



SEINÄJOEN AMMATTIKORKEAKOULU
SEINÄJOKI UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Petteri Huuhtanen

Kohtaamistaide® sosiaalisen kuntoutuksen menetelmänä

Ryhmätoiminnan toteuttaminen yhteisövalmennus Reilun asiakkaille

Opinnäytetyö
Syksy 2021
SeAMK Sosiaali- ja terveystieteiden
Sosionomi (AMK)



SEINÄJOEN AMMATTIKORKEAKOULU

Opinnäytetyön tiivistelmä

Koulutusyksikkö: Seinäjoen ammattikorkeakoulu

Tutkinto-ohjelma: Sosionomi (AMK)

Tekijä: Petteri Huuhtanen

Työn nimi: Kohtaamistaide® sosiaalisen kuntoutuksen menetelmänä: Ryhmätoiminnan toteuttaminen yhteisövalmennus Reilun asiakkaille

Ohjaaja: Aino Alaverdyan, lehtori

Vuosi: 2021

Sivumäärä: 54

Liitteiden lukumäärä: 3

Opinnäytetyön tavoitteena on Kohtaamistaiteen® kehittäminen, oman ohjauksen arvioiminen sekä Kohtaamistaiteen testaaminen sosiaalisen kuntoutuksen menetelmänä. Tavoitteeni oli suunnitella ja toteuttaa Kohtaamistaiteen ryhmänohjausta sosiaalisen kuntoutuksen yksikössä.

Toiminnallisen opinnäytetyön yhteistyötahona toimi Buusti ry:n yhteisövalmennus Reilu. Tietoperustana opinnäytetyössäni käsittelin sosiaalista kuntoutusta, voimaantumista, vertaisuutta ja ryhmän ohjausta. Toiminnallinen osuus toteutettiin maaliskuu-kuussa 2021 Reilun tiloissa kahdeksan ohjauksen kokonaisuutena. Ryhmäkertojen teemoja olivat kädet, kirsikkapuun kukat, granaattiomena, ovi unelmiin, arabeski, hortensia, verso sekä muotokuva. Ryhmäkerrat aloitettiin kuulumiskierroksella ja teemaan virittäytymällä, jonka jälkeen ohjasin teemaan liittyvän taidemenetelmän. Lopuksi työt arvostettiin. Ryhmään osallistui yhteensä neljä Reilun mielenterveyskuntoutujaa. Toiminnan päätteeksi toteutin ryhmämuotoisen teemahaastattelun. Haastattelussa käsiteltiin osallistujien kokemuksia Kohtaamistaiteen ryhmästä, ohjauksesta sekä mielipiteitä Kohtaamistaiteen soveltuvuudesta osaksi Reilun arkea.

Kohtaamistaiteen ryhmä oli osallistujille kokemuksena terapeutin, mielekäs ja voimaannuttava. Ryhmässä on opittu käsittelemään negatiivisia tunteita, itsensä hyväksymistä, saatu sosiaalista seuraa ja herätelty halua kokeilla uutta. Kohtaamistaide on mahdollistanut kuulluksi tulemisen, arjesta irtautumisen ja taidetyössä onnistumisen. Ohjaukseni kuvailtiin tarkaksi, hyväntahtoiseksi, tukevaksi ja rauhalliseksi, ja sen lisäksi ohjaukseni pidettiin tarkasti suunniteltuina, mikä antoi tilaa luovuudelle. Ohjaajana koin onnistuvani luomaan toisia kunnioittavan ja turvallisen ilmapiirin.

¹ Asiasanat: kohtaamistaide, toiminnalliset menetelmät, sosiaalinen kuntoutus, ryhmätoiminta, voimaantuminen

SEINÄJOKI UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Thesis abstract

Faculty: School of Health Care and Social Work

Degree programme: Degree Programme in Social Services

Author: Petteri Huuhtanen

Title of thesis: Encounter Art® as a method of social rehabilitation: Implementing group activities to clients of community coaching Reilu

Supervisor: Aino Alaverdyan, Senior Lecturer

Year: 2021

Number of pages: 54

Number of appendices: 3

The purpose of this thesis was to develop Encounter Art®, to survey my guiding skills and to test Encounter Art as a method of social rehabilitation. My aim was to plan and carry out group guidance of Encounter Art in the social rehabilitation unit.

This functional thesis was made in co-operation with Buusti's community coaching unit Reilu. The theoretical background in my thesis dealt with social rehabilitation, empowerment, equality, and group guidance. The operational part was implemented in March-May 2021 in the Reilu premises as a set of eight guidance sessions. The themes of the group events were hands, cherry blossoms, pomegranate, door to dreams, arabesque, hydrangea, sprout, and portrait. The group sessions started by exchanging news and by warming up for the theme of the day, after which I carried out the art method related to the theme. Finally, the work was appreciated. A total of four Reilu's mental health rehabilitators participated in the group. At the end of the activity, I conducted a group thematic interview. The interview covered the participants' experiences of the Encounter Art group, my guidance, and their opinions on the suitability of Encounter Art as part of Reilu's everyday practice.

The experience of the Encounter Art group was therapeutic, meaningful, and empowering for the participants. Some participants of the group have learned to deal with negative emotions, self-acceptance, gained social companionship and felt they wanted to try something new. The Encounter Art has made it possible to be heard, to break away from everyday life and to succeed in art. My guidance was described as precise, benevolent, supportive, and calm, and in addition, my guidance was considered carefully planned, giving room for creativity. As an instructor, I managed to create an atmosphere of respect and security for others. As a method of social rehabilitation, the Encounter Art promotes the social functioning of the participants, and in addition, the Encounter Art creates experiences of equality.

¹ Keywords: encounter art, functional methods, social rehabilitation, group activities, empowerment

SISÄLTÖ

| | |
|--|----|
| Opinnäytetyön tiivistelmä | 2 |
| Thesis abstract | 3 |
| SISÄLTÖ | 4 |
| Kuva-, kuvio- ja taulukkoluetelo | 6 |
| 1 JOHDANTO | 8 |
| 2 TOIMINNALLISEN TUTKIMUKSEN LÄHTÖKOHDAT | 10 |
| 2.1 Tutkimuksen lähtökohdat ja tavoite | 10 |
| 2.2 Yhteistyötahon avaus | 11 |
| 2.3 Aiemmat tutkimukset | 12 |
| 3 KOHTAAMISTAITEEN TAVOITTEET JA MENETELMÄ | 14 |
| 3.1 Kohtaamistaiteen tavoitteet ja aistielämykset | 14 |
| 3.2 Virittäytyminen kohti taidetyöskentelyä | 15 |
| 3.3 Taidetyöskentelyllä esteettisiä taideteoksia | 16 |
| 3.4 Arvostuksen kautta nähdyksi tulemista | 16 |
| 4 RYHMÄTOIMINNAN TOTEUTTAMINEN SOSIAALISESSA KUNTOUTUKSESSA | 18 |
| 4.1 Sosiaalisen kuntoutuksen tavoitteet ja toiminta | 18 |
| 4.2 Vertaisuus ja voimaantuminen ryhmätoiminnan tavoitteina | 19 |
| 4.3 Ryhmän suunnittelu ja ohjaaminen | 21 |
| 5 TOIMINNALLISEN TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN | 23 |
| 5.1 Ryhmätoiminnan suunnittelu | 23 |
| 5.2 Ryhmätoiminnan toteuttaminen | 28 |
| 6 RYHMÄTOIMINNAN JA OHJAUKSEN ARVIOINTI | 38 |
| 6.1 Teemahaastattelun ja analysoinnin toteuttaminen | 38 |
| 6.2 Ryhmäkertojen loppupalautteet | 40 |
| 6.3 Ohjaajan oma reflektio | 42 |
| 6.4 Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus | 43 |
| 7 RYHMÄLÄISTEN KOKEMUKSIA KOHTAAMISTAITEEN RYHMÄSTÄ | 44 |
| 7.1 Ryhmän onnistumisen elementit | 44 |

| | |
|--|----|
| 7.2 Kohtaamistaiteen hyödyistä menetelmänä | 45 |
| 7.3 Voimaannuttava ohjaus..... | 47 |
| 7.4 Ryhmästä saadut hyödyt..... | 48 |
| 8 JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA | 50 |
| 8.1 Johtopäätökset..... | 50 |
| 8.2 Pohdinta..... | 52 |
| LÄHTEET | 55 |
| LIITTEET | 60 |

Kuva-, kuvio- ja taulukkoluettelo

| | |
|--|----|
| Kuva 1. Kohtaamistaitelle varattu huone..... | 24 |
| Kuva 2. Taidetyöskentelyssä käytetty pöytä sekä virittäytymiskortteja..... | 27 |
| Kuva 3. Kädet ennen signeerausta..... | 30 |
| Kuva 4. Kirsikkapuun kukat. | 31 |
| Kuva 5. Granaattiomena ja paloitetu granaattiomena virittelyä varten..... | 32 |
| Kuva 6. Ovi unelmiin..... | 33 |
| Kuva 7. Arabeski. | 34 |
| Kuva 8. Hortensiat. | 35 |
| Kuva 9. Versot..... | 36 |
| Kuva 10. Kohtaamistaitteen näyttely..... | 37 |
| | |
| Kuvio 1. Esimerkki abstrahoinnista. | 40 |
| Kuvio 2. Onnistumisen elementit. | 44 |
| Kuvio 3. Asiakkaiden kokemukset Kohtaamistaitteesta. | 45 |
| Kuvio 4. Ohjauksen elementit. | 47 |
| Kuvio 5. Koetut hyödyt ryhmästä. | 48 |
| | |
| Taulukko 1. Kohtaamistaitteen ensimmäisen ryhmäkerran suunnitelma..... | 25 |
| Taulukko 2. Kohtaamistaitteen ryhmäkertojen teemat ja tavoitteet. | 28 |
| Taulukko 3. Kohtaamistaitteen osallistujien henkilökohtaiset tavoitteet..... | 29 |

| | |
|--|----|
| Taulukko 4. Teemahaastattelurunko..... | 39 |
| Taulukko 5. Asiakkaiden palautteet ryhmäkertojen päätteeksi..... | 41 |

1 JOHDANTO

Luovia menetelmiä on käytetty sosiaalialalla jo pitkään ihmisten hyvinvoinnin edistämisen keinona. Luovuus on yksi ihmisen perustarpeista, sillä se näkyy ihmisen arjessa uusien ratkaisujen löytämisenä ja asioiden näkemisenä uusista näkökulmista. Epävarmuuden ja vaikeuksien ympäröimänä mielikuvitus ja luovuus voivat toimia ihmiselle turvapaikkana. Taiteen avulla ihminen voi käsitellä vaikeitakin asioita, tarkkaillen itsestäänselvyyksiltä tuntuja asioita uudesta näkökulmasta tai tekemällä tutusta vierasta. Luova toiminta tuo mukanaan virkistystä ja vaihtelua arkeen, jossa energiaa voi kanavoida taiteeseen tai vaihtoehtoisesti saada energiaa lisää. Yhdessä koetussa luovassa toiminnassa ihminen kokee olevansa merkityksellinen ja hänen kokemustensa tai tuotostensa olevan tärkeänä osana yhteistä kokonaisuutta. (Huhtinen-Hildén & Karjalainen 2019, 11–13.) Vaikka luovan toiminnan menetelmiä hyödynnetään sosiaali- ja terveysalalla, tulisi yhteistyötä kulttuurialan kanssa lisätä entisestään. Moniammatillisella yhteistyöllä tieto ja taito kulkeutuisi, joka lisäisi rohkeutta käyttää luovia menetelmiä etenkin ryhmänohjauksessa. Tämän opinnäytetyön kautta osallistun luovan toiminnan kehittämiseen sekä tiedon välittämiseen sosiaalisen kuntoutuksen näkökulmasta.

Luovaa toimintaa voivat olla esimerkiksi kuvallinen ilmaisu, musiikki, draama, tanssi ja kirjoittaminen. Maailman terveysjärjestö WHO (2019) tutki raportissaan taiteen roolia terveyden ja hyvinvoinnin edistämisessä kokoamalla yhteen useiden satojen tutkimusten tuloksia. Taiteella on ennaltaehkäiseviä, edistäviä, ylläpitäviä ja hoitavia vaikutuksia. Terveyden sosiaalisissa tekijöissä taiteen nähdään edistävän muita hyödyttävää eli prososiaalista käyttäytymistä, yhteisiä onnistumisen tuntemuksia, yhteistä motivaatiota sekä ryhmäidentiteettiä. Taide auttaa yhteenkuuluvuuden kokemuksen rakentamista sekä sosiaalisten, kognitiivisten ja emotionaalisten taitojen kehittämisessä. (Fancourt & Finn 2019, 8–10.)

Opinnäytetyön aiheen valinnassa vaikuttivat henkilökohtaiset intressini kehittyä luovien menetelmien ohjaajana sosiaalisessa kuntoutuksessa. Tässä opinnäytetyössä keskityn Kohtaamistaide-nimiseen taidetyöskentelymenetelmään ja sen kehittämiseen. Kyseessä on menetelmä, jonka ohjaajaksi itse valmistuin vuoden 2021 keväällä, tämän opinnäytetyön toiminnallisen osuuden ollessa osana koulutuksen lopputyötä. Kohtaamistaide on ajankohtainen aihe, sillä Kohtaamistaiteen koulutuksia järjestetään yhä enemmän määrin avoimen väylän opintoina eri ammattikorkeakouluissa. Tämä tarkoittaa käytännössä Kohtaamistaiteen näkyvyyden lisääntymistä sosiaalialalla. Voi hyvin olla, että tulevaisuudessa Kohtaamistaiteen arvot ja

struktuuri muovaavat nykyisin kuntoutuksessa hyödynnettäviä taidemenetelmiä tai löytävät paikkansa sellaisenaan osana sosiaalista kuntoutusta.

Teoriapohjana opinnäytetyössä tutkitaan Kohtaamistaidetta ja sosiaalista kuntoutusta, ja sen lisäksi käsitellään yhteisövalmennukseen liittyvää vertaisuuden, voimaantumisen ja ryhmänohjauksen teoriaa. Tämän jälkeen käydään läpi, mitä Kohtaamistaitteen ryhmänohjausta varten on käytännössä suunniteltu ja kuinka suunniteltu vastaa toteutusta. Viimeisellä ohjaukserällä asiakkaille järjestettiin ryhmässä toteutettu teemahaastattelu, jonka tuloksista muodostetaan johtopäätöksiä peilaten niitä työn teoreettiseen taustaan ja ohjauksen yhteydessä kirjoitetun oppimispäiväkirjan pohdintoihin. Oppimispäiväkirja sisältää tuntemusten, ideoiden ja mielenkiintoisten asioiden kirjaamista osana ohjauksen reflektointia, ja siinä ilmenevät muun muassa ohjauksen ja ohjaamisen vahvuudet, kehittämistarpeet, itsearviointi ja kritiikki. (Laine ym. 2009, 28).

2 TOIMINNALLISEN TUTKIMUKSEN LÄHTÖKOHDAT

2.1 Tutkimuksen lähtökohdat ja tavoite

Kiinnostukseni luovien menetelmien käyttämiseen sosiaalialalla on syntynyt luonnostaan, sillä minulla on monipuolisesti kulttuurialan ammattipätevyyttä, jota haluan päästä hyödyntämään luovan toiminnan avulla asiakastyössä. Minulla on melko vähän kokemusta asiakkaiden ohjaamisesta ja ryhmän toteutuksesta, joten halusin opinnäytetyössäni tarkkailla omaa kehittymistäni ryhmän ohjaajana. Tähän sain tilaisuuden Kohtaamistaidteen ohjauksen kurssista, jota varten minun tuli ohjata Kohtaamistaidetta itse valitsemalleni asiakasryhmälle. Sosiaalisen kuntoutuksen näkökulma opinnäytetyölle syntyi yhteistyötahon, Seinäjoella toimivan Buusti ry:n yhteisövalmennus Reilun kautta. Opinnäytetyön laajuuden rajaamiseksi en määritä erikseen mielenterveyskuntoutujia, vaan keskityn sosiaalisen kuntoutuksen ja Kohtaamistaidteen kuntouttaviin, yhteisöllisiin ja voimaannuttaviin tekijöihin sekä ryhmän ohjaukseen kohderyhmän ja kontekstin rajauksessani.

Tämä opinnäytetyö on toiminnallinen opinnäytetyö ja tavoitteeni on kehittää Kohtaamistaidemethodia sekä tutkia sen soveltuvuutta sosiaalisen kuntoutuksen methodina yhteisövalmennus Reilun asiakkaille. Lisäksi opinnäytetyön itseä voimaannuttavana elementtinä seuran omaa kehitystäni Kohtaamistaidteen ohjaajana tarkastelemalla päiväkirjan avulla ohjaajan roolia voimaantumisen näkökulmasta. Opinnäytetyössä keskityn omaan kehitykseeni ohjaajana ja sosiaalisen kuntoutuksen asiakkaiden kokemuksiin Kohtaamistaidteesta, sekä sen soveltuvuudesta yhteisövalmennuksen arkeen. Opinnäytetyön laajempi tarkoitus on vahvistaa taidemuotoisen toiminnallisen työskentelyn asemaa sosiaalisessa kuntoutuksessa. Luovaa toimintaa on mahdollista hyödyntää nykyistä huomattavasti laajemmin ja monitasoisemmin, mutta se edellyttää osaamisen vahvistamista luovien menetelmien käytössä. (Huhtinen-Hildén & Isola 2019, 3–4). Lisäksi opinnäytetyön tarkoitus on tuoda Kohtaamistaidteelle lisää näkyvyyttä. Toteutin opinnäytetyön yhteistyössä Buusti ry:n yhteisövalmennus Reilun kanssa, ja ohjasin mielenterveyskuntoutujista koostuvalle neljän hengen ryhmälle kahdeksan kerran kestoisen Kohtaamistaidteen ryhmätoiminnan.

Opinnäytetyössä on hyödynnetty Toikon ja Rantasen (2009) kehittämisprosessimallin vaihteita, jotka ovat perustelu, organisointi, toteutus, arviointi ja levitysvaiheet. Perustelut määrittävät, mitä kehitetään ja miksi, kun taas organisoinnissa kyse on tekijöiden ja resurssien

kartoittamisesta. Toteutus tarkoittaa kehitettävää toimintaa. Arvioinnissa puntaroidaan edellisiä vaiheita ja tuotetaan tietoa, jonka jälkeen edetään levitysvaiheeseen eli opinnäytetyön tapauksessa tulokset ovat kaikkien luettavia. (Toikko & Rantanen 2009, 56–63.) Tässä luvussa perustelen tutkimuksen tarkoitusta ja tavoitetta. Teoriaosuuden jälkeen tulen esittelemään opinnäytetyön toiminnallisen osuuden, johon sisältyy ryhmän suunnittelu ja toteutusvaiheet. Arviointivaiheen eri toimintoja kuvaavat jokaisen ohjaukserän päätteeksi kerätyt palautteet osallistujilta sen hetkisten tunnelmien kuvailemiseksi parilla sanalla. Lisäksi kirjoitin oppimispäiväkirjaa omasta ohjauksesta sekä tekemistäni havainnoista ohjauksen aikana. Viimeisellä kerralla pidin koko ryhmälle ryhmämuotoisen teemahaastattelun, jossa osallistujat jakoivat kokemuksiaan Kohtaamistaiteesta ja sen hyödyistä kuntouttavana menetelmänä. Teemahaastattelusta saatavan aineiston ja teorian sekä oppimispäiväkirjan kirjoitusten avulla avasin tutkimuksen johtopäätöksiä. Levittämisvaihetta edustaa työn levittäminen Theseuksen kautta, jonka lisäksi jaan opinnäytetyötä eteenpäin Kohtaamistaiteen verkostoihin sekä Buusti ry:lle.

