

## Liitetaulukko 1. Katsauksessa tarkastellut julkaisut

Julkaisu	Asiakkaat/ osallistujat, n	Tutkimusasetelma, kesto, interventio	Mittarit/arviointimenetelmät	Tavoitteet, lähestymistapa ja menetelmät	Hyten osa-alue (1–5 <sup>1</sup> ), näytönaste (A–E), vaikutus/merkitys
Bone ym. 2022 (26)	Nuoret (12–21 v), n = 25 824	Pitkittäis/kohorttitutkimus Tarkastelussa kahden vuoden ajanjakso, vapaa-ajalla tapahtuva taiteellinen ja luova toiminta, harrastukset, museoissa ja konserteissa käyminen	Vertailu kahden kohortin (Add Health ja NELS) välillä, muuttujina RACB (reportedly antisocial or criminalized behaviours), taide- ja kulttuuritoimintaan osallistuminen ja sosioekonominen asema	Antisosiaalisen/rikollisen käyttäytymisen väheneminen Väestöpohjainen pitkittäistutkimus Rakenneyhtälömalli SEM (Structural Equation Model)	(1, E). Taide- ja kulttuuritoimintaan osallistuvilla oli vähemmän epäsosiaalista tai kriminalisoitua käyttäytymistä, vähemmän myönteinen käsitys em. käyttäytymismalleista sekä paremmat itsesäätelytaidot
Burnard & Dragovic 2015 (28)	Opettajat ja yläkoulukäiset oppilaat, n = 41	Laadullinen tutkimus, ei vertailuryhmää 14 harjoituskertaa, joissa tarkasteltiin ryhmämuotoisen vapaa-ajalla toteutettavan soitonopetuksen vaikutusta koululaisten hyvinvointiin	CoP (Community of practice / Käytäntöyhteisö), AT (Activity theory / Toiminnan teoria)	Yhteistoiminnallisen luovuuden ja oppilaiden hyvinvoinnin edistäminen Puolistrukturoidut haastattelut, reflektiopäiväkirja, videoidut harjoitukset Laadullinen koodaus, temaattinen analyysi	(2, 4, C). Yhteistoiminnallinen luovuus, jossa oppilaat saavat aiempaa enemmän päätösvaltaa, tukee soitonopiskelua ja lisää oppilaiden hyvinvoinnin tunnetta autonomian, kyvykkyyden ja yhteenkuuluvuuden näkökulmista
Chappell ym. 2021 (39)	Koko elämänkaari, n ei tiedossa (katsaus)	Systemaattinen katsaus Kaikki kirjallisuus (vertaisarvioitu ja harmaa kirjallisuus) Tanssin vaikutukset terveyteen ja hyvinvointiin	Kaikki menetelmät hyväksytyt katsaukseen	Ymmärrys tanssin vaikutuksista terveyteen ja hyvinvointiin koko elämänkaaren ajalla PRISMA-menetelmä Laadullinen temaattinen analyysi	(1, 4, B). Tanssin terveys- ja hyvinvointivaikutukset liittyvät ruumiillisuuden, identiteetin, yhteenkuuluvuuden, itsearvostuksen, estetiikan, affektiivisuuden ja luovuuden teemoihin
Davies ym. 2016 (31)	Aikuiset (18+ v), n = 702	Kyselytutkimus (survey), ei vertailuryhmää Taidetoimintaan osallistuminen ja taiteen harrastaminen viimeisen 12 kk:n aikana	Positiivisen mielen terveyden mittari (WEMWBS) Osallistuminen ja osallisuus taiteeseen ja taidetoimintaan, taiteen harrastaminen (t/v)	Määritellä ja mitata taiteen harrastamisen ja mielen hyvinvoinnin välistä suhdetta väestötasolla Satunnaisotanta, puhelinkysely Määrällinen analyysi	(4, C). Vastaajilla, jotka olivat hyvin kiinnostuneita taiteesta ja osallistuivat taidetoimintaan (yli 100 t/v), oli huomattavasti parempi psyykinen hyvinvointi kuin niillä, jotka eivät osallistuneet lainkaan, osallistuivat vähän tai keskiasteisesti
Daykin ym. 2021 (25)	Aikuiset (16+ v),	Laadullinen systemaattinen katsaus Laadullinen vertaisarvioitu	Laadulliset menetelmät hyväksytyt katsaukseen	Tutkia sosiaalisen pääoman, osallistavan taiteen ja liikunnan suhdetta hyvinvoinnin edistämiseen ja	(1, E). Osallistava taide edistää terveyttä ja hyvinvointia yhteisöllisyyden lisääntymisen kautta:

