

Oona Väisänen

OLISPA NÄITÄ TUNTEJA LISÄÄ, OLI AIVAN PARASTA!

Musiikillisten ja taiteellisten menetelmien käyttäminen valmentavan koulutuksen valinnaisen opintojakson toteutuksessa

OLISPA NÄITÄ TUNTEJA LISÄÄ, OLI AIVAN PARASTA!

Musiikillisten ja taiteellisten menetelmien käyttäminen valmentavan koulutuksen valinnaisen opintojakson toteutuksessa

Oona Väisänen
Opinnäytetyö
Kevät 2020
Musiikin tutkinto-ohjelma
Oulun ammattikorkeakoulu

TIIVISTELMÄ

Oulun ammattikorkeakoulu
Musiikin tutkinto-ohjelma, musiikkipedagogin suuntautumisvaihtoehto

Tekijä: Oona Väisänen

Opinnäytetyön nimi: Olispa näitä tunteja lisää, oli aivan parasta! Musiikillisten ja taiteellisten menetelmien käyttäminen valmentavan koulutuksen valinnaisen opintojakson toteutuksessa

Työn ohjaaja: Jouko Tötterström

Työn valmistumislukukausi ja -vuosi: kevät 2020 Sivumäärä: 40+4

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli suunnitella ja toteuttaa Ammattiopisto Luovin Oulun yksikössä valmentavan koulutuksen valinnainen opintojakso, joka liittyi valmentavan koulutuksen opetussuunnitelmassa Opiskelijan itsetuntemus oppimisen tukena -osaan. Toteutin valinnaisen opintojakson käyttäen musiikillisia ja taiteellisia menetelmiä, koska luovien menetelmien on todettu auttavan nuoria tunnistamaan tunteitaan, vahvuuksiaan ja osaamistaan. Tavoitteena oli antaa valmentavan koulutuksen opiskelijoille työkaluja ja menetelmiä tunnetaitojen kehittämiseen, sanoittamiseen ja säätelyyn, koska erityistä tukea tarvitsevilla nuorilla on usein haastavaa tunnistaa omia tunteitaan ja vahvuuksiaan.

Opintojakso toteutettiin viitenä peräkkäisenä perjantaiamuna Ammattiopisto Luovin Oulun yksikön vapaa-ajantilassa. Tuntien aikana teimme monenlaisia musiikillisia ja taiteellisia tehtäviä ja leikkejä, joiden avulla nuoret pääsivät tutustumaan itseensä ja toisiinsa. Kokosimme tehtävät jokaisen henkilökohtaiseen kansioon, johon he voivat halutessaan palata myöhemminkin.

Valinnaisen opintojakson aikana ilmeni, että musiikilliset ja taiteelliset menetelmät kiinnostivat ja motivoivat nuoria osallistumaan tuntien teemoihin. Nuoret ja Ammattiopisto Luovin opetushenkilöstö antoivat positiivista palautetta opintojakson sisällöstä ja toteutuksesta. Opetushenkilöstö toi esille, että musiikillisia ja taiteellisia menetelmiä sisältävälle opintojaksolle olisi tarvetta valmentavassa koulutuksessa.

Asiasanat: Musiikki, taide, opetus, valmentava koulutus

ABSTRACT

Oulu University of Applied Sciences
Degree programme, option of Music Pedagogue

Author: Oona Väisänen

Title of thesis: I wish there'd be more of these classes, it was best ever! The use of musical and artistic methods in the rehabilitative instruction and guidance in the implementation of an optional course

Supervisor: Jouko Tötterström

Term and year when the thesis was submitted: Spring 2020 Number of pages: 40+4

The purpose of this thesis was to plan and execute one optional study module in the Oulu unit of the Luovi vocational college in rehabilitative instructional and guidance. The optional study module was executed using musical and artistic based approaches. Creativity techniques have been found to support young people identify their feelings, strengths and skills. The aim was to provide students with tools and methods for developing, lyricizing and regulating emotional skills.

The group met in the dormitory space of the Oulu unit of the Luovi vocational college a total of five times. During these meetings we did a variety of musical and artistic tasks and games which allow young people to get to know themselves and each other. We gathered the assignments into each personal folder, which they can return to.

During the optional course it turned out that musical and artistic methods interested and motivated young people to participate in the themes of the lesson. Students and Luovi vocational college teachers gave positive feedback on the content and implementation of the course. The teachers pointed out that there is a need for a course involving musical and artistic methods in rehabilitative instructional and guidance.

Keywords: Music, art, education, rehabilitative instruction and guidance

SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	6
2	OPINNÄYTETYÖN YMPÄRISTÖ JA TARVE	8
	2.1 Ammatilliseen koulutukseen valmentava koulutus (VALMA).....	8
	2.2 Työhön ja itsenäiseen elämään valmentava koulutus (TELMA).....	9
	2.3 Valmentavan koulutuksen valinnainen opintojakso	9
3	MUSIIKKI OPPIMISPROSESSIN RIKASTUTTAJANA	11
	3.1 Toimiva oppimisprosessi.....	12
	3.2 Yksilöllinen oppimispolku.....	13
4	LUOVA TOIMINTA.....	15
	4.1 Musiikilliset menetelmät	16
	4.2 Kuvataiteelliset menetelmät	18
	4.3 Musiikki ja nuoret.....	20
	4.4 Taide ja nuoret	22
5	KÄYTÄNNÖN TOTEUTUS.....	24
	5.1 Toteutuksen suunnittelu	24
	5.2 Tuntien toteutus	25
6	POHDINTA.....	33
	LÄHTEET	39
	LIITTEET	23

1 JOHDANTO

*Lupaa minulle, että muistat, olet paljon
urhoollisempi kuin uskot, paljon vahvempi
kuin uskot ja paljon viisaampi kuin uskot.*

A.A. Milne

Olen huomannut musiikin vaikutuksen oppilaiden itsetuntemukseen ja minäkuvaan pitämilläni laulutunneilla, joiden aikana oppilaista on kasvanut rohkeampia ja itsensä paremmin tuntevia ihmisiä. Eräs oppilaani tuli laulutunneille erittäin ujona ja varautuneena, eikä hän uskaltanut puhua kuin lähes kuiskaamalla. Hiltalleen tuntien kuluessa hänestä avautui rohkea, itsevarma ja ääntänsä uskaliaasti käyttävä ihminen. Opinnäytetyöni aihe syntyi tämän käytännön kokemuksen innoittamana. Lisäksi lapsuuden kotini toimi tukiperheenä erityistä tarvitseville nuorille. Sitä kautta nuorten erilaiset käyttäytymiseen, tunne-elämään ja arkielämän taitoihin liittyvät haasteet tulivat minulle tutuksi. Tämän vuoksi halusin tehdä opinnäytetyöni erityistä tukea tarvitsevien nuorten parissa.

Tämän opinnäytetyöhön liittyvän projektin tarkoituksena oli suunnitella ja toteuttaa valmentavan koulutuksen valinnainen opintojakso käyttäen musiikillisia ja taiteellisia menetelmiä. Taideperusteisen tutkimuksen tarkastelussa ymmärtäminen on tärkeämpää, eikä niinkään tosiasioiden luominen. Tehtävänä on luoda uusia avauksia, syvyyttä ja uudenlaisia näkökulmia jo ennestään tuttuihin asioihin. (THL 2015.) Opinnäytetyöni koostuu toiminnallisista käytännön harjoitteista ja teoreettisesta viitekehystä.

Projektin tavoitteena oli antaa valmentavan koulutuksen opiskelijoille työkaluja omien tunnetaitojen kehittymiseen, sanoittamiseen ja säätelyyn musiikillisten ja taiteellisten menetelmien avulla.

Tarkoituksena oli järjestää valmentavan koulutuksen nuorille vapaasti valittavien opintojen kokonaisuus, jossa teimme tuntien aikana erilaisia harjoitteita liittyen

itsetuntemukseen ja tunteisiin. Tämän tutkimuksen tarkoitus oli myös luoda käyttökelpoinen musiikillisten ja taiteellisten menetelmien tehtäväkokonaisuus, jota pystyn hyödyntämään tulevaisuudessa.

Toteutin tämän opinnäytetyöhöni kuuluvan projektin Ammattiopisto Luovin valmentavassa koulutuksessa, jossa oli 13 oppilasta, yksi henkilökohtainen avustaja, ohjaaja ja opettaja. Valmentavan koulutuksen valinnaisissa opinnoissa ryhmän opiskelijat olivat sekä ammatilliseen koulutukseen valmentavasta koulutuksesta (VALMA) että työhön ja itsenäiseen valmentavasta koulutuksesta (TELMA).

Viiden perjantain aikana teimme paljon musiikillisia ja taiteellisia tehtäviä ja leikkejä, joiden avulla nuoret pääsivät tutustumaan itseensä ja toisiinsa. Kokosimme tehtävät jokaisen henkilökohtaiseen kansioon, josta he voivat löytää teokset ja ajatuksensa itsestään vielä myöhemminkin. Henkilökohtaisia kansioita he voivat hyödyntää valmentavan koulutuksen aikana omien ammatillisten suunnitelmien tekemisessä.

Tämä opinnäytetyö antoi mahdollisuuden erityistä tukea tarvitsevien nuorten itsetuntemuksen ja tunnetaitojen kehittymisen tukemiseen musiikillisten ja taiteellisten menetelmien avulla.

2 OPINNÄYTETYÖN YMPÄRISTÖ JA TARVE

Opinnäytetyön ympäristönä toimi Ammattiopisto Luovi Oulussa. Ammattiopisto Luovi on valtakunnallinen ammatillista erityisopetusta tarjoava oppilaitos. Koulutustarjontaan kuuluvat sekä valmentava koulutus että ammatillinen tutkintokoulutus. Luovin opiskelijavalinnassa huomioidaan hakijat, jotka ovat oikeutettuja opiskeluun ja työllistymiseen liittyen erityisen vaativaan ohjaukseen, tukeen ja neuvontaan. Erityisen tuen tarpeita aiheuttavat mm. terveydelliset syyt, vamma, sairaus, oppimisvaikeudet tai sosiaaliset syyt. Koulutustarjonnan lisäksi Luovi tarjoaa ammatillisen erityisopetuksen asiantuntijapalveluita. Luovi haluaa omalla toiminnallaan lisätä ja turvata yksilöiden yhdenvertaisia osallistumismahdollisuuksia sekä lisätä alueellista tasavertaisuutta. Luovi järjestää Suomessa koulutuspalveluita 22 paikkakunnalla. Henkilöstöä on noin 700 ja vuonna 2020 on 1560 opiskelijavuotta. (Ammattiopisto Luovi 2020.)

2.1 Ammatilliseen koulutukseen valmentava koulutus (VALMA)

Ammatilliseen koulutukseen valmentavan koulutuksen (VALMA) tavoitteena on löytää jokaiselle opiskelijalle soveltuva ja kiinnostava ammattiala. VALMA-koulutukseen valitaan ensisijaisesti nuoria, joilla ei ole vielä ammatillista koulutusta. VALMA-koulutus kestää yleensä lukuvuoden ja on laajuudeltaan 60 osaamispistettä, mutta tarpeen mukaan koulutus voi olla lyhyempi tai jatkua myös vuoden jälkeenkin. Koulutuksen aikana opiskelija saa ohjausta ja tukea mm. omien vahvuuksien ja osaamisen kartoittamiseen sekä jatko-opintoihin hakeutumiseen. Valman aikana opiskelija tutustuu eri ammatteihin ja koulutuksiin, vahvistaa opiskelutaitojaan sekä arjen taitojaan ja sitä kautta saa varmuutta tulevaisuutensa suunnitteluun. Tavoitteena on siirtyminen itselleen soveltuvaan tutkintokoulutukseen. (Ammattiopisto Luovi 2020.)

