esityksen yleisönä, näyttelijänä tai tarinankertojana perustui heidän omiin toiveisiinsa. Keskustelimme etukäteen myös siitä, että mikäli yleisössä mukana oleva luokkakaveri kokee liittyvänsä tarinaan, eikä halua sitä sen vuoksi kerrottavan, niin sellaista tarinaa ei oteta esitykseen mukaan. Kirjallisessa lupalomakkeessa mainittiin, että oppilaiden anonyymiys tullaan säilyttämään koko tutkimuksen ajan. Tutkimuksen avulla kertynyttä kumuloituvaa tietoa käsiteltiin samalla tavalla kuin muutakin opettajan vaihtolovelvollisuuden piirin kuuluvaa oppilaisiin liittyvää tietoa. Lisäksi lomakkeessa painotettiin, että tutkimusaineisto hävitetään asianmukaisesti tutkimuksen valmistuttua.

Analyysi

Seuraavaksi pureudumme nuorten yksinäisyystarinoihin analysoimalla tutkimusaineistona

toiminutta videoitua tarinateatteriesitystä. Videotallenne on kokonaiskestoltaan 60 minuuttia ja poimimme siitä tarkasteluun kaikki viisi oppilaiden kertomaa tarinaa. Tarinateatteriaineiston videoanalyysia ohjaa yksinäisyysteorioista johdettu ajatus yksinäisyydestä yksilön sisäisenä tunnetilana, hiljaisena tietona, joka on usein kytköksissä ikäryhmän taholta koettuun sosiaaliseen ulkopuolisuuteen (ks. Asher & Paquette 2003, 75–78; Parkhurst & Hopmayer 1999, 74–75; Sippola & Bukowski 1999, 282). Lähestymme videoaineistoa tapaustutkimuksen näkökulmasta yhtenä esimerkkitapauksena tarinateatterista. Pyrimme tuottamaan rajatusta tarinoiden kokonaisuudesta yksityiskohtaista ja intensiivistä tietoa nuorten tavasta kokea yksinäisyyttä. Päivi Erikssonin ja Katri Koistisen (2014, 7–8) tapaustutkimuksen määrittelyn mukaisesti tavoitteenamme on ymmärtää ja tulkita näitä kokemuksia tarinateatteriprosessin kontekstissa, jossa keskiössä on oppilaiden omaäänisyys. Omaäänisyydellä tarkoitamme tässä tutkimuksessa sekä verbaalista tarinankerrontaa että ei-verbaalista kehollista ilmaisua. Oppilaiden tarinankerronnan ja kehollisen ilmaisun tuottamaa kokemuksellista tutkimustietoa yksinäisyydestä pyrimme edelleen kuvailemaan, tulkitsemaan ja käsitteellistämään. Tutkimuksellinen kiinnostuksemme kohdistuu myös tarinoiden kertojassa herättämiin reaktioihin sekä yleisön, kertojan ja näyttelijöiden väliseen vuorovaikutukseen. Tulosten yhteenvedossa vertailemme lopuksi valitun tapauksen yhtäläisyyksiä ja eroja artikkelin ensimmäisen kirjoittajan kokemuksiin tarinateatterista.

Näiden tavoitteiden ja aineistosta esiin nousseiden havaintojen ohjaamina poimimme tutkimusaineistosta kolme keskeistä toisiinsa kietoutunutta ja leikkaavaa painopistettä, jotka toimivat tutkimuksen analyttisinä kiinnekohtina (ks. Leavy 2018, 3–22; Močnik 2018). Lopullisessa videoaineiston analyysissä tarkastelemme tarinoiden ja esitysten tutkimuksen osallistujissa synnyttämiä kehollisia

ja sanallisia reaktioita näiden kiinnekohtien viitekehyksessä:

1. Keho ja mieli: yksinäisyyden kokemus moniaistisena.
2. Yksilö ja kouluyhteisö: yksinäisyyden kokemus suhteessa koulun muuttuvaan sosiaaliseen kontekstiin.
3. Kognitiivinen ja emotionaalinen: yksinäisyyden moninaiset kokemukset ja tunteet.

Aloitimme analyysin katsomalla videoaineiston useampaan kertaan läpi. Videomateriaalin käytöstä kasvatustieteellisessä tutkimuksessa kirjoittaneet Sharon Derry ja kumppanit (2010, 14–17) toteavat, että videoaineiston analysoiminen on luonteeltaan iteratiivinen prosessi. Siinä liikutaan edestakaisin materiaalin sisällä, tehdään erilaisia valintoja ja välitulkintoja ja haetaan näiden havaintojen avulla selityksiä tutkittavasta ilmiöstä. Videon katselukertoja eriytettiin niin, että välillä nauhoitteen äänet olivat pois päältä ja välillä taas kuunneltiin pelkkää puhetta ilman kuvamateriaalin samanaikaista tarkastelua. Näin huomio pystytään Frederick Ericksonin (2006, 178–179) mukaan kohdentamaan tutkimuksen kannalta keskeisiin ilmentymiin, kuten tässä tapauksessa kokonaisvaltaiseen keholliseen ilmaisuun, suulliseen tarinoiden tuottamaan tietoon, sekä tutkittavien keskinäiseen vuorovaikutukseen. Teimme videomateriaalista myös litteraatin eli kirjallisen jäljennöksen, jossa kuvailtiin uudelleen videolla nähdyt tapahtumat. Litteraattia käytetään yleisesti analyysin pohjana, kun sitä halutaan työstää edelleen sellaiseen muotoon, että lukijat pystyvät havaitseman tutkimuksen löydökset (ks. esim. Barron ym. 2012, 210). Tarkastelemme seuraavaksi yksinäisyyden kokemisen ilmentymiä viiden eri tarinankerrontaepisodin kautta. Tarinankertojen nimet on muutettu anonymiteetin säilyttämiseksi.

Yksinäisyys tarinankerronnassa

Analyysimme oppilaiden kertomista ja esittämistä tarinoista tuo esiin, kuinka yksinäisyyden tunteita ovat synnyttäneet toistuvat hylätyksi tulemisen kokemukset tai yksittäiset tapahtumat, jotka ovat jääneet vaille selvitystä. Toisten tunnekokemuksia ei tutkimuksen avulla pystytä koskaan täysin tavoittamaan, mutta niitä voidaan pyrkiä ymmärtämään empaattisesti. Hanna Kiuru (2018, 254) näkee empaattisen vuorovaikutuksen kannalta tärkeäksi tutkijan aitouden ja läsnäolon, jotka mahdollistavat tutkimukseen osallistujalle kohdatuksi tulemisen kokemuksen. Tutkijan refleksiivinen tutkimusote sisältää Riitta Högbackan ja Sanna Aaltosen (2015, 9, 12–15) mukaan tutkijan oman ajattelun perusteiden ja olettamusten kyseenalaistamista, jolloin tunteet ja kokemukset voidaan ottaa tutkimukselliseksi työkaluksi.

Kavereiden puute ja ristiriidat sosiaalisissa suhteissa toimivat monelle nuorelle yksinäisyyden kasvualustana. Ensimmäisessä tarinassa Liisa kertoo sosiaalisen hyljeksinnän kohteeksi joutumisestaan. Toinen tarina liittyy Meriin kohdistuneeseen mustamaalaamiseen kaverin taholta ja omien, ikäryhmän kesken jaettujen kokemusten synnyttämään yhteenkuuluvuuden tunteeseen. Kolmannessa, Jutan tarinassa, yksin jäämisen tunteen kirvoitti pettymys kaverin toimintaan kilpailutilanteen jälkeen. Neljännen tarinan Antille surun ja yksinäisyyden tunne heräsi kaverin paikkakunnalta muuton seurauksena. Viidennessä ja viimeisessä tarinassa Pekan kokema ahdistava yksinäisyys helpottui, kun hän koki tullessa kuulluksi ja hyväksytyksi vertaisista koostuvan yleisön edessä.