2.2 Yhteistyötahon avaus

Buusti ry on voittoa tavoittelematon yhdistys, joka järjestää kuntoutus- ja työllistymispalveluita Etelä-Pohjanmaalla. Seinäjoella sijaitseva yhteisövalmennus Reilu tarjoaa työikäisille mielen-terveyskuntoutujille suunnattua ryhmä- ja työtoimintaa. Reilun tavoitteena on auttaa asiakkaita saavuttamaan normaali viikko- ja päivärytmi sekä vahvistaa sosiaalisia ja arkielämän taitoja. (Buusti ry, [viitattu 10.11.2021].) Yhdessä toimiminen ja yhteisöllisyys ovat keskeisessä roolissa Reilussa järjestettävässä toiminnassa. Asiakkaat saavat vertaistukea muista asiakkaista ja voivat solmia vapaa-ajalle yltäviä sosiaalisia suhteita. Heillä on myös mahdollisuus vaikuttaa ja kehittää Reilun toimintaa ja valmennusta. Reilussa järjestetään monenlaista ryhmätoimintaa, johon kuuluvat esimerkiksi kädentaidot, kotitalous ja liikunta. Kädentaitojen ryhmään kuuluvat asiakkaat voivat vapaasti valita, mitä he haluavat tehdä. Esimerkkejä näistä ovat maalaus, virkkaus ja keramiikka. Toiminta perustuu vapaaehtoisuuteen ja voimavaralähtöisyyteen. Tästä syystä asiakkaan ei ole pakko osallistua toimintaan, vaan yhdessäolokin voi olla riittävää. Lisäksi Reilussa pidetään erilaisia keskusteluryhmiä, peliryhmiä, musiikkiryhmiä ja rentoutusta. Työtoimintaa toteutetaan esimerkiksi Reilun keittiössä, jossa asiakkaat valmistavat itse ruokaa. (Buusti ry. 2020.)

2.3 Aiemmat tutkimukset

Kohtaamistaitteeseen liittyviä opinnäytetöitä löytyy hyvin. Yhdistävänä tekijänä opinnäytetöissä on Kohtaamistaitteeseen osallistuneiden asiakkaiden mielipiteet Kohtaamistaitteen kokemuk-
sista ja Kohtaamistaitteen kehittäminen. Kohtaamistaitteen hyvinvointia edistäviä elementtejä
on käsitelty Outi Kaareman ja Eeva Paavilaisen (2011) opinnäytetyössä, jossa he tutkivat tee-
mahaastattelun keinoin masennustaustaisten aikuisten kokemuksia Kohtaamistaitteesta voi-
maannuttavana menetelmänä. Opinnäytetyössään he päätyivät yksilöhaastatteluiden toteutuk-
seen teemahaastatteluna, teemoittaen haastattelun koskemaan itsetuntoa, osallisuutta ja Koh-
taamistaidetta. Itsetuntoa kohentavia vaikutuksia saavutettiin positiivisilla palautteilla, omien
rajojen tutkiskelulla ja itsetuntemusta lisäämällä. Osallisuutta edisti itseilmauksen mahdolli-
suus, positiivisen ilmapiirin tuoma yhteisöllisyys sekä yhteisen taustan tuottama vertaistuki.
Kohtaamistaitteessa asiakkaat kokivat voimauttavaksi voimavarakeskeisen työskentelemisen.
(Kaarema & Paavilainen 2011, 43–44.) Opinnäytetyö on itselleni hyödyksi, jotta teemahaastat-
telussa voin esittää tarkentavia hyvinvoinnin osa-alueisiin liittyviä kysymyksiä kokemusten kar-
toittamiseksi.

Inka Aronen (2015, 50–53) on opinnäytetyössään tutkinut kuvallisten menetelmien hyödyntä-
mistä sosiaalialalla mielenterveyskuntoutujien parissa Kohtaamistaitteen avulla. Aronen ohjasi
Kohtaamistaidetta asumisyksikön asukkaille, tavoitteenaan edesauttaa heidän voimaantumis-
tansa tarjoamalla tilaisuus arjesta irtautumiselle ja mielekkäälle tekemiselle kuvallisen itseil-
maisun kautta. Loppuhaastattelun perusteella Kohtaamistaidete itsessään sisältää voimauttavia
tekijöitä, minkä lisäksi hänen ryhmänsä koki Arosen ohjauksen innostavana ja rohkaisevana.
Ryhmä on tuonut tavoitteiden mukaisesti mielekästä tekemistä ja vaihtelua arkeen. Ryhmä-
läisten omien henkilökohtaisten tavoitteiden toteutuminen näkyi opinnäytetyössä pyrkimyk-
senä ottaa toiveet huomioon mahdollisuuksien mukaan. Aronen (2015, 50–53) toteaa, että
Kohtaamistaitteen jatkohyödyntämismahdollisuuksien selvittäminen jäi puutteelliseksi, sillä hä-
nen olisi ollut hyvä tarkastella henkilöstön arviointia toiminnasta. Tästä huolimatta asiakkaat
itse kokivat ryhmän hyödylliseksi, ja Kohtaamistaitteessa on hyvinvointia sekä mielenterveys-
kuntoutuksen tavoitteita edistäviä voimauttavia elementtejä, jotka kuntoutujan identiteettiä tue-
taan mielenterveyskuntoutujan identiteetin sijaan ryhmäidentiteettinä.

Hyvinvoinnin elementtejä sosiaalisessa kuntoutuksessa tutkii puolestaan Minna Hämäläinen
(2020, 2) LUmOaVA-hankkeen kautta, jonka määrittelemät hyvinvoinnin osa-alueet ovat osal-
lisuus, arki, mieli, keho, tulevaisuus, hyvinvointi, taidot sekä työ. Haastatellut asiakkaat kokivat

luovan toiminnan mielekkääksi, tuoneen heille uusia kokemuksia ja itsevarmuutta. Ryhmä auttoi osallistujia hahmottamaan omia voimavarojaan sekä mahdollisesti vertaistuen kokemisen. Opinnäytetyössä (2020, 26) luova ryhmätoiminta mahdollisti sosiaalipalvelujen tarjoamisen eri asiakasryhmille taustasta ja iästä riippumatta.

3 KOHTAAMISTAITEEN TAVOITTEET JA MENETELMÄ

Olen rajannut Kohtaamistaiteen teorian käsittelemään niitä asioita, joilla on suora yhteys Kohtaamistaiteen arvojen ja tavoitteiden ymmärtämiselle, sekä menetelmän ohjaamiselle. Tällä tavoin Kohtaamistaidetta on helpompi käsitellä yhdessä tavoitteellisuuteen pohjautuvan sosiaalisen kuntoutuksen, ryhmätoiminnan suunnittelun ja ohjauksen kanssa. Ensiksi kerron Kohtaamistaiteen tavoitteista, minkä jälkeen esittelen menetelmän käymällä strukturoitujen taidetuokioiden sisältöä läpi vaihe vaiheelta.

3.1 Kohtaamistaiteen tavoitteet ja aistielämykset

Kohtaamistaide on tavoitteellista toimintaa, jonka tarkoitus on edistää osallistujaryhmän toimintakykyä heidän tarpeittensa ja tavoitteidensa mukaisesti. Tavoitteet syntyvät yhteisen suunnittelun tuloksena ohjaajien ja ryhmään osallistujien kesken tutustumalla ryhmään ja arvioimalla heidän nykytilaansa. (Niiniö 2014, 20.) Kohtaamistaidetta järjestetään aina ryhmämuotoisena. (Rankanen & Pusa 2014, 14). Kaikissa Kohtaamistaiteen ryhmissä tavoitteita ovat yksilön arvostus, osallistujien voimavarojen etsiminen, vuorovaikutuksen edistäminen ja valintojen mahdollistaminen. (Niiniö 2014, 22). Kohtaamistaiteen ryhmätoiminta on rakenteeltaan kolmivaiheinen, ja siihen sisältyy virittäytyminen, taidetyöskentely sekä arvostus. Kohtaamistaideryhmien toiminta pyritään aina suunnittelemaan sekä toteuttamaan asiakasryhmän kannalta tarkoituksenmukaisena, mielekkäänä sekä merkityksellisenä. (Ahos & Kahelin 2014, 31.) Kohtaamistaiteessa taidetuokioita on yhteensä kahdeksan ja ne ovat kestoltaan 1,5–2 tuntia tuokiolta. (Kohtamäki 2018, 53).

Kohtaamistaiteen yksi peruseriaaiteista on useamman aistikokemuksen yhtäaikaista hyödyntäminen, eli moniaistisuuden huomioiminen työskentelyn aikana. Tavoitteena on lisätä osallistujan hyvinvointia aktivoitumisen, läsnäolon, rentoutumisen ja uuden oppimisen kautta. Kuvataiteen lisäksi Kohtaamistaiteessa voidaan yhdistää esimerkiksi musiikki, tanssi ja luova kirjoittaminen. Vaikka moniaistisuutta hyödynnetään virittely- ja taidetyöskentelymenetelmissä, on myös ohjaajan ulkoinen olemus erilaisten aistikokemusten välittäjä. Hyväksyvä katse, levollinen hengitys ja arvostava kosketus tuottavat ihmisten välisen moniaistisen kokemuksen. Jokainen meistä on oma persoonansa, joten kukin Kohtaamistaiteen ohjaaja hyödyntää omia vahvuuksiaan ja erityisosaamistaan ryhmänohjauksessa. (Voutilainen 2014, 38–39.)

Tilalla on näköaistillisia merkityksiä, joten tilasta olisi hyvä poistaa esimerkiksi rauhattomuutta aiheuttavat ylimääräiset huonekalut tai räikeän väriset elementit. Valoa tulisi olla myös riittävästi suosimalla mahdollisuuksien mukaan luonnonvaloa. Kuuloaistia voidaan hyödyntää esimerkiksi ohjaajan omalla äänenpainolla, tilan äänillä sekä musiikilla. Myös virittäytymisessä hyödynnettävät materiaalit ja asiakkaat itse tuottavat erilaisia ääniä. Haju- ja makuaisti lienevät helpoiten unohtuvat aistit, vaikka näitä käytetään useasti tiedostamatta. Virittäytyminen päivän teemaan voi tapahtua esimerkiksi hedelmien, marjojen tai mausteiden kautta, joita osallistujat voivat haistella ja maistella. Erityisesti hajuaistilla voi herättää vanhoja muistoja mieleen, kun taas eksoottiset maut toimivat aistielämyksinä. Kaikista aisteista erityisesti tunto- ja tasapainoaisti ovat taiteen tekemisessä läsnä. Virittäytyessä voidaan liikkua tai keskittyä kehon tunteuksiin kuten hengitykseen tai tunnustella erilaisia materiaaleja. Taidetyöskentelyssä puolestaan voivat esimerkiksi materiaalit ja työskentelypaikka olla tuntoaistillisia kokemuksia. (Voutilainen 2014, 39–41.)

3.2 Virittäytyminen kohti taidetyöskentelyä

Virittäytymisen tarkoitus on johdattaa ryhmäläiset kohti taidetyöskentelyä tukien tavoitteellista taidetoimintaa. Yhdessä lopun arvostuskierroksen kanssa kyseessä on vahvasti vuorovaikutteisin osuus toiminnassa. Kun ohjaaja on luonut turvallisen tilan toiminnallisten menetelmien, ilon ja havahtumisen avulla, mahdollistaa se osallistujia heittäytymään ennalta arvaamattomaan kokonaisuuteen ja kohtaamaan sekä luovan työskentelyn että itsensä ja toisten arvostamisen. Hyvä ja kiireetön virittäytyminen auttaa parhaimmillaan yksilöä löytämään paikkansa ryhmässä sekä kokemaan olonsa turvalliseksi, ja se taas ruokkii uteliaisuutta ja avoimuutta auttaen osallistujaa jättämään arjen velvoitteet syrjään hetkeksi. Esimerkiksi kuulumisten vaihtaminen voi olla virittäytymistä. Usein ihmiset pitävät tervehtimisestä yhteisön viihtyvyyttä lisäävänä eleenä, vaikka kiireessä se voi hyvinkin unohtua tärkeydestään huolimatta. Tervehtiminen on välittämistä, ja siksi se tuntuu hyvältä. Luovuutta voidaan herätellä kuulumisten vaihtamisen yhteydessä monin eri tavoin. Itsestään tai päivästä kertomisen tueksi voidaan osallistujille antaa tehtäväksi esimerkiksi valita yksi kuvakortti, värillinen paperinpala tai vaikka esine. Sen hetken tilaa osallistuja voi kuvata myös esimerkiksi tunnekartalla, merkiten joka kerran alussa ja lopussa tunnetilaa kuvastavan ilmekuvan. (Ahava & Vuorio 2014, 44–47.) Itse käytin pääasiassa kuvakortteja toteuttamissani ohjauskerroissa, sillä jo kuvakortit itsessään mahdollistavat monipuolisia ryhmänavauksia virittäytymisen merkeissä. Kerran kokeilin käyttää kuvakortteja nurinpäin, jotta osallistujat valitsisivat mukavuusalueensa ulkopuolelta kuvan ja

kertoisivat kuvasta mieleen tulevan asian. Tämä herätti aivan uusia keskustelujen aiheita osallistujien pohtiessa sattumanvaraisten kuvien yhteyttä omaan elämään.

3.3 Taidetyöskentelyllä esteettisiä taideteoksia

Kohtaamistaitteen ohjaajan Tiina Kohtamäen (Kohtamäki 2018, 51) mukaan kuvataidetyöskentelyssä osallistujat luovat esteettisesti laadukkaita taideteoksia erilaisten valintojen ja yllätyksellisyyksien kautta. Esteettinen kokemus pyritään saavuttamaan laadukkailla ja samalla yksinkertaisilla taidetarvikkeilla, välineillä ja materiaaleilla. Ohjaaja ohjeistaa ja varmistaa, että jokainen etenee työssänsä ja saa työnsä annetussa ajassa valmiiksi. Taidemateriaaleilla on tapana toimia eri tavalla, kuin tekijä etukäteen itse suunnittelee. Tämä luo tilaa oivalluksille sekä uusille ajatuksille. Signeeraus on tekijänsä arvostusta sekä työtänsä, että työskentelyänsä kohtaan, joten signeeraus sekä mahdollisesti työn kehystäminen ovat tärkeä osa työn viimeistelyssä. (Kohtamäki 2018, 51–54.) Taiteen tekeminen on osallistujille voimakas esteettinen kokemus, jossa onnistuminen korostaa mielihyvän tunnetta. (Cavén-Pöysä 2014, 55).

Taidetyöskentely on vaiheistettua, mutta määrän sijaan vain työskentelyvaiheiden luontevalla sujumisella on merkitystä. Ohjeistuksessa on huolehdittava ohjeiden selkeydestä sekä tarpeen vaatiessa myös havainnollistaa konkreettisilla esimerkeillä, miten käytettäviä materiaaleja tai välineitä voi käyttää tai mitä seuraavassa vaiheessa tulisi tehdä. Tämä vaatii ohjaajalta varmuutta materiaaleista sekä tekniikoista, jotta osallistujat saisivat mahdollisesti epävarmuutta herättävistä materiaaleista mahdollisimman paljon irti. Ohjaajan tuki ja kannustus kannattelee koko taidetyöskentelyn ajan samalla, kun hänestä välittyy arvostava kohtaaminen lämpimän ja hyväksyvän asenteensa kautta. Osallistujille on kuitenkin annettava sopiva työrauha, jotta intensiivinen keskittyminen ei häiriintyisi. Kannustus voi paikoin olla myös sanatonta. Ohjaajan vastuulla on havaita tilanteet, joissa osallistuja voi tarvita yksilöllistä tukea. Ohjaaja voi tarpeen vaatiessa tukea osallistujia valintojen tekemisessä, muttei tee valintoja heidän puolestaan. (Leinonen & Koistinen 2014, 48–49, 52).

3.4 Arvostuksen kautta nähdyksi tulemista

Taidetyöskentelyn päätteeksi ja ennen arvostuskierrosta jokainen osallistuja saa tilaisuuden omien ja muiden ryhmäläisten tuotosten ihasteluun. Arvostuskierroksella tarkoitetaan nimensä mukaisesti töiden arvostamista eikä arvostelua. Arvostamisessa keskitytään esimerkiksi

väreihin, valoon, sommitteluun, aiheeseen, viivoihin sekä pintaan. Töistä ei ole tarkoitus muodostaa mielikuvia. Kohtaamistaitteessa kyky kiinnittää osallistujat käsillä olevaan hetkeen taitteen vastaanottamisen kautta on kuvittelua, muistelua ja mielikuvia oleellisempaa, vaikka ne eivät sinänsä olekaan kiellettyjä. (Rankanen & Pusa 2014, 14). Arvostuskierros antaa osallistujille mahdollisuuden tulla nähdyksi, mikä on Kohtaamistaitteen yksi tärkeimmistä periaatteista. (Voutilainen 2014, 39). Samalla menetelmällä luotujen toisten töiden ja oman työn katsominen sekä arvostusten saaminen ryhmässä on kokemuksena voimaannuttava. Muiden arvostava puhe omasta taidetyöstä tuottaa voimaannuttavia ja hyväksytyksi tuleminen kokemuksia sekä auttaa näkemään itsessä ja toisissa hyvää. Tämä auttaa näkemään myös muut ryhmän jäsenet arvostavasti. (Kohtamäki 2018, 54–55.)

4 RYHMÄTOIMINNAN TOTEUTTAMINEN SOSIAALISESSA KUNTOUTUKSESSA

Käsittelen tässä luvussa sosiaalisen kuntoutuksen tavoitteita sekä perusteluja sille, miksi yhteisöllistä valmennusta ja toiminnallisia menetelmiä hyödynnetään osana asiakkaan kuntoutumista. Mielestäni ohjaajan olisi hyvä kyetä sanoittamaan työnsä tavoitteet, sillä toiminnan on aina oltava tarkoituksenmukaista. Avaan keskeisiä käsitteitä, jotka liittyvät sosiaalisen kuntoutuksen asiakkaan kuntoutusprosessiin. Sosiaalisen kuntoutuksen lisäksi näitä käsitteitä ovat voimaantumisen, vertaisuus ja ryhmätoiminta. Lisäksi käyn läpi ryhmänohjaamisen teoriaa selvittääkseni ryhmätoiminnan suunnittelussa ja toteuttamisessa huomioitavia asioita.

4.1 Sosiaalisen kuntoutuksen tavoitteet ja toiminta

Sosiaalinen kuntoutus on sosiaalityöllä ja sosiaaliohjauksella annettavaa tehostettua tukea, jolla vahvistetaan sosiaalista toimintakykyä, torjutaan syrjäytymistä sekä edistetään osallisuutta. Ryhmätoiminta ja vuorovaikutussuhteiden tukeminen ovat yksi sosiaalisen kuntoutuksen osa-alue. (L. 30.12.2014/1301.) Sosiaalisessa kuntoutuksessa huomioidaan esimerkiksi pitkän työttömyysjakson seuraukset sekä mielenterveyshäiriöistä johtuvat kuntoutuksen tarpeet. Tavoitteena on vahvistaa henkilön kykyä selvitä arkipäivän toiminnoista sekä toimintaympäristön ja vuorovaikutussuhteiden rooleista. (Sosiaali- ja terveysministeriö, [viitattu 30.11.2021].) Sosiaalisessa kuntoutuksessa parannetaan ihmisen sosiaalisia suhteita, laajentaen niitä ystävien ja perheen kautta yhteiskunnan sekä talouden eri osa-alueille. Tämä on tarpeen, koska sosiaalisen kuntoutuksen asiakkaista moni on voinut eristäytyä sosiaalisista suhteista esimerkiksi kodistaan. Sosiaaliset suhteet voivat myös toimia huonosti tai ovat rajoittuneet. (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 14.12.2018.) Sosiaalisen toimintakyvyn näkökulmasta sosiaalinen tarkoittaa kumppanuutta ja elämistä yhdyskuntina, johon sisältyy vastuun ottaminen toisista, etenkin heikommista. (Kannasoja 2018, 45).

Kuntoutus on sekä dialogia että ohjausta. Kun henkilön omat ratkaisut ovat riittämättömiä tai pätemättömiä, tarvitsee hän ulkopuolista apua hänen autonomiansa tukemiseen. Ammatillisena toimintana otetaan sekä tietoisesti että ei-tietoisesti kantaa asiakkaan pyrkimykseen sekä niiden toteutumismahdollisuuksiin. Yhteistyössä asiakkaan kanssa hänen identiteettiänsä pyritään tulkitsemaan sekä uudelleen tulkitsemaan. Sen jälkeen hän voi siirtyä toteuttamaan identiteettiään esimerkiksi yhteisössä, ryhmässä, työpajassa tai työpaikalla. (Rostila 2018, 78–79.)

Kuntoutuminen on samalla oppimisprosessi, jossa opetellaan irti jäməhtäneisyydestä, hankki-
maan menetettyä takaisin ja suuntaamalla eteenpäin elämän laadun parantamiseksi. (Koski-
suu 2007).

