



Osaamista
ja oivallusta
tulevaisuuden
tekemiseen

Tämä on rinnakkaistallenne. Rinnakkaistallenteen sivuasettelut ja typografiset yksityiskohdat saattavat poiketa alkuperäisestä julkaisusta.

Käytä viittauksessa alkuperäistä lähdettä:

Huhtinen-Hildén, Laura (2018). Elämän säveliä.

Pikkutrilli 2, s. 18-19

Elämän säveliä

Miksi yhdessä musisointi ja jaettu luova prosessi tuntuvat hyvältä? Voisiko luovaa toimintaa hyödyntää systemaattisemmin hyvinvoinnin ja osallisuuden lisäämiseksi? Tällaisten ajatusten ohjaamana käynnistyi tutkimus ”*Elämäni sävelet*”.

● Varhaisiän musiikkikasvattajan arjessa näkyy päivittäin, kuinka ihminen on jo vauvana virittynyt luovaan vuorovaikutukseen ja musiikilliseen kommunikaatioon (ks. Trevarthen 2002). Sen sijaan emme aina tule ajatelleeksi, kuinka luovuus voi elämän vaikeuksissa kadota ihmisen ulottumattomiin. Luovuus on elämän tärkeä voimavara ja resurssi: sen avulla ratkomme ongelmia, ilmaisemme itseämme, tunteitamme sekä tuomme olemassaolomme merkitystä.

Luova toiminta lisää hyvinvointia

Metropolia Ammattikorkeakoulun ”*Elämäni sävelet*” - tutkimus pyrki syventämään ymmärrystä luovan ryhmätoiminnan merkityksestä sosiaalityön osana sekä kehittämään käytänteitä alan työntekijöille arjen työn tueksi. Tutkimus oli osa valtakunnallista ESR-rahoitteista sosiaalisen kuntoutuksen kehittämishanke SOSKUa, jonka tavoitteena oli selkeyttää ja yhtenäistää sosiaaliseen kuntoutukseen liittyvää ymmärrystä sekä valtakunnallista toimeenpanoa. Kehittämishanketta koordinoi Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL) (Lisää tietoa SOSKUSTA <https://thl.fi/fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/sosku>).

Tutkimuksen tuloksena syntyneitä luovan ryhmätoiminnan mallia (kuvio 1) on mielenkiintoista tarkastella myös varhaisiän musiikkikasvatuksen näkökulmasta. Tämä malli on yleiskuva siitä, mitä ovat luovan ryhmätoiminnan keskeiset merkitykselliset elementit, joiden myötä osallisuus vahvistuu. Nämä tutkimustuloksena kiteytyneet luovan toiminnan vaiheet ovat: virittäytyminen, etäännyttäminen, sanoittaminen, jakaminen ja hyväksyntä. (Huhtinen-Hildén & Isola 2018.)

Varhaisiän musiikkikasvatuksessa virittäytyminen tapahtuu yleensä tutun alkulaulun tai piirissä tapahtuvan leikin avulla. Tämä luovan ryhmätoiminnan keskeinen vaihe kiinnittää kaikki osallistujat käsillä olevaan hetkeen, luo turvaa ja ennustettavuutta. Toiminnan edetessä osallistujat tuovat itseään ja ilmaisuaan osaksi tunnin prosessia. Tätä voi verrata myös muihin luoviin prosesseihin. Kuten *Elämäni sävelet* -tutkimuksen aineisto kuvaa, työstämme usein myös tiedostamattamme luovassa toiminnassa jotakin omaan elämäämme liittyvää. Siksi luovassa mielikuvituksen tilassa voimme saada omaan elämäämme uusia näkökulmia ja etäännyttäviä arkisesta itsestämme ja pulmistamme. Tämä tapahtuu