Tarina 1: Ulkopuolisuuden tunne vertaisryhmässä

Tarinateatteriesitys käynnistettiin niin, että esityksen ohjaaja (tutkijaopettaja) pysyi aluksi

yleisönä toimineita oppilaita muistelemaan aiemmin kokemaansa yksinäisyyttä: minkä ikäisiä he silloin olivat ja minkälaisiin tilanteisiin yksinäisyyden kokemukset liittyivät. Muutaman minuutin muisteluhetken jälkeen ohjaaja kysyi, nousiko oppilaille tapauksia mieleen ja haluaisiko joku tulla kertomaan omista kokemuksistaan. Aluksi kukaan ei osoittanut innostusta tai rohkeutta saapua kertojan tuolille. Vähitellen oppilaiden kehon kielessä tapahtuvat muutokset, kuten asennon vaihto, katseen kohdistuminen ohjaajaan tai kasvojen hienovaraiset ilmaukset viestittivät, että tarinoita oli syntymässä. Oppilaiden viestejä tulkitsemalla ohjaaja valitsi yleisön joukosta yhden tytön, Liisan, ja kysyi, tulisiko hän jakamaan ensimmäisenä oman tarinansa. Kun Liisa istuutui kertojan paikalle, pyysi ohjaaja vielä yleisön joukosta esitykseen neljä vapaaehtoisia näyttelijää.

Liisan tarina liittyi vuoden takaiseen kokemukseen välituntitilanteesta. Liisa oli kokenut kaveriporukassa, että kukaan kavereista ei halunnut kuunnella häntä, eikä ollut kiinnostunut hänen ehdotuksestaan. Tämä oli tuntunut Liisasta pahalta ja hän koki jääneensä ajatuksineen yksin porukan ulkopuolelle. Liisan kertoman mukaan toisen kaverin samanlainen ehdotus herätti ryhmän muiden jäsenten kiinnostuksen. Ohjaaja kiteytti tarinan keskeisen ajatuksen lauseiksi, joiden avulla näyttelijät rakensivat esitykseen oman näkemyksensä tytön tunnekokemuksista. Tarinan kertomisen jälkeen näyttelijät astuivat esitystilassa askeleen eteenpäin. Ohjaaja ohjeisti heitä seuraavasti: ”Katsotaan Liisan tarina siitä, kuinka hän koki pahaa mieltä ja jäi ajatuksineen yksin, kun kukaan kavereista ei halunnut kuunnella häntä. Katsotaan esitys liikkuvana patsaana ja lauseena: ”Kukaan ei kuunnellut minua.” Näissä tekniikoissa näyttelijöiden tehtävänä oli antaa kehonsa tavoittaa jotakin kerrottuun liittyvästä tunteesta ja ilmaista se liikkeen avulla yhdessä toisten näyttelijöiden

kanssa, samalla lausetta tai sen osia toistaen (ks. Rahmel 2021, 88). Tarinan tunnetila peilautui kertojalle takaisin monenlaisena ja moniaistisena sanallisen ilmaisun, kehon liikkeiden ja kasvojen ilmeiden kokonaisuutena. Esityksen jälkeen ohjaaja kysyi kertojalta: ”Miltä oman tarinan näkeminen toisten esittämänä tuntui?” Kertojana toiminut Liisa sanoi, että ”esitystilanne näytti aika vähän samalta kuin todellisuuden tapahtuma, koska tilanne välitunnilla meni niin nopeasti ohii”. Oman tarinan kerronta ja esityksen katsominen vaikutti kuitenkin olleen Liisalle positiivinen kokemus. Liisa palasi omalle paikalleen tyytyväisen oloisena hymyssä suin ja koko hänen olemuksensa näytti ainakin hetkellisesti kohentuneen.

Tämänkaltaisesta ilmiöstä, joka pitää sisällään huomaamatonta sosiaalista hyljeksintää ja ryhmän ulkopuolelle sulkemista, käytetään nimitystä ostrakismi (ks. esim. Williams & Nida 2014, 38–45). Tutkimuksissa on todettu, että jopa hetkellinen ostrakismi satuttaa ja voi pitkittyessään johtaa syrjäytymiseen ja aiheuttaa henkistä ja fyysistä pahoinvointia. Huomiotta jättäminen voi myös muuttaa ihmisen sosiaalista havaitsemista ja sosiaalisesti merkityksellisen informaation prosessointia ja tulkintaa (Junttila 2021; Syrjämäki ym. 2017, 376–390). Junttila (2017) on todennut ostrakismiin liittyen, että osa ulkopuolelle suljetuista pyrkii palauttamaan oman toimijuutensa taistelemalla tilannetta vastaan. Mikäli yritykset tulla huomatuksi eivät tuota tulosta, moni liian monta kertaa torjutuksi tullut luovuttaa ja tekee itsestään muille näkymättömän (Junttila 2016, 56). Tarinateatteriesitys tarjosi Liisalle mahdollisuuden tulla kuulluksi ja kertoa omista yksinäisyyden synnyttämistä tunteistaan osin niille samoille kavereille, jotka eivät aiemmin olleet häntä huomioineet. Yleisön ja näyttelijöiden aito myötäeläminen tytön tarinaan heijastui tarkkaavaisena kuunteluna ja katseiden intensiteettinä.

Tarina 2: Jaettu kokemus

Seuraavan tarinan kertoja asteli tuolille vieruskaverinsa yllyttämänä, mutta kuitenkin vapaaehtoisesti. Meri istui ohjaajan vieressä rennosti ja luottavaisen oloisena. Hänen tarinansa kertoi harrastusjoukkueessa parhaan kaverin kanssa puoli vuotta sitten syntyneestä alkujaan pienestä riidasta, joka paisui ajan kuluessa selvittämättömäksi vyyhdeksi. Tarinaan liittyi kertojan mustamaalaamista joukkuekavereille ja selän takana pahan puhumista. Merille tilanteesta jäi surullinen ja outo olo. Sekä valmentaja että vanhemmat osallistuivat tilanteen jälkiselvittelyyn, mutta lopullista ratkaisua ei saatu aikaan. Tarinan selkeän vaiheittaisen etenemisen vuoksi esitysmuodoksi valikoitui patsaskertomus. Siinä näyttelijät esittävät ohjaajan tarinasta kiteyttämät ja ääneen lausumat lauseet pantomiimisesti pysäytettyinä patsaina kohtaus kerrallaan:

1. Kohtaus: Meri saa tietää, että kaveri puhuu hänestä pahaa selän takana.
2. Kohtaus: Merin valmentaja ryhtyy selvittämään asiaa tytön vanhempien kanssa.
3. Kohtaus: Meri yrittää myös itse sopia asiaa kaverinsa kanssa.
4. Kohtaus: Merille jää tilanteesta surullinen ja yksinäinen olo, koska asiat eivät selviä.

Meri seurasi esitystä melko intensiivisesti, välillä häntä hymyilytti, toisessa hetkessä hän ei taas halunnut kuin vilkaista, mitä esityksessä tapahtuu. Esityksen lopussa Meri vaikutti liikuttuneelta ja helpottuneelta. Yleisö ja näyttelijät olivat keskittyneen oloisia ja seurasivat ääneti Merin reagointia. Joskus oman tarinan katsominen tavallaan uusin silmin voi auttaa kertojaa näkemään tapahtuneessa sellaista, mitä ei aikaisemmin ole tullut ajatelleeksi (Salas 2005, 78–82). Jaettu kokemus voi myös itsessään tuoda hyvän olon ja tunteen yhteenkuuluvuudesta. Se, että Meri valitsi

juuri kyseisen tarinan ja halusi jakaa sen kaikkien kesken, kertoo osaltaan vertaissuhteiden tärkeydestä ja merkityksestä hänelle itselleen ja laajemminkin hänen ikäisilleen nuorille. Sippolan ja Bukowskin (1999, 285–288) tutkimuksen mukaan nuoret, jotka kykenevät paljastamaan sisäisiä ajatuksiaan ja tarpeitaan vertaisille kokevat vähemmän yksinäisyyttä. Samalla kun he tulevat tietoisiksi omista ajatuksistaan ja tunteistaan he tulevat myös tietoisiksi siitä, että heidän ikätovereillaankin on samankaltainen sisäinen maailma.