2.2 Työhön ja itsenäiseen elämään valmentava koulutus (TELMA)

Työhön ja itsenäiseen elämään valmentavan koulutuksen (TELMA) ensisijaisina tavoitteina on opiskelija pärjääminen paremmin omissa arjen askareissaan, työssä ja omien asioiden hoitamisessa. Koulutuksen aikana opiskelija voi löytää omiin taitoihin ja osaamiseen sopivan työtehtävän, joka voi jatkaa opintojen päättymisen jälkeenkin. TELMA-koulutuksessa painottuvat itsenäistymisen taidot, ryhmässä toimiminen, itseilmaisu, asumiseen liittyvät taidot, oman talouden hoito ja omien asioiden huolehtiminen sekä tietyn työtehtävän tekemisen opettelu. TELMA-koulutus kestää yksilöllisistä tavoitteista riippuen 1-3 vuotta ja sen laajuus on kestosta riippumatta aina 60 osaamispistettä. (Ammattiopisto Luovi 2020.)

2.3 Valmentavan koulutuksen valinnainen opintojakso

Opinnäytetyö toteutettiin Ammattiopisto Luovin valmentavan koulutuksen VALMA- ja TELMA-ryhmän opiskelijoille valinnaisena opintojaksona, joka liittyi valmentavan koulutuksen opetussuunnitelman Opiskelijan itsetuntemus oppimisen tukena -osaan. Musiikillisten ja luovien menetelmien avulla käsiteltiin itsetuntemukseen ja tunne-elämään liittyviä asioita erilaisten harjoitteiden avulla.

Erityistä tukea tarvitsevilla nuorilla on monenlaisia haasteita esimerkiksi keskittymiseen, käyttäytymiseen ja tunne-elämään liittyen. Mielestäni on tärkeää tarkastella ja kokeilla erilaisia työvälineitä, joilla voidaan tukea ja auttaa nuoria tunnistamaan itseään, omia vahvuuksiaan ja tunteitaan. Valmentavassa koulutuksessa itsensä ja omien vahvuuksien tunnistaminen on erityisen tärkeää, koska koulutuksen tavoitteena on suunnitella ja toteuttaa jatkopolku opintoihin ja työelämään.

Musiikilliset ja luovat menetelmät voivat auttaa nuoria löytämään itsestään uusia puolia. Opetustuntien aikana on tarkoituksena antaa nuorille erilaisia välineitä käsitellä omia tunteitaan musiikillisten ja luovien menetelmien avulla. Opiskelijat saavat tuntien aikana taitoja kertoa enemmän omista vahvuuksistaan, luon-

teenpiirteistään ja taidoistaan, jotka ovat keskeisiä asioita nuoren pohtiessa itselleen soveltuvia ammattialoja ja jatko-opintoja.

3 MUSIIKKI OPPIMISPROSESSIN RIKASTUTTAJANA

Musiikkikasvatuksen merkitys yksilön ja yhteisön kannalta mielletään useimmiten myönteiseksi ajatellen sekä yksilön kasvua ja kehitystä että yhteisöllisyyden luomaa sosiaalisuutta. (Louhivuori & Paananen & Väkevä 2009, 11–12.) Musiikilla on usein ihmisiä koskettava ja hyvinvointia tukeva vaikutus. Musiikin opetusta ja opettamista onkin tarkasteltava paljon laajemmasta näkökulmasta kuin perinteisen näkyvän taidon ja osaamisen tavoitteena ja arviointina. Musiikin ja musiikillisten toimintojen kautta syntyneet kokemukset sekä musiikin kautta syntynyt osallisuuden tunne voivat edesauttaa yksilön hyvinvointia sekä parantaa elämänlaatua merkittävästi. Hyvinvoinnin ja elämänlaadun vahvistaminen ovat keskeisiä musiikin sisällön elementtejä eikä vain musiikin sivutuotteita. Opiskelijalähtöisyys ja osallisuuden ymmärtäminen vaativat musiikin opetuksessa entistä syvällisempää menetelmien ja lähestymistapojen soveltamista käytännön vaihtuviin tilanteisiin. (Huhtinen-Hilden 2012, viitattu 19.4.2020.)

Musiikkikasvatuksen merkityksiä ja vaikutuksia pohdittaessa on esitetty, että musiikkiharrastus voisi parantaa ja kehittää yksilön kognitiivisia taitoja esimerkiksi kielellisiin tai matemaattisiin taitoihin liittyen. Lisäksi ryhmässä tapahtuva kaikentyyppinen musisointi auttaa lapsia ja nuoria heidän sosiaalistumisessaan ja sosiaalisten taitojen kehittymisessä. Musiikki onkin jo itsessään sosiaalista toimintaa ja se toimii muun muassa siltana yksilöiden välisten vuorovaikutussuhteiden syntyemisessä. (Louhivuori ym. 2009, 15–16.)

Vaikka musiikin ja taideaineiden myönteisistä vaikutuksista yksilön kehitykseen, sosiaalistumiseen, osallistumiseen ja kognitiivisten taitojen kehittymiseen on paljon havaittua ja tutkittua tietoa, valitettavan usein opetuksen tuntijakoon, suunnitteluun ja toteutukseen ei ole varattuna riittävästi resursseja. Musiikin ja muiden taideaineiden merkitys osana yksilön laaja-alaista sivistystä olisi hyvä saada entistä paremmin huomioiduksi opetussuunnitelmissa kouluasteesta riippumatta. (Louhivuori ym. 2009, 15–16.)

Koulujen ja oppilaitosten yhtenä merkittävänä tehtävänä on edelleen korostettava kulttuuriperinnön vaalimista, yhteiskunnallisten ihmiselämää kunnioittavien arvojen siirtämistä sekä hyvinvoinnin ja tasa-arvoisemman elämän edellytysten luomisen turvaamista. (Louhivuori ym. 2009, 21.)

3.1 Toimiva oppimisprosessi

Opettajan rooli opettamisessa ei ole enää niinkään tiedon kaataminen opiskelijoille, vaan opettajasta on tullut pikemminkin oppimisen ohjaaja ja rinnalla kulki- ja. Merkityksellistä on oppijan tukeminen ja kannustaminen oman oppimisen aktiiviseksi toimijaksi, jolloin oppijan edellytykset ja kokemukset ohjaajat oppimisprosessia. (Jordan-Kilkki & Kauppinen & Viitasalo-Korolainen 2013, 9.)

Opettajan ja opiskelijan välinen vastavuoroinen ja tasa-arvoinen dialogisuus on edellytys toimivalle ja rakentavalle oppimisprosessille. Kun opiskelija kokee kuuluvansa osaksi kulloistakin oppimistapahtumaa ja kokee tulevansa kuulluksi omana itsenään, puhutaan opiskelijan oppimisprosessin kannalta merkittävästä tapahtumasta eli osallisuudesta. Opettajan ja opiskelijan välisen dialogin lisäksi musiikin opettamisessa ja sen opiskelussa ollaan suhteessa myös musiikkiin. (Jordan-Kilkki ym. 2013, 19.)

Dialogisuuden lisäksi musiikin opetus pitää sisällään myös esikielisiä elementtejä, kuten äänenpainoja, rytmejä, ääniä ja niin edelleen. Musiikki antaa useimmille keinoja käsitellä ja säädellä omia tunteita. Musiikin kautta avautuu myös mahdollisuus tarkastella mahdollittomiltakin tuntuvilta mielikuvia. Lisäksi musiikki rohkaisee yksilöä omien sisäisten kokemusten tarkasteluun ja itseilmaisuun sekä tietoisesti että tiedostamatta. (Jordan-Kilkki ym. 2013, 19–20.)

Toimiva ja vuorovaikutteinen opetustilanne, jossa opiskelija ja opettaja aidosti kohtaavat, ei ole itsestäänselvyys. Se vaatii erityisesti opettajalta läsnä olemista juuri sen hetkessä opetustilanteessa. Opettajan rooli ei ole niinkään auktoriteettina oleminen, vaan omien kokemusten ja ajatusten kautta toimia opiskelijoiden tunnekokemusten ja merkitysten ohjaajana luoden turvallisen ja luotta-

muksellisen oppimisympäristön. (Jordan-Kilkki ym. 2013, 20–21.) Tähänkin pätee ajatus, että on oltava valmis antamaan myös itsestään jotakin, jotta voi vastaavasti odottaa saavansa myös opiskelijalta jotakin.

Itse asiassa keskinäinen luottamus on mielestäni myös edellytys sille, että opiskelijat uskaltavat jakamaan kokemuksiaan yhteisesti. Se, millä tavoin ryhmätilanteet lähtevät rakentumaan, alkaa jo ihan ensimmäisistä yhteisistä hetkistä. Ensivaikutelma syntyy jo ensimmäisten sekuntien aikana, jolloin opiskelijat päättävät sen, onko opettaja heidän mielestään luottamuksen arvoinen. Heti luokkaan astuessaan opettaja voi vaikuttaa oppilaiden tunnetilaan omilla tunteillaan, jonka seurauksena oppilaitakaan ei pian kiinnosta opetettava aihe. Opettajan tulisikin olla tunnetaitoinen ja empaattinen sekä tunnistaa luokassa oleva tunneilmapiiri. (Väisänen 2017.)

3.2 Yksilöllinen oppimispolku

Jokainen ihminen on oma yksilönsä ja hänellä on omat erityispiirteensä. Jokainen oppii asioita omalla tavallaan. Jollekin paras tapa uusien asioiden omaksumiseen on lukea kirjoista tietoa. Toinen oppii parhaiten visuaalisesti eli näkemällä uudet asiat esimerkiksi kuvien kautta. Jollekin puolestaan käytännön tekeminen ja harjoittelu on toimivinta. Erilaiset oppimistavat ja -tyylit ovat mielenkiintoisia, mutta haastavat samalla opettajaa käytännön opetustyössä ja opiskelijoiden oppimistavoitteiden saavuttamisen tukemisessa. Jokaisen opiskelijan yksilöllisten oppimistapojen tunnistaminen vaatii opettajalta laajaa pedagogista tietämystä sekä herkkyyttä tunnistaa jokaisen oppijan yksilölliset piirteet ja vahvuudet. (Jordan-Kilkki ym. 2013, 30.)

Yksilöopetuksessa on helpompaa huomioida jokaisen yksilölliset haasteet ja tuen tarpeet. Ryhmäopetuksessa jokaisen opiskelijan yksilöllisten oppimistyylien huomioiminen ei enää ole niin helppoa. Kuinka varmistaa, että jokainen ryhmän opiskelija oppii vähintäänkin minimitavoitteen verran? Jos opettajan ja opiskelijan musiikillinen maailma, tarpeet sekä päämäärät eivät kohtaa, eivätkään pedagogiset keinot ja pyrkimykset automaattisesti johda positiivisiin

oppimiskokemuksiin. Opiskelijan oppimiskokemuksilla on keskeinen merkitys siihen, millä tavoin opiskelija kokee esimerkiksi musiikin merkityksen elämässään. Opettajan voi olla helpompi ”jyrätä” opiskelijan musiikillinen luonne kuin muuttaa omaa toimintaansa, asenteitaan tai arvojaan opiskelijalähtöisemmiksi. (Huhtinen-Hilden 2013, 159–160.) Hyvä esimerkki tästä mielestäni on 1980–1990-lukujen peruskoulun musiikintuntien laulukokeet, joissa muutaman minuutin perusteella oppilas sai joko positiivisen tai negatiivisen arvion musikaalisuudesta.