	n ei tiedossa (katsaus)	kirjallisuus Sosiaalisen pääoman, osallistavan taiteen, liikunnan ja hyvinvoinnin edistämisen välisen suhteen tarkastelu		yksinäisyyden lievittämiseen PRISMA-menetelmä Narratiivinen synteesi	ihmisten välisten siteiden ja suhteiden vahvistuminen, luottamuksen ja yhteenkuuluvuuden tunteen vahvistuminen, verkostojen kasvaminen
François ym. 2015 (37)	Koko elämänsäkaari, n ei tiedossa (katsaus)	Katsaus, menetelmä ei tiedossa Musiikillinen harjoittelu neuroedukaation ja -kuntoutuksen menetelmänä	Poikkileikkaus- ja pitkittäistutkimukset tarkastelussa	Kartoittaa musiikillisen harjoittelun vaikutuksia neuroplastisuuteen Lähestymistapa ei tiedossa Tutkimuksia tarkasteltu kolmesta näkökulmasta: terve väestö/kielillisistä oppimisvaikeuksista kärsivät/ei-tarttuvat sairaudet (esim. Parkinson)	(4, E). Musiikillinen harjoittelu voi olla hyödyllistä osana neuroedukaatiota ja -kuntoutusta
Golden ym. 2023 (27)	Koko elämänsäkaari (4–90 v), n = 129 (asiakkaat 84, asiantuntijat 12, terveydenhuollon työntekijät 33)	Kulttuurireseptin laadullinen arviointitutkimus Ei vertailuryhmää Taiteen ja kulttuurin pariin ohjaavat kulttuurireseptit	Laadullinen arviointi erikseen jokaisesta aineisto-osiosta	Arvioida kulttuurilähetemallia/ohjelmaa Osallistujatietojen keruu, asiantuntijakysely, terveydenhuollon ammattilaisten puolistrukturoidut fokusryhmät ja haastattelut	(1, 4, C). Taiteisiin osallistuminen vähensi stressiä, toi energiaa, rentoutti ja lisäsi itsearvostusta Taiteen ja kulttuurin sisällyttäminen osaksi terveyden sosiaalisia tekijöitä auttaa edistämään terveyttä ja hyvinvointia tasapuolisemmin ja kokonaisvaltaisemmin Taide- ja kulttuuriresepti rikastuttavat terveydenhuollon perinteisempiä lähetemalleja
Granot ym. 2021 (38)	Aikuiset (18–64 v), n = 5 619	Poikkileikkaus/kyselytutkimus Musiikin kuuntelu, soittaminen, laulaminen pandemian aikana vs. muunlaiset aktiviteetit esim. kävely, lukeminen, keskustelu somessa jne.	Likert-asteikko 1–5 (hyvinvointi), 1–7 (eri aktiviteetit), TIPI (Ten-Item Personality Inventory), DASS-21 (Depression Anxiety Stress Scale), CD-RISC (Connor-Davidson Resilience Scale), musiikin käyttö kriisin aikana sekä demografiset tiedot ja huoli covid-19-pandemiasta	Tutkia musiikkia hyvinvoinnin tukena covid-19-pandemian aikana Verkkopohjainen kysely (Qualtrics) Määrällinen analyysi	(4, C). Musiikki oli tehokkain keino stressin ja yksinäisyyden lievittämisessä kriisitilanteessa kolmella hyvinvoinnin alueella: ilo/nautinto, negatiivisten tunteiden purkaminen ja yhteyden luominen itseensä Lisäksi musiikki vahvisti yhteenkuuluvuuden tunnetta
Holt 2023 (34)	Aikuiset (18–71 v), n = 60	Kulttuurireseptin arviointitutkimus Ei vertailuryhmää Alku- ja loppumittaukset	WEMWBS, CtEL (Campaign to End Loneliness Measurement Tool), DMoL (Direct Measure of Loneliness), SMS (Shor Mood	Tutkia etätaidetyöpajojen vaikutusta hyvinvointiin ja laajentaa ymmärrystä hyvinvoinnin mekanismeista Ennen-jälkeen-kyselyt osallistujille	(1, 4, C). Kulttuurilähetteen kautta toteutetut (etä)taidetyöpajat voivat vaikuttaa myönteisesti hyvinvointiin Hyvinvoinnin muutokseen vaikuttavat