Sosiaalinen kuntoutus syntyy aina tarpeesta, joka kartoitetaan asiakaskohtaisesti palvelutar-
peen arvioinnin yhteydessä. Kun asiakas osallistuu sosiaalisen kuntoutuksen palveluun, kirja-
taan se sosiaalihuollon asiakassuunnitelmaan. Asiakkaan tarpeet ja toiveet huomioidaan suun-
nitelman laatimisessa. Vaikka asiakkaalla on aina yksilölliset tavoitteensa, on sosiaalisella kun-
toutuksella yleisiä tavoitteita. Sosiaalisessa kuntoutuksessa on vahvasti läsnä sekä sosiaalisen
toimintakyvyn, että osallisuuden vahvistaminen. Käytännössä nämä näkyvät esimerkiksi arki-
elämän taitoja, sosiaalisia taitoja ja yhteisötaitoja vahvistavana toimintana. Arkielämän taitoja
voivat olla esimerkiksi jokapäiväiseen elämiseen vaadittavat taidot, kuten kodin ylläpito, ar-
jessa pärjääminen sekä itsestä huolehtiminen. Sosiaaliin taitoihin lukeutuu itseilmaisuu ja vuo-
rovaikutukseen liittyvä osaaminen, kyky ottaa vastuuta, luottamuksen ja arvostuksen kasvu
sekä ihmissuhteiden luominen ja ylläpitäminen. Yhteisötaidot liittyvät vapaa-aikaan, harrastuk-
siin, palvelujärjestelmissä asiointiin sekä koulu- ja työelämään osallistumiseen. Tavoitteena on
vahvistaa asiakkaan toimijuutta yhteisö- ja yhteiskuntatasolla. Sosiaalinen kuntoutus auttaa
asiakasta kohti positiivisia siirtymiä, kuten esimerkiksi opiskelu- tai työelämää. (Terveyden ja
hyvinvoinnin laitos 2018, 18, 12–13.)

Ryhmätoiminnassa kuntoutuja saa mahdollisuuksia sosiaalisten kontaktien luomiseen ja sosi-
aalisissa tilanteissa tarvittavien taitojen vahvistamiseen. Ryhmätoiminnassa hyödynnettävistä
toiminnallisista menetelmistä saadaan asiakkaille mieluisia huomioimalla asiakkaiden toiveet
ja tarpeet. Toiminnallisissa menetelmissä osallistujat muuntuvat aktiivisemmiksi rakentamalla
omaa osaamistansa yhteisen toiminnan kautta. Osallistujista voi tulla myös toiminnan toteut-
tajia. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 13.7.2020.)

4.2 Vertaisuus ja voimaantuminen ryhmätoiminnan tavoitteina

Voimaantuminen eli empowerment tarkoittaa sosiaalityön yhteydessä sekä prosessia, että
päämäärää. Sen avulla yksilön, ryhmän tai yhteisön on mahdollista vaikuttaa omiin elinolosuh-
teisiinsa, kohentaa elämänlaatuansa, saavuttaa tavoitteitansa ja lisäksi auttaa muita näiden
pyrkimysten kanssa. Voimaantumisen prosessissa ensiksi epätydyttävää tilannetta tarkastel-
laan kriittisesti ja monipuolisesti hahmottamalla, ja samassa yhteydessä se nimetään tavalla,

joka auttaa näkemään jo löytyvät kyvyt ja vahvuudet. Tämän jälkeen kykyjä, voimavaroja sekä mahdollisuuksia tuetaan ja vahvistetaan. Lopulta siirrytään löydettyjen mahdollisuuksien avulla alisteisen tilan poistamiseen. Päämääränä on löytää toiminnalla ratkaisu, joka syntyy ihmisen omien voimavarojen ja ratkaisujen avulla. (Hokkanen 2009, 317–320.) Voimaantumisprosessia voidaan pitää onnistuneena, mikäli sen avulla ihminen kehittyy itsenäiseksi ja riippumattomaksi. (Heikkilä & Heikkilä 2005, 29). Ryhmätoiminnassa yksilön voimaantumista edistetään etsimällä ja löytämällä ryhmän avustuksella omia voimia ja voimavaroja sen sijaan, että kuntoutuja leimataan avun tarvitsijaksi. Ryhmäläisten henkilökohtaisia tilanteita tuetaan ja yhteisesti vaikutetaan asioihin. Voimaantumista tuetaan myös jakamalla ja vaihtamalla tietoa esimerkiksi palveluista tai ratkaisuista, jotka helpottavat arkea. (Holm ym. 2010, 26.)

Voimaantumisen kokeminen on suhteellista, sillä pienikin muutos voi olla sisältäpäin arvioitaessa merkittävä. Ihannetilana voimaantuminen on prosessi, jossa tavoitellaan jatkuvaa edistymistä sen sijaan, että saavutettaisiin lopullinen voimaantumisen tila. Esimerkiksi yhden päämäärän saavuttamisesta voi syntyä niin merkittäviä onnistumisen kokemuksia, ettei voimattomuuden tilaan ole paluuta. (Hokkanen 2009, 321–322.) Voimaantumisen mahdollistamisessa voimavaralähtöisellä työotteella on suuri merkitys, jonka lisäksi tarvitaan osallistavia menetelmiä. (Skene 2021). Kohtaamistaide on voimavaralähtöinen menetelmä, jossa osallistujat valitsevat itse tavoitteensa ja taidetyöskentelymenetelmissä tekevät omat valintansa. (Niiniö 2014, 22). Kohtaamistaiteella on tämän perusteella hyvät edellytykset asiakkaiden voimaantumisen prosessin eteenpäin viemisessä.

Vertaisuudessa on kyse ihmisten välisestä suhteesta, joka on keskinäistä asiantuntijuutta, voimavaraa, tasa-arvoa ja yhdenvertaisuutta. (Mikkonen & Saarinen 2018, 26). Vertaistukitoiminta sen sijaan tarkoittaa sosiaalipalvelua, jossa samankaltaisessa elämäntilanteessa olevat tai samankaltaista kokeneet ihmiset antavat tukea ja ohjausta sosiaalihuollon asiakkaalle. (Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitos 18.11.2021). Vertaistukiryhmässä avoin keskustelu, yksinäisyyden ja eristyneisyyden tuntemusten hälveneminen sekä jaettu toivo paranemisesta ovat vertaistukiryhmän parantavia elementtejä. (Hjulberg & Träskelin, 7). Vertaisuuden kokemukset liittyvät vahvasti vertaistuesta saatavaan sosiaaliseen tukeen. Sen perustana on vertaisten kesken jaetut kokemukset. Vertaisuuden muodostumista edesauttaa yhteiset ominaisuudet, kuten ikäryhmä, elämäntilanne, ammatti tai sairaus. Sosiaalinen tuki on sitä, kun ihminen saa toisilta ihmisiltä resursseja luottamuksen, hyväksytyksi tulemisen, välittämisen ja arvostamisen kautta. Vertaisten kanssa jaetut kokemukset voivat tuoda uusia näkökulmia ongelmien

ratkaisemiseksi tai auttaa elämäntilanteen muuttumisen tai sairauden jälkeisen identiteetin rakentamisessa. Kun ihminen jakaa kokemuksiaan samankaltaisessa elämäntilanteessa olevien kanssa, ymmärtää hän tilanteensa ja sen herättämien tunteiden olevan normaaleja ja perusteltuja. (Lindsay & Orton 2015, 8). Kokemuksellinen asiantuntijuus ja kuntoutuksen ammattilaisten ammatillinen asiantuntijuus vahvistavat yhdessä kuntoutujien osallisuutta, arkielämässä koettavaa elämänlaatua sekä menestyksellistä kuntoutumista. (Kippola-Pääkkönen 2018, 174–175.)

4.3 Ryhmän suunnittelu ja ohjaaminen

Ryhmätoiminnan suunnittelussa on mietittävä ryhmätoiminnan tavoitteita ja asiakkaiden tarpeita. Asiakkaat on hyvä ottaa mukaan pohtimaan ryhmätoiminnan tavoitteita, jotka palvelevat samalla heidän henkilökohtaisia tavoitteitaan. Tavoitteiden lisäksi suunnitteluvaiheessa on huomioitava kokoontumispaikka, aika ja paikka, ryhmän kesto, ryhmän koko sekä resurssit ja toimintakulut. On myös hyvä päättää, onko ryhmä avoin, suljettu vai täydentyvä ryhmä. Esimerkiksi Kohtaamistaitteen kohdalla suljettu ryhmä on perusteltu valinta, sillä ensimmäisen kerran jälkeen ryhmäprosessi on ehtinyt käynnistyä, minkä lisäksi ryhmässä ei päästä eteenpäin, jos edellisiä sisältöjä on kerrattava uudelleen. (Ståhlberg 2019, 45). Oli ryhmämuoto mikä hyvänsä, ryhmää ei ole ilman ryhmäläisiä. Tästä syystä asiakkaiden osallistumisen motivoimiseen kannattaa panostaa. (Juntunen 2016, 17–18, 20.)

Pelkän kutsun sijaan asiakkaiden kanssa on hyvä keskustella kasvotusten ja antaa riittävästi aikaa miettiä, mitkä asiat ryhmässä voisivat olla hänelle hyödyksi. Ryhmään ohjaamista voi helpottaa suunnittelemalla valmiiksi houkutteleva esite, josta ryhmän tarkoitus ja tavoitteet käyvät ilmi. Esite on hyvä muotoilla niin, että asiakkaan on helppo tunnistaa siitä itselle hyödyksi kokemat asiat, kuten esimerkiksi rento yhdessäolo, ryhmän maksuttomuus, oma hyvinvointi sekä omien vahvuuksien ja voimavarojen tukeminen. Kun ryhmä on koottu, osallistujille on hyvä lähettää noin viikkoa ennen rento ja ei liikaa tekstiä sisältävä kutsu. Sen lisäksi ennen ryhmäkertaa voi tarpeen mukaan lähettää muistutusviestin esimerkiksi päivää ennen ryhmätoimintaa. (Juntunen 2016, 20–21.)

Ennakovalmisteluna ohjaajan tulee suunnitella ryhmätoiminnalle kokonaisrakenne, johon sisältyy kunkin tapaamiskerran tavoitteet, keskeiset aiheet, menetelmät ja ajankäyttö. Huolellinen suunnitelma tuo ohjaajalle varmuutta sekä selkeyttä omaan toimintaan. Sen lisäksi aikaa

on helpompi hallita ja suunnitelmista joustaa. Aikataulun suunnittelussa on konkreettisesti pohdittava, kuinka kauan kuulumisiin, orientoitumiseen, tehtävänantoon ja itse tehtävään kuluu aikaa, jotta tarpeen vaatiessa jotakin vaihetta voi nopeuttaa. Hyvä aikataulutusta tuo ohjaajalle kokemuksen ajankäytön hallinnasta, ja näin ollen hän voi rauhassa paneutua hyvän ja keskitettyneen energian voimin ohjaamiseen. (Ståhlberg 2019, 37, 42–43.)

Tavoitteellisessa työryhmässä ohjaajan rooli on toimia ryhmän vetäjänä auttaen osallistujia määrittämään ja saavuttamaan omia tavoitteitaan vahvistamalla pystyvyyden tunnetta sekä auttamalla toimintatapojen valinnassa. (Vänskä ym. 2011, 88–89). Ohjaajan ominaisuuksiin kuuluvat esimerkiksi rento asenne, tilannehuumori sekä ammatillinen suhtautuminen ryhmään, mikä ei kuitenkaan tarkoita yläpuolelle asettumista. Lisäksi ohjaajan on kyettävä luomaan turvallinen ilmapiiri, jossa korostuvat luottamus, hyväksyntä, avoimuus, tuen saanti ja sitoutuminen. Kenenkään kokemuksia ei pitäisi vähätellä tai mitätöidä. Kuvataidelähtöisen työn ohjauksessa tarvitaan kuuntelutaitoa, havainnointikykyä ja mielenliikkeiden aistimista. Tämän lisäksi ohjaajasta on tärkeää välittyä hänen aito kiinnostuksensa, kunnioitus ja kannustava asenne. (Iivanainen 2019, 96). Ohjaaja antaa myös palautetta, vaikka Kohtaamistaiteessa palautteen antamisen vastuuta jaetaan myös osallistujille töiden arvostuksen kautta. Ryhmätoiminnan edetessä ohjaajan rooli vähenee ryhmän itsenäistyessä enemmän. (Juntunen 2016, 25–26.)

Ryhmän aloittaminen voi olla osallistujille jännittävä tilanne. Ensimmäisellä kerralla on hyvä luoda yhteiset ryhmän säännöt tuomaan turvallisuuden tuntua ryhmään, sillä tämä myös helpottaa sitoutumista. (Juntunen 2016, 30). Yhteisesti luodut säännöt voivat olla esimerkiksi muiden kuuntelu, kunnioitus ja arvostus sekä ryhmässä tuotujen asioiden pitäminen ryhmän sisällä. (Alaverdyan 2019, 55). Ryhmätoiminta on hyvä alusta lähtien tehdä läpinäkyväksi. Se tapahtuu tavoitteiden, toimintatapojen ja pelisääntöjen puheeksi ottamisen kautta. Ohjaajan on myös varmistettava kaikkien ymmärtäneen käsitellyt asiat varmistaakseen ohjausprosessin onnistumisen ja asiakkaiden aktivoimisen. (Ståhlberg 2019, 52.)

5 TOIMINNALLISEN TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN

Kohtaamistaitteen, yhteisövalmennuksen ja tutkimuksen tavoitteet huomioon ottaen toiminnallisen osuuden toteutus alkoi hyvästä suunnitelmasta. Tässä luvussa käydään läpi, mitä asioita suunnittelin toteuttaakseni Kohtaamistaidetta yhteisövalmennus Reilussa. Vertaan toteutunutta suunniteltuun ja asettamiini tavoitteisiin ohjaajan näkökulmasta oppimispäiväkirjaani kirjaamia havaintoja hyödyntäen. Ryhmän arviointiin liittyvien menetelmien suunnittelua ja toteutusta käsitellään seuraavassa luvussa.

5.1 Ryhmätoiminnan suunnittelu

Ennen tutkimuksen toteuttamista laadin tutkimuksen osallistujia varten tutkimuksesta tiedotteen, johon sisältyi myös tietosuojaseloste. Näistä kävi ilmi tutkimuksen tarkoitus, tavoitteet, toteutustapa, sekä miten tutkimuksen aikana kerättyjä tietoja käytetään ja käsitellään.

Kokosin itse halukkaita osallistujia Kohtaamistaitteen ryhmään, ja sitä kautta tutkimukseen, koska osallistujamäärällä on merkitystä ryhmän suunnittelussa. Kohtaamistaitteessa kyse on suljetusta ryhmästä, johon ei oteta jäseniä ilmoittautuneita enempää. Kävin viikon ajan jokaisena arkipäivänä kertomassa itsestäni ja Kohtaamistaitteesta yhteisövalmennus Reilun asiakkaille, hyödyntäen samalla tekemääni esitettä (liite 1). Esitteessä käytin pohjana Kohtaamistaitteen opettajani Tiina Kohtamäen antamaa mallia. Muotoilin sen sisällön ja visuaalisen ilmeen uudelleen. Painotin esittelyssäni niitä asioita, jotka olisivat osallistujan kannalta mukavia ja iloa tuottavia asioita. Korostin osallistumisen olevan myös vapaaehtoista. Jokainen Kohtaamistaitteen ryhmän jäsen voisi halutessaan lopettaa kesken ilman seurauksia. Osallistujia etsiessäni moni jätti osallistumatta ryhmään. Osallistumisen esteinä mainittiin ryhmän pitkä kesto, koska se oli kahdeksan kerran pituinen kahden kuukauden aikavälillä. Toinen syy jättää osallistumatta ryhmään oli keskeneräiset työt muissa ryhmissä, joissa asiakkaat olivat jo mukana. Kolmantena osallistumisen esteenä nousi esille asiakkaiden haluttomuus tehdä taidetta. Mielestäni oli hyvä, että asiakkaat eivät ilmoittautuneet ryhmään miellyttääkseen minua, vaan kertoivat rehellisesti haluttomuutensa ja sen taustasyyt.

Asiakkaiden joukosta löytyi lopulta useampikin halukas ryhmään osallistuja. Osallistujien valinnassa minulle tärkeintä oli halukkuus osallistua kaikille kahdeksalle kerralle sekä mahdollisuus osallistua päivinä, jotka sopivat mahdollisimman monille. Viikon päätteeksi selvitin Reilun ohjaajien avustuksella osallistujien käyntipäivät. Yhteisövalmennus Reilussa asiakkaat

osallistuvat joko aamu- tai iltapäiväryhmiin 1–3 päivää viikossa. Tämän perusteella valitsin kaksi päivää, joita ehdotin heille. Samalla varmistin, että minulla olisi sopiva tila käytössä näinä aikoina. (Kuva 1).



Kuva 1. Kohtaamistaitelle varattu huone (Seinäjäki 2021).

Varatessani tilaa Kohtaamistaitteen ryhmälle halusin ehdottomasti sellaisen tilan, jossa taidetta ei yleensä tehdä. Tällä tarkoitukseni oli vähentää taiteen tekemisen suorituspainetta etenkin niiden osallistujien kohdalla, jotka eivät juuri koskaan taidetta ole tehneet. Kahdesta vaihtoehdosta valitsin huoneen, jossa oli jo valmiiksi sohvia, rentoja tuoleja, huonekasveja ja paljon tilaa. Tilan runsauden ansiosta pystyimme toteuttamaan virittäytymisen ja arvostuksen pehmeillä tuoleilla ja taidetyöskentelyn pyöreän pöydän ääressä huoneen toisella puolella, ja näiden asioiden lisäksi suuresta ikkunasta saimme suoraa luonnon valoa.

Lopulta sain muodostettua nelihenken ryhmän. Ilmoitin asiasta osallistujille hyvissä ajoin, annoin heille esitteen aloituspäivän, ajan ja tapaamispaikan kera sekä pyysin heitä lukemaan tietosuojaselosteen ennen tutkimukseen ja Kohtaamistaitteen ohjaukseen osallistumista. Osallistujat myös allekirjoittivat osallistumista ja tiedonvaihtoa koskevan sopimuksen (liite 2) ryhmätoiminnan alussa.

Taulukko 1. Kohtaamistaitteen ensimmäisen ryhmäkerran suunnitelma.

| | |
|--------------------------------|--|
| Ajankohta | 31.3. |
| Aihe | Kädet |
| Ennakko- valmistelu | Kanna pöytä huoneeseen. Sijoita tuolit rinkiin. Asettele kuvakortit pöydälle. Tuo taidetarvikkeet. Leikkaa taidetyötä varten paperit oikean kokoisiksi. Tuo fläppitaulu. |
| Tavoite | Ryhmään tutustuminen. Itsestään kertominen. Yhteiset säännöt. Rentoutuminen. Luovuuden herättely. Menetelmän testaus. Arvostuksen harjoittelu. |
| Tarvikkeet | Sakset Värikynät, tussit Paperia Värillistä paperia Liimaa Kuvakortit TAI laminoidut omat kuvat Fläppitaulu |
| Virittäyty- minen | (35 min + 5 min tauko) Jokainen valitsee pöydältä kuvan, joka kuvaa sen hetken tunnetta tai kokee mielenkiintoiseksi. Kaikki esittäytyvät ja kertovat valitsemastaan kuvastaan jotain. Tämän jälkeen käydään yhteiset säännöt läpi. Ennen taidetyöskentelyä näytän erilaisia kuvia käsistä. |
| Taide- työskentely | (25 min) Jaan 12x14cm paperin palaset ja värikynät. Ensimmäisenä jokainen valitsee yhden värikynän. Tämän jälkeen käsi asetetaan paperille ja kynällä piirretään sormien ääriviivat. Paperi käännetään 90 astetta ja sormet piirretään uudelleen. Nyt jokaisella on vaihtoehtona joko vahvistaa ääriviivat valitulla värikynällä tai tussilla. Kun ääriviivat ovat halutunlaiset, saa ääriviivojen välisiä alueita täyttää ainoastaan pisteillä tai viivoilla. Kun kokee tehneensä tarpeeksi, voi valita toisen värin. Toisella värillä saa tehdä mitä haluaa, samaten tussilla, jos käytti sitä ääriviivoissa. Tussilla saa yhä korostaa ääriviivat. Mikäli aikaa on yli 20 minuuttia jäljellä, valitaan seuraavaksi värillisistä papereista työlle tausta, joka muodostaa kehukset. Lopuksi signeeraus. |
| Arvostus | (25 min) Kerron arvostuksesta ja mihin työssä voi kiinnittää huomiota. Otan yhden työn kerrallaan näytille. Jokainen kertoo yhden kuvailevan asian (adjektiivin) työstä. Tämän jälkeen tekijä kertoo työstään ja sen tekoprosessista. |
| Lopuksi | Jokainen kuvaa päivää kolmella sanalla. |
| Reflektio | Oppimispäiväkirja sekä ohjauksen arviointi |

Kohtaamistaitteen ryhmäkertojen sisällön suunnittelussa minulla oli apuna Kohtaamistaitteen toimintakertojen suunnittelulomake (Taulukko 1). Suunnittelulomakkeessa määritellään jokaisen ohjauksen tavoitteet, hyödynnettävät menetelmät ja vaadittavat ennakkovalmistelut. Suunnittelulomake auttoi minua aikatauluttamaan tuokion ohjelman, ja sen ansiosta varmistin jokaisen osallistujan ehtivän saada työnsä valmiiksi ja arvostetuksi.