Kun opetus ja oppiminen eivät ole opiskelijalähtöisiä, musiikin opettamisessa ja erityisesti arvioinnissa jäävät usein taka-alalle esimerkiksi musiikkiin liittyvät elämän ilon löytyminen tai tunteiden ilmaiseminen, vaikka nekin ovat arvokkaita asioita yksilön oppimisprosessia pohtiessa. Opiskelijalähtöinen opetuskulttuuri ja pedagogiikka vaativat vielä työstämistä musiikin opetuksen saralla. Musiikin harrastaminen tulisi olla voimaannuttavaa ja mahdollista ihan jokaiselle. (Huhtinen-Hilden 2019, 160.)

4 LUOVA TOIMINTA

Luova toiminta on kaikenikäisten ja kaikenlaisissa elämäntilanteissa olevien ihmisten oikeus. Luovuuden avulla ihminen voi selvittää erilaisista elämänhaasteista, luoda uusia ratkaisuja tai oppia löytämään asioille uusia näkökulmia. Leikki ja mielikuvitus eivät pelkää rikastuttaa arkea, vaan niillä on myös keskeinen merkitys elämänhaasteita läpikäydessä. Luovuus on osa jokaista ihmistä, mutta sen esille tuomista on hyödyllistä vahvistaa. (Karjalainen 2019, 9–11.)

Luovan toiminnan kautta on mahdollista kokea leikillisyyttä, iloa, huumoria, kiivaa yhdessäoloa ja toiminnallisuutta. Lisäksi luovan toiminnan kautta voi saada esille itsestään ja toisistaan uusia puolia, taitoja ja kykyjä, jotka eivät muuten tulisi esille. Luovan toiminnan ja taiteen kautta itsensä ilmaiseminen antaa turvallisia mahdollisuuksia omien asioiden tarkasteluun ja muovaamiseen. Itsensä ja oman elämänsä tarkastelu taiteen avulla auttaa löytämään omia vahvuuksia, unelmia ja päämääriä. (Karjalainen 2019, 12–13,16.)

Luovuus on usein ihmisten sisimmässä piilossa. Kun ihminen uskaltautuu hiljalleen avaamaan ja kurkistelemaan omia kokemuksiaan, muistojaan ja tunteitaan, voi uusi seikkailu omaan itseensä alkaa. Heidi Ahonen kirjoittaa Löytöretki -artikkelissaan tästä seikkailusta löytöretkenä luovuuteen ja voimavaroihin. Hänen mukaansa luovuus on itsessään uusiutuvaa ja käyttäessä se vain vahvistuu. Myös taiteen tekeminen voi olla alkuvaiheessa vaikeaa, mutta ihmisen antaessa itselle mahdollisuuden kokeilla ja tehdä luovia asioita muuttuu luovuus spontaanimmaksi. Luova toiminta voi avata sisimmästä ja itsestä uusia vahvuuksia ja osaamista. (Ahonen 1993, viitattu 18.4.2020.)

Taidelähtöisten menetelmien kautta ihmiset voivat kokea uudenlaisia kokemuksia, jos he antautuvat työskentelylle. Työskentely on ikään kuin avain yhdessä tekemiselle ja toimimiselle. Taidelähtöiset menetelmät ovat kokemuksellisia. Jokainen taiteenala tarjoilee omanlaisen seikkailumatkan. Esimerkiksi suhde aikaan ja ajankuluun vaihtelee tilanteen ja taidemuodon mukaan. Ajan voi ko-

kea nopeutuvan, hidastuvan tai jopa katoavan. Ihminen on läsnä hetkessä ja irtaantuu normaalista arjesta. Taidelähtöisen työskentelyn keskiössä on aina pohdittavana, millaisen muodon omat ajatukset ja tunteet saavat työskentelyssä. (Opetus- ja kulttuuriministeriö ESR-hanke, viitattu 18.4.2020.)

Taide on tehtävä saavutettavaksi ihan jokaiselle kykyihin ja harrastuneisuuteen katsomatta. Taide ei ole lahjakkaiden yksinoikeus. Taiteen ja kulttuurin alueen toimien ja toimintojen tulee olla avoimia ja saavutettavia myös erityistä tukea tarvitseville. Tämä tarkoittaa käytännössä osallisuuden esteiden poistamista. (Haveri 2016, viitattu 20.4.2020.)

4.1 Musiikilliset menetelmät

”Lähtökohtana on, että musiikki kuuluu kaikille, ja kaikilla ihmisillä on sekä omanlainen mahdollisuus että omanlaisensa tarpeet löytää musiikista jotain omaan elämäänsä.” (Lilja-Viherlampi 2007, viitattu 20.4.2020.)

Musiikki ja musiikillinen toiminta luo mahdollisuuksia oppia itsestämme, toisistamme ja keskinäisestä vuorovaikutuksesta. Musiikin kuuntelu jo itsessään voi lisätä hyvinvointia ja vahvistaa voimavaroja. (Huhtinen-Hilden 2019, 21.) Luovassa musiikin toiminnassa voi tavoitteena olla musiikin kuuntelun kautta esimerkiksi herätellä omia tunteita ja kokemuksia. Taiteen soveltava käyttö voi olla yhteisöllisen taidetoiminnan mahdollistamista. Musiikin yhteydessä tämä tarkoittaa musiikin kokemisen ja musiikkitoimintaan osallistumisen mahdollistamista erilaisissa ympäristöissä. Keskeistä ei siis ole musiikin oppiminen itsessään. (Huhtinen-Hilden 2019, 49.)

Musiikki voi tuoda uutta sisältöä ja ulottuvuuksia omaan työhön ja sen suunnitteluun. Luovan musiikillisen toiminnan suunnittelussa ja toteutuksessa keskeistä on pyrkiä luomaan turvallinen, hyväksyvä ja innostava ilmapiiri, jossa jokaisen olisi turvallista tuoda esille kaikenlaisia tunteita. (Huhtinen-Hilden 2019, 49.) Musiikki mahdollistaa myös opettajan ja oppilaan luovan yhdessäolon ja koke-

musten jakamisen ilman oikeiden vastausten tai suoritteiden odotuksia. (Lilja-Viherlampi 2007, viitattu 20.4.2020.)

Tutkimukset osoittavat, että musiikillinen toiminta lisää muun muassa elämänhallinnan ja itsenäisyyden tunnetta sekä lisää positiivisten sosiaalisten kokeuksien kautta arvostuksen ja kunnioituksen tunnetta. Yhteisesti tapahtuvat musiikilliset hetket vahvistavat myös yhteisöllisyyden tunnetta. (Huhtinen-Hilden 2019, 46.)

Musiikkia voidaan hyödyntää hyvinvoinnin tukemisessa ja musiikillista ryhmätoimintaa ryhmätilanteen koostajana. Musiikkitoiminnan avulla voidaan myös tukea lapsia ja nuoria, joilla on vaikeuksia esimerkiksi keskittymisen ja itsesääntelyn osa-alueilla. (Huhtinen-Hilden 2019, 40.)

Musiikillisessa ryhmätoiminnassa on hyvä huomioida toiminnallisten ja rauhallisten sekä keskittymistä vaativien ja heittäytymiseen herättelevien elementtien tarkoituksenmukainen vuorottelu. Musiikillisen toiminnan ohjaamisen edellytys on sensitiivisyys ja kunnioittava suhtautuminen jokaiseen osallistujaan. (Huhtinen-Hilden 2019, 40.)

Musiikin herättämät ajatukset voivat toimia siltana oman luovuuden löytymiselle. Lisäksi musiikin kautta voi syntyä mahdollisuus vuorovaikutukseen silloinkin, kun sanallinen kommunikaatio ei ole mahdollista. Yhteisöllisyyden kokemus muiden ihmisten kanssa on tärkeä osa jokaisen elämää. Musiikki mahdollistaa monin tavoin yhteisöllisyyden äärelle pääsemisen ihan jokaiselle. (Huhtinen-Hilden 2019, 28–29.)

Musiikki mahdollistaa myös jokaisen osallisuuden kokemuksen, vaikkei yksilö varsinaisesti osallistuisikaan itse musisointiin. Koemme musiikin omalla tavallamme. Kaikki eivät halua osallistua isossa ryhmässä esimerkiksi soittamiseen. Osallisuus onkin nähtävä yksilön omana mahdollisuutena säädellä sitä, millä tavalla hän kokee haluavansa osallistua kuhunkin tilanteeseen. Osallisuuden syntyminen edellyttää juuri yksilön omaa kokemusta ryhmässä toimimisesta. (Huhtinen-Hilden 2019, 29.)

Vuorovaikutus ja kommunikaatio sisältävät vahvasti musiikin eri elementtejä. Vuorovaikutustilanteet ovat täynnä musiikillisia viestejä. Esimerkiksi puheta-
pamme, äänenkorkeus ja äänen eri sävyt vaihtelevat sen mukaan, olemmeko
iloisia, vihaisia tai rauhallisia. Musiikillinen viestintä on osa jokaista meitä, ja on
läsnä ihmisen koko elämänkaaren alusta loppuun. Musiikkiin ja äänten kuunte-
luun keskittyminen auttaa pysähtymään hetkeen ja herättää erilaisia tuntemuk-
sia ja kokemuksia. Musiikin kieli yhdistää meitä omalla erityisellä tavallaan.
(Huhtinen-Hilden 2019, 23–24.)

4.2 Kuvataiteelliset menetelmät

Kuvallinen ilmaisu käsittää piirtämisen ja maalaamisen lisäksi esimerkiksi sisus-
tamiseen liittyviä asioita ja kännykällä kuvaamisen. Visuaalisuus on osa kuval-
lista ilmaisua. Ihminen tekee arjessa jatkuvasti erilaisia visuaalisia valintoja il-
man varsinaista kuvataideharrastusta. Luova ilmaisu on osa ihmisen arjen pe-
rusasioita. (Karjalainen 2019, 57–58.)

Taiteellinen ilmaisu on parhaimmillaan mielikuvien leikkiä. Pelko epäonnistumi-
sesta rakentaa suojamuurin taiteellisen ja luovan prosessin etenemiselle ja on-
nistumiselle. Kun ihminen uskaltautuu ylittämään suojamuurin, on mahdollista
synnyttää jotain uutta ja luovaa. Näin mahdollistuu myös yhteyksien tarkastelu
syntyneen taiteen ja oman elämän välillä. (Rankanen & Hehtinen & Mantere
2007, 13.)

Usein taiteeseen viittaavat asiat koetaan irrallisina ja omaan elämään kuulumat-
tomina. Taiteeseen liittyvään toimintaan lähtemiseen on ihmisillä tämän vuoksi
usein korkea kynnyksensä lähteä mukaan. Ohjaajan on tärkeä luoda alusta alkaen
positiivinen ja rohkaiseva ilmapiiri, jossa kaikki uskaltaisivat ennakkoluulotto-
masti lähteä kokeilemaan erilaisia menetelmiä, välineitä ja tekniikoita. Lopputu-
loksella ei niinkään ole painoarvoa, vaan itse työskentelyvaihe on tärkeä. (Iivana-
nen 2019, 58.)

Hautala tuo tutkimuksessaan esille, että kuvataideterapeuttisten menetelmien käyttö opetuksessa lisää opetushenkilöstön ymmärrystä lasten ja nuorten henkisen hyvinvoinnin merkitykseen oppimisessa. (Hautala 2008, viitattu 20.4.2020.)

Kuvataiteelliset menetelmät eivät aina tarkoita esimerkiksi piirtämistä, maalamista tai muovaamista. Myös kuvien tarkastelu ja katselu on osa kuvataiteellisia menetelmiä. Kuvien kautta voidaan tarkastella omia tunnetiloja, kokemuksia, haaveita ja toiveita. Lisäksi kuvataiteellisten menetelmien avulla voidaan tukea esimerkiksi ryhmäytymistä. Kuvataiteellisia menetelmiä voidaan hyödyntää monenlaisissa ryhmätilanteissa, joissa tavoitteena voi olla hyvinvoinnin lisääminen, vuorovaikutuksen vahvistaminen tai luovuuden herättely. (Iivanainen 2019, 58–59). Koska ryhmätilanteet ovat vaihtelevia, on ohjaajan tärkeä valita siihen hetkeen omasta mielestä sopivimmat toimintamuodot. Taide on hyvä keino itsetuntemuksen lisäämiseen, vaikka ei aina valittaisi mitään henkilökohtaista aihetta. (Iivanainen 2019, 61.)