	(57 % vammautunut, 68 % työkyvytön tai työtön)	12 viikoittaista etätaidetyöpajaa	Scale); STM (State Loneliness Measure), FSS (Flow Short Scale)	(kulttuuriresepti, työpajat) Monitasoinen mallintaminen (multi-level modelling)	mekanismit olivat ahdistuksen väheneminen, tarkkaavaisuuden /huomion suuntaaminen taidetyöskentelyyn ja yksinäisyyden väheneminen
Humala ym. 2023 (29)	Hoivakotien henkilöstö, n = 57 (haastattelut n = 15, kyselyt n = 57)	Monimenetelmällinen haastattelu- ja kyselytutkimus Ei vertailuryhmää Hoivakodeissa toteutettava luova toiminta	Haastattelut ja kysely	Tutkia hoitajien ja esihenkilöiden kokemuksia luovien menetelmien ilmenemismuodoista, käytöstä ja vaikutuksista hoivakodeissa Esihenkilöille ja hoitohenkilöstölle suunnatut puolistrukturoidut teema-haastattelut ja määrällinen kysely Aineistolähtöinen sisällönanalyysi	(3, E). Luovien menetelmien käytölle hoivakodeissa on tarvetta asukkaiden, hoitajien ja esihenkilöiden näkökulmasta Luovat menetelmät parantavat asukkaiden mielialaa, virkistävät ja kuntouttavat asukkaita, lisäävät vuorovaikutusta ja yhteishenkeä sekä nostavat työntekijöiden mielialaa ja tukevat työssä jaksamisessa Toimintamallien jakaminen vahvistaa ymmärrystä luovien toimintojen hyödyistä
Jansson ym. 2016 (35)	Nuoret aikuiset (23–35 v), n = 7	Laadullinen tutkimus 6 kuukauden ajanjaksolle ajoittunut kuorolauluinterventio Ei vertailuryhmää	Haastattelut	Tarkastella yliopisto-opiskelijoiden kokemuksia jännittämisestä ja sosiaalisten tilanteiden pelosta Osallistujille suunnattu kysely (1,5 kk taideinterventio päätymisen jälkeen) Laadullinen sisällönanalyysi	(4, C). Taideinterventio tarjoaa jännittämisestä ja sosiaalisten tilanteiden pelosta kärsiville vertaistukea, kokemuksia positiivisesta vastavuoroisuudesta ja turvallisen ympäristön harjoitella sosiaalista vuorovaikutusta
Jin & Ye 2022 (32)	Nuoret aikuiset (17–29 v), n = 376	Poikkileikkaus/kyselytutkimus Yliopistojen kuvataidekursseille osallistuneille	19/50-portaiset asteikot ja Likert 1–5, muuttujina kuvataidekasvatus, psykologinen hyvinvointi, luovuus, minäpystyvyys	Tutkia taidekasvatuksen vaikutusta psykologiseen hyvinvointiin Yliopistojen kuvataidekursseille osallistuneille suunnattiin kysely somekanavien kautta Määrällinen analyysi	(4, C). Kuvataidekasvatuksella on positiivinen yhteys psykologiseen hyvinvointiin Luovuus ja minäpystyvyys ovat mekanismeja/muuttujia, joiden kautta taidekasvatus erityisesti vaikuttaa hyvinvointiin
Kilpiö & Kytö 2021 (30)	Asiakaspalvelutyössä nykyään tai aiemmin toimineet aikuiset	Poikkileikkaus/kysely- ja haastattelututkimus Verkkokysely ja kauppakeskuksessa toteutetut	Aineistoa analysoidaan neljän työhyvinvoinnin kokemusta rakentavan osa-alueen kautta	Tarkastella hyvinvoinnin ja taustamusiikin suhdetta työelämässä Taustamusiikkia työpaikalla - verkkokyselyaineisto ja liikekeskuksen	(3, 4, C). Taustamusiikki vaikuttaa työhyvinvointiin vaikutusmahdollisuuksina ja kokemuksena osallisuudesta sekä