Sosiaalisen kuntoutuksen ja Kohtaamistaiteen tavoitteiden mukaisesti ryhmässä arvostetaan yksilöä, vahvistetaan sosiaalista toimintakykyä, etsitään voimavaroja, edistetään vuorovaikutusta ja mahdollistetaan valintojen tekeminen. Kohtaamistaiteen osalta käyttämäni menetelmät ovat ennestään suunniteltuja, joten valintojen tekemisen mahdollistaminen oli suunniteltu puolestani. Suurimman osan menetelmistä opin Kohtaamistaiteen opettajaltani Tiina Kohtamäeltä, ja tämän lisäksi Peräniityn (2019) toimittamassa Kohtaamistaiteen menetelmien kirjassa avattiin tuttuja menetelmiä tarkemmin. Ryhmän tavoitteet syntyvät ryhmästä itsestään. Tämä on ensimmäinen kerta, kun olen miettinyt ryhmän tavoitteita kertakohtaisesti, eikä se ollut itselleni helppoa. Tuokioiden sisällöstä suurimman ajan vievät taidetyöskentelyt. Niiden tuottamia kokemuksia ja syvällisempiä tarkoituksia on ennakkoon hankala arvioida. Mielestäni arjesta irtautuminen, mielekäs tekeminen ja muiden seurassa oleminen pätevät joka tuokiokerralle tavoitteiksi. Niitä en avannut erikseen tuokiokohtaisissa suunnitelmissa. Toisaalta myös yllätyksellisyyden tavoite on läsnä jokaisella tuokiolla tavoitteena, ja suunnittelulomakkeessa toin sen esille vain kahdesti. Jotkut ohjauskerroista olivat teemoiltaan vahvempia kuin toiset, joten annoin itselleni armoa keskittyä aistielämysten tuottamiseen virittelyn ja taidemenetelmien keinoin.

Halusin ensimmäisen ohjaamani Kohtaamistaiteen ryhmän olevan mahdollisimman hiottu kokonaisuus. Tahdoin antaa parastani valitsemalla monipuolisesti eri taidemenetelmiä, jotka olin itse Kohtaamistaiteen koulutuksen aikana kokenut erityisen miellyttävänä ja aistirikkaina. Näin saisin välitettyä helposti oman innokkuuteni kyseisiä menetelmiä kohtaan. Kun minulle ohjattiin Kohtaamistaiteen menetelmiä, kiinnitin huomiota asioihin, jotka olisin halunnut minulle selitettävän tarkemmin. Näin minulle syntyi tavoite parantaa entisestään minulle ohjattuja menetelmiä, jotta asiakkaat saisivat kokonaisuudesta vielä itse kokemaani vahvemman elämyksen. Esimerkiksi toisena kertana ohjattavaa Kirsikkapuun kukkia -teemaa varten halusin käyttää hammastikkujen sijaan oksia, sillä oksat ovat taipuvaisia. Eri paksuisia oksia katkomalla saa eri paksuisia siveltimiä käyttöönsä. Muste tarttuu hammastikkuihin huonommin, minkä koin esteenä luovuudelle. Oksilla sain lisäksi menetelmään tuntoaistille lisää tekemistä. Koska käytin ohjauksissani vain minulle ohjattuja menetelmiä, oli minulla niistä käytännön kokemusta ja koin varmuutta niiden ohjaamisessa muille.

Minulle valkeni menetelmien valinnan aikana, ettei Reilulla ole kaikkia tarvittavia materiaaleja haluamiini menetelmiin ja näiden virittelyihin. Näihin lukeutuivat esimerkiksi paksut A3 paperit, eri väriset kartongit, muste, kullan ja hopean väriset akryylit sekä virittelyä varten vaadittavat

granaattomena ja hortensia. Pysin menetelmien valinnassa hyödyntämään mahdollisimman paljon jo löytyvää materiaalia. Kaikkea ei kuitenkaan löytynyt, mutta sain yhteisövalmennus Reilulta luvan ostaa tarvitsemani välineet heidän kustantaminaan, laadukkaiden virittely- ja taidemateriaalien saamiseksi. Osan taidevälineistä lainasin omasta taidetarvikekokoelmastani Reilun käyttöön, kuten esimerkiksi musteen. Laadukkaiden taidemateriaalien valinnassa taidetarvikeliikkeen osaava henkilökunta opastaa tarpeeseen sopivien materiaalien valinnassa ja neuvoo niiden käytössä. Taidetarvikeliikkeen etuna on opastuksen lisäksi siellä oleva materiaalien ja työvälineiden laaja valikoima.



Kuva 2. Taidetyöskentelyssä käytetty pöytä sekä virittäytymiskortteja (Seinäjoki 2021).

Virittelykertoja varten minulla oli Reilulta käytettävissä tunne- ja kuvakortteja, mutta päädyin muutamaa kertaa varten tulostamaan ja laminoimaan itse päivän teemaan sopivia kortteja (Kuva 2). Kaikkea ei aina tarvitse ostaa, jos itseltä löytyy osaamista ja halua nähdä vaivaa. Etuna itse tehdyissä korteissa on vapaus valita korttien sisältö itse. Internetistä löytää paljon vapaaseen käyttöön luovutettuja kuvia, joita voi käyttää sellaisenaan. Koska osallistujia oli neljä, minun ei tarvinnut tehdä useita kymmeniä kortteja, mutta jokaista kertaa kohden tulostin ja laminoisin noin kaksikymmentä eri korttia, jotta osallistujilla riittäisi valinnanvaraa ja useampi tuokion teemaan sopiva vaihtoehto.

5.2 Ryhmätoiminnan toteuttaminen

Ryhmäkerrat muodostuivat kuulumisten vaihtamisesta, virittäytymisestä taidetyöhön, taidetyöskentelystä ja töiden arvostamisesta. Lopuksi pyysin osallistujia kertomaan päivän tunnelmista vaihtelevin sanamäärin. Käsittelen ryhmäkertojen loppupalautteita ryhmätoiminnan ja ohjauksen arvioinnissa. Tässä luvussa kerron ryhmäkertojen ohjauksen toteutumisesta suhteessa suunnitelmiin ohjaajan näkökulmasta. Olen rajannut pois taidemenetelmien esittelyn, sillä nämä löytyvät osana Kohtaamistaiteen ryhmäkertojen suunnittelulomaketta (liite 3). Alle olen koonnut ryhmäkertojen teemat ja tavoitteet, jotta voin kuvata kertakohtaisesti, miten tavoitteet saavutettiin (Taulukko 2).

Taulukko 2. Kohtaamistaiteen ryhmäkertojen teemat ja tavoitteet.

| | Toimintakerran nimi | Toimintakerran tavoite |
|---|--|--|
| 1 | Kädet | Ryhmään tutustuminen, itsestään kertominen, yhteiset säännöt, rentoutuminen, luovuuden herättely, menetelmän testaus, arvostuksen harjoittelu. |
| 2 | Kirsikan kukat (mukaelma syksyn lehdistä) | Onnistuminen, kauneuden näkeminen omassa ja muiden taidetöissä |
| 3 | Granaattiomena | Uudet elämykset, yllätyksellisyys, rentoutuminen, makuaisti |
| 4 | Ovi unelmiin | Haaveiden sanoittaminen ja kuvittaminen, uusien sanojen löytämistä arvostukseen |
| 5 | Arabeski | Vahvuuksien tunnistaminen, liikkeen hyödyntäminen luovuudessa, hajuaisti |
| 6 | Hortensia | Yhteistyö, vuorovaikutus |
| 7 | Versot | Kolmiulotteisuuteen taidetyöskentelyyn haastaminen ja onnistuminen, yllätyksellisyys |
| 8 | Muotokuva | Kokemusten jakaminen, tavoitteiden vertaaminen nykyhetkeen, muistelua, hauskuus, päätös |

Ensimmäinen kerta: Kädet (Kuva 3). Ensimmäiseen ryhmäkertaan kohdistui paljon paineita, sillä suorituksen oli mielestäni oltava lähes täydellinen. Koska osallistuminen on vapaaehtoista, voivat asiakkaat lopettaa ryhmään osallistumisen, mikäli kokemus ei miellytä. Olin kaikesta huolimatta itsevarma hyvän suunnitelman, valmistautumisen sekä omien Kohtaamistaiteen myönteisten kokemusten ansiosta. Ensimmäisen kerran tavoitteina olivat tutustuminen sekä ryhmään, että Kohtaamistaiteeseen. Asettelin jokaisen itsensä esittelyä ja virittäytymistä varten pöydälle talon isoimmat ja tyylikkäämmät kuvakortit, joiden aiheet vaihtelivat maisemakuvista arkisiin esineisiin. Pyysin asiakkaita valitsemaan kortin, joka herättää itsessä tunteita tai kertoo

hänenä itsestään. Samalla pyysin jokaista kertomaan, mitä he toivovat saavansa ryhmästä. Näin muodostuivat heidän henkilökohtaiset tavoitteensa (Taulukko 3).

Taulukko 3. Kohtaamistaiteen osallistujien henkilökohtaiset tavoitteet.

| Henkilö 1 | Henkilö 2 | Henkilö 3 | Henkilö 4 |
|-------------------------|----------------------------------|---------------|------------------------|
| Oppia olemaan ihmisiksi | Oppia keskittymään yhteen asiaan | Rentoutuminen | Kokeilla uusia asioita |

Turvallisuuden tuntua ryhmään loin rauhallisella olemuksellani sekä pyytämällä ryhmää laatimaan yhteiset säännöt. Lopulta sääntöihin tuli ryhmältä vain yksi ehdotus. Kaikki ennalta suunnittelemani ja itse ehdottamani olivat ryhmän mielestä hyviä. Ryhmän sääntöihin lukeutui toisen arvostus, kunnioitus ja kuuntelu, toisen hyväksyminen sellaisena kuin hän on, ryhmässä jaettujen asioiden pitäminen ryhmän sisällä, työskentelyrauhan antaminen ja virheiden salliminen. Ennen taidetyöskentelyyn virittäytymistä annoin osallistujien pitää hetken tauon aikataulun mukaisesti, koska halusin ryhmän pääsevän taidetyöskentelyyn suoraan aiheeseen liittyvästä virittelystä.

Luovuuden herättelyssä käytin apuna kuvakortteja, joissa oli eri ikäisten ihmisten käsiä. Puhuin yleisesti käsien merkityksestä, mitä niillä teemme, mitä niillä tunnemme ja mitä niillä kerromme. Tämän jälkeen aloitin ohjeistamaan taidetyöskentelyä selkeästi ohjeistaen vaihe kerrallaan, jotta kaikki pysyivät mukana ja samassa tahdissa. Annoin esimerkkejä, kuinka asiakkaat voivat täyttää ääriviivojen sisäosia. Koska tämä oli ensimmäinen kerta, seurasin osallistujien työskentelyä muita kertoja tarkemmin, hiljaisesti tukena ollen. Työskentely oli hyvin keskittynyttä. Kun koitti töiden arvostamisen aika, kerroin heille arvostuksesta lyhyesti ja siitä, kuinka heidän tulisi kuvailla toistensa töitä. Osallistujat saivat hyvin nopeasti ideasta kiinni, eikä heitä tarvinnut ohjeistaa toistamiseen. Ryhmäkerran päätteeksi jokainen kertoi sen hetken tuntemuksistaan kolmella sanalla.



Kuva 3. Kädet ennen signeerausta (Seinäjoki 2021).

Toinen kerta: Kirsikkapuun kukat (Kuva 4). Kaikki asiakkaat palasivat seuraavalle kerralle, joten tiesin edelliskerran olleen hyvä. Kuulumiskierroksen aikana kuitenkin selvisi, että yhtä osallistujaa oli jäänyt mietityttämään, oliko hän ollut tyytyväinen minulle annettuun palautetta edelliskerran lopuksi. Hän ei kommentoinut edelliskerralla ohjaustani vaan epävarmaa ja tahmeaa tunnetilaansa. Kertasin säännöissäkkin mainitun luvan olla sellainen kuin on, minkä jälkeen kysyin ryhmältä heidän mielipidettään asiasta. Tällä sain heidän keskuudessaan toisiansa hyväksyvää vertaiskeskustelua aikaiseksi.

Päivän tavoitteena oli onnistumisen tunteiden tuominen taidetyöskentelyn avulla, ja sen lisäksi arvostuksen opettelua jatkettiin kauneuden näkemisenä muiden töissä. Tämän uskoin olevan helppoa, sillä valitsin tietoisesti toiselle kerralle painallusmenetelmän, jolla on helppo saada esteettisesti kauniita lopputuloksia. Taidetyöskentelyn porrastetut vaiheet ja yllätyksellisyys olivat käyneet jo osallistujille selväksi, joten rentoutuminen ja heittäytyminen oli helpompaa. Epävarmuus oli tiessään ja tavoitteiden mukaisesti jokainen koki onnistuneensa työssään.



Kuva 4. Kirsikkapuun kukat (Seinäjäki 2021).

Kolmas kerta: Granaattiomena (Kuva 5). Kolmannen kerran tavoitteeksi asetin makuaistin hyödyntämisen osana taidetyöskentelyä, uudet elämykset, rentoutuminen ja yllätyksellisyys. Ryhmäkerta poikkesi muista kerroista siinä määrin, että yksi osallistuja oli myöhässä. Emme antaneet tämän häiritä, sillä virittäytymiseen oli varattu tavallista enemmän aikaa. Hedelmiä oli kaksi, joista toinen jäi työskentelyä varten malliksi. Kaikki saivat tunnustella hedelmää ennen kuin leikkasin sen ja irrotin siemenet kulhossa veden alla internetistä löytämieni ohjeiden mukaisesti välttääkseni ylimääräistä sotkua. Tarjoilin siemenet osallistujille kulhossa, josta he saivat maistella siemeniä koko taidetyöskentelyn ajan. Ryhmässä tapahtui selkeää rentoutumista heidän ollessaan haltioissaan granaattiomenasta sekä saadessaan hetken keskustella hedelmästä. Yksi osallistujista selvitti hedelmään liittyvää symboliikkaa netistä ja kertoi siitä muulle ryhmälle. Ryhmäkerrassa selvästi paistoi läpi hyvä henki ja huumori.

Itse hedelmä oli koko päivän tähtenä, mutta taidetyöskentelymenetelmä ei jäänyt täysin sen varjoon osallistujien käyttäessä ensimmäisen ja ainoan kerran öljyvahaliitua koko Kohtaamistaideteen ohjaukseni aikana. Yllätyksekseni työn viimeisimpiin vaiheisiin lukeutuva piirretyn hedelmän repiminen kahtia ei tuottanut minkäänlaista vastarintaa. Tähän uskon syyksi aiempien kertojen kokemusten myötä syntyneen luottamuksen minuun ohjaajana. He tiesivät lopputuloksesta tulevan visuaalisesti kaunis, jos he seuraavat tarkkaa ohjeistustani.



Kuva 5. Granaattiomena ja paloitetu granaattiomena virittelyä varten (Seinäjoki 2021).

Neljäs kerta: Ovi unelmiin (Kuva 6). Ryhmäkerran tavoitteena oli haaveiden sanoittaminen ja kuvittaminen sekä uusien sanojen löytäminen osaksi arvostusta. Koska virittelyssä jaetut osallistujien unelmat ovat hyvin henkilökohtaisia, en jaa niitä eteenpäin. Unelmoiminen eroaa henkilökohtaisista tavoitteista siinä mielessä, ettei niitä ole pakko aktiivisesti pyrkiä saavuttamaan. Jokaisen kertoessa omista unelmistaan osoitin kiinnostustani ja herättelin keskustelua kysymällä lisää tai kommentoimalla unelmaa rakentavalla tavalla. Tein osallistujille myös selväksi, että jokaisen unelmat ovat arvokkaita ja haaveita on turvallista luoda itselleen, koska haaveiden ei ole aina pakko toteutua, vaan ne voivat jäädä unelmointitasolle.

Taidetyöskentelyssä pyysin jokaista maalaamaan heidän unelmansa paperille samalla, kun he saivat kuunnella rentouttavaa musiikkia. En ohjeistuksessani tullut kuitenkaan ajatelleeksi, että minun olisi pitänyt pyytää osallistujia maalaamaan unelman herättämiä tunteita esittävän taiteen sijaan. Tämä johti lopulta yksinomaan esittävän taiteen luomiseen, mikä taas luo epäonnistumisen tunteita, kun työn tekninen jälki ei ollut heille mieluista. Osallistujien joukossa oli heitä, jotka eivät omien sanojensa mukaan osaa piirtää.

Esittävässä taiteessa oli vielä toinenkin ongelma, nimittäin seuraava vaihe työssä. Osallistujien oli tarkoitus valita työstänsä yksityiskohta, jonka he halusivat musteella maalaamansa oven sisälle. Ovi oli piirretty samankokoiselle postipaperille mitä A3-kokoinen paperi on, jonka vuoksi

osallistujan oli käytännössä pakko leikata osa esittävän maalauksen työstä pois. Yhden osallistujan kohdalla tämä oli erityisen haastavaa, sillä hänen työnsä jakautui useampaan esittävään osuuteen. Mielestäni tekemämme ratkaisu tilanteessa oli loistava. Annoin hänen valita työstä yhden osan, jonka hän peittäisi piirtämällään ovella, eikä hänen muista poiketen tarvinnut leikata paperia pienemmäksi. Muidenkin työt odottamattomasta ja puutteellisesta ohjeistuksesta johtuvasta ongelmasta huolimatta onnistuivat hyvin töiden esittävien osuuksien mah- tuessa juuri ja juuri ovien sisään. Vaikka tämänkaltaiset tilanteet eivät ole toivottuja töiden ol- lessa vaarassa epäonnistua, mielestäni tämä kerta oli ohjauksen näkökulmasta nimenomaan paras, sillä ratkaisimme yhdessä kunkin työn kohdalla vastaan tulleet haasteet. Asiakkaat jou- tuivat ongelmanratkontatilanteeseen, jossa jokainen lopulta onnistui. Kerroin kyllä osallistujille tämän tilanteen olevan ohjeistukseni puutteellisuuden seurausta, jotta asiakkaille ei jäänyt mie- likuva, että syy ohjeiden väärin ymmärtämisessä olisi heidän. Töiden arvostuksessa käytettiin valmista luetteloa erilaisista adjektiveista. Näistä jokaisen tuli valita yksi sana, jonka halusi antaa työlle. Tämä koettiin hankalaksi, koska mielessä olevaa työtä kuvaavaa sanaa ei välttä- mättä löytynyt luettelosta. Koin tämän kaltaisen haasteen hyväksi, sillä näin jokaisen oli tehtävä töitä löytääkseen yhden sopivan sanan, joka sattumalta myös sopi hyvin päivän teemaksi muo- dostuneeseen haasteiden ylittämiseen.



Kuva 6. Ovi unelmiin (Seinäjoki 2021).