Taidelähtöiset menetelmät ovat usein myös ennakoimattomia. Ryhmä voi lähteä suuntaamaan työskentelyään eri tavoin kuin alkuperäinen suunnitelma oli. Jos ryhmän työskentely kuitenkin tukee heidän ryhmäytymistään ja aktiivisuuttaan, työskentely on siitä huolimatta tarkoituksenmukaista. (Iivanainen 2019, 61.) Ohjaajan on oltava hetkessä mukana ja joustettava ryhmän tilanteiden mukaan suunnitelmissaan.

Erilaiset valmiit ja itse tehdyt kuvat sekä värit ja kuviot herättävät meissä monenlaisia tunteita ja ajatuksia. Kuvataiteellinen työskentely soveltuu hyvin monenlaisiin ryhmiin. Kuvat antavat mahdollisuuden ilmaista itseään, ajatuksiaan ja tunteitaan myös niille, joille sanallinen tuottaminen on vaikeaa tai mahdotonta. Lisäksi kuvien avulla voi ymmärtää paremmin itseään ja muita. Kuvataiteeseen liittyvät menetelmät voivat auttaa myös keskittymään. Esimerkiksi joku voi haluta piirrellä tunnin aikana, jotta pystyy paremmin kuuntelemaan opettajaa. (Iivanainen 2019, 62–63.)

Kuvataiteellinen työskentely ryhmässä voi tarjota yksilöille kokemuksen hyväksytyksi tulemisesta ja sosiaalisesta tuesta. Se antaa myös voimavaroja arkielämään ja luovuuden kokemuksia ja oivalluksia. Kuvataiteellisen työskentelyn kautta on mahdollisuus oppia tunnistamaan ja käsittelemään paremmin tunteitaan. (Iivanainen 2019, 63).

Taidelähtöisen työskentelyn aloittamisvaiheessa sopivia menetelmiä ovat musiikin mukana maalaaminen ja piirtäminen. Tärkeää on päästä tekemisen alkuun, koska usein ensimmäisen jäljen tekeminen paperille on vaikeinta. Kun maalataan esimerkiksi silmät kiinni, poistuu useimmiten paine lopputuloksen hyvyydestä, koska kukaan ei odota täydellistä lopputulosta. Näin on helpompi rentoutua ja keskittyä itse prosessiin. (Iivanainen 2019, 67.)

4.3 Musiikki ja nuoret

Musiikki on usein olennainen osa nuoren arkea. Musiikin kuuntelu auttaa keskittymään ja rauhoittumaan. Se motivoi tekemään läksyjä, siivoamaan tai saavuttamaan musiikin avulla tietyn tunnetason. Kuka tahansa voi musiikin kuuntelun avulla oppia itsestään. Kun tuntee itsensä paremmin, on helpompi toimia myös muiden kanssa. Tämä auttaa selviytymään eri elämän tilanteissa. (Maunus 2003, viitattu 20.4.2020.)

Nuoruus on itsensä etsimisen ja löytämisen aikaa. Kehonkuvan muutokset, seksuaalisuus, moraalikysymykset, arvot, maailmankuva, opiskelu ja työelämä ovat nuorella alati pohdinnan alla olevia asioita. Itsenäistymisprosessi alkaa. Identiteetti ja minäkuva ovat muovautumassa hiljalleen kohti aikuisuutta. (Saarikallio 2009, 221.)

Itsenäistyminen vaatii nuoren elämässä paljon muutoksia aiempaan verrattuna. Sosiaaliset suhteet muovautuvat enemmän kodin ulkopuolelle suuntautuviksi. Myös nuoren omien tunteiden hallinta ja säätely sekä ylipäättään itsenäinen oman elämänhallinta vaatii monenlaisten asioiden kanssa tasapainoilua. Musiikilla on tärkeä paikka monen nuoren elämässä. Musiikin avulla nuoret käsittele-

vät ja kohtaavat tunteitaan sekä elämänhaasteitaan. Saarikallio jakaa musiikin psykososiaaliset merkitykset nuoruudessa neljään kategoriaan: identiteetti, itsemäärääminen, ihmissuhteet ja tunnekokemukset. (2009, 221-223.)

Identiteetti

Musiikin avulla nuori voi tarkastella omaa minuuttaan, kokemuksiaan ja tunteitaan omassa rauhassa. Musiikki mahdollistaa nuoren omien arvojen ja ajatuksiensa käsittelemisen turvallisesti. Lisäksi epävarmoilta tuntuvien ja syvempien tunteiden käsittely mahdollistuu musiikkiin ja sanoituksiin samaistumalla. Musiikki auttaa nuorta rakentamaan ja löytämään omia tunnemaailmojaan ja minuuttaan. (Saarikallio 2009, 224.)

Itsemäärääminen

Itsemääräämisen ja itsehallinnan tunne koostuu vaikuttamismahdollisuuksista omaan toimintaansa, ympäristöönsä ja tunteisiinsa. Esimerkiksi oma lempimusiikki tarjoaa nuorelle pakopaikan tutkistella itseään ja elämäänsä. Itsehallinnan tunne vahvistuu, kun nuori voi itse päättää, mitä kappaletta kuuntelee ja millä voimakkuudella. Oma lempimusiikki tarjoaa myös turvaa ja varmuutta uusiin tilanteisiin. Musiikki voi myös parhaimmillaan olla oman impulsiivisen käyttäytymisen ja tunteiden hallinnan keino. (Saarikallio 2009, 225.)

Ihmissuhteet

Nuoren itsenäistyessä hän irtaantuu etäämmäksi vanhemmistaan ja lapsuudenkodistaan. Kaveri- ja ystävyysuhteiden merkitys kasvaa. Musiikki tukee itsenäistymisprosessia monin tavoin. Se auttaa yksinäisyyden tunteisiin, mutta toisaalta yhteinen musiikki myös vahvistaa kavereiden kanssa olevaa yhteenkuuluvuuden tunnetta ja yhteisöllisyyttä. (Saarikallio 2009, 225–226.)

Tunteet

Musiikilla on keskeinen merkitys erilaisten tunteiden ja tunnetilojen käsittelyssä. Vahvistamalla nuoren yhteenkuuluvuuden tunnetta ja itsehallintaa musiikki luo vahvoja myönteisiä tunne-elämyksiä. Nuorilla on vahva käsitys siitä, millaista musiikkia he missäkin mielialassa tarvitsevat. (Saarikallio 2009, 226–227.)

Tavalla tai toisella musiikin käyttäminen erilaisissa nuorten ryhmätilanteissa luo positiivista ilmapiiriä ja yhdistää ryhmää. Musiikki tarjoaa myös nuorille mahdollisuuden oman identiteetin tutkimiselle ja rakentamiselle. Musiikkikasvattajan roolissa toimiva voi olla vaikuttamassa tähän prosessiin kunnioittamalla nuoren identiteettiä, mutta tarjoamalla myös uudenlaisia näkökulmia sen työstämiseen. Erilaisten musiikillisten keinojen ja tyylien avulla voi tuoda esiin musiikkityylejä, näkemyksiä sekä kannustaa nuoria perustelemaan omat näkemyksensä ja kantansa. Musiikki parhaimmillaan yhdistää erilaisia ihmisiä ja vahvistaa näin myös sosiaalisia taitoja. Musiikkikasvattaja voi luoda turvallisen ympäristön ja ilmapiirin, jossa on mahdollisuus kokea uudenlaisia elämyksiä sekä kokea rentoutumisen hetki välillä niin hektisen arjen keskellä. (Saarikallio 2009, 227–228.)

4.4 Taide ja nuoret

Kuvallinen ilmaisu voi tarjota nuorille matalamman kynnyksen ilmaista itseään. Taiteelliset menetelmät ovat soveltuvia tunteiden ilmaisuun ja identiteettityöhön. Hyvien kokemusten ja onnistumisten avulla on mahdollista vahvistaa itsetuntoa ja lisätä voimavaroja. (Iivanainen 2019, 70–71.)

Nuorille voi olla vaikeaa ilmaista omia tunteitaan, ajatuksiaan ja kokemuksiaan sanallisesti. Taiteellinen ja luova työskentely antaa turvallisen keinon käsitellä vaikeita ja negatiivisia tunteita ja ajatuksia. Taiteelliset tuotokset ovat usein yhdenlainen visuaalinen katsaus nuoren tunteisiin. Nuoren on kuitenkin tärkeää saada itse päättää, kuinka paljon avaa tuotostaan muille. (Iivanainen 2019, 71.)

Taiteen menetelmät ja toiminta ryhmässä tukevat nuorten sosiaalisten taitojen oppimista. Lisäksi toimiva ja turvallinen ryhmä voi synnyttää tunteen johonkin kuulumisesta sekä antaa ymmärrystä oman identiteetin rakentumiselle. Kun on

selvillä, kuka itse on, on myös helpompi hyväksyä toisten ihmisten erilaisuus. Kuvallinen ilmaisu toimii sekä yksin että ryhmässä keinona omien tunteiden käsittelylle ja sitä kautta niiden tiedostamiselle ja tunnistamiselle. (Iivanainen 2019, 71–72.)

5 KÄYTÄNNÖN TOTEUTUS

Opinnäytetyön tavoitteena oli suunnitella ja toteuttaa valmentavan koulutuksen valinnainen opintojakso käyttäen musiikillisia ja taiteellisia menetelmiä. Opintojakson tavoitteena oli myös antaa työkaluja ja keinoja, jotta he voisivat mahdollisimman itsenäisesti sanoittaa omia vahvuuksia ja osaamistaan, sekä tunnistaa omia tunteita.

Valmentavan koulutuksen nuorilla on monenlaisia rajoitteita ja haasteita, joiden vuoksi heillä on erityisen vaikeaa muun muassa tunnistaa omia vahvuuksia ja tunteita. Tämän vuoksi koen, että musiikilla ja taiteella on erityisen tärkeä merkitys erityistä tukea tarvitsevien nuorten arjessa ja elämässä. Erilaisten työkalujen ja menetelmien avulla tarkoitukseni on helpottaa heitä tunteiden tunnistamisessa ja ymmärtämisessä ja sitä kautta tukea heidän itseymmärrystä ja itseilmaisua.

5.1 Toteutuksen suunnittelu

Otin sähköpostitse yhteyttä Ammattiopisto Luovin henkilöstöön loppusyksystä 2019. Kerroin heille sähköpostissa opinnäytetyöni tarkoituksen, ja sovimme tapaamisen yhden opettajan kanssa joulukuulle 2019. Alun perin ryhmän piti olla joku Oulun Ammattiopisto Luovin VALMA-ryhmistä. Tapaamisissa selvisi, että pitäisinkin valinnaisen kurssin, johon hakisi opiskelijoita sekä VALMA-ryhmistä että TELMA-ryhmistä. Opiskelijat pääsivät valitsemaan valinnaisia kursseja vasta tammikuussa 2020. Näin ollen en etukäteen saanut tietää ryhmäkokoja tai millaisia opiskelijoita ryhmään tulisi. Opettaja kuitenkin mainitsi tapaamisessa, että voin varautua siihen, että opiskelijat eivät suostu osallistumaan mihinkään tehtäviini. Päätin itse lähteä kohtaamaan opiskelijat ja opetustilanteet täysin avoimin mielen ilman ennakkoasenteita.