Tarina 3: Ristiriidat kaverisuhteissa

Kolmannen tarinan kertoja on Jutta, joka selvästi halusi, mutta empi tulla kertojan paikalle. Tarinateatteriohjaajan rooli tällaisessa tilanteessa on koettaa tulkita yleisöstä nousevia kehollisia tai muita viestejä ja löytää joukosta sellaiset henkilöt, joilla on halu ja tarve tulla kertomaan oma tarinansa. Kun kertoja rohkaistuu tulemaan, yleisö taputtaa hänelle kannustukseksi. Kerronnan aikana Juttua vähän jännitti, mutta toisaalta into jakaa tarina muille näkyi selvästi hänen olemuksestaan. Kertojan tuolilla Jutta vaihteli asentoaan, otti ohjaajaan kontaktia ja seurasi tarkasti näyttelijöiden tekemistä. Jutan tarina kertoi harrastuksessa tapahtuneesta kilpailutilanteesta, josta hän sanoo selviytyneensä voittajana kaverin jäädessä toiseksi. Tilanteen seurauksena kaveri suuttui, lakkasi puhumasta Jutalle ja alkoi levittää hänestä ilkeitä juoruja. Kertoja koki jääneensä pettyneenä yksin oman voittonsa jälkeen. Tarina, ”Jutasta tuntui pahalta, kun hänestä levitettiin juoruja selän takana”, katsottiin näyttelijöiden yhdessä esittämänä pysäytettyinä patsaina, jotka kuvastivat Jutan tunnetilaa tarinassa.

Voimakas pyrkimys toimia oikein ja ylläpitää hyviä suhteita vertaisiin ei aina kohtaa vastapuolta, vaan seurauksena voi olla mielihapaa ja yksin jäämistä. Kertomistilanteessa

Jutta tarkkaili valppaasti sekä näyttelijöitä että yleisöä ja näytti loppua kohden nauttivan tilanteen keskiössä olemisesta. Hän halusi myös nähdä esityksen uudestaan, koska näyttelijöiden tunnetila ei ollut aluksi sellainen, millaisena hän oli sen omasta mielestään kokenut. Uusintaversioon, jossa pettymyksen tunnetta korostettiin, Jutta oli tyytyväinen. Tilanteesta välittyi vahvasti mielikuva, että pahan olon jakaminen vertaisten kesken helpotti Jutan taakkaa kantaa ikäviä kokemuksiaan yksin.

Tarina 4: Ystävän menetys

Antti, joka tuli kertomaan tämän tarinan, otti ohjaajaan kontaktia vuoropuhelun tavoin koko kertomuksen ajan. Antin tarina kertoi ystävän poismuuton jälkeisestä yksinäisyydestä. Tarina sijoittui isovanhempien asuinpaikkakunnalle, jossa kertojalla oli hyvä ystävä naapurustossa vuosien ajan. Kerran, kun Antin perhe matkasi taas mummolaan, Antille selvisi, että ystävä olikin muuttanut toisaalle. Tilanne tuli hänelle vastaan täytenä yllätyksenä. Yksin jäämisen kokemus aiheutti Antille tyhjän ja surullisen olon. Esitys katsottiin patsaskertomuksena:

1. Kohtaus: Antti on matkalla isovanhempien luo toiselle paikkakunnalle.
2. Kohtaus: Antti menee isovanhempiensa luo ja ihmettelee, missä hänen naapurin kaverinsa on.
3. Kohtaus: Antille selviää, että kaveri on muuttanut pois.
4. Kohtaus: Antille jää tiedosta tyhjä ja surullinen olo.

Kertoja koki, että näytellyt kohtaukset kuvasivat hänen todellista kokemustaan. Ensimmäisen kohtauksen aikana kertojaa hymyilytti näyttelijöiden improvisoima esitys. Koko esityksen ajan hän seurasi tarkasti, mitä näyttämöllä tapahtui. Esityksen jälkeen Antti kertoi,

että hänellä oli vielä tallella kaverin puhelinnumero. Säästääkseen itseään mahdolliselta uudelta pettymykseltä hän kuitenkin pohti ääneen, että ”ehkä numero on vaihtunut”. Antille tärkeä henkilö oli konkreettisesti kadonnut Antin elämästä, jättämättä jälkeensä mitään viestiä. Antin näkökulmasta yksinäisyyden taustalla voi olla kyse läheisyyden kokemisen menetyksestä. Olosuhteiden seurauksena Antin ja hänelle tärkeän kaverin yhteydenpidon välille syntyi niin sanottu spatiotemporaalinen, aikaan ja paikkaan liittyvä este, joka on rajoittanut suhteen ylläpitoa. Hymel ja kumppanit (1999, 90) käyttävät tätä nimitystä kuvaillessaan olosuhteisiin kietoutuvia tilannekohtaisia yksinäisyyden kokemuksia. Kertojalle katkennut, pitkään kestänyt suhde oli side isovanhempien elinpiiriin, jota ilman häneltä jäi puuttumaan jotain itselle merkityksellistä.

Tarina 5: Näkyväksi tuleminen

Pekka tuli kertomaan tarinan siitä, miten yksinäisyys valtasi hänet kotona. Koulun jälkeen, kun Pekka oli tehnyt läksynsä, hän havahtui siihen, että oli yksin. Pekan kertoman mukaan hänelle tuli tunne, että ”ei niinku ollu mitään ympärillä, oli tyhjä olo”. Karkottaakseen ahdistavan tuntemuksensa Pekka lähti hakemaan naapurustosta kaveria seurakseen. Läheltä löytynyt kaveri oli ihmeteltyt, miksi Pekka ei ollut jäänyt omaan kotiinsa tekemään jotain. Pekka pääsi kuitenkin kaverinsa luo ja yhdessä puuhailu toi hänelle hetkellisesti helpotuksen tunteen. Pekan tarina katsottiin pysähtyneinä muuttuvina patsaina, jossa patsaat muuttavat muotoaan kertomuksen edetessä. Esitys käynnistyi ohjaajan lausumalla: ”Pekalla on tyhjä olo, kun ketään ei ole ympärillä”. Patsaat muuttuivat, kun ohjaaja jatkoi: ”Kaverin löytyminen toi helpotuksen tunteen yksinäiseen oloon.”

Pekka kertoi tarinansa koko ajan eteenpäin katsoen, pyöritteli sormiaan ja vaihteli

hermostuneesti jalkojensa asentoa. Palattuaan paikalleen hän oli kuitenkin helpottuneen oloinen, ojenteli itseään ja katseli iloisena ja jopa voitokkaan oloisena ympärilleen. Pekka oli uskaltanut avata mielensä muiden edessä ja selvinnyt tilanteesta ehjänä. Kiinnostus tässä tarinassa kohdistuu siihen, miksi sivusta katsottuna normaaliin arkeen liittyvä hetkittäinen yksin oleminen oli noussut Pekan kannalta niin merkittäväksi kokemukseksi. Istuessaan yleisön joukossa hän vaikutti kamppailevan ajatuksineen itsensä kanssa kuin odottaen, että ohjaaja pyytäisi juuri hänet kertojan paikalle. Yksinäisyyden kokemus oli ehkä toistunut aiemminkin samankaltaisena, mutta Pekka ei vaan ollut osannut kertoa siitä kenellekään kuin vasta nyt, kun sopiva tilaisuus tarjoutui. Pekalle yhteisen huomion kohdistaminen hänelle tärkeään kokemukseen saattoi nostaa esiin tunteen siitä, että muutkin pitivät tarinaa kiinnostavana. Kun henkilökohtaiset muistot jaetaan kertomisen ja esityksen aikana vertaisten kesken, tehdään samalla myös näkyväksi ikäryhmän keskinäiset sosiaaliset ja emotionaaliset yhteydet (Reagan 2015, 20). Kukaan ei tilanteessa nauranut Pekalle, eikä muutenkaan osoittanut vähättelevänsä hänen tarinaansa. Tämä oli Pekalle selvästi vaikuttava kokemus.