Viides kerta: Arabeski (Kuva 7). Osana viidettä kertaa oli itse tekemäni kuvakortit tekstei- neen, jotka saivat innoitteen voimaeläin-korteista. Tavoitteena oli omien vahvuuksien tunnista- minen. Tällä kertaa kortin valinta kesti tavallista pitempään ja kortin valinnassa tuli useammalla

esille heidän unelmointinsa yhteydessä syntyneet tavoitteensa, kuten itsenäisyys ja avarakatseisuus. Arabeski-aiheisen taidetyöskentelyn virittelyssä käytin kuvia arabeskitaiteesta sekä itämaisia mausteita. Näistä suurin osa ei ollut osallistujille ennestään tuttuja. Näin hajuaistien hyödyntämisen tavoitteet täyttyivät, ja ne toimivat samalla uusina elämyksinä. Granaattiomenan tavoin tilanne antoi tilaa keskustelulle, ja tällä kertaa havaitsin kaikkien keskustelevan keskenään. Heistä oli hauska arvuutella, minkä nimisiä mausteet mahtoivat olla.

Hajuaistin lisäksi halusin hyödyntää liikettä sekä osana taidetyöskentelyä että arvostusmenetelmänä. Taidetyöskentelyn ohjeistuksessa pientä haastetta syntyi yrittäessäni pitää akryyli-maalin valuttamisen jälkeistä liituväriä yllätyksenä. Vaikka ohjeistin osallistujia muodostamaan valuneen maalin avulla eri mallisia ja kokoisia muotoja, olivat monet alueet vaarassa jäädä ilman ääriiivoja. Vaikka osallistujan mielestä työvaihe oli valmis, pyysin heitä vielä jatkamaan, jotta väritettäville alueille syntyisi rajat. Toinen haaste oli maalin kuivuminen, jota ei kovin kauaa ehditty odottamaan, muutoin aika olisi loppunut kesken. Yritin nopeuttaa kuivumista hiustenkuivaajan avulla, mutta valitettavasti kaikki alueet eivät ehtineet täysin kuivua. Niinpä jouduin pyytämään osaa osallistujista olemaan varovaisia värittäessään alueita liiduilla. Paperin liikuttelulla maalin valuttaminen oli liikkeen hyödyntämisen keino taidetyöskentelyssä, ja sen lisäksi arvostuksessa työt arvostettiin tekemällä jokin liike, jonka kaikki toistavat.



Kuva 7. Arabeski (Seinäjoki 2021).

Kuudes kerta: Hortensia (Kuva 8). Kuudennen kerran tavoitteena oli yhteistyön ja vuorovai-
kutuksen lisääminen, jonka halusin sisällyttää taidetyöskentelyyn. Pari- tai ryhmätyön sijaan
halusin jokaisen yhä tekevän oman työnsä itse, mutta menetelmään sisältyy vaihe, jossa vaih-
detaan osallistujien värittämiä paperinpalasia keskenään. Näin syntyi jaettu taidetyö, vaikka
sommitelman kukin määräsi itse. Työskentelyn ajan pöydän keskellä oli virittäytymisessä käy-
tetty aito hortensia. Osallistujat saivat hakea siitä inspiraatiota. Tällä kertaa itsekkyyttä oli
työn arvostuksessa esillä enemmän. Tämä johtui osittain mallina olleesta kukasta ja yllätyksiä

täynnä olevista työvaiheista, joiden takia työtä ei voinut suunnitella ennakoon. Vaikka negatiivisten tunteiden kohtaaminen on myös tärkeää, ohjeistin jokaista tarkkailemaan työtä myös kauempaa. Tällä tavoin he, jotka eivät olleet työhönsä kovin tyytyväisiä näkivät työn ulkoisen kauneuden.



Kuva 8. Hortensiat (Seinäjäki 2021).

Seitsemäs kerta: Verso (Kuva 9). Päivän tavoitteena oli yllätyksellisyyden lisäksi kolmiulotteiseen työskentelyyn haastaminen ja siinä onnistuminen. Versot olivat ainoa kerta, kun jouduin poikkeamaan alkuperäisestä suunnitelmastani. Olin rakentanut toiseksi viimeistä kertaa varten tulevaisuuteen suuntaavan teeman, jossa osallistujat tekisivät oksista veneen ja päättäisivät, minne heidän veneensä matkustaa. Tätä menetelmää opetettiin käyttämään Kohtaamistaiteen opintojeni aikana sellaisena päivänä, jolloin en voinut osallistua. En näyttävästä lopputuloksesta huolimatta kokenut veneen tekemistä miellyttävänä, enkä myöskään täysin ymmärtänyt yrityksistä huolimatta, kuinka vene rakennetaan. Aliarvioin menetelmän oppimisen haastavuustason, joten hylkäsin viikkoa ennen koko suunnitelman. Varasuunnitelmana minulla oli mielessä versot, mutten ehtinyt valmistella kokonaisuutta niin, että virittäytymisessä olisi ollut esimerkiksi sipulikasvi mukana.

Koska menetelmää en ehtinyt suunnitella suunnittelulomakkeeseen, kerron menetelmästä lyhyesti. Osallistujalla on yhteensä kolme sanomalehden aukeamaa, jotka hän yksi kerrallaan käärii kiven ympärille muodostaen tupsun kiven yläpuolelle. Kiven yläpuoli teipataan tiukasti kiinni, minkä jälkeen sanomalehdestä muotoillaan versolle oksat. Tämän jälkeen työ päällystetään kauttaaltaan teipillä. Lopuksi työ väritetään akryyliväreillä. (Peräniitty 2019, 52.)

Tarkan suunnitelman puuttumisesta huolimatta tämä oli yhden asiakkaan mielestä ehdottomasti paras kerta johtuen lopputuloksen näyttävyydestä. Ohjeistuksessa tulin kiinnittäneeksi huomiota siihen, että kaikki tekivät näyttämäni esimerkin tavoin neljäksi haarautuvat oksat sen

sijaan, että oksat jakautuisivat joko enemmän tai vähemmän. Yksikään ei myöskään tehnyt esimerkissäni näyttämiä isoja lehtiä. Lopulta tekijä saa aina päättää, miten työnsä tekee, mutta saatoin esimerkilläni rajata liikaa mielikuvitusta.



Kuva 9. Versot (Seinäjoki 2021).

Kahdeksas kerta: Muotokuva (Kuva 10). Viimeinen kerta sisälsi näyttelyn, teemahaastattelun ja lisäksi nopean menetelmän loppukevennykseksi. Suunnitelmassani en ottanut huomioon, että asiakkaat voisivat osallistua näyttelyn pystyttämiseen, mutta lopulta ymmärsin pyytää heitä pystyttämään näyttelyä kanssani heidän saavuttuaan paikalle hyvissä ajoin. Aikataulu oli tiukka, joten näyttelyn oli oltava valmis ennen ryhmäkerran alkua, ja sen vuoksi en sisällyttänyt tätä suunnitelmaan. Tavoitteena olivat kokemusten jakaminen, menneen vertaaminen nykypäivään, muistelu, hauskuus ja ryhmän päätös.

Näistä suurin osa sisältyi teemahaastatteluun, jota avaan seuraavassa luvussa osana arviointivaihetta. Jotta ryhmän päätös olisi positiivissävyinen, saivat osallistujat mukaansa viimeisen taidetyönsä, joka toimi eräänlaisena lahjana osallistujien kesken työn tekijän antaessa piirroksensa muotokuvassa esiintyvälle ryhmäläiselle. Vaikka sain jo kiitoksia ohjaajana teemahaastattelun aikana, oli vielä tilaisuus jakaa vapaalla sanalla viimeisen kerran jättämät tunteet ja tulevaisuuden näkymät. Lopun kunniaksi annoimme koko Kohtaamistaitteen ryhmälle yhteiset taputukset.



Kuva 10. Kohtaamistaiteen näyttely (Seinäjoki 2021).

6 RYHMÄTOIMINNAN JA OHJAUKSEN ARVIOINTI

Esittelen tässä luvussa teemahaastattelun teoriaa, jonka jälkeen käyn toteuttamani teemahaastattelun suunnittelu-, toteutus- ja analyysivaiheen läpi. Lisäksi esittelen ryhmäkertojen päätteeksi keräämiäni palautteita tehden niistä tulkintoja. Ohjauksen arvioinnissa reflektoin ohjaustani voimaantumisen näkökulmasta käyttäen apuna oppimispäiväkirjaani. Ennen viimeistä lukua käsittelen vielä tutkimuksen eettisyyttä ja luotettavuutta.

6.1 Teemahaastattelun ja analysoinnin toteuttaminen

Teemahaastattelussa tutkija pyrkii selvittämään tutkimuksen aihepiiriin kuuluvat asiat kysymällä ja keskustelemalla niistä haastateltavan kanssa. Yleensä haastattelu nauhoitetaan. Teemahaastattelu on strukturoidun ja strukturoimattoman haastattelun välimaastoa, ja siinä on ennalta määrättyjä aihepiirejä ja teema-alueita, mutta tarkkaa kysymysten muotoilua tai järjestystä ei ole. Haastattelija varmistaa käyvänsä jokaisen haastateltavan kanssa ennalta päätetyt teema-alueet läpi esimerkiksi tukilistan avulla, mutta kysymysten muoto, järjestys ja vastausten laajuus vaihtelevat haastattelujen välillä. Haastateltavat määräytyvät tutkimustehtävän perusteella. Haastattelupaikalla on erityinen merkitys, joten sitä varten on hyvä etsiä rauhallinen ja tuttu tila. Haastattelun nauhoituksesta on sovittava ennalta. Teemoja pohtiessa voi tutustua aiempiin tutkimuksiin ja teoriaan. Aluksi kannattaa kysyä helppoja kysymyksiä ja luoda rento tila, jotta jännitys lievenee tai katoaa kokonaan. Teemahaastattelun tavoitteena on olla luonteeltaan keskustelu, jossa edetään ennalta tehdyn teemarungon mukaan. Teemarungosta löytyvät pääteemat, joissa on tarkentavia alateemoja. Haastatteluihin on hyvä varata aikaa haastattelujen kestäessä 45 minuutista puoleentoista tuntiin. (Eskola ym. 2018, 28–42.)

Teemahaastattelurunko koostuu pelkistetyistä iskusanoista, joita haastattelutilanteessa tarkennetaan ja syvennetään tutkimusintressien mukaisesti. Niihin yhdistyvät tutkimusongelmat sekä tutkittavien ilmiöiden pääluokat. Itse haastattelussa näitä käsitellään teema-alueina ja muotoillaan kysymyksiksi. Kun haastattelu on ohi, analysoidaan aineisto luokittelun ja tulkinnan avulla. (Hirsjärvi & Hurme 2008, 66–67.) Taulukossa 4 oleva teemahaastattelurunko oli omana ohjenuorana itse haastattelutilanteessa. Haastatteluteemoissa on hyödynnetty teorian käsitteitä.

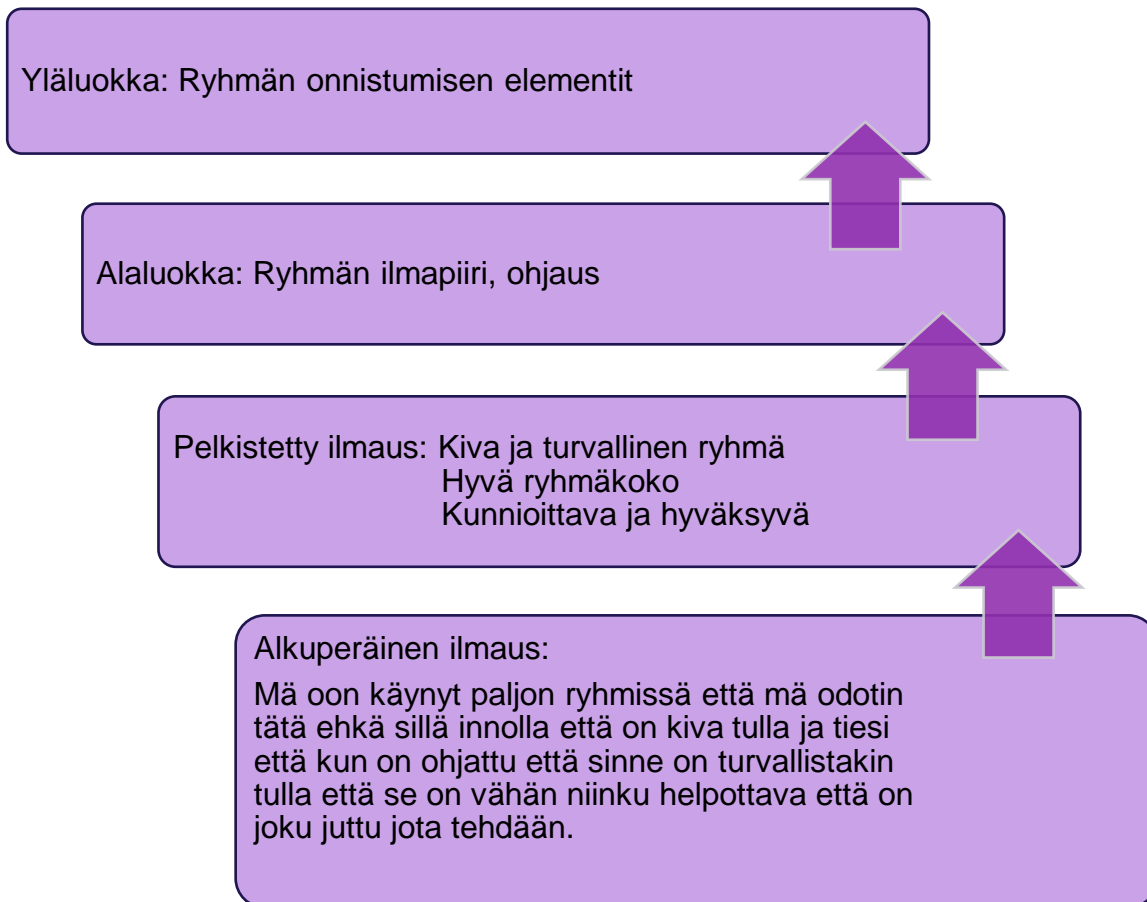
Taulukko 4. Teemahaastattelurunko.

| Osallistujien kokemukset | Oma ohjaus | Kohtaamistaiteen vaikutus arkeen ja elämään |
|--|--|---|
| Virittäytyminen/ kuulumiset | Ohjaajan suhtautuminen osallistujiin ja kehonkieli | Hyödyt |
| Taidetyöskentely | Ohjaajan käyttämä kieli ja äänenkäyttö | Jaksaminen |
| Arvostus | Ohjaajan kyky olla läsnä ja ryhmäläisiä varten ryhmätilanteessa | Omat kyvyt |
| Kertojen määrä | Ohjaajan kyky luoda toiminnalle hyvä ja turvallinen ilmapiiri ryhmässä | Luottamus itseensä |
| Kokonaisuus, mikä mieluista ja mistä ei pitänyt | Ohjaajan kyky herättää kiinnostus työskentelyä kohtaan | Suhtautuminen taiteeseen |
| Ryhmän jäsenten vuorovaikutus, ryhmä koko | Ohjeistuksen ymmärrettävyys | Rohkeus kokeilla |
| Miten istuu Reilun arkeen? Miten poikkeaa Reilusta? | Ohjaajan oman innostuneisuuden välittyminen | Asetetut tavoitteet |

Toteutin teemahaastattelun ryhmähaastatteluna kaikille neljälle osallistujalle samassa tilassa saman pöydän äärellä, jossa kaikki aikaisemmat taidetyöskentelyt toteutettiin. Tällä kertaa meitä ympäröi kaikkien aikaisempien kertojen taidetyöt, joista olimme koonneet näyttelyn. Nämä olivat hyvää muistinvirkistystä, sillä yksi osallistujista oli jo ehtinyt unohtaa tehdyt menettelmät. Töistä opittiin jopa pitämään tauon jälkeen niiden ollessa esteettisellä tavalla esillä. Nauhoitin haastattelun kännykällä, mutta varmuuden vuoksi myös kannettavaan tietokoneeseen liitetyllä mikrofoniella Audacity-nimistä ohjelmaa hyödyntäen. Tämä oli hyvä päätös, sillä koronatilanteen vuoksi käytetyt maskit vaimensivat puhetta. Haastattelu kesti yhteensä tunnin ja kaksikymmentä minuuttia.

Haastattelusta syntyneen äänitallenteen perusteella litteroin haastatteluaineiston helpottaakseni aineiston käsittelyä ja tehdäkseni sille sisällönanalyysin. Sisällönanalyysin avulla dokumentoidusta aineistosta muokataan tiivistetty ja järjestelty muoto, josta johtopäätöksiä voidaan tehdä. Aineistosta on tärkeää tehdä johtopäätöksiä, koska muuten kyseessä on vain järjestelty aineisto. Sisällönanalyysi jakautuu kolmeen vaiheeseen, jotka ovat redusointi, klusterointi sekä abstrahointi. Redusointivaiheessa tutkija poimii aineistosta tutkimuksen kannalta oleellimmat tiedot, jotka muovataan pelkistetyiksi ilmaisuiksi. Pelkistetyt ilmaisut ryhmitellään klusterointivaiheessa alaluokkiin, joihin siirretään samaa ilmiötä kuvaavat ilmaukset. Tutkimusaineiston kaventuessa alaluokat yhdistetään abstrahoinnissa laajennetuiksi ylä- ja pääluokiksi, joiden on

kuitenkin oltava yhteydessä tutkimusaineiston alkuperäisilmaukseen. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 117, 122–126.) Kuviossa 1 on nähtävissä esimerkki siitä, miten toteutin abstrahoinnin omalle aineistolleni.



Kuvio 1. Esimerkki abstrahoinnista.

6.2 Ryhmäkertojen loppupalautteet

Yhtenä arviointimenetelmänä keräsin jokaisen ryhmäkerran päätteeksi välitöntä palautetta. Tämän tavan perin Kohtaamistaiteen ohjaajaltani Tiina Kohtamäeltä, joka pyysi ryhmäkerran päätteeksi jokaista kuvaamaan sen hetken tunnetilaa muutamalla sanalla. Ryhmäkerrasta riippuen sanojen määrä vaihteli yhdestä kolmeen tai vapaasti valittavaan sanamäärään. Pyrkimykseni oli päättää ryhmäkerrat kevyesti, joten palautteiden jälkeen kiitin osallistujia ja päivä päättyi. Taulukosta 5 käy ilmi, mikä oli ryhmäkerran ohjeistus palautteenannossa ja mitä kukin neljästä osallistujasta vastasivat.

Taulukko 5. Asiakkaiden palautteet ryhmäkertojen päätteeksi.

| | Palautteen muoto | Henkilö 1 | Henkilö 2 | Henkilö 3 | Henkilö 4 |
|---|-------------------------------------|--|--|---|--|
| 1 | Kolme sanaa tai asiaa | Opettavainen, positiivinen yllätys, itseä syyllistävä | Epävarmuus, osallistuva, tahmea | Saa keskittyä, selkeät ohjeet ja sai tehdä oman näköisensä, tosi mukava | Mukava, rauhallinen, mielenkiintoinen |
| 2 | Yhdellä sanalla | Tasainen olo | Mahtava | Mielekäs | Mukava |
| 3 | Yhdellä sanalla | Iloinen | Sielukas | Hyväntuulinen | Mielenkiintoinen |
| 4 | Yksi sana annetuista adjektiiveista | Toiveikas | Luja | Intensiivinen | Uteltias |
| 5 | Kaksi sanaa | Odottava, toivorikas | Raikas, ropiseva | Rauhallisuus, pehmeys | Uteltias |
| 6 | Vapaa sana ryhmästä | Eteenpäin vienyttä, voisi käydä loppuelämän, auttaa kohtaamaan muita ihmisiä ja elämää | Turvallinen ryhmä, vaikka kriittinen olo, ei tarvitse olla tekemänsä työtä kohtaan kriittinen | Mielekästä tekemistä, todella mukavaa kun aina on jotain uutta | Mukavan kokoinen ryhmä, ei liikaa porukkaa, saa suunvuoron |
| 7 | Sana tai kaksi | Hyvällä mielellä, ihan uusi juttu | Huippu | Rentouttava, sai käyttää käsiä | Mielenkiintoista |
| 8 | Viimeiset sanat | Kiitollinen tunnelma | Pyrähdys, odottanut mielekästä tekemistä, ei tiedä mitä tekemistä tulevaisuudessa, hyvä fiilis Kohtaamistaitteesta ja ohjaajasta | Kiitollinen, "kiva kun ohjasit" | Mukavilla fiiliksellä |

Palautteiden perusteella Kohtaamistaidet on tuonut asiakkaille positiivisia kokemuksia matkan varrella, ja jokainen kuvaa Kohtaamistaitteiden tuottamia hyötyjä eri tavalla. Henkilö 1:lle toiminta osoittautui positiiviseksi yllätykseksi, joka tuo iloa, toivoa ja tasapainoa elämään. Henkilö 2 aloitti epävarmana ensimmäisen kerran, mutta jo toisen kerran aikana kokemus vaihtui mahdottomaksi palautteen edeten myöhemmillä kerroilla jopa taiteellisia termejä hyödyntäväksi. Henkilö 3 korostaa ryhmäkertojen olleen mielekkäitä, rentouttavia, ja ensimmäisen kerran päätteeksi koki tärkeäksi mainita saaneensa keskittyä. Henkilö 4 piti selvästi Kohtaamistaitteita

mielenkiintoisena ja mukavana menetelmänä, josta on helppo päätellä joka kerran tuoneen jotain uutta. Lopussa kaikki olivat kiitollisia ja ryhmä päättyi hyvissä tunnelmissa.

