

## ESIMERKKITEKSTI, JOHON ON MERKITYY TEKSTIVIITTEET JA LÄHDE- LUETTELO

Kulttuuriharrastuksia voi hyödyntää monin eri tavoin asiakaspalvelutyössä. Asiakkaiden kanssa syntyy helposti keskusteluja kirjoista, elokuvista, teatteriesityksistä, taidenäyttelyistä ja konserteista. Kirjallisuudesta ja muista taidemuodoista saa aineksia itsetuntemukseen, maailmankuvan rakentamiseen ja ammatilliseen kasvuun. Kaunokirjallisuus antaa mahdollisuuden asettua toisen ihmisen asemaan. Samastuminen asiakkaaseen tai hoidettavaan on helpompaa, kun kirjallisuuden avulla pääsee käsiksi niihin tuntoihin, joita ei välttämättä hoitajalle kerrota. Kaunokirjallisuuden avulla on helppo tutustua myös eri kulttuureihin. (Juutilainen, Takala & Visuri 2015, 175.) Haastatteleman opiskelija kertoi, että hänen käsityksensä samaa sukupuolta olevien rakkaudesta muuttuivat Salla Simukan teoksen *Minuuttivalssi* myötä. Hän kertoi myös, että hän oppi ymmärtämään, miten masennus vaikuttaa eri perheenjäseniin, luettuaan Nadja Sumasen *Rambon*. (Lahtinen 2020.)

Tutkimusten mukaan kulttuuriharrastukset pidentävät ikää kahdesta kolmeen vuotta. Syynä on kulttuuritapahtumien sosiaalisuus. Kirjaa lukiessa syntyy sosiaalisen läsnäolon tunne samaistumalla teoksen henkilöihin. Lukeminen kannattaa, koska se vauhdittaa aivo-toimintaa ja kohentaa kognitiivisia kykyjä, kuten muistia, oppimista, tarkkaavaisuutta ja keskittymistä. Kaunokirjallisuuden, erityisesti pitkien tekstien, lukeminen vaikuttaa aivoissa selvemmin kuin tietopuolisten tekstien lukeminen. (Helaakoski 2016, 30.)

Kirjojen lukeminen rauhoittaa stressaantunutta. Jo kuudessa minuutissa syke laskee ja lihakset rentoutuvat. (Luhtala 2017, 23.) Erilaisten tekstien lukeminen osoittaa, että kielellä saa myös leikkiä. Huumori ja nauru parantavat muistia ja kohentavat masentunutta mieltä. Lukemisen avulla voi siis päästää mielikuvituksen lentämään ja rentoutua.

Lapsen kasvattaminen lukijaksi kannattaa aloittaa mahdollisimman varhain. Se ei vaadi aikuiselta mitään kovin erikoisia toimia. Aikuisen tarvitsee vain pysähtyä ja varata rauhallinen hetki lukemiselle. Hyvä tapa olisi iltaisin rauhoittua ja keskittyä tarinaan. Lapsi varmasti arvostaa sitä, että aikuinen antaa aikaansa hänelle. Tutkimusten mukaan lukeminen edistää äidinkielen taitojen oppimista. Lapsi, jolla on rikas äidinkieli, pystyy mm. sanallisesti ilmaisemaan tunteitaan ja mielipiteitään sekä perustelemaan näkemyksiään.

Lukeminen edistää vieraiden kielten oppimisen lisäksi myös matemaattisten taitojen oppimista. (Pajunen 2016, 39.)

Joka kolmas suomalainen lukee tänään kirjaa. Kirjat on tavallisimmin hankittu kirjastoista. Suomalaiset lainaavat keskimäärin 17,5 kirjaa tai tallennetta vuosittain. (10 + 1 faktaa lukemisesta 2020.) Useilla paikkakunnilla järjestetään lukupiirejä kirjastoissa, kansalais- ja työväenopistoissa, seurakunnissa, yhdistyksissä tai muissa kulttuuria harrastavissa organisaatioissa. Näihin avoimiin lukupiireihin ja kirjallisuuskerhoihin on yleensä kuka tahansa tervetullut. Oulun kirjastoissa toimii myös useita lukupiirejä ja järjestetään lukuisia kirjallisuustapahtumia, kuten käsityöryhmiä, Keskiviikon kirjailija -, Pohjoista kirjallisuutta - sekä Teetä ja sympatiaa -iltoja. Lapsille on omat tapahtumansa, esimerkiksi satu- ja luku-koiratuokiot. (Kirjallisuustapahtumat 2020.) Lukemisen harrastaminen on siis hyödyllistä, helppoa ja halpaa. Tulethan sinäkin mukaan kirjojen kiehtovaan maailmaan.

## LÄHTEET

Helaakoski, A. 2016. Lukeminen pidentää ikää - tutkitusti. Kaleva 8.11.2016, 30 - 31.

Juutilainen, H., Takala, T. & Visuri, H. 2015. Lähihoitajan äidinkieli. 8., uudistettu painos. Helsinki: Sanoma Pro Oy.

Kirjallisuustapahtumat. 2020. Viitattu 15.1.2020. <https://www.ouka.fi/oulu/kirjasto/kirjallisuustapahtumat#>

10 + 1 faktaa lukemisesta. 2020. Viitattu 15.1.2020. <http://www.lukukeskus.fi/luku-viikko2014/10-faktaa-lukemisesta-2/>

Lahtinen, L. 2020. Lähihoitajaopiskelija. Haastattelu 10.1.2020. OSAO, Kontinkankaan yksikkö.

Luhtala, A. 2017. Miksi lukeminen parantaa hyvinvointia? Uniikki 4/2017, 23.

Pajunen, E. 2016. Tahdon lukea rauhassa. Kaleva 19.12.2016, 38 - 39.