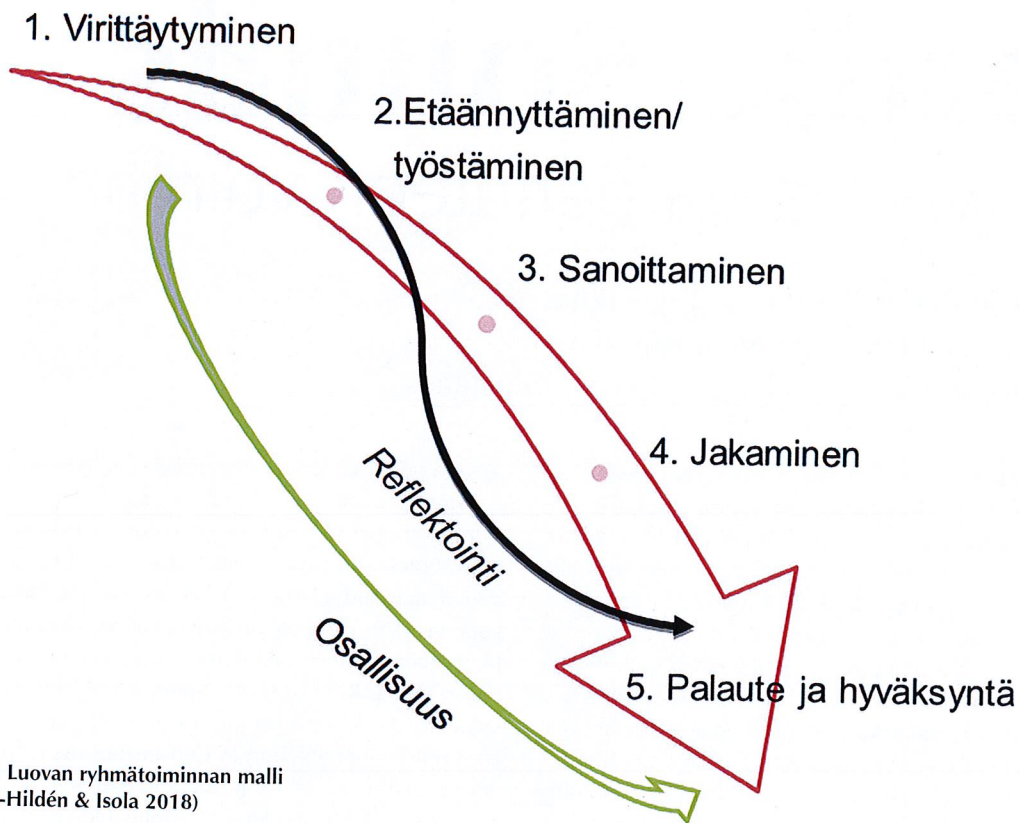
ilmaisun, heittäytymisen ja mielikuvituksen virrassa, vaikka emme tietoisesti itseämme tällaiseen ohjaakaan. (emt.) Näin toimii myös lapsi musiikkileikkikoulussa ja muissa leikeissään. Siksi on tärkeää ottaa myös lasten impulsseja osaksi luovaa toimintaa sekä olla herkkävaistoisesti läsnä, jotta musiikkikasvatuksen prosessi elää jokaisen osallistujan tahdissa.

Kun elämme osana luovaa prosessia, saamme uusia ajatuksia, näkökulmia ja impulsseja. Nämä havainnot myös saavat erilaisia merkityksiä ja ikään kuin tulevat selvemmiiksi. Edellä mainitussa luovan ryhmätoiminnan mallissa tätä kutsutaan sanoittamiseksi, vaikka kyseessä ei tarvitsekaan olla sanallinen toiminta. Voimme tunnistaa tai havaita tunteiden ja ajatusten merkitystä ja jäsentää elämäämme. Nämä merkitykset voivat tulla esiin myös taiteen keinoin: kuvin, äänin ja muodoin. (emt.)