6.3 Ohjaajan oma reflektio

Opinnäytetyössäni on Kohtaamistaitteen ohjauksen toteuttamisen yhteydessä ollut kyse myös omasta voimaantumisen ohjaajana. Kasvoin kokemuksen aikana Kohtaamistaitteen opiskelijasta Kohtaamistaitteen ohjaajaksi. Löysin itsestäni uusia vahvuuksia ja todistin itselleni pystyväni ohjaamaan Kohtaamistaitetta sosiaalisen kuntoutuksen asiakkaille. Lähtötilanteessa en ollut aiemmin ohjannut näin monen kerran mittaista toimintaa, joka perustuu valmiiseen menetelmään.

En ole kovin suunnitelmallista tyyppiä, mutta huomasin koko ryhmäkerran ennalta suunnittelun tuovan itseluottamusta ja varmuutta menetelmän ohjaukseen. Etenkin tavaraluettelo auttaa oikeiden välineiden tuomisessa paikalle hyvissä ajoin. Ohjaukseni yhteydessä ilmeni tilanteita, joissa jouduin hakemaan nopeasti joko väärin laskemiani tai listasta unohtamiani asioita, mutta näistä tilanteista selvisin sekä huumorilla että itsevarmalla asenteellani.

Asiakkailla oli merkittävä rooli omassa voimaantumisen prosessissani, sillä sain heiltä positiivista palautetta sitä kysymättäkin. Itsekriittisyys ja paremman tavoittelu tulee minulta luonnostaan, mutta toisinaan on vaikea nähdä onnistumiset varsinkin, kun tekee jotain toisten hyväksi. Tästä syystä koin hyvää oloa ryhmän kertoessa kiitollisuudestaan minua kohtaan ja miten hyvä ohjaaja olen. Vaikka itsenäisessä palautteen antamisessa persoonalla onkin paljon tekemistä, uskon saaneeni aikaan niin turvallisen ja hyvää oloa tuovan ryhmän, että positiivisia tuntemuksia haluaa jakaa. Ryhmä luotti siihen, että minä ohjaajana pystyn vetämään heille elämysten täyhteisiä Kohtaamistaitteen ryhmäkertoja.

Taidetyöskentelyn ohjauksen aikana pyrin antamaan mahdollisimman paljon tilaa luovuudelle, joten täytin vesikippoja ja pesin siveltimiä osallistujien puolesta. Jälkeenpäin ajateltuna minun olisi ollut hyvä pyytää asiakkaita osallistumaan vähintään omien astioiden ja työvälineiden siivoukseen tai jopa siivoamaan oma paikkansa itse. Tämä olisi säästänyt minulta paljon aikaa. Asiakkaiden kanssa loppuhaastattelun aikana asiasta puhuessani ilmeni, että osa jopa koki hiukan syyllisyyttä nähdessään minun kantavan koreittain tavaraa sekä ennen ryhmäkertaa, että ryhmän jälkeen. Perusteluna tälle oli heitä varten nähtävä vaiva ja se, että osa heistä olisi voinut tarjoutua auttamaan, mikäli olisi uskaltanut ottaa asian puheeksi. Jatkossa voisin siis

luovuttaa vastuuta ainakin paikan siisteydestä osallistujille, mikä myös näyttäytyisi luottamuksena heitä kohtaan ja edistäisi heidän voimaantumistaan.

6.4 Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus

Tutkimuseettisen neuvottelukunnan (TENK) eettiset periaatteet huomioitiin koko tutkimusprosessin ajan. Kohtaamistaiteen ryhmään ja sitä kautta tutkimukseen osallistuminen oli täysin vapaaehtoista eikä kieltäytymisestä tai keskeyttämisestä olisi tullut osallistujille kielteisiä seuraamuksia. Lisäksi suostumuksen peruuttaminen olisi ollut helppoa minulle ilmoittamalla. Osallistujat saivat tietää käytännön toteutuksesta etukäteen. Kävin jokaisen kanssa erikseen läpi tiedotteeni tutkimuksesta sekä tietosuojaselosteen. Näin he saisivat tietää tutkimuksen tarkoituksen ymmärrettävästi ja totuudenmukaisesti. Kyseisestä lomakkeesta oli myös nähtävissä tutkimusaineiston elinkaari. Opinnäytetyöni valmistuessa hävitän kaikki lomakkeet ja tiedostot, joissa asiakkaat mainitaan nimeltä. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 10.12.2020.) Osallistujat pysyvät opinnäytetyössä anonyymeinä, sillä aineistosta on muokattu tai poistettu kokonaan suorat ja epäsuorat tunnisteet, eikä heidän tunnistamisensa aineiston perusteella ole siksi helppoa. (Kuula 2011, 112).

Laadullisen tutkimuksen aikana on otettava huomioon, että tutkimuksesta tulee tutkijansa näköinen, sillä omat intressit ja tarkastelunäkökulmat vaikuttavat sekä aineistonkeruumenetelmiin, että aineistoon ja sen tulkintoihin. (Kiviniemi 2018, 76). On siis huomioitava omat taitoni tutkijana sekä mahdollisesti ennakko-odotusten värittämät tulkintani aineistosta, jotka voisivat jonkun toisen tulkintojen kautta päätyä aivan toisenlaisiin johtopäätöksiin. Lisäksi haastattelun ja sisällönanalyysin välillä on kulunut viisi kuukautta, mikä voi vaikuttaa osaltaan tulkintoihin.

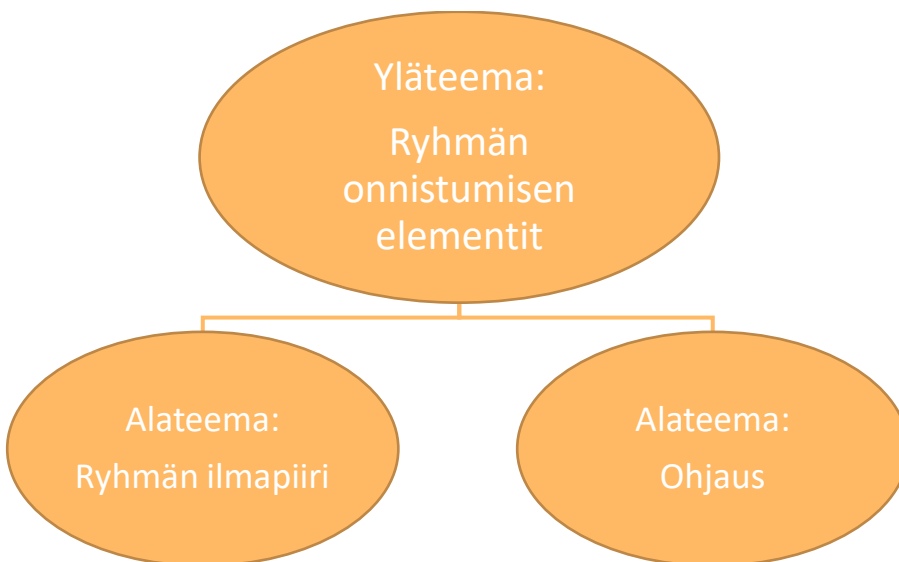
Luotettavuutta laadullisessa tutkimuksessa lisää tutkimuksen jokaisen vaiheen tarkka ja totuudenmukainen selostus. Näitä ovat esimerkiksi henkilöiden, paikkojen sekä tapahtumien kuvaukset. Aineiston tuottamiseen liittyvät olosuhteet, kuten käytetty aika, virhetulkinnat haastattelussa sekä tutkijan itsearviointi tilanteesta olisi hyvä kertoa selkeästi ja rehellisesti. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 232.)

7 RYHMÄLÄISTEN KOKEMUKSIA KOHTAAMISTAITEEN RYHMÄSTÄ

Tässä luvussa käsittelen teemahaastattelun lopputuloksia ja käytän täydentävänä aineistona ohjaajan päiväkirjani reflektioita avaamaan ryhmäläisten kokemuksia järjestämäni Kohtaamistaiteen ryhmästä sosiaalisessa kuntoutuksessa. Olen muodostanut aineiston perusteella neljä yläteemaa, jotka käyn läpi yläteema kerrallaan. Kuvioista on nähtävissä ylä- ja alateemat, joiden pohjana olleet pelkistetyt ilmaukset ja sitaattit löytyvät tekstistä.

7.1 Ryhmän onnistumisen elementit

Kuviosta 2 on nähtävissä osallistujien kertoman pohjalta muodostetut teemat. Ryhmän ilmapiiri ja ohjaus nousivat ryhmää itseään koskeviksi onnistumisen elementeiksi.



Kuvio 2. Onnistumisen elementit.

Osallistajat kuvailivat ryhmää turvalliseksi, koska ryhmässä on ohjattua ja valmiiksi suunniteltua taiteellista toimintaa. Ohjauksen sisältöä pidettiin jopa terapeuttisena. Turvallisuutta edesauttoivat tasa-arvoisuuden tunne vertaisista koostuvassa ryhmässä sekä ensimmäisellä kerralla yhdessä tekemämme säännöt. Näihin lukeutui ryhmässä jaettujen asioiden pitäminen ryhmän sisällä sekä toisten kunnioitus ja tunteiden ilmaisun salliminen sellaisina kuin ne ovat.

Mä oon käynyt paljon ryhmissä. Mä odotin tätä ehkä sillä innolla, että on kiva tulla ja tiesi että kun on ohjattu, sinne on turvallistakin tulla. Se on vähän niinku helpotavaa, että on joku juttu jota tehdään. Ja se on ollut mukavaa. (H2)

Täällä on joka kerta ollut jotain uutta ja sä oot hyvin nämä suunnitellut, ja tää on ollut sellaista terapeutista kanssa. (H3)

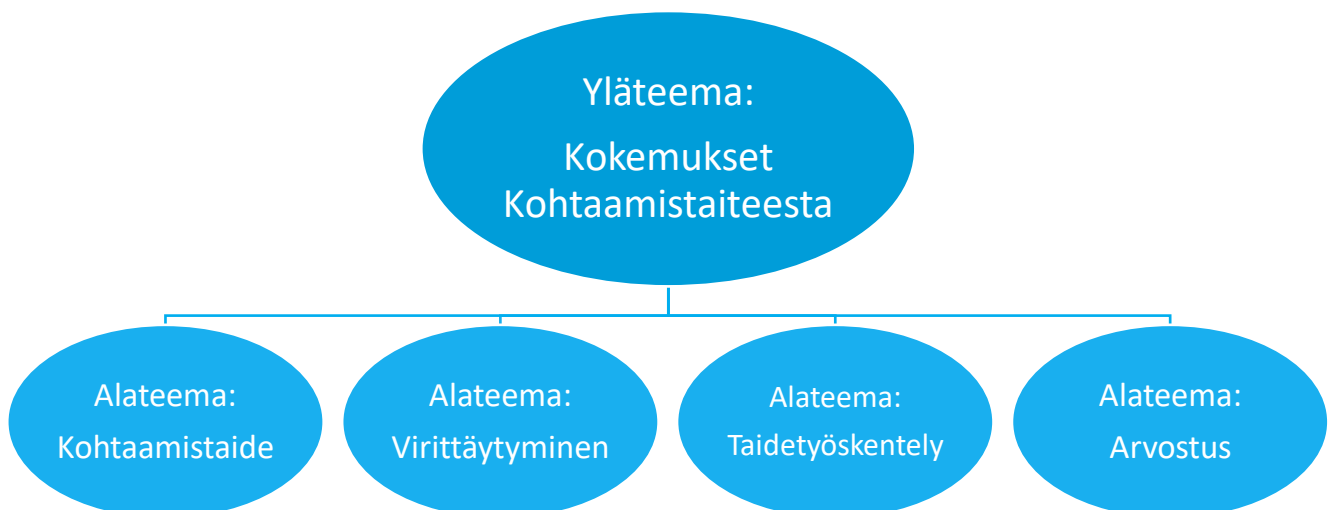
Kunnioitus välittyi sekä ohjauksestani, että ryhmäläisistä heidän jokaisen osallistuessaan yhteisiin keskusteluihin. Ryhmäkoko koettiin sopivaksi, koska pienemmässä ryhmässä sai suurempiin ryhmäkokoihin verrattuna äänensä helpommin kuuluviin, ja lisäksi aikaa on varattu kuulumisten jakamiseen.

Mulle tää on ny ollu helpompaa, kun on ollu tällanen pieni porukka. Ei oo ollu sellasia ihmisiä tässä ryhmässä, jotka on kailottanu koko ajan ja hoitanu sen puolel pelkästään yksin. (H4)

Hyvä ilmapiiri. Kaikki hyväksytään sellaisena kun on, koska täällä Reilussakin on paljon erilaisia persoonia. (H4)

7.2 Kohtaamistaitteen hyödyistä menetelmänä

Kohtaamistaitteessa on sen sisältämän struktuurin ansiosta selkeät alateemat, jotka näkyvät kuviosta 3. Virittäytymisen, taidetyöskentelyn ja arvostuksen lisäksi osallistujat jakoivat kokemuksiaan Kohtaamistaitteesta kokonaisuutena.



Kuvio 3. Asiakkaiden kokemukset Kohtaamistaitteesta.

Asiakkaat kokivat monenlaista hyötyä Kohtaamistaitteen jokaisesta kolmesta eri osasta. Virittäytymiseen kuuluivat erilaisten korttien kautta kerrottavat kuulumiset sekä aistielämykset. Alun kuulumiskierros koettiin tärkeäksi, sillä kortit ja kuulumisille annettu aika antoivat osallistujille mahdollisuuden miettiä heidän sen hetkistä olotilaansa ja jakaa itsestään sen, mitä he

halusivat. Muiden jakamista kokemuksista sai vertaistuellista voimaa sekä hyvän mielen, jos toisella on mennyt hyvin.

On ollu mukavaa, kun on aamuisin aina saanu valita jonkun kortin ja sitten siitä kertoa. Saa kerrankin päivässä pysähtyä hetkeksi. (H1)

Tärkeää tulla kuulluksi. Se on tärkeä tunne. Monissa ryhmissä sitä ei oo ollenkaan ja tuntuu siks että jotain jäis puuttumaan. (H2)

Kyllä siitä tulee hyvälle mielelle, jos toisellakin on mennä hyvin. (H2)

Taidetyöskentelyn hyviksi puoliksi nostettiin keskittymisrauha ja mahdollisuus tehdä omassa tahdissa. Uusien tekniikoiden kokeileminen koettiin mielekkäänä ja itse työskentely nautinnollisena kokemuksena. Vaikka joskus johonkin taidetyön vaiheeseen olisikin jäänyt keskittymään pidemmäksi aikaa ja pelkäisi, ettei ehtisi saada työtä ajoissa valmiiksi, oli työn valmiiksi saamiseen kuitenkin varattu tarpeeksi aikaa.

Oli siinä pientä jännitystä, että mihin tämä johtaa, kun ohjeistuksessa tuli vielä lisää jotakin. Se lopputulos ei ollut ihan heti aina selvillä mikä tästä seuraa, mut oli ihan kivaa kokeilla niitä tekniikoita. (H2)

Turvallista tehdä omassa tahdissa. Ei tarvinnu kilpailla kenenkään kanssa. Joskus vähän niinku aatteli et kerkeenköhän mä nyt kun oon niin hidas. Muut on jo valmiita kun mä oon vasta puolessa välissä. (H1)

Mukavana taidetyöskentelyssä pidettiin sitä, että työ saatiin ryhmäkerran aikana valmiiksi, eikä työtä tarvitse jatkaa muilla kerroilla. Lisäksi yllätyksellisistä ja ennalta-arvaamattomista työvaiheista huolimatta lopputulos näytti paremmalta ryhmäläisten mielestä, mitä työhön upoutumisen aikana he saattoivat olettaa. Vaikka jokin työvaihe olisikin ymmärretty väärin, ei huonoa lopputulosta päässyt syntymään, joten väärinkäsityksiä ei koettu häiritseväksi.

Jokaisesta työstä ja itsestä voi oppia jotain uutta. Kun on saanut valmiiksi töitä, se on tuntunut mukavalta. (H3)

Arvostusta pidettiin tärkeänä osana Kohtaamistaidetta, sillä töille ei yleensä koettu saavan arvostusta tai arviointia. Arvostuksesta puhuttaessa nostettiin myös esille se, ettei toisen työstä kehdattu sanoa mitään negatiivista. Tämän tulkitsen tarkoittavan sitä, että toisinaan positiivisen

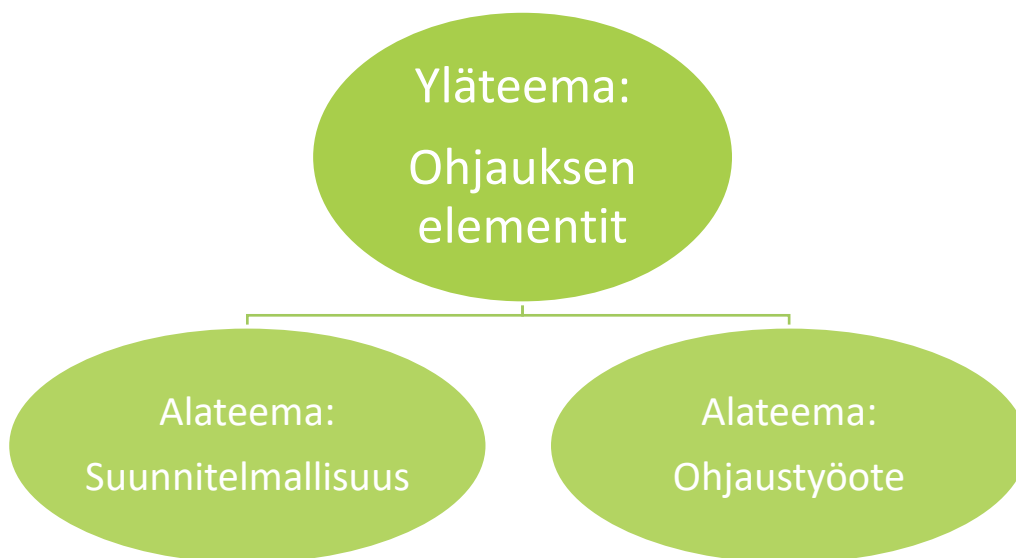
sanottavan löytäminen toisen työstä voi olla yllättävän hankalaa, eli ulkoisen kauneuden näkemistä ei ehdi välttämättä oppia Kohtaamistaiteen ryhmän aikana.

Harvoin saa itselle tai toille arvostusta tai arviointia. Moni voi miettiä mielessään, mut ehkei suomalainen ihminen sano sitä ääneen niin kovin usein. (H2)

Sitä voi ajatella kaikenlaista, muttei ikinä sano sitä ääneen. Ehkä joidenkin kohdalla kannattaa valehdella. Sanoa että se on hieno, vaikka ajattelee toista, kun tietää millainen vastaanottaja on. Kukaan meistä ei ole taidekriitikko kuitenkaan. Hyvä valhe on sellainen, että se on puoliksi totta. (H4)

7.3 Voimaannuttava ohjaus

Ohjauksesta saamani palaute muodostui kuvion 4 mukaisiin teemoihin. Suunnitelmallisuus edustaa ohjaustuokioiden ulkopuolella tapahtuvaa toimintaani, kun taas ohjaustyöote kaikkea Kohtaamistaiteen ryhmän aikana tapahtunutta.



Kuvio 4. Ohjauksen elementit.