Kokosin kurssikokonaisuuden syksyllä 2019 kirjoista, nettilähteistä ja omista aikaisemmista kokemuksista. Rakensin jokaisen tunnin kolmeen eri osaan: kuu-

lumisien vaihtaminen ja fiiliskierros, musiikillinen tehtävä ja taiteellinen tehtävä. Koska minulla ei ollut pohjatietoa ryhmästä, se aiheutti vaikeuksia tuntien laati-
miselle. Yritin valita sellaisia tehtäviä, jotka sopisivat erilaisista lähtökohdista
oleville opiskelijoille. Minulla on aikaisemmin jonkin verran kokemusta erityistä
tukea tarvitsevista ihmisistä, joten pystyin huomiomaan erityisiä tarpeita koh-
tuullisesti tunteja suunnitellessani. Ajattelin, että Ammattiopisto Luovilla olisi
perusrytmisoittimia, kuten tamburiini, triangeli, marakassit ja rytmikapulat, mutta
yllätyksekseni sellaisia ei ollut. Se muutti hieman tekemääni kurssisuunnitelmaa
musiikillisten harjoitteiden suhteen.

5.2 Tuntien toteutus

Kurssini alkoi 24.01.2020. Saavuin paikalle hieman etukäteen, jotta saisin rau-
hassa tutustua opetustilaani ensimmäistä kertaa ennen tunnin alkua. Luokkati-
lani oli Ammattiopiston asuntolarakennuksen vapaa-ajantila, jossa oli yksi suuri
pöytä, sohvia, valkotaulu, biljardipöytä, stereot ja muutama kaappi täynnä as-
kartelutavaroita. Tila oli mielestäni viihtyisä ja toimiva pitämälläni kurssille.
Kurssini alkoi tasan kahdeksalta viitenä perjantaina, ja sille oli annettu aikaa
kolme tuntia.

Nuoret olivat todella iloisia ja avoimia aamutuimaan, vaikka kaikki eivät tunte-
neet toisiaan. Olin etukäteen tehnyt soittolistan, jonka laitoin soimaan aina tun-
tien taustalle. Annoin taustamusiikkitoivelistan kiertämään, johon kukaan ei
aluksi uskaltanut laittamaan yhtään kappaletta. Aloitimme tunnin hausalla
esittäytymiskierroksella, jossa jokainen piti päänsä päällä A4-paperia, jonka
päälle piirrettiin omat kasvot ja nimi. Kävimme vuorotellen läpi jokaisen tekemän
piirroksen, nimen ja Tukiliiton julkaisemien MAHTI-korttien avulla aamun tun-
nelmia. Piirrostehtävä oli mieluinen ja se nauratti koko ryhmää, joka loi rennon
tunnelman kurssin alkamiselle. Nuoret kertoivat, että korttien kanssa tehty fiilis-
kierros oli mukava tapa aloittaa päivä.

Tutustumisen jälkeen teimme kansioita tulevia tehtäviä varten. Ohjeistin nuoria
leikkaamaan lehdistä kuvia, kirjoittamaan kappaleiden sanoituksia tai mitä ta-

hansa, joka jollain tavalla liittyy heihin itseensä. Laitoin uudelleen kiertämään listan, johon sai kirjoittaa toivomiaan kappaleita taustamusiikiksi. Tällä kertaa lähes jokainen lisäsi omia kappaleitaan listaan, ja siitä syntyikin yksi heidän lempiasioistaan kyseiseltä tunnilta. Nuoret eivät myöskään malttaneet lähteä tauoille, vaan halusivat jatkaa kansioiden tekemistä ja musiikkitoiveiden kirjoittamista luokassa kanssani.

Luokassa oli muutama opiskelija, jotka aluksi pitivät kuulokkeita korvillaan huppu ja pipo tiukasti päähän laitettuna. Tunnin edetessä pipot, huput ja kuulokkeet lähtivät oma-aloitteisesti korviltä pois. Taustamusiikilla oli valtava merkitys nuorten motivaatioon ja heidän tunnetilaansa. Jokainen keskittyi tehtäviinsä rauhallisesti, ja samalla he odottivat innokkaasti oman toivekappaleensa kuulumista. Sain tunnin jälkeen kuulla yhdeltä opettajalta, että hän oli todella ihmeissään, miten nuoret keskittyvät kanssani niin hyvin.

Toinen tunti

Olin edellisenä iltana lisännyt tunnilla käyttämäni soittolistaan kaikki nuorten toivomat kappaleet, ja laitoin musiikin soimaan ennen nuorten saapumista luokkaan. Kun ryhmäläiset saapuivat luokkaan, heidän olemuksensa oli paljon läsnä olevampi kuullessaan heille mieluista musiikkia. Keräännymme istumaan suuren pöydän ääreen ja aloitimme tunnin yhteisellä fiiliskierroksella MAHTI-korttien avulla. Jokainen uskaltautui näyttämään kuvan avulla omia tunnelmiaan siltä hetkeltä. Yksi nuori totesikin hänen vuorollaan:

“Musta oli niin kiva tulla tänne tunnille, ku viimeks oli niin sairaan kivaa.”

Jaoin ryhmäläiset kahteen pienempään ryhmään, jossa toisessa mukana oli ohjaaja ja toisessa minä itse. Tehtävänä oli keksiä ryhmän kanssa neljä sadepäivään liittyvää asiaa, ja miten ne voitaisiin soittaa tai esittää omalla keholla, jonka jälkeen syntynyt teos esitettäisiin toiselle ryhmälle. Meidän ryhmä valitsi sadepäivän asioiksi kumisaapat, sateenvarjon, sateen ja vesilätäkön. Nuorilla oli suuri kynnys ehdottaa ja ideoida esittämistapoja näille asioille molemmissa ryhmissä. Huomasin, että tällaista ryhmätehtävää vaikeutti se, että kaikki eivät

tunteneet toisiaan etukäteen. Pienen avustuksen ja kannustamisen avulla saimme kuitenkin yhdessä mietittyä esitystavat jokaiselle sadepäivään liittyvälle asialle, ja pystyimme esittämään teoksemme toisillemme. Kysyin nuorilta tehtävän jälkeen heidän ajatuksiaan ja tunnelmiaan tehtävästä.

“Tosi jännittävää”

“Pelotti esiintyä kaikkien edessä”

Ajattelin, että tämä tehtävä olisi helppo tapa osallistua musiikilliseen ilmaisuun, mutta tehtävä ei sujunutkaan suunnitellusti. Nuoret kokivat sen ainakin tässä vaiheessa kurssia liian vaikeaksi ja jopa ahdistavaksi. Ehkä myöhemmässä vaiheessa kurssia tämä tehtävä olisi voinut olla helpompaa toteuttaa. Tämä tehtävä sai minut ymmärtämään, että tällainen ryhmässä tapahtuva itseilmaisuus ja itsensä likoon laittaminen ei ole itsestään selvää varsinkaan erityistä tukea tarvitsevien kanssa. Musiikin ja luovien alojen ammattilaiset ovat tavalla tai toisella itse koko ajan esillä, ja itsensä likoon laittaminen on itsestään selvää. On hyvä muistaa, että näin ei kuitenkaan aina ole.

Pidimme tässä välissä lyhyen tauon, ja palasimme takaisin tunnille musiikkipiirtämisen pariin. Alun perin olisimme musiikkimaalanneet, mutta kaikille ei ollut riittävästi maalausvälineitä. Musiikkipiirtämisen tarkoituksena on kuunnella teosta ja maalata siitä syntyviä tunteita, mielikuvia, mielimaisemia tai ajatuksia. Valitsin tähän tehtävään klassista musiikkia, jossa ei ollut ollenkaan laulua. Lopuksi katselimme maalauksia ja kerroimme omista töistämme sen verran, kun itseltä tuntui hyvältä. Nuoret paneutuivat tähänkin tehtävään mielellään, vaikka välillä keskittyminen meinasi herpaantua. Mielestäni tehtävä oli matalan kynnyksen tutkimusmatka omiin tunteisiin ja tuntemuksiin ilman epäonnistumisen painetta.

Viimeisenä tehtävänä keskityimme omien vahvuuksien löytämiseen. Sijoitin yhdelle pöydälle Kepeli-sivustolta löytämiä vahvuuskortteja, josta nuoret saivat rauhassa käydä etsimässä itselleen vähintään kolme sopivaa vahvuutta. Jokainen kirjoitti omat vahvuutensa ylös omalle paperille, jonka jälkeen mietimme yhdessä ryhmäläisten kanssa jokaisesta henkilöstä lisää vahvuuksia. Paperiin

piirrettiin myös kuva itsestä, ja halutessaan sai kertoa esimerkiksi oman lempiaineen koulussa. Vahvuuskortit helpottivat nuoria löytämään omia vahvuuksia sekä myös muiden vahvuuksia. Tehtävän aikana huomasin, että erityisesti muiden antamat vahvuudet olivat heille todella merkityksellisiä.

Lopuksi laitoimme tekemämme tehtävät omiin kansioihin ja pidimme yhteisen keskusteluhetken tunnin jälkeisistä tunnelmista. Nuoret lähtivät iloisesti viettämään tulevaa viikonloppua.

Kolmas tunti

Ennen tunnin alkua tulin luokkaan valmistelemaan alkavaa aamupäivää nuorten kanssa. Olin lisäillyt soittolistaan uusia kappaleita, joita nuoret olivat minulle ehdottaneet. Laitoin musiikin soimaan ja avasin luokan oven.

Aloitimme kolmannen tunnin fiiliskierroksella MAHTI-korttien avulla, jota nuoret odottivat innoissaan. Huomasin, että ryhmäläiset uskalsivat tällä kertaa kertoa hieman avoimemmin omista tunnelmistaan.

Jatkoimme tuntia Giulia Orecchian Tuhat ja yksi tarinaa -lautapelin pelaamisella. Pelin tarkoitus on kehittää pelaajien mielikuvitusta ja luovuutta erilaisten kuvakorttien ja pelilaudan symbolien avulla. Niiden avulla pelissä keksitään satuja ja tarinoita. Pyysin opettajia ja ohjaajia osallistumaan peliin, mutta vain yksi ohjaaja oli halukas osallistumaan. Mielestäni opetushenkilöstön oma esimerkki rohkaisee ja kannustaa myös opiskelijoita osallistumaan tekemiseen. Aluksi tarinoiden keksiminen oli nuorille haastavaa, mutta hiljalleen he avautuivat kertomaan mitä hurjimpia tarinoita. Pelin aikana tunnelma oli rauhallinen, mutta hilpeä. Lautapeli oli hyvä keino tuoda esiin nuorten käyttämätöntä potentiaalia. Pelin kautta nuoret saivat onnistumisen kokemuksia, kun he pystyivät osallistumaan omilla tavoillaan ja tarinoillaan yhteiseen tekemiseen.

Tauon jälkeen teimme tehtävää, jossa piirsimme oman elämän puumme. Jokainen valitsi itselleen puulajin, joka mielestään kuvastaa häntä itseään. Lajin pys-

tyi keksimään myös itse. Kirjoitin seuraavat kysymykset valkotaululle tehtävän avuksi:

1. Viihtyykö puu tiheikössä vai tarvitseeko se tilaa?
2. Onko puulla syvät juuret vai sopeutuuko se helposti uuteen paikkaan?
3. Antaako puu suojaa muille vai onko se toisen puun suojassa?

Puun ominaisuuksien avulla opiskelijoilla oli mahdollisuus pohtia turvallisesti omia ominaisuuksia ja luonteenpiirteitä sosiaalisuuteen ja ryhmässä toimimiseen liittyen. Valitsin tehtävän, sillä nuoret olivat todella arkoja kertomaan suoraan itsestään. Tämä tehtävä helpotti heitä pohtimaan rehellisemmin omaa itseään kiinnittämättä siihen kuitenkaan liikaa huomiota.