Tulosten yhteenveto

Tutkimustehtävämme mukaisesti haimme vastauksia kysymyksiin, millaista tietoa tarinateatterin lähestymistavat nostavat esiin nuorten yksinäisyydestä ja miten tarinateatteri tutkimuskäytäntönä sopii yksinäisyyden tutkimukseen. Tulosten perusteella voimme ensinnäkin todeta, että tarinateatterin taideperustaiset lähestymistavat paljastivat nuorten yksinäisyydestä monenlaisia kipupisteitä. Negatiivinen tunnemuisto yksin jäämisestä näyttäytyi osallistujien tarinoissa vahvasti ke-

hollisina aistimuksina, kuten omaan itseen käpertymisenä, epävarmuutena tai fyysisenä pahan olon tunteena. Thomas Fuchs (2017, 195–196) määrittelee tunteet kehon resonoinniksi tai kehollisiksi vastauksiksi merkityksellisiin tilanteisiin ja korostaa tunteiden muodostumisessa niiden vuorovaikutusellista luonnetta eli interaffectiivisuutta. Tarinateatteriesitysten aikana kehon resonoiva muisti toimi sekä kertojille ja näyttelijöille että yleisölle heidän omien yksinäisyyteen liittyvien tunnekokemustensa mieleenpalauttajana. Taneli Tuovisen ja Riikka Mäkikoskelan (2018, 243–245) mukaan kokemus voidaan käsittää yhteisen todellisuuden kohtaamisena ja omien ennako-oletusten testaamisena suhteessa siihen. Näyttämöllä näyttelijöiden kokemukset sekoittuivat verbaalisen ja ei-verbaalisen vuoropuhelun tavoin kertojan kokemuksiin ja vaikuttivat siihen, miten sosiaalisia tilanteita ja kanssaihminen aikeita tulkittiin esityksen aikana (Erickson 2006, 178–179). Tarinateatteriesityksessä yleisön odotukset ja kertojan sisäinen kamppailu: ”Mitä muut ajattelevat minusta nyt? ”, ”Kerroinko oikean tarinan?” herättävät usein ristiriitaisia tunteita (Fox H. 2007, 100). Yksilöiden ja ryhmien väliset sisäiset jännitteet saattavat myös kahlita osallistujien tarinan kerrontaa. Tutkimuksessamme tämä oli näkyvissä erityisesti esityksen alussa epäröintinä ja uskalluksen puutteena tulla kertomaan omaa tarinaa yleisön eteen. Toisten tutkimukseen osallistuneiden rohkaiseva esimerkki näytti kuitenkin vahvistavan luottamuksen ilmapii-riä ja laukaisevan jännitystä. Kerrotun tarinan esittäminen vaati näyttelijöiltä joustavuutta ja spontaanisuutta sekä tarinoiden sisältämien ’tarjosten’ eli keskeisen viestin ymmärtämistä ja hyväksymistä. Aloitustarinan aikana näyttelijät toistivat paljon samoja ilmaisullisia liikkeitä kuin ensimmäisenä liikkeen aloittanut näyttelijä. Tarinoiden edetessä vahvistui myös jokaisen oma spontaani tapa esittää.

Esityksissä surun tai ulkopuolisuuden tunne heijastui näyttelijöiden kasvojen ilmeiden muutoksina tai poispäin kääntyneinä hahmoina, jotka käyttivät esitystilan eri tasoja ilmaisunsa tukena. Pelko tai hämmästyminen näkyi mimiikan korostumisena ja rohkeutena näyttää omat kasvot suoraan yleisölle. Henkilökohtaisten koskettavien tilanteiden tarkastelu ulkopuolelta, pienen etäisyyden päästä, mahdollisesti osallistujille pysäyttävän ja uusia ajatuksia synnyttävän hetken. (Fox, J. 2007, 95; Rahmel 2021, 158.) Jaetut tarinat avasivat myös tietoisuutta kertojan omasta roolista yksinäisyyden syntymisessä. Tämä kuvastui erään kertojan kommentissa esitetyn tarinan jälkeen: ”Esittikö nuo kaikki minua?” Kertoja näki edessään neljän näyttelijän erilaiset ilmaisulliset versiot samasta hetkestä. Aistien välittämä tieto siitä, että toiset pystyvät eläytymään kertojan kokemuksiin, toimi tässä tilanteessa oman itsen ja ympäristön välistä suhdetta lujittavana tekijänä.

Koko tarinateatterisession lopuksi ohjaaja keskustelutti osallistujia esitysten herättämistä ajatuksista ja tuntemuksista. Yksi nuori sanoi ajatelleensa, että ”Kukaan ei ole aikaisemmin ollut kiinnostunut minun jutuista” ja oli sen vuoksi ollut hiljaa omasta yksinäisyydestään. Niitä, jotka tulivat esille ja jakoivat tarinansa, kiiteltiin uskalluksesta. Moni oli samaa mieltä kuin oppilas, joka sanoi heti keskustelun aluksi, että ”Liisa oli tosi rohkea, kun uskalsi kertoa sen jutun”. Tutuista luokkakavereista paljastui nuorten mukaan piirteitä, jotka havahduttivat ja hämmästyttivät ja saivat ohjaajan silmissä aikaan nuorten keskinäistä myötäelämistä ja toisen arvostamista. Eräs oppilas kommentoi, että ”Veti hiljaiseksi, kun kuuli, mitä oli tapahtunut”. Toisen mielestä taas ”Esitys toi mieleen samanlaisia tunteita kuin silloin, kun se tapahtui mulle oikeesti”. Yhdelle oppilaalle ”Jäi mieleen Liisan tarina siitä, kun se jäi yksin eikä toiset kuullu *häntä*”. Liisan tarinan nostattama empaattinen palau-

te ja hämmästyminen saattoi viestiä myös siitä, että kokemus ulkopuolelle sulkemisesta oli pelkätään Liisan oma tunne. Ne äänekkäät kaverit, jotka eivät olleet välitunnilla kuunnelleet Liisan ajatuksia, olivat ehkä toimineet omien innoitustensa ohjaamina ja tahtomattaan syrjäyttäneet hiljaisemman ryhmän jäsenen. Osa tutkimukseen osallistujista ei halunnut ohjaajan hienovaraisesta houkuttelusta huolimatta kertoa omista kokemuksistaan. Eräs oppilas perusteli kieltäytymistään kommentoimalla, että ”En muista tapahtumista mitään”. Kynnys tulla kertomaan oli tälle nuorelle ehkä vielä liian korkea ylitettäväksi. Kaikki osallistujat toimivat kuitenkin mielellään esityksen näyttelijöinä. Roolin tarjoaman suojan sisällä oli turvallista tuoda myös omia kokemuksia ja tunteita näkyviin ja ottaa osaa toisten tunteisiin. Aivojen ja mielen yhteyttä yksinäisyyteen tutkineet Kiti Müller ja Johannes Lehtonen (2016, 82) ovat todenneet, että nuoren seurattessa toisen tekemisiä myös hänen omat, kyseisen toiminnan säätelyn ja ohjauksen kannalta oleelliset aivoalueet aktivoituivat. Näiden tutkijoiden mukaan aivot ikään kuin pelaavat meneillään olevaa tilannetta, jossa mukana ovat mieli ja kognitio sekä tunteet ja kehollisuus. Tätä taustaa vasten myös yleisön roolin merkityksellisyys korostui. Alkujännityksen purkauduttua yleisö oli keskittyneesti mukana tapahtumissa ja osoitti hyväksyvillä ilmeillä ja taputuksilla kannustusta näyttelijöille ja empatiaa tarinan kertojalle.