	(18–85 v), n = 813 (verkkokysely n = 747, lomakehaastattelu n = 66)	haastattelut taustamusiikin kokemisesta työpaikalla		työntekijöiden haastatteluaineisto Etnografinen kenttätyö, monimenetelmällinen lähestyminen	tarjoaa mahdollisuuden luoda hetkellistä sosiaalista yhteyttä
Pearce 2017 (33)	Aikuisille, aikuiskoulutus (33–83 v), n = 135	Laadullinen tutkimus, lauluryhmät, käsiyöryhmät ja luovan kirjoittamisen ryhmät 7 kk työskentelyjakso, osallistujille kyselyt 1 kk, 3 kk ja 7 kk kohdalla, lisäksi kysely opettajille	RAND 36-SF, PHQ0, GAD7, IOS, muuttujina henkinen ja fyysinen terveys, hyvinvointi, mieliala ja kokemus yhteisöllisyydestä	Selvittää, onko aikuiskoulutuksen luovilla sisällöillä yhteyttä hyvinvointiin. Temaattinen analyysi määrällisistä ja laadullisista mittareista/kysymyksistä	(4, C). Säännölliset luovat aikuiskoulutustunnit voivat parantaa hyvinvointia, vahvistaa minäpystyvyyden tunnetta ja merkityksellisyyden kokemusta sekä luoda yhteisöllisyyttä
Rodriguez- Gomez & Talero- Gutiérrez 2022 (21)	Neurotyypilliset lapset (0–18 v), n = 2 693, verrokkiryhmässä n = 2 775	Systemaattinen katsaus Musiikkiharjoittelun vaikutus toiminnanohjaukseen ja suorituskykyyn	Katsauksessa käytetty JBI:n kliinisen arvioinnin menetelmiä	Tutkia musiikkiharjoitteiden vaikutuksia toiminnalliseen suorituskykyyn Arvioitu useilla testeillä seuraavia toiminnanohjauksen osa-alueita: kognitiivinen joustavuus, työmuisti, käyttäytymisen säätely, suunnittelu ja organisointi, valikoiva tarkkaavaisuus sekä toiminnan sujavuus	(2, C). Musiikkiharjoittelulla oli myönteinen vaikutus toiminnalliseen suorituskykyyn ja käyttäytymisen säätelyyn sekä vähäisemmässä määrin työmuistiin ja kognitiivisiin kykyihin
Rytönen 2022 (22)	Myöhäis- nuoruuskäiset (12–15 v), n = 5	Laadullinen, fenomenologis- hermeneuttinen tapaustutkimus Turvapaikanhakijanuorten teemahaastattelut	Laadullinen tutkimus, jossa kuvataan merkityksiä teemoitellun aineiston pohjalta	Tarkastella maahanmuuttajanuorten musiikkisuhdetta ja musiikin merkitystä kotoutumisprosessissa Neliportainen akkulturaatiomalli	(1, C). Musiikkia tulisi soveltaa monipuolisemmin osana kotouttamisprosessia Musiikin kuuntelu voi tarjota turvallisen ympäristön käsitellä tunteita, vahvistaa yhteenkuuluvuuden tunnetta kantaväestön kanssa, tarjota mahdollisuuksia sanoittaa toiseuden kokemuksia ja vahvistaa suomen kielen oppimista
Sanfilippo ym. 2021 (23)	Naiset, perinataaliaika, n ei tiedossa	Katsaus valitusta kirjallisuudesta, menetelmä ei tiedossa Perinataalivaiheeseen liittyvä laadullinen ja määrällinen tutkimus tarkasteltavana	Yksittäisiä tutkimuksia ja katsauksia, laadullinen ja määrällinen tutkimusote	Kartoittaa, miten musiikki-interventiot voivat tukea mielenterveyttä perinataalivaiheessa Tarkasteltu erityisesti kivun, masennuksen, ahdistuksen ehkäisyä ja	(4, C). Monin eri tavoin käytetty musiikki voi tukea synnytyksen aikaista mielenterveyttä Musiikki voi vähentää äidin ahdistusta odotusaikana, vähentää