Olin leikannut ennen tunnin alkua paperisuikaleita, joita jaoin nuorille seuraavaa tehtävää varten. Jokainen kirjoitti vähintään kaksi fraasia paperisuikaleelle, joista ryhmä sai yhdessä koota yhteisen sanoituksen ja halutessaan tehdä siitä kappaleen. Fraasit saivat olla minkälaisia tahansa, kunhan ne liittyivät jotenkin kirjoittajaan itseensä. Ryhmäläiset halusivat koota kaikki paperisuikaleet biljardipöydän päälle ja liimata ne suurelle kartongille runoksi. Yksi nuorista olisi halunnut tehdä sanoituksesta kappaleen, mutta muut eivät uskaltaneet lähteä tähän mukaan. Yhdessä tekeminen ja jakaminen osoittautui ryhmän jäsenille haastavaksi, ja tämä tehtävä mahdollisti osallistumisen yhteiseen tuotokseen. Opiskelijat olivat todella arkoja jakamaan omia ajatuksiaan julkisesti, minkä takia sanoituksesta ei tullut kappaletta.

Lopuksi kokoonnuimme piiriin, jossa keskustelimme tunnin tehtävistä ja jokaisen tunnelmista sillä hetkellä.

Neljäs tunti

Olin edellisillä tunneilla huomannut musiikillisten tehtävien haastavuuden, joten päätin hieman muuttaa suunnitelmiani tälle tunnille. Alun perin olin suunnitellut alkulämmittelyksi tehtävän, jossa ryhmäläiset olisivat päässeet käyttämään rohkeasti omaa ääntään. Tulin siihen tulokseen, että vaihdan äänitehtävän johonkin helpommin lähestyttävämpään.

Neljäs tunti alkoi nuorten toiveesta jälleen MAHTI-korttien avulla. Kävimme yhdessä hieman laajemmin läpi omia tuntemuksia siltä hetkeltä ja kuluneelta viikolta. Osa nuorista harmitteli, että seuraava kerta olisi kurssin viimeinen. Ryhmäläiset halusivat lisätä soittolistaan kappaleita, joten heidän toiveestaan käytimme siihen hetken aikaa ja laitoimme toivekappaleita soimaan.

Alkuperäisen suunnitelman vaihtuessa päätin, että laulamisen sijaan keskitysimme keskustelemaan kuuntelemamme musiikin aikaansaamista tuntemuksista. Hiljennyimme piiriin kuuntelemaan yhden nuoren valitseman kappaleen, jonka aikana jokainen sai omassa mielessään miettiä sen aiheuttamia tunteita ja ajatuksia. Kappaleen jälkeen keskustelimme yhteisesti sen aiheuttamista ajatuksista. Tärkeää kuitenkin oli, ettei mitään tarvinnut jakaa, jos ei halunnut.

Jatkoimme tuntia itse keksimälläni tehtävällä. Leikkasin ja suunnittelin ennen tunnin alkua suuren palapelin paperille ja jaoin yhden palan jokaiselle. Palapelin palaseen kirjoitettiin asioita, jotka erottavat ryhmäläisen muista. Palasta sai myös koristella haluamallaan tavalla. Osa nuorista ei halunnut kirjoittaa asioita näkyviin, vaan joko piirtää tai vain miettiä niitä mielessään. Kun kaikki palaset olivat valmiina, kokosimme ne yhdeksi isoksi palapeliksi ja keskustelimme siitä. Tehtävän tarkoituksena oli näyttää nuorille, että jokainen on tärkeä osa kokonaisuutta, ja yhdenkin palasen puuttuminen tekisi kokonaisuudesta puutteellisen. Tärkeää oli myös huomauttaa, että jokaisen henkilökohtaiset piirteet tekevät juuri tästä palapelistä ainutlaatuisen.

Tarkoitukseni tällä tunnilla oli, että ryhmäläiset saisivat keskittyä itsessään sellaisiin ominaisuuksiin, joita muilla ei ole. Viimeisessä tehtävässä jaoin ryhmän

kolmen hengen ryhmiin, jossa jokaisen ryhmän tehtävä on miettiä jokaisesta ryhmäläisestä ainakin yksi hyvä ominaisuus, joka kuitenkin eroaa muista. Sen jälkeen heidän täytyisi miettiä kolme positiivista ominaisuutta, joka heissä kaikissa on. Tehtävä osoittautui haastavaksi, ja käytimme siihen paljon suunniteltua enemmän aikaa. Opastin ryhmäläisiä käyttämään apunaan edellistä tehtävää, joka helpotti heitä hieman tehtävän tekemisessä.

Lopuksi kokoontuimme piiriin loppurentoutukseen. Jokainen otti mukavan asennon ja halutessaan haki luokasta löytyviä tyynyjä ja vilttejä. Kuuntelimme klassisen kappaleen, jonka ajaksi sammutin valot. Rentoutuksen jälkeen keskustelimme yhdessä tehtävästä, ja sen aiheuttamista tuntemuksista. Ennen tunnin loppua halusin viimeistä kertaa varten kysyä nuorten omia toiveita seuraavalle kerralle. Moni toivoi levyraatia, ja yksi toivoi alkuleikiksi piirustustehtävää.

Viides ja viimeinen kerta

Tulin tavallista aikaisemmin paikalle tätä kertaa varten järjestelemään luokkaa kuntoon. Toin mukana ryhmäläisille suklaata ja tikkareita viimeisen kerran vuoksi. Oma tunnelmani oli hieman haikea, sillä kurssista, ja erityisesti nuorista, oli tullut tärkeä osa arkeani. Laitoin jälleen taustamusiikin soimaan ja avasin luokan oven.

Nuoret saapuivat luokkaan iloisesti, mutta myös haikein mielin. Aloitimme tunnin tavallisesti MAHTI-korttien avulla, jossa ilmi nousi haikeutta kurssin loppumisen vuoksi, mutta myös iloisia ajatuksia kuluneesta kurssista. Jatkoimme tuntia yhden oppilaan toivomalla piirustustehtävällä, joka osoittautui todella hauskaksi kevennykseksi haikean tunnelman piristämiseen.

Pidimme monen ryhmäläisen toiveesta levyraadin, joka osoittautui todella mielekkääksi tekemiseksi kaikille ryhmäläisille. Jokainen valitsi itse kappaleen, jonka kuuntelimme ja opiskelijoiden toiveesta myös pisteytimme. Koin itse, että nuoret valitsevat sellaisen kappaleen, joka jotenkin kertoi hänestä itsestään. Joidenkin kappaleiden aikana vallitsi todella herkkä tunnelma, ja jotkut kappale-

leet oli selvästi valittu myös naurattamaan ryhmää. Esimerkiksi poika, joka ryhmässä käyttäytyi jopa hieman uhmakkaasti ja levottomasti, valitsi levyraatiin koskettavan ja herkän kappaleen. Jäin pohtimaan, että ehkä kova ulkokuori kätki sisäänsä todella herkän nuoren, jonka on haastavaa tuoda todellista minää esille. Usein ajatellaan, että poikien ei kuulu olla herkkiä, vaan kylmiä ja kovia.

Levyraadin jälkeen pidimme tauon, jonka jälkeen jaoin ryhmälle tuomani karkit. Halusin myös kerätä kirjallisen palautteen ryhmäläisiltä kurssistani, johon käytimme reilusti aikaa. Kirjoitin valkotaululle avustavia kysymyksiä palautteeseen vastaamista varten. Lopuksi teimme loppurentoutuksen yhdessä kurssista keskustellen ja jokaisen lempitehtäviä- ja muistoja läpi käyden.

6 POHDINTA

Työskentely musiikkipedagogina ammatillisen erityisopetuksen VALMA- ja TELMA -ryhmissä oli erittäin mielenkiintoista, mutta myös haastavaa. Kokemus avasi minua ymmärtämään, miten laajalla kentällä musiikkipedagogi pystyy toimimaan. Musiikillisten ja taiteellisten menetelmien rohkea käyttö opetuksessa antoi minulle uusia ulottuvuuksia ja mahdollisuuksia kehittää ja laajentaa omaa osaamistani. Lisäksi monipuolisten opetusmenetelmien ja -välineiden ennakkoluuloton käyttö antaa parhaimmillaan opiskelijoille mahdollisuuden tarkastella omaa osaamista ja vahvuuksia uusista näkökulmista.

Vaikka ensimmäiset tapaamiset olivat syksyllä 2019, sain viime hetkellä ennen tammikuussa 2020 alkanutta valinnaiskurssin alkua tietää ryhmän opiskelijamäärän. Lisäksi minulle kerrottiin, että ryhmän opiskelijat ovat levottomia eivätkä todennäköisesti osallistu tehtävien tekemiseen. Minulla ei ollut minkäänlaista muuta esitietoa siitä, millaisia erityisen tuen tarpeita mahdollisesti opiskelijoilla oli. Ryhmätilanteissa paikalla oli muutamia Luovin opetushenkilöstöön kuuluvia ihmisiä. Näin ollen minun oli suunniteltava kurssini ilman tarkempaa esitietoa opiskelijoista, joten en voinut huomioida tehtävissä mahdollisia erityisen tuen tarpeita.

Valmentavan koulutuksen opetussuunnitelmassa valinnaisten opintojaksojen sisällöt ja tavoitteet on määriteltä siten, että sain vapaasti suunnitella opintojakson sisällön. Sisällön suunnitteleminen ja kasaaminen oli mielestäni mielenkiintoista ja uppouduin erilaisten tehtävien etsimiseen. Tein jokaisesta tapaamiskerrasta tuntisuunnitelman.

Jo ensimmäisellä toteutuskerralla huomasin, etteivät kaikki suunnittelemani tehtävät olleet mahdollisia tai järkeviä toteuttaa kyseisessä ryhmässä. Suurin osa opiskelijoista oli jännittyneitä ja ahdistuneita jo siitä, että heidän täytyi olla yli kymmenen muun tuntemattoman kanssa yhtä aikaa samassa tilassa. Huomat-

tuani tämän minun piti saman tien muuttaa suunnittelemaani käytännön tuntitoteutusta, jotta en tehtävilläni ahdistaisi opiskelijoita lisää.

Musiikkipedagogina minulla tulee olla herkkyys huomioida ja reagoida opetettavan ryhmän luonteeseen eikä sokeasti toteuttaa jo aiemmin suunnittelemaani toteutusta. Toimiessani musiikkipedagogina minulta vaaditaan erityistä kykyä nähdä ihmisten erilaisuus ja erilaiset tuen tarpeet, jotta voin luoda myönteisen ja turvallisen oppimisympäristön jokaiselle ryhmässä olevalle opiskelijalle. Myös Karjalainen (2019, 10) mainitsee, että luovaa toimintaa ohjatessa on oltava myös pedagogista herkkyyttä, jotta voi tunnistaa tilanteisiin ja ihmisiin liittyviä tekijöitä. Luovaa toimintaa ohjatessa on olennaista kohdata jokainen ihminen arvostavasti huomioiden heidän kokemuksensa ja tunteensa. Lisäksi Huhtinen-Hilden (2019, 50) tuo esille, että pelkkä muusikon taiteellinen koulutus ei takaa taiteen soveltavan käytön osaamista, vaan siihen vaaditaan osaamista erityisesti pedagogisesta vuorovaikutuksesta ja kohtaamistilanteista. Muusikot ja musiikkipedagogit tarvitsevat ammatillisten polkujen lisäksi vahvasti vuorovaikutuksen ja kohtaamisen taitoja sekä työvälineeksi pedagogisen herkkyyden.