Tutkimuskäytäntönä tarinateatteri tarjosi laajennetun tiedon tuottamisen tavan tutkitavasta aiheesta. Taideperustaisena lähestymistapana se rikasti ja avasi toisenlaisia kielellisiä ilmaisuja täydentäviä väyliä hahmottaa ja päästä osalliseksi nuorten yksinäisyyteen. Tarinateatterin kehollisella toiminnalla näyttelijöillä oli mahdollisuus voimistaa, korostaa ja poimia kertojan kokemuksista tiettyjä piirteitä näyttämölle (Tuovinen & Mäkiköskela 2018, 240). Kertoja puolestaan pystyi joko tietoi-

sesti tai tiedostamattaan myös muuttamaan kerrotun tarinan kulkua ja saamaan eri lailla painottuneen kuvan siitä, miten kokemus oli syntynyt. Tämä voi selittyä Jokelan (2012, 359–376) esittämällä ajatuksella tutkimuksen kyvystä herättää tunnetta voimaantumisesta, jossa osallistujien luottamus omaan pystyvyyteen ja omiin taitoihin lisääntyy. Esityksen aikana tarinassa tapahtuneet muutokset viestivät osaltaan sellaista tulevaisuuden kuvaa, millaiseksi osa kertojista toivoi tilanteen kääntyvän.

Aiempiin lasten ja nuorten kanssa toteutettuihin ensimmäisen kirjoittajan tarinateatterikokemuksiin verrattuna tämä esitys asettui osaksi tarinateatterin vuorovaikutuksellista kohtaamista ja tarinoiden jakamista. Kuten käsillä olevan artikkelin tapauksessakin, kouluikäisten esityksissä tarinoiden teema on usein etukäteen sovittu. Vastaavasti aikuisten tarinateatteriesityksissä aiheet nousevat yleensä yleisön joukosta ohjaajan herätteleminä. Valtaosassa tarinateatteriesityksiä ohjaaja ja näyttelijät eivät tunne yleisöä etukäteen. Tutkimustamme varten toteutettu esitys poikkesi siinä mielessä totutusta, että koko ryhmä, tutkijaohjaaja mukaan lukien, oli toisilleen tuttu pitkältä aikaväliltä. Se loi esityksen onnistumiselle myös haasteita: tutuille ei ehkä uskallettu kertoa osin arkaluonteisiakin asioita omasta elämästä. Toisaalta tieto osallistujien ryhmädynamiikan toimivuudesta valoi ohjaajan näkökulmasta uskoa esityksen sujuvaan läpivientiin.

Yhteenvedon voidaan todeta, että tarinateatteri eräänlaisena ratkaisukeskeisenä teatterimuotona sysäsi liikkeelle positiivisen, sosiaalisen muutoksen kokemuksen. Tutkimuskäytäntönä se laajensi ymmärrystä yksinäisyyden kokemisen kulttuurin moninaisuudesta, koskettavuudesta ja kiinnittymisestä ihmisen psykofyysiseen kokonaisuuteen. Negatiivinen tunnemuisto yksinäisyydestä muutti muotoaan narratiiviseksi muistoksi,

joka saatiin jakaa toisten läsnäolijoiden kanssa. Muutokseen liittyy kyky katsella omaa elämäänsä jatkuvana tarinana, johon sisältyy omistajuuden tunne ja mahdollisuus kirjoittaa oma tarinansa uudestaan. Tutkijoiden mukaan tämän kaltainen prosessi edellyttää onnistuakseen turvallisia ja hyväksyviä ihmissuhteita (ks. Fox J. 2007, 94–95; Moran & Alon 2011, 318–319).

Pohdinta

Taidepohjaisten menetelmien tavoitteena on herättää kriittistä tietoisuutta stereotyyppioita kohtaan, stimuloida keskustelua ja antaa tässä tutkimuksessa ääni yksinäisille (Močnik 2018). Karin Dahlbergin (2007, 196) tavoin ajattelemme, että yksinäisyyden ymmärtämisen ja empatian lisäämisen kannalta on tärkeää kysyä, minkälaisena yksinäisyys yksilölle näyttäytyy ja miltä se tuntuu – silloinkin kun yksinäisyyttä tutkitaan osana laajempaa yhteiskunnallista kokonaisuutta. Huolimatta siitä, että tässä tutkimuksessa tarinateatterin menetelmää kokeiltiin vain pienen tutkimukseen osallistuvan joukon kesken, viitoittivat tulokset kuitenkin suuntaa sille, että taideperusteinen ilmiön tarkastelu tuo kokonaisvaltaista ja syvällistä näkökulmaa yksinäisyyden kokemuksellisuuden tutkimiseen. Tieto täydentyi ja monipuolistui aistituilla kokemuksilla, kuten tutkimuksemme tulokset vahvistivat. Tarinoiden kautta saatiin myös lisää ymmärrystä siitä, minkälaisessa todellisuudessa tutkimukseen osallistuvat nuoret elävät. Vaikka tietoa ei voida yleistää luonnontieteellisen tutkimuksen tapaan, kokoavia johtopäätöksiä voidaan kuitenkin tehdä. Tämä on Virpi Tökkärin (2018, 66) mukaan mahdollista, kun yksittäistapausten kontekstit eli tutkimukseen osallistuvien ihmisten elämäntilanteet tai kokemusten aiheet ovat keskenään tarpeeksi samankal-

taisia. Käsillä olevassa tutkimuksessa tämän voidaan ajatella pääosin toteutuneen. Metodologinen tapaustutkimus puoltaa paikkaansa yksinäisyyden tutkimuksen kentällä myös sillä perusteella, että nuorten kokemus yksinäisyys on ajankohtainen ilmiö, eikä siitä ole tehty aiempaa empiiristä tutkimusta tarinateatterin käytäntein (ks. esim. Yin 2014, 9–15). Esitysten aikana syntynyt tutkimustieto asettui osaksi laadullista kokemuksellisen yksinäisyyden tutkimusta. Tutkijoille tämä tutkimus tarjosi uusia tapoja nähdä ja ymmärtää yksinäisyyden kokemusta ilmiönä sekä toisenlaisia väyliä tiedonmuodostukseen eri epistemologisista ja teoreettisista tulokulmista (ks. Leavy 2009, 1–8). Oppilaille taas avautui erilaisia, ei pelkästään kieleen perustuvia keinoja kertoa omista kokemuksistaan (ks. Leavy 2009, 135–139; Sajnani 2012, 84). Tutkimusta jarruttavina haasteina voidaan pitää kehollisuuden ja ei-kielellisten ilmiöiden kokemusten monitulkintaisuutta ja kulttuurisidonnaisuutta (Tökkäri 2014, 81). Näiden seikkojen vuoksi tutkimus edellytti tutkijoilta erityistä tarkkaavuutta ja aiheen tuntemusta.

Tarinateatterin taideperustainen lähestymistapa toi vahvasti esille yhteisöllisen näkökulman yksinäisyyteen. Siinä kaikkien osapuolien oli mahdollista asettua toisen asemaan ja peilata omia kokemuksiaan vertaisten kokemuksiin. Yksittäisistä tarinoista tuli yhteisöllisiä kokemuksia, joissa jaettiin yhteistä ymmärrystä (Fox H. 2007, 99). Tämä tuotti uudentyypistä vuorovaikutuksessa syntynyttä tietoa nuorten yksinäisyydestä. Kuten Graham Hitchcock ja David Hughes (1995, 118) ovat todenneet, mitä intensiivisempään ja avoimempaan vuorovaikutukseen tutkimukseen osallistujien kanssa pääsee, sitä luotettavampia tulkintoja tuloksista voi tehdä. Liisa Karlssonin (2012, 48) yhteisölähtöisen tutkimuksen näkökulman tavoin yksinäisyyden syitä ja seurauksia ei nähty vain yksilön kautta vaan laajempaa nuoriin