				lieventämistä sekä äidin ja vastasyntyneen välisen suhteen vahvistumista Narratiivinen lähestymistapa	ahdistusta ja kipua synnytyksen aikana ja vähentää masennusoireita synnytyksen jälkeen sekä tukea äidin ja vastasyntyneen välisen siteen vahvistumista
Sheppard & Broughton 2020 (24)	Koko elämänsäkaari, n ei tiedossa	Systemaattinen katsaus Musiikin ja tanssin suhde keskeisiin terveyden ja hyvinvoinnin sosiaalisiin määrittäjiin	Kaikki tutkimusasetelmat ja -menetelmät hyväksytyt katsaukseen	Tutkia, miten osallistuminen musiikkia ja tanssia sisältävään toimintaan liittyy keskeisiin terveyden ja hyvinvoinnin määrittäjiin Tarkasteltu erityisesti osallistavaa ja aktiivista toimintaa musiikkiin ja tanssiin liittyen Mukana 28 tutkimusta, joista 9 käsitteli musiikin hyvinvointivaikutuksia ja 19 tutkimusta keskittyi tanssiin	(1, B). Musiikilla ja tanssilla on vaikutusta keskeisiin terveyden ja hyvinvoinnin sosiaalisiin määrittäjiin (sosiaalisen, kulttuurisen, fyysisen ja psyykkisen terveyden näkökulmista) Musiikkiin ja tanssiin osallistuminen voivat vaikuttaa terveyden sosiaalisiin määrittäjiin esim. vähentämällä stressiä ja sosiaalista eristyneisyyttä, lisäämällä autonomiaa ja sosiaalista pääomaa sekä ylläpitämällä ja parantamalla yksilön hyvinvointia Musiikki- ja tanssiaktiiviteetit parantavat myös osallistujien fyysistä ja kognitiivista terveyttä ja hyvinvointia kaikissa tutkituissa ikäryhmissä
Thompson ym. 2022 (20)	Nuoret lukio-opiskelijat, n ~ 100	Kvasi-kokeellinen tutkimus Taiteen vaikutus nuorten terveyden ja hyvinvoinnin sosiaalisiin määrittäjiin 6 sessiota kuudessa eri koulussa, verrokkiryhmä	RWJF's Making Health a Shared Value framework	Tutkia The Bigger Picture -etäohjelman vaikutusta covid-19-pandemian aikana Culture of Health -lähestymistapa Rakenneyhtälömalli (SEM) Taidepainotteinen sanataiteen ja terveyden edistämisen ohjelma (TBP) Ennen-jälkeen-kyselyt (online), puolistrukturoidut haastattelut A priori demografinen arviointi, sosiaalisen oikeudenmukaisuuden ja rotujen välisen tasa-arvon näkökulmat	(1, 5, C). TBP-ohjelmaan osallistuminen johti mitattavissa oleviin muutoksiin opiskelijoiden ajattelutavoissa terveyserojen rakenteellisten ja eriarvoistavien taustatekijöiden suhteen Tavoitteelliset taidepainotteiset ohjelmat luultavimmin vaikuttavat nuoriin, jopa etätoteutuksena
Wang ym. 2022 (36)	Yliopisto-opiskelijat (20–50 v), n = 265	Poikkileikkaus/kyselytutkimus Musiikkikasvatuksen vaikutus yliopisto-opiskelijoiden	20-portainen asteikko (musiikkikasvatus), yhteensä 80 kysymystä, asteikko 1–5 Kysymykset käsitelivät	Selvittää musiikkikasvatuksen vaikutusta yliopisto-opiskelijoiden mielenterveyteen Rakenneyhtälömalli (SEM)	(4, C). Musiikkikasvatuksella oli merkittävä yhteys opiskelijoiden mielenterveyteen Musiikin kuuntelu voi olla hyödyllistä

		mielenterveyteen	musiikkikasvatusta, mielenterveyttä ja tunneälyä		mielenterveydelle Musiikkikasvatus vahvistaa opiskelijoiden itsetuntoa ja tunneälyä
--	--	------------------	--	--	--

<sup>1</sup> Terveyden ja hyvinvoinnin edistämisen osa-alue 1–5: 1 = terveyden ja hyvinvoinnin sosiaaliset määrittäjät (sosiaalinen koheesio ja eriarvoisuus, sosiaalisten taitojen tukeminen, yksinäisyyden vähentäminen, osallisuuden edistäminen), 2 = lapsen ja nuoren kehityksen tukeminen (vanhemman ja lapsen suhde, kieli ja puhe, opiskelutaidot), 3 = työhyvinvointi, hoiva ja hoivatyöntekijöiden tukeminen (terveyden ja hyvinvoinnin perusteiden ymmärtäminen, kliiniset ja hoivaan liittyvät taidot, työhyvinvoinnin monisektorinen edistäminen), 4 = kokonaisvaltainen hyvinvointi ja ennaltaehkäisy (kokonaisvaltainen hyvinvointi, mielen hyvinvointi, traumainformoitu työote, kognitiivisten taitojen ylläpito, fragiliteetti/hauraus, ennenaikainen kuolleisuus), 5 = terveyttä ja hyvinvointia edistävät elintavat (sitoutuminen terveelliseen elämään, hoivaan ja hoitoon, terveyden ja hyvinvoinnin edistämiseen liittyvä viestintä, terveyteen ja hyvinvointiin liittyvä stigma, vaikeasti tavoitettavien ryhmien sitoutuminen, elintapaohjaus).

Näytönaste GRADE-asteikolla A–D: A = on vaikutusta, B = ilmeisesti on vaikutusta, C = lienee vaikutusta, D = saattaa olla vaikutusta, mutta luotettava näyttö puuttuu tai ei ole näyttöä, E = kyseessä ei ole interventiotutkimus/koeasetelmatutkimus.