Vaikka minulle etukäteen kerrottiin, että opiskelijat eivät lähtisi mukaan tehtävien tekemiseen, suhtauduin täysin ennakkoluulottomasti opetustilanteisiin. Koska minun täytyi muuttaa tekemääni kurssisuunnitelmaa, rakensin sen uudelleen niin, että jokainen pystyisi osallistumaan tekemiseen mahdollisimman matalalla kynnyksellä ja omien lähtökohtiensa kautta. Omaa musiikillista ilmaisua vaativat tehtävät oli jätettävä kokonaan pois, koska opiskelijoilla ei vielä ollut rohkeutta heittäytyä millään tasolla sellaisiin tehtäviin.

Päätin muuttaa musiikillisen osion sellaiseksi, että se ei vaatinut keneltäkään henkilökohtaista musiikillista itseilmaisua. Koska musiikillinen itseilmaisuus oli haastavaa, opiskelijat saivat valita lempikappaleitaan, joita soitin tehtävien aikana taustalla. Taustamusiikin kuuntelu oli todella toimiva menetelmä, sillä opiskelijat suorastaan uppoutuivat tekemään antamiani tehtäviä. Luovin opetushenkilöstö ihmetteli useaan otteeseen, miten opiskelijat rauhoittuivat kanssani tekemään tehtäviä. Koen, että opiskelijalähtöinen opettamiseni sekä rauhallinen suhtautuminen myös levottomampiin opiskelijoihin auttoi koko ryhmän keskitty-

mistä annettuihin tehtäviin. Uskon myös, että opiskelijoiden itse valitsemien kappaleiden soiminen taustalla lisäsi ryhmätilanteiden mielekkyyttä. Opiskelijoiden valitsemien kappaleiden soittaminen taustalla lisäsi myös heidän osallisuuden tunnettaan.

Ahonen tuo esille, että musiikin kieli ei ole välttämättä kerronnallista, vaan symbolista. Sillä voidaan ilmaista sellaisia asioita, joita ei pystytä muuttamaan kerronnalliseksi. Musiikkiin kuulija pystyy sijoittamaan ja soveltamaan omaa henkilökohtaista merkityssisältöä. Musiikki nostaa psyykkisistä rakenteistamme esiin muistoja ja tapahtumia, jotka olisivat muuten unohtuneita. Musiikki voi auttaa kuulijaa ymmärtämään ja käsittelemään omia tunteita ja ristiriitoja, sillä musiikin avulla ne saavat konkreettisemmän muodon, jota on helpompi käsitellä. Musiikki etäännyttää vaikeat asiat etäisyyden päähän, jolloin niiden käsittely on mahdollista. (2000, 55–58.)

Musiikkipedagogi on todennäköisesti harrastanut ja opiskellut musiikkia vuosia, joten itseilmaisu ja itsensä likoon laittaminen on luontevampaa. Käytännön opetustyössä on kuitenkin muistettava, etteivät opiskelijat useinkaan ole tottuneet spontaaniin itseilmaisuun ja omien ajatuksien jakamiseen muiden kanssa musiikillisesti.

Musiikkipedagogina musiikillisia asioita ei pidä pitää itsestään selvyutenä. Musiikin ammattilaisena voi unohtua se, että pelkästään laulaminen, soittaminen tai esiintyminen ei ole ainoa tapa musiikilliseen itseilmaisuun. Ryhmätilanteissa nousi vahvasti esille se, että opiskelijat käyttivät kuuntelemaansa musiikkia omien tunteiden, ajatuksien ja arvojen käsittelyyn ja esille tuomiseen. Huhtinen-Hilden mainitsee, että yhdessä musiikin kuunteleminen luo yhteisöllisen kokemuksen, joka on erilainen kuin musiikkia yksin kuunnellessa. Yhteisöllinen musiikillinen kokemus voi parhaimmillaan kääntää negatiivisuuden positiiviseksi energiaksi. (2019, 27.)

Mielestäni opiskelijoiden musiikin kuuntelu on yhtä arvokas väline musiikilliseen itseilmaisuun kuin laulaminen, soittaminen tai esiintyminen. On tärkeää huomioida musiikkipedagogina jokaisen yksilölliset haasteet, rajoitteet tai tuen tarpeet,

jotta voi ymmärtää kuunnellun musiikin merkityksen juuri kyseisille opiskelijoille. Usein erityistä tukea tarvitsevilla opiskelijoilla on vaikeuksia tuoda esille omia ajatuksiaan ja tunteitaan. Musiikin kuuntelu on välttämätön keino heille tuoda itseään esille, ja sillä voi olla paljon syvällisempi merkitys heidän elämässään kuin musiikkia laulamalla tai soittamalla harrastavalle. Kuunnellun musiikin kautta etenkin erityistä tukea tarvitsevat opiskelijat rohkaistuvat, vahvistuvat ja löytävät itsestään ja muista uusia puolia, jotka ovat usein haastavia asioita heidän elämässään.

Liisa Keltinkangas-Järvinen tuo esille, että koulun myönteisiä vaikutuksia itsetuntoon on haastava osoittaa. Perinteisesti koulu on lisännyt niiden itsetuntoa, joilla on jo olemassa muutoinkin hyvä pohja itseluottamukselle, hyvät sosiaaliset valmiudet ja motivaatio tekemiseen. (2010, 181.) Musiikilliset ja taiteelliset menetelmät vaativat usein yksilöltä rohkeutta ja aktiivista sosiaalisuutta. Musiikki-pedagogina on tärkeää huomioida ja ymmärtää, että etenkin hiljaiset ja arat opiskelijat tarvitsevat paljon kannattelua ja rohkaisua sekä myönteistä palautetta. Myönteinen kannustus on erityisen tärkeää aremmille opiskelijoille jo sen takia, että he uskaltavat olemaan osallisena luovan ryhmän toimintaa. Pienetkin myönteiset palautteet vaikuttavat myönteisesti opiskelijan itsetuntoon ja minäkuvaan.

Koen itse, että pitämäni opintojakso oli vasta alkusysäys musiikillisiin ja luoviin itseilmaisun keinoihin. Jos kurssi olisi jatkunut loppukevään 2020, olisi ehkä ollut mahdollista lisätä hiljalleen musiikillista itseilmaisua ja musiikillisia harjoitteita. Viisi toteutuskertaa oli aivan liian lyhyt aika saada niin syvä luottamus ryhmässä ja opiskelijoissa itsessään, että musiikillisia tehtäviä olisi päästy tekemään. Huomasin, että erityistä tukea tarvitsevilla opiskelijoilla vie enemmän aikaa tutustua uusiin ihmisiin ja tilanteisiin sekä omaksua uusia asioita. Tämänkin vuoksi tapaamiskertojen määrä oli aivan liian lyhyt. Koen silti, että onnistuin tuomaan musiikillisia elementtejä muiden luovien menetelmien ohella opiskelijoiden itseilmaisuun ja tunteiden käsittelyyn.

Uskon, että yksilötapaamisina suoritettuna musiikillisen itseilmaisun menetelmät olisivat olleet helpommin lähestyttäviä kuin ryhmässä. Esimerkkinä voin mainita

kahdenkeskisen hetken yhden opiskelijan kanssa. Ryhmässä hän ei puhunut lainkaan, vaikka osallistui tehtäviin. Ollessamme kahdestaan hän kysyi varovasti kuiskaamalla, voisiko hän kokeilla soittaa samassa huoneessa ollutta pianoa. Jäin taustalle huomaamattomasti seuraamaan opiskelijan soittamista. Soittaessaan pianoa hän hymyili ja aivan kuin olisi herännyt uudella tavalla eloon. Lopeuttuaan soittamisen hän palasi takaisin kuoreensa. Ilman kahdenkeskistä hetkeä ei tätä musiikillista itseilmaisun hetkeä olisi tapahtunut. Tuon tapahtuman jälkeen jäin pohtimaan, että ryhmätoteutuksen lisäksi olisi hyvä ollut olla myös säännöllisiä yksilötapaamisia, joissa olisi kahden kesken voinut harjoitella musiikillisia itseilmaisun keinoja. Kenties tulevaisuudessa kehitän tehtäväpaketini oheen myös yksilötapaamisia.

Kurssin viimeisellä tapaamiskerralla pyysin lopuksi palautetta opiskelijoilta pitämästäni valinnaiskurssista. Lähes kaikki toivoivat, että kurssi olisi jatkunut pidempään. Lisäksi suurin osa koki hyötyneensä kurssista. Opiskelijat kertoivat oppineensa kurssin aikana muun muassa sosiaalisuudesta, kirjoittamisesta, musiikista ja taiteesta. Myös opetushenkilöstö oli todella tyytyväinen kurssini toteutukseen ja sisältöön. He toivat esille myös tällaisen musiikillisten ja luovien opetusmenetelmien tarpeellisuuden valmentavassa koulutuksessa. He vinkkasivat lisäksi, että voisin lähettää Luovin valmentavan koulutuksen esimiehelle sähköpostilla tietoa kurssin toteutuksesta ja mahdollisuudesta toteuttaa sitä myös jatkossa valmentavassa koulutuksessa.

Tulevana musiikkipedagogina haluan antaa jokaiselle mahdollisuuden kokea oppimisen riemua ja oivalluksia. Minulle on tärkeää luoda sellainen oppimisympäristö, jossa jokaisen on hyvä ja turvallinen olla. Se edellyttää kaikilta toistensa arvostamista ja huomioon ottamista. Haluan kohdata jokaisen opiskelijan aidosti ja ystävällisesti, sekä luoda alusta alkaen avoimen, tasavertaisen, arvostavan ja luottamuksellisen suhteen jokaiseen opiskelijaan.

Pohdin opintojakson aikana paljon sitä, mikä oikeasti tällaisessa kurssissa on opetuksellisesti merkityksellistä. Osa opiskelijoista piti pipoa tai huppua päässään tapaamiskertojen aikana, mutta en puuttunut siihen millään tavalla. Koin itse, että oppilaan päässään pitämä huppu voi olla turvakeino, joka auttaa tun-

nilla keskittymiseen ja kuuntelemiseen. Mielestäni tällaiset seikat eivät ole olennainen asia kurssilla, vaan mahdollisuus olla osallisena ryhmän toiminnassa. Tapaamiskertojen edessä opiskelijoiden päässä ei enää ollut huppuja tai lakkeja.

Mielestäni onnistuin luomaan avoimen ja turvallisen ilmapiirin, joka mahdollisti jokaisen opiskelijan osallisuuden. Esimerkiksi eräs ujo ja hieman tilanteesta ahdistunut opiskelija istui aina tuntien aikana luokan nurkassa itsekseen. Havainnoin kuitenkin, että hän oli omalla tavallaan kiinnostunut ja innostunut tehtävien tekemiseen. Hän tarvitsi vain hieman välimatkaa toisiin opiskelijoihin ja enemmän omaa tilaa pystyäkseen olemaan osa ryhmää. Myös Keltinkangas-Järvinen kirjoittaa, että ujo ihminen menee ikään kuin lukkoon uusissa ja sosiaalisissa tilanteissa. Se ei kuitenkaan tarkoita sitä, ettei hän olisi kiinnostunut sosiaalisista tilanteista ja nauttisi muiden ihmisten seurasta. (2010, 41.)

Valmentavan koulutuksen opiskelijoiden tavoitteena on siirtyä joko ammatilliseen koulutukseen tai itselle soveltuvaan työhön. Koen, että toteuttamillani musiikillisilla ja luovilla menetelmillä tuin ja rohkaisin opiskelijoita kartoittamaan ja löytämään itsestään piirteitä, vahvuuksia ja osaamista, jotka todennäköisesti auttavat heitä jatkosuunnitelmiansa työstämisessä ja toteuttamisessa. Mielestäni valmentavassa koulutuksessa musiikkipedagogin osaamista ja erilaisten taiteellisten menetelmien soveltamista voisi hyödyntää laaja-alaisesti erityistä tukea tarvitsevien opiskelijoiden opettamisessa, ohjaamisessa ja jatkosuunnitelmien työstämisessä.