liittyvänä ilmiönä. Tämän ikäisten nuorten yksinäisyys näyttäytyi tarinateatterin viitekehksessä omaa ymmärrystä täydentävänä monitahoisena, kehoon ja mieleen kietoutuvana kokemuksena. Nuorten reaktioista ja kommenteista heijastui halu liittyä ja samaistua kertojien jakamiin koskettaviin tarinoihin. Yhtenä keskeisenä päämääränä taidelähtöisessä työskentelyssä onkin saattaa ihminen kosketuksiin omien tunteidensa kanssa ja auttaa näin lisäämään itsetuntemusta (Känkänen 2013, 68). Tarinateatterissa pyrkimyksenä on myös hyvän vuorovaikutuksen rakentaminen, josta lähdetään rikastamaan tarinaa itsestä oppijana ja ihmisenä (Rahmel 2021, 38). Barbara Morgan-Fleming, Sandra Riegle ja Wesley Fryer (2006, 182) ovat todenneet, että lapsuuden aikana opitaan kertomaan tarinoita, mutta vasta sosiokognitiivisen kehityksen myötä nuori oppii järjestämään menneet tapahtumat johdonmukaisiksi ja ymmärrettäviksi tarinoiksi. Tarinoihin liittyvä kerronnallisuus sopii hyvin menetelmäksi, kun tutkitaan nuorten kokemaa yksinäisyyttä. Nuorilla on usein motivaatio ja halu kertoa itsestään, jos aikuiset sitä heiltä pyytävät ja odottavat (ks. Morgan-Fleming ym. 2006, 183). Tutkija Avril Thornen (2000, 45–56) mukaan nuoret ovat jopa innokkaampia kertomaan voimakkaita tunteita herättävistä tapahtumista kuin muiden ikäryhmien edustajat. Thornen (2000) painottaa, että vertaisilla ja myös perheenjäsenillä on keskeinen rooli toimia tarinoiden kuuntelijoina ja palautteen antajina. Monisha Pasupathin (2003, 151–163) tutkimuksessa nuoret aikuiset kertoivat toisilleen muistelun avulla omaan elämäänsä liittyvistä emotionaalisista kokemuksista. Tapahtumien uudelleen kertominen yleisön läsnä ollessa vaikutti positiivisesti erityisesti miespuolisten kertojien tunteiden säätelytoimintoihin ja synnytti samalla hyvän olon tunteen. Tutkimuksemme viitekehksessä oli havaittavissa samansuuntaisia tuloksia. Kun

toiset nuoret näkivät, että kertojalle tuli tarinan jälkeen parempi olo, se myötävaikuttii myös muiden haluun tulla kertomaan oma tarinansa. Pasupathi (2003) huomauttaa, että kerrontatilanteeseen osallistuminen muistelun aikana voi myös itsessään johtaa lisääntyneisiin positiivisiin tunteisiin. Empatian hakeminen taas voi hänen mukaansa sisältää korostetusti negatiivisten tunteiden ilmaismista ja kokemista.

Tarinoiden henkilökohtaisuus tai niiden sisältöjen liittyminen yhteisönä koettuihin asioihin olivat tämän esityksen ydintä. Tutkimuksen tarinat toimivat esimerkkinä siitä, miten ihminen muodostaa käsitystä itsestään suhteessa siihen, miten hän kokee toisten ihmisten läsnäolon. Müller ja Lehtonen (2016, 84) ovat todenneet, että ihminen, joka kokee jääneensä toistuvasti yksin ja vaille muiden tukea ja myötätuntoa, huomaa helpommin välinpitämättömyyden kuin välittämisen. Torjutuksi tuleminen käynnistää aivoissa samanlaisen reaktion kuin fyysinen kipu. Kun yksinäisen ihmisen aivot ja mieli peilaavat ympäristöä yksinäisyyden aiheuttamien kielteisten tunteiden läpi, mielikuva maailmasta voi tämän seurauksena muodostua synkeäksi ja toivottomaksi (ks. Müller & Lehtonen 2016, 94). Toisen ihmisen ymmärtäminen tarinoiden kautta on haastavaa ja erityisesti se voi olla sitä kasvavalle nuorelle, jonka ymmärrys sekä itsestä että muista on vasta kehittymässä. Esityksissä ymmärrys rakentui niistä lähtökohdista ja niillä taidoilla, joita kullakin nuorelle sillä hetkellä oli. Esitysten aikana yksilön kantamaa hiljaista tietoa (ks. Polanyi 1973), joka oli olemassa, mutta usein vaikeasti ilmaistavissa, heräteltiin eloon eri aistien avulla. Aistit voivat ”aktivoida mielen liikkeeseen, saada kehon muistamaan ja hiljaisen tiedon kommunikoimaan” (Känkänen 2013, 46). Jaana Parviaisen (2003, 154–165) mukaan tämänkaltaisissa vuorovaikutustilanteissa korostuu kinesteettisen empatian merkitys, joka

viittaa identifioitumiseen toisen tuntemuksiin kehollisen ilmaisuun liittyvien havaintojen, aistimusten ja kokemusten välityksellä.

Vaikka tarinateatterin tehtävä ei ole toimia terapiamenetelmänä (ks. H. Fox 2007, 92; Salas 1993, 115–116), toiminnalliset menetelmät tarjoavat usein kanavan käsitellä yksilön kannalta traumaattisiakin asioita. Tutkimusten mukaan toimintaan osallistuminen myös edistää mielenterveyttä (Malchiodi 2015, 11–14; Gatta ym., 2010, 240–247). Kokemuksen ulkoistaminen tuo usein henkistä väljyyttä kohdata vaikeaksikin koettu tapahtuma tai uudistaa kokonaisvaltaisesti käsitystä itsestä ja omasta identiteetistä (Rahmel 2021, 33). Taideperustaisen tutkimuksen keinoin löydetään myös sellaisia merkityksiä ja ulottuvuuksia, joihin ei mittaamisella päästä käsiksi (Barone & Eisner 2012, 166). Vuosien aikana eri kouluilla järjestettyihin tarinateatteriesityksiin osallistuneiden opettajien palautteiden perusteella oman tarinan näkeminen muiden esittämänä voi olla kasvavalle lapselle ja nuorelle niin merkityksellinen kokemus, että se voi parhaimmillaan kannatella häntä läpi kouluvuoden. Se, että on tullut kuulluksi ja saanut hyväksyntää erityisesti oman ikäryhmän taholta, on voimaannuttava tunne. Yksinäisyys ei koskaan synny ilman toisia ihmisiä ja siitä irti pääsemiseen tarvitaan myös yhteisön tukea.

Jatkossa tarinateatterin menetelmiä tulisi edelleen hyödyntää ja kehittää tutkimuksellisiin tarkoituksiin yksinäisten lasten ja nuorten omien tarinoiden tavoittamiseksi. Koulu tuottaa toimintansa sisällä erilaisia rooleja, vuorovaikutusta ja tarinoita, joilla voi olla merkitystä pitkälle tulevaisuuteen. Draamakasvatusta tutkinut Hannu Heikkinen (2002) on todennut, että koulu voi avautua dialogisella asenteella yhteisölliseksi arvonannon ja merkityksen jakamisen näyttämöksi.

Uusimmassa Perusopetuksen Opetussuunnitelmassa (OPS 2016) opettajia ohja-

taan rohkaisemaan oppilaita itseilmaisussa. Tunteiden, ajatuksien ja omien näkemysten ilmaisua voidaan OPS:n mukaan kehittää eri tavoin kielellisesti, kehollisesti ja visuaalisesti. Kasvokkain tapahtuva vuorovaikutus muokkaa kyvykkyyttämme omaksua tunnetaitoja (Müller & Lehtonen 2016, 94–95). Tavoitteena on kasvattaa empatiakykyä, kunnioitusta ja luottamusta toisia ihmisiä kohtaan ja myös löytää iloa ja nautintoa taiteen eri ilmenemis- muotojen kautta (ks. OPH 2016).

Erityisesti niille nuorille, jotka viettävät tänä päivänä paljon aikaa kohtaamatta vertaisia muuten kuin sähköisen viestinnän kautta, tarinateatteri voi opettaa hiljaisuutta, kuuntelutaitoa, tarinoiden jakamista, sosiaalista kompetenssia ja empatiakykyä. Hannah Foxin (2007, 98) sanoin ”Paradoxically, we are in “communication” rather than in “touch”.” (Suomennettuna: ”On paradoksaalista, että olemme jatkuvasti yhteydessä toisiimme, mutta emme kuitenkaan kohtaa toisiamme”). Parhaimmillaan yhteinen tarinateatterihetki vapauttaa nuorissa positiivista energiaa, tekee näkymättömän näkyväksi, vahvistaa osallistujien empatiakykyä ja antaa yksinäiselle tilan tulla huomatuksi.