Ohjauksessani koettiin paljon positiivisia ja voimaannuttavia piirteitä. Esille nostettiin hyvin suunnitellut kokonaisuudet, jossa selvästi näkyi panostus laatuun. Tarkat ohjeistukset antoivat luovuudelle tilaa. Mikäli jotain jäi ymmärtämättä, minulta sai kuulla meneillään olevan työvaiheen ohjeet uudelleen tai tarkennettuna. Yleensä en ohjeistanut seuraavaa työskentelyvaihetta, jollei kaikki olleet edenneet samaan pisteeseen, jotta kaikki saisivat työnsä samoihin aikoihin valmiiksi.

Tämä ohjaus on ollut niin tota tarkkaa, että on se antanut luovuudelle tilaa. (H2)

Minua pidettiin kaikkia ryhmäläisiä huomioivana ohjaajana, joten voin olettaa antaneeni tasa-vertaisesti tai ainakin jokaisen tarvitseman määrän verran huomiota. Olemukseni koettiin rauhalliseksi ja kuuntelevaiseksi, joka on minulle luontaista. En ole liikkeissäni äkkinäinen ja ääneni on lempeä, jonka lisäksi mielelläni tarkkailen ja harkitsen, ennen kuin sanon mitään. Äänitani pidettiin myös selkeänä, jonka tulkitsen tarkoittavan sekä puheen kuuluvuutta, että käyttämäni kielen helppoa ymmärrettävyyttä. Hyväntahtoisuuteni tarkoittaa varmasti monia asioita, kuten kuulumiskierroksen aikana antamani voimauttavia palautteita osallistujien kertomasta, taidetyöskentelyä varten tekemäni panostukset, sekä ryhmäläisten tukeminen taidemenetelmien aikana.

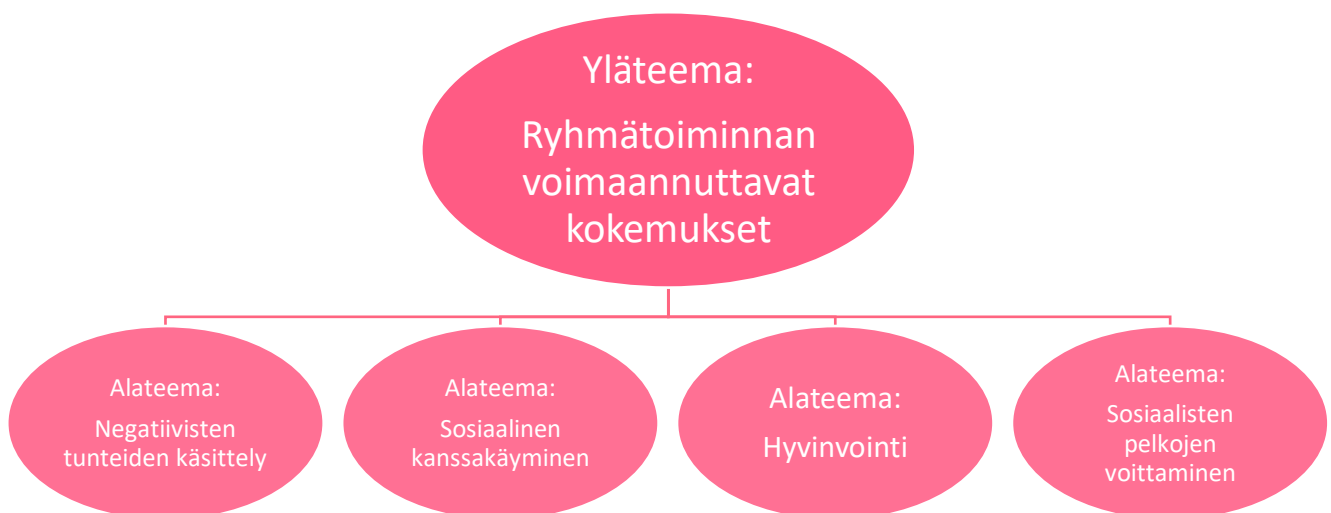
Opit huomioimaan kaikki meistä. Hyväntahtoinen ja toista tukeva. Olet hyvin mukana. kun tehdään töitä. Ei tarvinnut jännittää ohjaajan puolesta, kun tiesi että selviää. Pitää kiittää siitä, että oot tehnyt ison työmäärän. (H2)

Osaat niinku kohdata ihmisen hyvin. Rauhallisesti kuuntelet ja kuunteleminen on tärkeä taito. (H3)

Sopivasti silleen rauhallisella äänellä puhut ja silleen selkeästi. (H4)

7.4 Ryhmästä saadut hyödyt

Jokaisella osallistujalla oli omia tavoitteita heidän aloittaessa Kohtaamistaiteen ryhmän. Matkan varrella syntyi myös uusia tavoitteita, jotka olen kuviossa 5 jakanut ryhmätoiminnan voimaannuttaviksi kokemuksiksi.



Kuvio 5. Koetut hyödyt ryhmästä.

Osallistujat ovat selvästi saaneet ryhmätoiminnasta voimaannuttavia ja hyvinvointia edistäviä kokemuksia, jotka kukin koki eri tavalla. Ryhmä on auttanut käsittelemään ja työstämään pois negatiivisia tunteita antamalla rohkeutta kohdata omia pelkojaan. Tämä on saavutettu oppimalla hyväksymään itsensä.

Ollut vaikeutta siinä, ettei ole uskaltanut kohdata ihmisiä ja tunteitaan. Piirtäminen ollut siinä apuna. Se tuki sitä, että uskalsi muutenkin kohdata. On jotenkin mennyt toipunut eteenpäin sen jälkeen, kun aloitti tän ryhmän. (H1)

Ryhmätoiminnan on koettu tuovan vaikeaan elämäntilanteeseen helpotusta, sillä taidetyöskentely auttaa hetkeksi irtautumaan omasta elämästä. Taidetyöskentely on herättänyt itsekriittisyyden tuntemuksia, mutta samalla on ymmärretty muiden töitä ihastellessa ja arvostusta saadessa, miten tulisi oppia arvostamaan omia töitä yhtä paljon kuin toisten tekemiä. Taidetta myös harkittiin alkoholin sijasta hyödynnettäväksi hyvän olon tuojaksi.

Oman elämän murheita ei ole miettinyt tehdessä töitä, jonka vuoksi ollut mukavaa. Omia murheita päässä, joiden takia mieli maassa. Ohjattu työskentely sopii, kun yksin ollessa esimerkiksi kotona, on kotona vaikea itseänsä tsemptata. Huonomuuden tunnetta ollut, työt menneet pieleen, miettinyt itsetuntoa, että pitäisi muiden töiden arvostamisen mukaisesti arvostaa myös omia töitään. (H2)

Ryhmäläiset kokivat saavansa sosiaalista seuraa ryhmästä ja Kohtaamistaiteesta on saatu mielekästä tekemistä arkeen. Ryhmä on tuonut halukkuutta harrastaa jotakin yhdessä muiden ihmisten kanssa. Seuran ja ryhmän ansiosta ryhmäläiset kertoivat olotilansa olevan ollut hyvä ja tasapainoinen. Halu kokeilla uusia asioita on lisääntynyt.

Mullekin on ollut teistä niinku mukavaa seuraa. Mun ystäviä asuu vähän eri puolella, nii niitä ei nää niinku usein. Täällä meistä on tullu sellanen kiva ryhmä. (H3)

Itsensä hyväksymisen taitoa tullut, ei ruoski itseä omista mokista. Leipomisessa uskaltanut kokeilla uusia reseptejä. (H1)

Vaikka Kohtaamistaide on tuonut mielekästä tekemistä arkeen, ei sen vaikutusta ryhmän ulkopuoliseen elämään ole aina helppo nähdä. Toisaalta kuntoutuminen on pitkä prosessi, eikä sitä ole tarve hoputtaa, jonka lisäksi halukkuus kokeilla kaikenlaista uutta on erittäin tärkeää.

8 JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA

Olen jakanut viimeisen luvun kahteen osaan. Johtopäätöksissä kokoan yhteen osallistujien kokemukset Kohtaamistaiteesta ja vertaan tuloksia Kohtaamistaiteen, sosiaalisen kuntoutuksen, voimaantumisen, vertaisuuden ja ryhmänohjauksen teoriaan. Pohdinnassa arvioin opinnäytetyöni hyödynnettävyyttä, onnistumisia ja kehittämisen kohteita. Lisäksi tuon esille jatkotutkimusideoita koskien Kohtaamistaiteen soveltuvuutta sosiaalisen kuntoutuksen menetelmänä. Lopuksi nostan esille sosionomin kompetensseja, jotka olivat läsnä opinnäytetyön aikana.

8.1 Johtopäätökset

Kohtaamistaiteen ryhmien tavoitteisiin lukeutuu yksilön arvostus, osallistujien voimavarojen etsiminen, vuorovaikutuksen edistäminen sekä valintojen mahdollistaminen. (Niiniö 2014, 22). Asetetut tavoitteet toteutuivat ohjaamani Kohtaamistaiteen ryhmän aikana. Ryhmäläiset kohetasivat toisensa kunnioituksella, hyväksynnällä, sekä saivat toisistansa vertaisvoimaa. Pieni ryhmäkoko ja jaetut kokemukset loivat verrannollisen ryhmän, johon oli mukava tulla ja ryhmässä olo tuotti terapeutteja kokemuksia sekä tasapainoista oloa. Kuulluksi tuleminen koettiin tärkeänä osana kuulumiskierrosta, ja sen lisäksi itselle tuli myös hyvä mieli, mikäli toisella oli mennyt hyvin. Ryhmään osallistuneista jokainen saavutti tavoitteitaan, joita he olivat asettaneet itselleen ryhmään osallistuessa. Ryhmäläisten haastattelutuloksien mukaan omia negatiivisia tunteita ja muita ihmisiä on opittu kohtaamaan paremmin. Taidetyöskentely auttoi ryhmäläisiä pysähtymään hetkeksi ja nauttimaan taiteen tekemisestä. Osallistujat saivat ryhmästä seuraa ja he kokivat löytävänsä halua jatkossakin harrastaa jotain muiden ihmisten kanssa. Käytetyt menetelmät tuottivat yllätyksellisyyttä, joka piti kaikki kerrat mielenkiintoisina. Vaikka valintojen tekemisen aikana lopputulosta ei tiedetty etukäteen, syntyi töistä lopulta ryhmäläisille mieluisia lopputuloksia.

Kohtaamistaiteen ohjauksessa onnistuimme ryhmässä luomaan turvallisen ilmapiirin tekemämme sääntöjen sekä rauhallisen, hyväntahtoisen ja tarkan ohjauksen ansiosta. Etenkin yhteisillä säännöillä pyrin lieventämään jännitystä ja luomaan turvallisuuden tuntua. (Juntunen 2016, 30). Ohjeistuksillani ja tarkkaavaisuudellani varmistin, että jokainen tulee saamaan työnsä valmiiksi ajoissa ryhmäkerran aikana, mikä on ohjaajan tehtävä Kohtaamistaiteen ryhmässä. (Kohtamäki 2018, 54). Suunnittelulla oli erityinen rooli ryhmätoiminnan onnistumisessa. Huolellisen suunnitelman avulla sain selkeyttä toimintaani, tarvittavaa joustovaraa sekä itsevarmuutta. (Ståhlberg 2019, 37). Osallistujien palautteen perusteella olen onnistunut

kuvataidelähtöisen työn ohjauksessa, jossa tulisi korostua kuuntelutaito, havainnointikyky sekä aito kiinnostus ja kunnioitus. (Iivanainen 2019, 96).

Sosiaalisen kuntoutuksen tavoitteita oli nähtävissä osana Kohtaamistaidetta, joita ovat esimerkiksi sosiaalisen toimintakyvyn ja osallisuuden vahvistaminen kehittämällä sosiaalisia taitoja. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2018, 12). Ryhmässä keskustelua tapahtui etenkin virittäytymisen ja arvostuksen yhteydessä. Korttien valinta ja lopputunnelmien miettiminen saivat pysähtymään hetkeksi ja pohtimaan sen hetkistä olemistansa. Vaikka ryhmässä jaettiin hyvin henkilökohtaisia asioita, ryhmäläiset kohtasivat ne arvostavasti. Dialogi ja ohjaus näkyivät kuulumiskierroksessa myös tietoisena kannanottona osallistujien pyrkimyksiin, mikä on ammatillista toimintaa kuntoutuksessa. (Rostila 2018, 78). Kuuntelin, olin kannustava ja ehdotin uusia näkökulmia esimerkiksi tilanteissa, joissa osallistuja kertoo vastoinkäymisistä arjessaan. Arvostuksessa huomioitiin toisten tunteet ja opittiin valitsemaan positiivisia sanoja töiden kuvailuun. Virittelyn aikana hyvä ilmapiiri oli nähtävissä osallistujien keskustellessa keskenään myös ryhmän ulkopuolisista asioista. Nämä vuorovaikutteiset, luottamuksen ja arvostuksen paikat ovat myös sosiaalisen kuntoutuksella haettavia sosiaalisten taitojen kehittämisen paikkoja. Havaitsin taidetyöskentelyssä vastuun ottamista, sillä jokainen sai oman työnsä valmiiksi ajoissa. Kohtaamistaitteessa on siis nähtävissä sosiaaliseen kuntoutukseen ja yhteisövalmennukseen soveltuvia piirteitä. Kuulluksi tuleminen koettiin tärkeäksi asiaksi, eikä sitä tapahdu kuntoutuksen arjessa yhtä paljon kuin Kohtaamistaitteessa. Yhteisövalmennuksessa olisi hyvä järjestää enemmän aikaa kuulumisille ja hyödyntää omien asioiden jakamisen helpottamiseksi luovia menetelmiä.

Voimaantuminen on hyvin yksilöllistä ja suhteellista, mutta siihen kuuluva alkutilanteen nimeäminen ja uusien näkökulmien tai voimavarojen löytäminen ryhmän avustuksella tapahtui ryhmän aikana. (Hokkanen 2009, 320–321). Tämä näkyi käytännössä jokaisen ryhmäläisen tavoitteiden toteutumisen kautta. Ryhmästä saatiin helpotusta vaikeaan elämäntilanteeseen, mielekästä tekemistä, seuraa ja uskallusta kokeilla uutta. Vaikka muutokset olisivat jääneetkin ulkoapäin katsoessa pieniksi, voi pienikin muutos olla osallistujille hyvinkin merkityksellinen. (Hokkanen 2009, 317–320).

Vertaisuuden muodostumista edesauttoi jo se, että jokainen ryhmäläinen oli kiinnostunut Kohtaamistaitteen menetelmästä ja ryhmään osallistumisesta. Vertaisuuden kokemiseen tarvitaan ihmisten välinen suhde, jossa yhdistyy keskinäinen asiantuntijuus, voimavarat, tasa-arvo sekä yhdenvertaisuus. (Mikkonen & Saarinen 2018, 26). Osallistujat kaipasivat vaihtelua ja oppia

itsestensä uutta taiteen tekemisen kautta. Taidetyöskentelyn aikana kaikki toteuttivat saman taidemenetelmän, jonka ansiosta kaikkien töiden lopputulokset olivat verrannollisia keskenään. Arvostuskierroksen aikana on ymmärretty, kuinka omia töitä tulisi oppia arvostamaan yhtä paljon kuin toisten tekemiä töitä.

Ryhmässä oli havaittavissa toipumisen elementtejä. Toipumisorientaatiolla tarkoitetaan toiminnan ja ajattelun viitekehystä, jossa painotetaan voimavaroja, osallisuutta, toivoa, merkityksellisyyttä sekä positiivista mielenterveyttä. Toipumisprosessissa edetään kohti toiverikasta elämää psyykkisen sairauden tuottamista rajoituksista huolimatta. (Nordling 2018.) Vaikka toipuminen ei ole lineaarista, on toivo toipumisesta useasti syy kuntoutukseen hakeutumiselle, eli ohjaamani ryhmän tapauksessa Kohtaamistaiteen ryhmään osallistumiselle. (Raivio & Raivio 2020, 27.) Ryhmän aikana osallistujat uskalsivat unelmoida, löysivät voimavaroja itsestään, toisistansa sekä taiteesta.

8.2 Pohdinta

Opinnäytetyössä todettiin Kohtaamistaiteen tuovan sosiaalisessa kuntoutuksessa oleville mielenterveyskuntoutujille voimauttavia ja hyvinvointia edistäviä kokemuksia. Opinnäytetyön hyödynnettävyys työelämässä syntyy todetuista hyödyistä, joita asiakkaat kokivat. Lisäksi opinnäytetyö kiteyttää Kohtaamistaiteen ja sosiaalisen kuntoutuksen tavoitteet sekä ohjaukseen liittyviä perusteita, jotka toimivat hyvänä muistutuksena alalle kouluttautuville ja alalla työskenteleville ohjaajille. Yhteistyötaholle eli yhteisövalmennus Reilulle Kohtaamistaiteiden toi varmasti uusia näkökulmia sille, kuinka toteuttaa sosiaalista kuntoutusta. Vaikka Kohtaamistaiteen ei ole tarkoitus jäädä pysyvästi osaksi Reilun arkea, on Kohtaamistaiteesta poimittavissa struktuuria ryhmätyöskentelyyn. Kohtaamistaidetta voi myös tuoda Reilun arkeen kertaluontoisesti tuomaan iloa ja voimauttavia kokemuksia asiakkaille. Opinnäytetyöni tuo lisää näkyvyyttä Kohtaamistaiteelle, jonka ohjaajia koulutetaan alalle eri ammattikorkeakouluista. Itseäni opinnäytetyö hyödytti merkittävästi saadessani tilaisuuden syventyä Kohtaamistaiteen ja sosiaalisen kuntoutuksen teoriaan sekä arvioida kriittisesti tekemiäni päätöksiä. Lisäksi tutkimuksen tekeminen tämän opinnäytetyön mittakaavassa on itselleni aivan uutta, jossa onnistuminen ja virheistä oppiminen ovat kehittäneet itseäni sosionomina.

Opinnäytetyön tekemiseen on kulunut runsaasti aikaa, ja siinä onnistuminen on itselleni suuri saavutus. Tutkimuksessa yhdistyy työelämälähtöisyys ohjaamalla käytännössä

Kohtaamistaidetta, minkä lisäksi opinnäytetyöhön on koottu kattavasti eri lähteitä. Näistä lähteistä oleellisimpien asioiden poimiminen on ollut suuri haaste joutuessani rajaamaan paljon käsiteltäviä aiheita. Mielestäni onnistuin sisällyttämään opinnäytetyöhön tärkeimmät asiat, mutta osa asioista saattoi jäädä hyvin pintapuolisiksi, rajaukseni takia. Ryhmän suunnittelu ja ennakovalmistelut olivat itselleni suuri kynnyks, jonka lopulta onnistuin ylittämään. Menetelmien ohjauksen tarkka suunnittelu, tiedotteet ja tietosuojaselosteet, esitteet ja lupalaput veivät paljon aikaa, sillä kaiken tuli olla ytimekästä ja hyvin perusteltua. Tapanani ei ole suunnitella mitään näin tarkasti etukäteen, mutta ymmärrän niiden olevan välttämättömiä tutkimuksen ja uuden ryhmän toteutuksen yhteydessä.

Ohjauksesta sain paljon arvokasta kokemusta ja onnistumisen hetkiä, jotka toivat itseluottamusta ryhmänohjaajana. Ryhmän kiitollisuus näkyi selvästi ja se vahvisti positiivisia näkemyksiäni Kohtaamistaitteesta. Havaintojen tekeminen asiakkaista ohjauksen aikana oli itselleni hankalaa, koska ohjaukseen ja siinä onnistumiseen oli kiinnitettävä paljon huomiota. Havainnoinnissa kehittyminen vaatii itseltäni vielä lisää kokemusta. Sama pätee toteuttamaani teemahaastatteluluun, jollaista en ole aiemmin pitänyt. Haastattelijana minun tulisi havaita paremmin tarkentavien kysymysten paikat, sillä osa vastauksista osa jäi liian tulkinnanvaraisiksi. Suunnittelemani haastattelurunko oli hyvä, mutta saatoin seurata sitä liian tarkasti.