Luovassa toiminnassa, kuten musiikkileikkikoulussa ovat tunteet aina läsnä. Ryhmässä toimiminen antaa mahdollisuuden myös kokemusten, ajatusten ja tunteiden jakamiseen turvallisella tavalla. Tämä voi tapahtua kielen lisäksi esimerkiksi musiikin keinoin. Luova ilmaisu avaa monenlaisia tapoja saada palautetta. Myötätunnon, jakamisen, kohtaamisen ja ymmärryksen kokemuksia jaetaan ja vastaanotetaan eleiden, ilmeiden, taiteellisen ilmaisun ja sanojen kautta. Musiikillisen tai muun luovan ilmaisun kautta nähdyksi tuleminen ja muiden hyväksynnän kokeminen vahvistaa itsetuntoa ja liittyy meitä ryhmän positiiviseen vuorovaikutukseen. (emt.)

Luova ryhmätoiminta vahvistaa osallisuutta lisäten mm. itse-säättelyn keinoja, vuorovaikutussuhteita, luottamusta sekä sa-

- Metropolia Ammattikorkeakoulun SOSKU-osahankkeen kehittämistyön tuloksena julkaistiin kirja ”*Odottamattomia aarteita*”. Kirjan ilmaisuun, luovaan toimintaan, vuorovaikutukseen ja erilaisiin ryhmätilanteisiin sopivia ideoita voi soveltaa eri-ikäisten osallistujien kanssa sosiaali-, terveys-, ja kasvatusaloiilla. Leikki ja luova toiminta voivat helpottaa tutustumista toisiin ihmisiin sekä tukea ryhmän vuorovaikutustilanteita tuoden niihin uusia mahdollisuuksia.



● Kuvio 1 Luovan ryhmätoiminnan malli (Huhtinen-Hildén & Isola 2018)

noja, joilla ilmastaan tunteita ja kokemuksia (emt.). Varhaisiän musiikinopettajalle edellä esitetty ei ole kokemuksena uusi, mutta tutkimuksen kautta voimme lisätä ymmärrystä luovan ryhmätoiminnan hyvinvointivaikutuksista myös aiempaa laajemmin hyödynnettäväksi. Luovaa toimintaa voitaisiin hyödyntää nykyistä enemmän esimerkiksi sosiaalialan ryhmämuotoisissa palveluissa, sosiaali- ja terveysalan ympäristöissä sekä osallisuutta, hyvinvointia ja terveyttä edistävässä työssä. Tämän työn tueksi Metropolia Ammattikorkeakoulu julkaisi kirjan, johon on kootuna ideoita luovaan ryhmätoimintaan ja vuorovaikutukseen. Monilla aloilla voidaan soveltaa erilaisia musiikkikasvatustajille tuttuja lähestymistapoja, vaikka luovan ryhmäprosessin kannattelu haastavuudessaan vaatii vahvaa pedagogista ammatti-

taitoa. Luovuus ja erilaiset tavat taiteen tuomiseen osaksi arkea voisivat olla läsnä yhteiskunnassa monin tavoin. Toivottavasti taiteen ja luovuuden hyvinvointivaikutuksiin liittyvistä tutkimuksista saatavaa tietoa hyödynnetään aktiivisesti yhä laajemmin, jotta kaikki saisivat kokea elämän värin, soivat sävyt ja tunteiden liikkeitä. Tähän tarvitaan ymmärrystä, innostusta, ammattitaitoa ja yhteistyötä.

Laura Huhtinen-Hildén, FT, MuM

Musiikkikasvatuksen lehtori, tutkija

*Pääainevastaava, varhaisiän musiikkikasvatus ja taiteen soveltava käyttö
Metropolia Ammattikorkeakoulu*

Lähteet: Huhtinen-Hildén, L. & Isola, A.-M. (2018). Julkaisematon artikkelikäsikirjoitus. Huhtinen-Hildén, L & Lamppu, M (toim.) (2018). Odottamattomia aarteita. Ilmaisia, leikkisyyttä ja luovaa toimintaa ryhmässä. Helsinki: Metropolia Ammattikorkeakoulu, 8–13. Saatavana muodossa: <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-328-097-7> Trevarthen, C. (2002). Making sense of infants making sense. *Intellectica*, 1(34), 161–188.



Pienen Joulu

Joululauluja soittaen ja laulaen

**VILLI
VIISU**

Sanna Viitaniemi
www.villiviisu.com