LÄHTEET

Ahonen, H. 2000. Musiikki sanaton kieli – Musiikkiterapian perusteet. Vantaa: Tummaavuoren kirjapaino Oy.

Ahonen, H. 1993. Löytöretki itseen. Viitattu 18.4.2020, https://www.researchgate.net/publication/319016002_Loytoretki_itseen.

Ammattiopisto Luovi. Viitattu 18.4.2020, <https://luovi.fi/hakijalle/valmentava-koulutus/>.

Hautala, P-M. 2008. Lupa tulla näkyväksi – Kuvataideterapeuttinen toiminta kouluissa. Jyväskylän yliopisto, kasvatustieteiden tiedekunta. Väitöskirja. Viitattu 20.4.2020, <https://jyx.jyu.fi/handle/123456789/21619>.

Haveri, M. 2016. Hyviä kysymyksiä – eettinen erityistaidetoiminta. Hämeenlinna: Kettuki ry. Viitattu 20.4.2020, https://kettuki.fi/uploads/files/KETTUKIN_eettinenopas_hyvia_kysymyksia_A5_WEB.pdf.

Huhtinen-Hilden, L. 2010. Kohti sensitiivistä musiikin opettamista - Ammattitaidon ja opettamisen polkuja. Jyväskylän yliopisto, humanistinen tiedekunta. Väitöskirja. Viitattu 18.4.2020, <https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/37882/9789513947194.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.

Jordan-Kilkki, P., Kauppinen, E. & Viitasalo-Korolainen, E. 2013. Musiikkipedagogin käsikirja – Vuorovaikutus ja kohtaaminen musiikinopetuksessa. Tampere: Juvenes Print. Suomen Yliopistopaino Oy.

Karjalainen, A. 2019. Luovan toiminnan työtavat – Käsikirja sosiaali- ja terveysalalle. Jyväskylä: PS-kustannus.

Keltinkangas-Järvinen, L. 2010. Hyvä itsetunto. Juva: WSOY.

Keltinkangas-Järvinen, L. 2010. Sosiaalisuus ja sosiaaliset taidot. Juva: WSOY.

Leskinen, E. 2016. Ryhmä toimimaan! – Vinkkejä tutustumiseen, oppimiseen ja yhteistyöhön. Juva: Bookwell Oy.

Lilja-Viherlampi, L-M. 2007. ”Minunkin sisällä soi!” – musiikin ja sen parissa toimimisen terapeuttisia merkityksiä ja mahdollisuuksia musiikkikasvatuksessa. Turun ammattikorkeakoulun tutkimuksia 24. Viitattu 20.4.2020, <http://julkaisut.turkuamk.fi/isbn9789522166647.pdf>.

Louhivuori, J., Paananen, P. & Väkevä, L. 2009. Musiikkikasvatus – Näkökulmia kasvatukseen, opetukseen ja tutkimukseen. Vaasa: Suomen Musiikkikasvatusseura – FiSME r.y.

Maunus, J. 2003. Musiikin kuuntelu vapaa-ajalla ja koulussa. Jyväskylän yliopisto, humanistinen tiedekunta. Pro gradu-tutkielma. Viitattu 20.4.2020, <https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/9917/1/G0000200.pdf>.

Opetus- ja kulttuuriministeriö. 2013. TAIKA 2008-2013. Viitattu 18.4.2020, <https://blogs.helsinki.fi/taika-hanke/>.

Rankanen, M., Hehtinen, H. & Mantere, M-H. 2007. Taideterapian perusteet. Hämeenlinna: Karisto Oy.

Rouvinen-Kemppinen, K. & Kemppinen, P. 2000. Luovuuden kukoistus - Toiminnallinen harjoituskirja. Tallinna: Kannustusvalmennus P. & K. Oy.

Väisänen, O. 2017. Kasvatustieteen perusopinnot – Oivaltava oppiminen-tehtävä. Jyväskylän avoin yliopisto.

Ensimmäinen tunti:

1. Esittäytyminen:

Kaikille annetaan A4-paperi. Jokainen piirtää itsensä ja kirjoittaa oman nimensä pänsä päällä piirtäen. Sitten vuorotellen minusta alkaen esitellään itsemme. (5min)

2. Fiiliskierros:

MAHTI-korttien avulla kerrotaan vuorotellen mitä juuri nyt tunnemme ja mitä odotamme tulevilta tunneilta. (5min)

<https://www.tukiliitto.fi/tukiliitto-ja-yhdistykset/kehittamistoiminta/paattyneet-hankkeet/mahti-projekti/mahti-tunnekortit/>

3. Kansio:

Kansio nimetään omalla nimellä. Kansioon kerätään kaikkien tuntien aikana tehtyjä teoksia, joihin voi palata myöhemmin. Kansion kansi: Valitse lehtikuvia, jotka muistuttavat sinua hyvistä puolistasi. Mukaan voi kirjoittaa voimaleuseita, kuten kappaleen sanoja.

4. Loppukeskustelu

VINKKI: Kerää kansioita varten kuvia lehdistä yms. joita nuoret voivat liimailla kansion kanteen.

Toinen tunti:

1. Alkuleikki:

Sadepäivän orkesteri. (30min)

Valitaan 4 sadepäivään liittyvää asiaa. (Saappaat, lätäkkö, pisara, loiskaus.)Kun osat on valittu, sovitaan yhdessä, miten ne soitetaan. Soittimien ei tarvitse olla oikeita. Ne voi myös keksiä itse. Teos soitetaan, jonka jälkeen keskustellaan, miltä sävellys kuulosti/tuntui.

2. Musiikkimaalaus:

Valitaan kappale ilman sanoitusta. Kuunnellaan teosta ja maalataan syntyviä tunteita, mielikuvia, mielimaisemia tai ajatuksia. Lopuksi katsellaan

maalauksia ja kerrotaan omasta työstä sen verran kun halutaan. (30min – 1h)

3. Minä ja luonne:

Pöydälle on levitetty vahvuuskortteja. Jokainen keräilee kolme itseltään kertovaa korttia ja kirjoittaa ne paperille. Sitten jokainen laittaa oman lappunsa lattialle kasaan ja ne sekoitetaan. Jokainen valitsee yhden lappun, ja valitsee yhden vahvuuden toiselle henkilölle ja halutessaan perustella. Taustalla kuuluu musiikkia.

<http://kepeli.metropolia.fi/wp-content/uploads/2019/09/Vahvuuskortit.pdf>

Vinkki: Lopuksi laitetaan maalaukset omaan kansioon, ja kysytään mikä oli kehenkin suosikki asia tällä tunnilla.

Kolmas tunti:

1. Otetaan MAHTI -kortit ja kuvataan omia tunteita sillä hetkellä. (5-10min)
2. Pelataan Tuhat ja yksi tarinaa -lautapeliä. (noin 30min)
3. Kuka minä olen? Oman elämän puu.

Aloitetaan katselemalla kuvia eri puulajeista. Jokainen valitsee itselle oman puulajin, joka kuvastaa itseä. Lajin voi keksiä myös itse. Jokainen voi pohtia tarvitseeko puu paljon tilaa, vai viihtyykö se tiheikössä. Onko puulla syvät juuret? Vai juurtuuko se helposti uuteen paikkaan? Tarjoaako puu suojaa muille? Vai onko se toisen puun suojassa? Puut piirretään tai askarrellaan paperille, ja ne voidaan asetella metsäksi. Keskustellaan tehtävästä ja puiden tuottamista ajatuksista ja huomioista.

4. Tehdään runo!

Jokainen kirjoittaa 2-5 fraasia paperisuikaleelle. Kaikki fraasit ovat oikeanlaisia! Suikaleet sekoitetaan ja niitä aletaan yhdessä järjestelemään runoksi/sanoitukseksi. Ajatuksia voidaan miettiä ajatuskartan avulla, jossa keskellä ”minä”. Esim. minä, perhe, ystävät, koulu, ammatti, unelmat, lempimusiikki, parhaat puolet minussa ym. Lisää lauseita ja järjestellään sanoja taustamusiikin kanssa. Käytä tekemää puuta apuna.

Taas kokoonnutaan piiriin ja kerrotaan jokaisen oma lempiasia tunnilta

Neljäs tunti:

1. Alkuleikki: Äänten meri

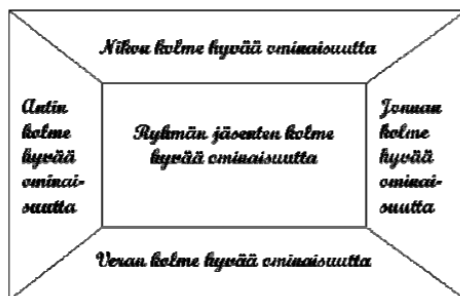
Jokainen kävelee luokassa omaan tahtiin. Jokaisella ulos hengityksellä päästetään ulos pitkä soiva u-kirjain. Sen jälkeen hengitetään ja päästetään uusi u-kirjain. Näin tilassa syttyy ja sammuu ääniä eri aikoihin. (15min)

2. Palapeli:

Jokainen palapelin palanen on erilainen, mutta todella tärkeä osa kokonaisuutta. Jokainen palanen myös kuuluu palapeliin. Yhdenkin palan puuttuminen muuttaa koko palapeliä. Myös sinä olet palapelin osa. Mitkä asiat tekevät sinusta erilaisen kuin kukaan muu? Se voi olla mitä tahansa, joka liittyy mm. harrastuksiin, kiinnostuksen kohteisiin, musiikkiin, luonteeseen. Kirjoita palapelin palaseen ainakin kaksi asiaa, jotka tekevät sinusta juuri sellainen kuin sinä olet. Lopuksi kaikkien palasista kootaan palapeli lattialle ja pohditaan syntynyttä palapeliä. Jokainen laittaa oman palasen kansioonsa.

3. Hyvät ominaisuudet:

Jokaisella on hyviä ominaisuuksia, myös sellaisia joita muilla ei ole. Vahvistaa minäkuvaa ja ryhmähenkeä.



Ryhmä jaetaan aluksi neljän hengen ryhmiin. Jokainen ryhmä piirtää paperilleen neliön siten, että laidoille jää hyvin tilaa. Ryhmän tehtävänä on miettiä yhdessä kolme positiivista ominaisuutta, joka heillä kaikilla yhteisesti on. Ominaisuudet kirjataan paperin keskelle. Tähän vaiheeseen voi käyttää aikaa esimerkiksi 5 minuuttia.

Toisessa vaiheessa ryhmäläisten tulee miettiä vuorotellen jokaisesta ryhmän jäsenestä kolme hyvää ominaisuutta, joita muilla ryhmän jäsenillä ei ole. Kaikki voivat osallistua keskusteluun. Ominaisuudet kirjataan neliön sivuille. Tähän

vaiheeseen käytetään aikaa 5–10 minuuttia. Ryhmä kertoo yhteiset hyvät ominaisuudet ja ryhmän jäsenten hyvät ominaisuudet.

<http://www.mentalhealthpromotion.net/resources/m-oon-jees.pdf>

4. Rentoutus ja tunnin loppu.

Viides tunti:

1. Käydään läpi jokaisen tuntemuksia pidetyistä tunteista.
2. Piirrostehtävä:
erään opiskelijan oma toive.
3. Levyraati:
opiskelijoiden toivoma (käytetään aikaa niin paljon, kun on tarpeellista)
4. Rytmipiiri:
Istutaan lattialla selät toisia kohti käännettyinä. Ensimmäinen taputtaa keksimänsä rytmin toisen selkään, ja seuraavan pitää toistaa se edessä olevalle. Aloittajan on hyvä muistaa oma rytmensä ulkoa, jotta nähdään pysyikö rytmi samana.
5. Palautteen kerääminen
6. Loppurentoutus yhdessä jutellen kuluneesta kurssista.