Lähteet

- Asher, Steven, & Paquette, Julie (2003) Loneliness and peer relations in childhood. *Current Directions in Psychological Science* 12 (3), 75–78.
- Bardy, Marjatta & Känkänen, Päivi (2005) Tarinat yksilön ja yhteisön suhteissa. Teoksessa Mirja Satka, Synnöve Karvinen-Niinikoski, Marianne Nylund & Susanna Hoikkala (toim.) *Sosiaalityön käytäntötutkimus*. Helsinki: Palmenia Kustannus, 201–217.
- Barone, Tom & Eisner, Elliot (2012) *Arts-based research*. Los Angeles: Sage Publishing, 166.
- Barron, Brigid & Pea, Roy & Engle, Randi (2012) Advancing Understanding of Collaborative Learning with Data Derived from Video Records. Teoksessa Cindy Hmelo-Silver, Clark Chinn, Carol Chann & Angela O’Donnell (toim.) *The International Handbook of Collaborative Learning*. Routledge, 210.
- Dahlberg, Karin (2007) The Enigmatic Phenomenon of Loneliness. *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-being* 2 (4), 196.
- Derry, Sharon & Pea, Roy & Barron, Brigid & Engle, Randi (2010) Conducting Video Research in the Learning Sciences: Guidance on Selection, Analysis, Technology, and Ethics. *The Journal of the Learning Sciences* 19, 14–17.
- Eisner, Elliot (2008) Art and knowledge. Teoksessa Gary Knowles & Ardra Cole (toim.) *Handbook of the Arts in Qualitative Research*. Los Angeles: Sage Publications, 6–10.
- Erel, Umut & Reynolds, Tracey & Kaptani, Erene (2017) Participatory theatre for transformative social research. *Qualitative Research* 17 (3), 302–312.
- Erickson, Frederick (2006) Definition and Analysis of Data from Videotape: Some Research Procedures and their Rationales. Teoksessa Judith Green, Gregory Camilli & Patricia Elmore (toim.) *Handbook of Complementary Methods in Education Research*. Published by AERA, 178–179.
- Eriksson, Päivi & Koistinen, Katri (2014) Monenlainen tapaustutkimus. *Kulttajatutkimuskeskuksen tutkimuksia ja selvityksiä* 11, 7–8.
- Fox, Hannah (2007) Playback Theatre Inciting Dialogue and Building Community through Personal Story. *TDR/The Drama Review* 51, 89–105.
- Fox, Jonathan (2004) *Playback Theatre compared to psychodrama and theatre of the oppressed*. <http://www.playbacktheatre.org> (Viitattu 2.6.2023.)
- Fuchs, Thomas (2017) Intercorporeality and Inter-affectivity. Teoksessa Christian Meyer, Jürgen Streeck & Scott Jordan (toim.) *Intercorporeality: Emerging Socialities in Interaction*. Oxford: Oxford University Press, 195–196.
- Gatta, Michela & Lara, Dal Zotto & Lara, Del Col & Andrea, Spoto & Paolo, Testa & Giovanni, Ceranto & Rosaria, Sorgato & Bonafede, Carolina & Battistella, Antonio (2010) Analytical psychodrama with adolescents suffering from psychobehavioral disorder: Short-term effects on psychiatric symptoms. *The Arts in Psychotherapy*, 37, 240–247.
- Goossens, Luc (2006) Emotion, affect, and loneliness in adolescence. Teoksessa Sandy Jackson & Luc Goossens (toim.) *Handbook of adolescent development*. Psychology Press, 51–70.
- Haikkola, Lotta & Kauppinen, Eila (2020) Nuorten korona-ajan yksinäisyys ja näkemykset koronan vaikutuksista tulevaisuuteen. Nuorisotutkimusseura, *Näkökulma* 66. <https://www.nuorisotutkimusseura.fi/nakokulma66> (Viitattu 5.6.2023.)

- Heikkinen, Hannu (2002) *Draaman maailmat oppimismalueina: Draamakasvatuksen vakava leikkilisyys*. University of Jyväskylä. Studies in Education, Psychology and Social Research 201.
- Hitchcock, Graham & Hughes, David (1995) *Research and the Teacher. A qualitative introduction to school-based research*. London: Routledge, 118.
- Hymel, Shelley & Tarulli, Donato & Hayden Thompson, Laura & Terrell-Deutsch, Beverley (1999) Loneliness through the eyes of children. Teoksessa Ken Rotenberg & Shelley Hymel (toim.) *Loneliness in childhood and adolescence*. Cambridge: University Press, 80–105.
- Häkämies, Annukka (2005) Tunteet – portti arvo- maailmaamme draamatyöskentelyssä. Teoksessa Marjo-Riitta Ventola & Micke Renlund (toim.) *Draamaa ja teatteria yhteisöissä*. Ammattikorkeakoulu Stadian julkaisuja B:5, Helsinki, 146–158.
- Hänninen, Vilma (1999) *Sisäinen tarina, elämä ja muutos*. Tampere: Tampereen yliopisto, 15.
- Högbacka, Riitta & Aaltonen, Sanna (2015) *Umpiku- jasta oivallukseen. Refleksiivisyys empiirisessä tutkimuksessa*. Tampere University Press, 12–15.
- Jokela, Timo (2012) The art of art education and the status of creative dialogue. Teoksessa Carl-Peter Buschkuhle (toim.) *Ein Diskurs zur künstlerische Bildung*. Oberhausen: Athene, 359–376.
- Junttila, Niina (2016) Yksinäisyyden ulottuvuudet. Teoksessa Juho Saari (toim.) *Yksinäisten Suomi*. Gaudeamus Helsinki: University Press, 55–56.
- Junttila, Niina (2017) *Ostrakismia vai osallisuutta?* Turun yliopiston blogikirjoitus. <https://blogit.utu.fi>. (Viitattu 17.6.2021.)
- Junttila, Niina (2021) *Etätyö lisää yksinäisyyden ja ostrakismin kokemuksia*. Turun yliopiston blogikirjoitus. <https://blogit.utu.fi>. (Viitattu 16.6.2021.)
- Karlsson, Liisa (2012) Lapsinäkökulmaisen tutkimuksen ja toiminnan polulla. Teoksessa Liisa Karlsson & Reeli Karimäki (toim.) *Sukelluksia lapsinäkökulmaiseen tutkimukseen ja toimintaan*. Jyväskylä: Suomalaisen Kirjallisuuden Seura, 48.
- Kinnunen, Helka-Maria (2008) *Tarinat teatterin taiteellisessa prosessissa*. Helsinki: Teatterikorkeakoulu, Acta Scenica julkaisusarja nro 21, 56.
- Kiuru, Hanna (2018) Traumaattisen menetyksen kokeneen ihmisen kohtaaminen tutkijana ja sosiaalityöntekijänä. *Janus* 26 (3), 254.
- Känkänen, Päivi (2013) Taidelähtöiset menetelmät lastensuojelussa – kohti tilaa ja kokemuksia. Helsingin yliopisto, valtiotieteellinen tiedekunta, sosiaalityö- ja sosiaalipsykologian laitos. Tutkimus 109, 46–47, 68, 95–96, 111.
- Känkänen, Päivi & Rainio, Anna (2010) Suojassa, mutta näkyvissä – taidelähtöinen toiminta osallisuuden rakentajana lastensuojelussa. *Nuorisotutkimus* 28 (4), 4–20.
- Känkänen, Päivi & Rainio, Anna (2010) Suojassa, mutta näkyvissä – taidelähtöinen toiminta osallisuuden rakentajana. *Method meets art. Arts-based research practice*. New York: The Guilford Press, 1–8, 135–139, 258.
- Leavy, Patricia (2018) Introduction to arts-based research. Teoksessa Patricia Leavy (toim.) *Handbook of arts-based research*. New York: Guilford Press, 3–22.
- Leavy, Patricia (2020) *Method meets art. Arts-based research practice*. New York: The Guilford Press, 184.
- Malchiodi, Cathy (2015) Neurobiology, Creative Interventions and Childhood Trauma. Teoksessa Cathy Malchiodi (toim.) *Creative Interventions with Traumatized Children*. New York: Guilford Press, 11–14.
- Mannerheimin lastensuojeluliitto (MLL) (2019) <https://www.mll.fi/oppilaiden-osallisuus> (Viitattu 10.10.2021.)
- Močnik, Nena (2018). University of Turku, Centre for the Study of Storytelling, Memory and Experientiality. (Työpaja, Helsingin yliopisto 2018).
- Moran, Galia & Alon, Uri (2011) Playback theatre and recovery in mental health: Preliminary evidence. *The Arts in Psychotherapy* 38, 318–319.
- Morgan-Fleming, Barbara & Riegler, Sandra & Fryer, Wesley (2006) Starting with telling stories. Teoksessa Jean Clandinin (toim.) *Handbook of Narrative Inquiry: Mapping a Methodology*. London & New Delhi: Sage publications, 182–183.
- Müller, Kiti & Lehtonen, Johannes (2016) Yksinäisyys aivot ja mieli. Teoksessa Juho Saari (toim.) *Yksinäisten Suomi*. Gaudeamus Helsinki University Press, 82–84, 94–95.
- Nevanperä, Tiina (2017) *In the flesh of sensibility: unravelling incompleteness with art*. Aalto University publication series. Doctoral dissertations 11/2017, 34–35.
- Opetushallitus (OPH) (2016) <https://www.oph.fi/koulutus-ja-tutkinnot/perusopetuksen-opetus-suunnitelman-perusteet>. (Viitattu 8.8.2021.)
- Parkhust, Jennifer & Hopmeyer, Andrea (1999) Teoksessa Ken Rotenberg & Shelley Hymel (toim.) *Loneliness in childhood and adolescence*. Cambridge: University Press, 74–75.
- Parviainen, Jaana (2003) Kinaesthetic Empathy. *Dialogue and Universalism* 13 (11–12), 154–165.
- Pasupathi, Monisha (2003) Emotion regulation during social remembering: Differences between emotions elicited during an event and emotions elic-

- ited when talking about it. *Memory* 11, 151–163.
- Pearson, Deborah (1999) *Tarinatatteri koulutuksen välineenä*. Teoksessa Topi Suhonen, Kirsti Sinkkonen & Martti Pekkanen (toim.) *Tarinatatteri: Playback theatre*. Helsinki, Tummavuoren kirjapaino, 31–50.
- Peplau, Letitia & Perlman, Daniel (1982) Theoretical approaches to loneliness. Teoksessa Letitia Peplau & Daniel Perlman (toim.) *Loneliness: a sourcebook of current theory, research and therapy*. New York: John Wiley & Sons, 123–134.
- Pinar, William (2004) Foreword. Teoksessa Rita Irwin & Alex De Cosson (toim.) *A/r/tography: Rendering self through arts-based living inquiry*. Vancouver, BC: Pacific Educational Press, 9–25.
- Polanyi, Michael (1973) *Personal Knowledge. Towards a Post-Critical Philosophy*. London: Routledge & Kegan Paul.
- Qualter, Pamela & Brown, Stephen & Munn, Penny & Rotenberg Ken (2009) Childhood loneliness as a predictor of adolescent depressive symptoms: an 8-year longitudinal study. *European Child & Adolescent Psychiatry* 19, 493–499.
- Raami, Asta (2015) *Intuition unleashed: on the application and development of intuition in the creative process*. Aalto University publication series. Doctoral dissertations 29/2015, 148–150.
- Rahmel, Päivi (2021) *Kerro, katsotaan! Opas tarinateatteriin ja narratiiviseen pedagogiikkaan*. Metropolia Ammattikorkeakoulu. Trinket Oy, Helsinki, 38–50, 84–89, 158.
- Reagan, Timothy (2015) *Keeping the Peace: Playback Theatre with Adolescents*. Expressive Therapies Dissertations 16/2015. Lesley University, 29–31.
- Rotenberg, Ken (1999) Childhood and adolescent loneliness: An introduction. Teoksessa Ken J. Rotenberg & Shelley Hymel (toim.) *Loneliness in childhood and adolescence*. Cambridge: University Press, 3–8.
- Ryynänen, Sanna & Nortio, Emma & Varjonen, Sirkku (2021) *Soveltava teatteri taideperustaisena tutkimuksena*. Teoksessa Sanna Ryynänen & Anni Rannikko (toim.) *Tutkiva mielikuvitus – luovat, osallistuvat ja toiminnalliset tutkimusmenetelmät yhteiskuntatieteissä*. Helsinki: Gaudeamus, 181–214.
- Ryynänen, Sanna & Varjonen, Sirkku (2019) *Puhekupla – dialogin äärelle taideperusteisin tutkimuskäytännöin*. Tieteen ja taiteen rajapinnan menetelmät. Metodifestivaali Tampereen yliopisto 28.8.2019.
- Sajani, Nisha (2012) *Improvisation and art-based research*. *Journal of Applied Arts & Health* 3 (1), 84.
- Salas, Jo (1993) *Improvising Real Life: Personal Story in Playback Theatre*. Dubuque: Kendall/Hunt, 115–116.
- Salas, Jo (2005) *Using theater to address bullying*. *Educational Leadership*, 78–82.
- Sippola, Lorrie & Bukowski, William (1999) *Self, Other and Loneliness from a Developmental Perspective*. Teoksessa Ken Rotenberg & Shelley Hymel (toim.) *Loneliness in childhood and adolescence*. Cambridge: University Press, 282.
- Schinka Katherine & van Dulmen Manfred & Mata Andrea & Bossarte Robert & Swahn Monica (2013) *Psychosocial predictors and outcomes of loneliness trajectories from childhood to early adolescence*. *Journal of Adolescence* 36, 1251–1253.
- Syrjämäki, Alekski & Lyyra, Pessi & Hietanen, Jari (2017) *Yksin jääminen satuttaa – katsaus kokeelliseen ostrakismitutkimukseen*. *Psykologia* 52 (5), 376–390
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL) *Kouluterveyskysely 2021*. <https://thl.fi/kouluterveyskysely/tulokset>. (Viitattu 20.9. 2021.)
- Thorne, Avril (2000) *Personal memory telling and personality development*. *Personality and Social Psychology Review* 4, 45–56.
- Tiilikainen, Elisa (2019) *Jakamattomat hetket. Yksinäisyyden kokemus ja elämänkulku*. Gaudeamus Oy.
- Tuovinen, Taneli & Mäkikoskela, Riikka (2018) *Taiteellinen toiminta kokemuksen koettelon paikkana*. Teoksessa Jarkko Toikkanen & Ira Virtanen (toim.) *Kokemuksen tutkimus VI, Kokemuksen käsite ja käyttö*. Lapland University Press, 244–245.
- Tökkäri, Virpi (2018) *Fenomenologisen, hermeneuttis-fenomenologisen ja narratiivisen kokemuksen tutkimuksen käytäntöjä*. Teoksessa Jarkko Toikkanen, & Ira Virtanen (toim.) *Kokemuksen tutkimus VI: Kokemuksen käsite ja käyttö*. Lapland University Press, 64–84.
- Weiss, Robert (1973) *Loneliness: The experience of emotional and social isolation*. Massachusetts: The MIT Press.
- Williams Kipling & Nida Steve (2014) *Ostracism and Public Policy*. *Policy Insights from the Behavioral and Brain Sciences* 1, 38–45.
- Yin, Robert (2014) *Case study research: Design and methods*. *Canadian Journal of Program Evaluation* 30 (1), 9–15.