Aineistonkeruun osalta teemahaastattelussa olisin voinut saada kattavammin tuloksia, jos olisin toteuttanut haastattelun esimerkiksi viimeisen kerran jälkeen jokaiselle osallistujalle erikseen. Vaikka varmistinkin ryhmähaastattelussa jokaisen saavan ja käyttävän puheenvuoronsa, saattoi toisten kokemusten kuuleminen ja samojen asioiden toistelu väsyttää etenkin, kun haastattelutilanne kesti melkein puolitoista tuntia. Haastattelurungon näyttäminen etukäteen olisi voinut helpottaa haastattelutilanteessa, vaikka osallistujat tiesivät haastattelun koskevan heidän kokemuksiaan. Lisäksi aineistoa olisi voinut kerätä noin puolen vuoden tauon jälkeen ja tarkastella, mitä asiakkaille kuuluu ja miten Kohtaamistaitteen ryhmän hyödyt näkyvät jälkiseurannassa. Kaikesta huolimatta suoriuduin haastatteluihin varaamillani resursseilla onnistuneesti. Asiakkailta löytyi paljon ainutlaatuisia kokemuksia sekä Kohtaamistaitteesta että ohjauksestani. Kerätty aineisto avartaa Kohtaamistaitteen mahdollisuuksia voimaannuttavana menetelmänä entisestään ja vahvistaa myös itseäni ohjaajana.

Kohtaamistaitteen ohjauksessa suoriuduin erinomaisesti, vaikkei täydellistä suoritusta koskaan tuleekaan vastaan. Hyvä suunnitelma kantaa erittäin pitkälle, ja ongelmatilanteissa luovien ratkaisujen tekeminen yhteistyössä asiakkaiden kanssa jäi jokaiselle osallistuneelle onnistumisen

kokemuksena mieleen. Jälkiviisaana olisin voinut muutamalle kerralle valita pari- tai ryhmätyömenetelmiä ryhmäytymisen edistämiseksi. Osallistujia oli sen verran vähän, että lopulta koin osallistujien saavan vertaisuuden kokemuksia toisiltaan enemmän, jos kaikki tekevät oman työn ja lopuksi näkevät toisten taidetyön tulokset. Ohjasin muutenkin vain menetelmiä, jotka jo ennestään tiesin. Tässä ei ole mielestäni mitään vikaa, sillä onnistuessani jo olemassa olevissa menetelmissä sain uusia ideoita ja rohkeutta luoda omia taidemenetelmiä. Kirsikkapuun kukat olivat mukaelma syksyn lehdistä, jonka ohjauksessa onnistuminen on hyvä ensiaskel lähteä kehittämään uusia sovelluksia.

Sosionomin osaamisvaatimukset eli kompetenssit näkyivät opinnäytetyöprosessin aikana monipuolisesti, koska opinnäytetyössä yhdistyvät asiakastyö ja tutkimuksellinen kehittämistyö. Sosionomin kompetensseja ovat sosiaalialan eettinen osaaminen, asiakastyön osaaminen, sosiaalialan palvelujärjestelmäosaaminen, kriittinen ja osallistava yhteiskuntaosaaminen, tutkimuksellinen kehittämis- ja innovaatio-osaaminen sekä työyhteisö-, johtamis- ja yrittäjyysosaaminen. (Arene ry 2017, 10). Eettisyys näkyy opinnäytetyössä osallistujien kunnioittavana ja tasa-arvoisena kohtaamisena noudattaen sosiaalialan arvoja ja ammattieettisiä periaatteita. Tutkimuksellinen kehittämis- ja innovaatio-osaaminen kuuluu opinnäytetyöhön uuden tiedon tuottamisen muodossa. Olen suunnitellut ja toteuttanut sekä arvioinut toteuttamani Kohtaamistaitteen ryhmän, lisäksi asiakkaita on kohdeltu tutkimus- ja kehittämistyössä vaadittavien eettisten periaatteiden mukaisesti. Tutkimustuloksista näkee selvästi Kohtaamistaitteen hyvinvoinnin vaikutuksen yhteisövalmennus Reilun asiakkaissa. Kriittinen ja osallistava yhteiskuntaosaaminen on opinnäytetyössä pääosin kriittistä itsereflektiota asioista, jotka olisin voinut toteuttaa toisin. Näitä ovat esimerkiksi valintojeni vaikutus tuloksiin ja kuinka voisin jatkossa toimia ryhmänohjaajana.

Jatkotutkimusideana Kohtaamistaitteen ryhmään voisi osallistua esimerkiksi yhteisövalmennuksen ohjaaja ryhmän jäsenenä, jotta hän näkisi ja ymmärtäisi, mistä Kohtaamistaitteessa on kyse. Tämän tutkimuksen osalta ohjaajat kuulivat Kohtaamistaitteen kokemuksista lähinnä osallistujien kertomana. Ohjatakseen Kohtaamistaitetta on ohjaajan käytävä Kohtaamistaitteen koulutus, mutta Kohtaamistaitteessa on selvästi kuntouttavaan ryhmätoimintaan soveltuvia piirteitä. Yhden kerran mittaiset taidemenetelmät ja arvostus voisivat olla portti onnistumisen kokemuksille etenkin heille, jotka eivät taidetta uskalla epäonnistumisen pelossa tehdä. Kunhan ryhmistä ei käytä Kohtaamistaitteen nimeä, on menetelmät ja arvostus kuntoutuksessa hyödynnettäviä menetelmiä siinä missä muutkin kuvalliset menetelmät.

LÄHTEET

- Ahava, R. & Vuorio, S. 2014. Virittäytyminen ryhmään ja taidetyöskentelyyn. Teoksessa: Pusa, T. (toim.) Kohtaamistaide. Käsikirja ohjaajalle. [Verkkojulkaisu]. Vantaa: Laurea-ammattikorkeakoulu, 44–47. [Viitattu 10.11.2021]. Saatavana: <http://urn.fi/URN:ISBN:978-951-799-332-6>
- Alaverdyan, A. Mattila, L. Peuna-Korpioja, K. Kivioja, T. & Lautamo, T. 2019. Ryhmänohjaajan opas: Kompensaatiokeinoista apua arkeen, työhön ja oppimiseen Komppaa-ryhmätoimintamallin avulla. [Verkkojulkaisu]. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu. [Viitattu 10.11.2021]. Saatavana: <http://urn.fi/URN:ISBN:978-951-830-541-8>
- Arene ry. 2017. Sosionomi tuottaa hyvinvointia läpi elämänkaaren. Ammattikorkeakoulutus sosiaalialan muutoksen edistäjänä. [Verkkojulkaisu]. Helsinki: Arene ry. [Viitattu 28.11.2021]. Saatavana: http://www.arene.fi/wp-content/uploads/Raportit/2018/arene_sosionomiselvitys_pitka_raportti_fin.pdf
- Aronen, I. 2015. Kohtaamistaidetta mielenterveyskuntoutujille. [Verkkojulkaisu]. Laurea-ammattikorkeakoulu, sosionomin koulutusohjelma. Opinnäytetyö. [Viitattu 10.11.2021]. Saatavana: <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-201503103001>
- Buusti ry. 2020. Palvelukuvaus yhteisövalmennus. 28.2.2020.
- Buusti ry. Ei päiväystä. Reilu. [Verkkosivu]. [Viitattu 10.11.2021]. Saatavana: <http://buustiaelamaan.fi/palvelu/yhteisovalmennus/reilu/>
- Cavén-Pöysä, O. 2014. Arvostuksen osoittaminen. Teoksessa: Pusa, T. (toim.) Kohtaamistaide. Käsikirja ohjaajalle. [Verkkojulkaisu]. Vantaa: Laurea-ammattikorkeakoulu, 54–58. [Viitattu 10.11.2021]. Saatavana: <http://urn.fi/URN:ISBN:978-951-799-332-6>
- Eskola, J. Lätti, J. & Vastamäki, J. 2018. Teemahaastattelu: Lyhyt selviytymisopas. Teoksessa: Aarnos, E. & Valli, R. (toim.): Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1: Metodien valinta ja aineistonkeruu: Virikkeitä aloittelevalle tutkijalle. 5. uudistettu painos. Jyväskylä: PS-kustannus, 27–51.
- Fancourt, D. & Finn, S. 2019. (toim.) What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being? A scoping review. [Verkkojulkaisu]. Copenhagen: WHO Regional Office of Europe. Health Evidence Network (HEN) Synthesis Report 67. [Viitattu 10.11.2021]. Saatavana: <https://www.euro.who.int/en/publications/abstracts/what-is-the-evidence-on-the-role-of-the-arts-in-improving-health-and-well-being-a-scoping-review-2019>
- Heikkilä, J. & Heikkilä, K. 2005. Voimaantuminen työyhteisön haasteena. Porvoo: WSOY.
- Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2008. Tutkimushaastattelu: Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. [Verkkokirja]. Helsinki: Gaudeamus. [Viitattu 10.11.2021]. Saatavana Ellibs-e-kirjakokoelmasta. Vaatii käyttöoikeuden.

- Hirsjärvi, S. Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. Tutki ja kirjoita. 15. uudistettu painos. Helsinki: Tammi.
- Hjulberg, S. & Träskelin, K. 2012. Vertaistukiryhmän ohjaajan opas. [Verkkojulkaisu]. Piippola: Piippolan ammatti ja kulttuuriopisto. [Viitattu 30.11.2021]. Saatavana: http://er-tools.purot.net/vertaisryhman_ohjaajan_opas.pdf
- Hokkanen, L. 2009. Empowerment valtaistumisen ja voimaantumisen dialogina. Teoksessa: Mäntysaari, M. Pohjola, A. Pösö, T. Mäntysaari, T. & Pohjola, T. (toim.): Sosiaalityö ja teoria. Jyväskylä: PS-kustannus, 315–337.
- Holm, J. Huuskonen, P. Jyrkämä, O. Karnell, S. Laimio, A. Lehtinen, I. Myllymaa, T. & Vahtivaara, J-M. 2010. Vertaistukiryhmä käyntiin! Teoksessa: Laatikainen, T. (toim.) Vertaistointi kannattaa. [Verkkojulkaisu]. Helsinki: Asumispalvelusäätiö ASPA. [Viitattu 10.11.2021]. Saatavana: https://a-kiltojenliitto.fi/akilta/wp-content/uploads/2015/02/Vertaistoiminta_kannattaa.pdf
- Huhtinen-Hildén, L. & Isola, A-M. 2019. Luova ryhmätoiminta lisää hyvinvointia. [Verkkojulkaisu]. Helsinki: THL. [Viitattu 30.11.2021]. Saatavana: <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-343-329-8>
- Huhtinen-Hildén, L. & Karjalainen, A. 2019. Luova toiminta siltana itseen, toisiin ja osallisuuteen. Teoksessa: Karjalainen, A. (toim.) Luovan toiminnan työtavat: Käsikirja sosiaali- ja terveysalalle. Jyväskylä: PS-kustannus, 11–19.
- Hämäläinen, M. 2020. Sosiaalinen kuntoutus osana hyvinvoinnin tukemista: Case Kristalliverkko. [Verkkojulkaisu]. Centria-ammattikorkeakoulu, sosiaalialan koulutusohjelma. Opin- näytetyö. [Viitattu 10.11.2021]. Saatavana: <https://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2020121528476>
- Iivanainen, S. 2019. Väriä elämään – kuvallinen ilmaisu hyvinvointia edistämässä. Teoksessa: Karjalainen, A. (toim.) Luovan toiminnan työtavat: Käsikirja sosiaali- ja terveysalalle. Jyväskylä: PS-kustannus, 57–100.
- Juntunen, V. 2016. Vahvistu: Sosiaalisen kuntoutuksen ryhmätoiminnan käsikirja. [Verkkojulkaisu]. Kajaani: Kainuun sote. [Viitattu 30.11.2021]. Saatavana: https://sote.kainuu.fi/sites/sote.kainuu.fi/files/documents/library/2017-11/vAHVISTU_0.pdf
- Kaarema, O. & Paavilainen, E. 2011. Masennustaustaisten aikuisten kokemuksia Kohtaamistaitteesta voimaannuttavana menetelmänä. [Verkkojulkaisu]. Laurea-ammattikorkeakoulu, sosiaalialan koulutusohjelma. Opin- näytetyö. [Viitattu 10.11.2021]. Saatavana: <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-201105056373>
- Kannasoja, S. 2018. Sosiaalinen toimintakyky: Käsitteen suomalainen kehityshistoria. Teoksessa: Lindh, J. Härkäpää, K. & Kostamo-Pääkkö (toim.) Sosiaalinen kuntoutuksessa. Rovaniemi: Lapland University Press, 39–60.

- Kippola-Pääkkönen, A. 2018. Vertaistuen hyödyt ja haasteet kuntoutuksessa. Teoksessa: Lindh, J. Härkäpää, K. & Kostamo-Pääkkö (toim.) Sosiaalinen kuntoutuksessa. Rovaniemi: Lapland University Press, 174–191.
- Kiviniemi, K. 2018. Laadullinen tutkimus prosessina. Teoksessa: Aaltola, J. & Valli, R. (toim.): Ikkunoita tutkimusmetodeihin 2: Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. 5. uudistettu painos. Jyväskylä: PS-kustannus, 73–87.
- Kohtamäki, T. 2018. Hyvinvointia edistävä Kohtaamistaide. Teoksessa: Tiilikka, T. Majasaari, H. & Saarikoski, S. (toim.) Yhteistyössä toimien: käsityksiä monialaisuudesta ja moniammatillisuudesta sosiaali- ja terveysalalla. [Verkkajulkaisu]. Seinäjoki: Seinäjoen ammattikorkeakoulu, 51–57. [Viitattu 10.11.2021]. Saatavana: <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-7109-97-7>
- Koskisuus, J. 2007. Näkökulmia kuntoutumiseen. [Ppt-esitys]. [Viitattu 30.11.2021]. Saatavana: https://www.epshp.fi/files/5509/Onko_kuntoutuminen_mahdollista_kaikille.pdf
- Kuula, A. 2011. Tutkimusetiikka: aineistojen hankinta, käyttö ja säilytys. 2. uudistettu painos. Tampere: Vastapaino.
- L. 30.12.2014/1301. Sosiaalihuoltolaki.
- Laine, A. Ruishalme, O. Salervo, P. Sivén, T. & Välimäki, P. 2009. Opi ja ohjaa sosiaali- ja terveysalalla. 8. uudistettu painos. Helsinki: WSOY oppimateriaalit.
- Leinonen, A. & Koistinen, K. 2014. Taidetyöskentelyn ohjaaminen. Teoksessa: Pusa, T. (toim.) Kohtaamistaide. Käsikirja ohjaajalle. [Verkkajulkaisu]. Vantaa: Laurea-ammattikorkeakoulu, 48–53. [Viitattu 10.11.2021]. Saatavana: <http://urn.fi/URN:ISBN:978-951-799-332-6>
- Lindsay, T. & Orton, S. 2014. Groupwork Practice in Social Work. Lontoo: Thousand Oaks.
- Mikkonen, I. & Saarinen, A. 2018. Vertaistuki sosiaali- ja terveysalalla. Helsinki: Tietosanomaa.
- Niiniö, H. 2014. Tavoitteellisuus ja työnohjaus Kohtaamistaitteessa. Teoksessa: Pusa, T. (toim.) Kohtaamistaide. Käsikirja ohjaajalle. [Verkkajulkaisu]. Vantaa: Laurea-ammattikorkeakoulu, 20–23. [Viitattu 30.11.2021]. Saatavana: <http://urn.fi/URN:ISBN:978-951-799-332-6>
- Nordling, E. 2018. Mitä toipumisorientaatio tarkoittaa mielenterveystyössä? [Verkkolehtiartikkeli]. Lääketieteellinen aikakauskirja Duodecim 134 (15), 1476–1483. [Viitattu 30.11.2021]. Saatavana: <https://www.duodecimlehti.fi/duo14435#s2>

- Peräniitty, A-K. (toim.), Alanen, A. Falck, M. Holmikari, J Kohtamäki, T. Leinonen, A. Lintilä, A. Lund, V. Niiniö, H. Toivonen, L. Vesakko, S. 2019. Kohtaamistaiteen taidemenetelmiä. Suomen Kohtaamistaide ry.
- Raivio, M. & Raivio, J. 2020. Toipuva mieli: Opas toipumisorientaatioon. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Rankanen, M. & Pusa, T. 2014. Taideterapia ja Kohtaamistaide Suomessa. Teoksessa: Pusa, T. (toim.) Kohtaamistaide. Käsikirja ohjaajalle. [Verkkojulkaisu]. Vantaa: Laurea-ammattikorkeakoulu, 10–15. [Viitattu 10.11.2021]. Saatavana: <http://urn.fi/URN:ISBN:978-951-799-332-6>
- Rostila, I. 2018. Toiminnallinen identiteetti – uusi näkökulma yksilöön ja sosiaaliseen kuntoutukseen. Teoksessa: Lindh, J. Härkää, K. & Kostamo-Pääkkö (toim.) Sosiaalinen kuntoutuksessa. Rovaniemi: Lapland University Press, 61–81.
- Sosiaali- ja terveysministeriö (STM). Ei päiväystä. Sosiaalinen kuntoutus. [Verkkosivu]. [Viitattu 30.11.2021]. Saatavana: <https://stm.fi/sosiaalinen-kuntoutus>
- Ståhlberg, L. 2019. Pienryhmäohjaajan opas. [Verkkokirja]. Jyväskylä: PS-kustannus. [Viitattu 10.11.2021]. Saatavana Ellibs-e-kirjakokoelmasta. Vaatii käyttöoikeuden.
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL). 2018. Suositus työikäisten sosiaalisen kuntoutuksen järjestämisen laatuksiksi. [Verkkojulkaisu]. Helsinki: SOSKU. [Viitattu 10.11.2021]. Saatavana: <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-343-249-9>
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL). 14.12.2018. Kuntoutuminen on sosiaalinen prosessi. [Verkkosivu]. [Viitattu 30.11.2021]. Saatavana: <https://thl.fi/fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/sosku/sosiaalisen-kuntoutuksen-opas/kuntoutuminen-on-sosiaalisen-prosessi>
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL). 13.7.2020. Ryhmätoiminta ja toiminnalliset menetelmät. [Verkkosivu]. [Viitattu 30.11.2021]. Saatavana: <https://thl.fi/fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/sosku/sosiaalisen-kuntoutuksen-opas/palvelun-sisallot/ryhmatoiminta-ja-toiminnalliset-menetelmat>
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL). 18.11.2021. Sosiaalialan tiedonhallinnan sanasto. [Verkkosivu]. [Viitattu 25.11.2021]. Saatavana: <https://sotesanastot.thl.fi/termed-publish-server/vocabulary/25b97b3a-1517-4499-92da-413b00a0ce5b/concept/62305d11-2db6-48bf-b8b3-2ff2a23f9150>
- Toikko, T. & Rantanen, T. 2009. Tutkimuksellinen kehittämistoiminta: Näkökulmia kehittämisen prosessiin, osallistamiseen ja tiedontuotantoon. [Verkkokirja]. Tampere: Tampere University Press. [Viitattu 30.11.2021]. Saatavana Ellibs-e-kirjakokoelmasta. Vaatii käyttöoikeuden.
- Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Uudistettu laitos. Helsinki: Tammi.

- Tutkimuseettinen neuvottelukunta (TENK). 10.12.2020. Ihmistieteiden eettisen ennakoarvioinnin ohje. [Verkkosivu]. [Viitattu 10.11.2021]. Saatavana: <https://tenk.fi/fi/ohjeet-ja-aineistot/ihmistieteiden-eettisen-ennakoarvioinnin-ohje>
- Voutilainen, R. 2014. Moniaistisuus Kohtaamistaitteessa. Teoksessa: Pusa, T. (toim.) Kohtaamistaide. Käsikirja ohjaajalle. [Verkkojulkaisu]. Vantaa: Laurea-ammattikorkeakoulu, 38–42. [Viitattu 10.11.2021]. Saatavana: <http://urn.fi/URN:ISBN:978-951-799-332-6>
- Vänskä, K. Laitinen-Väänänen, S. Kettunen, T. & Mäkelä, J. 2011. Onnistuuko ohjaus? Sosiaali- ja terveysalan ohjauksessa kehittyminen. Helsinki: Edita.

LIITTEET

Liite 1. Tiedote tutkimuksesta

Liite 2. Kutsu Kohtaamistaitteen ryhmään

Liite 3. Kohtaamistaitteen ryhmäkertojen suunnittelulomake

Liite 1. Tiedote tutkimuksesta



Tiedote tutkimuksesta ja tutkimuksen tietosuojaseloste

TIEDOTE TUTKIMUKSESTA

Luovuus ja arvostaminen – Kohtaamistaide sosiaalisen kuntoutuksen menetelmänä

1. Pyyntö osallistua tutkimukseen

Teitä pyydetään mukaan tutkimukseen, jossa tutkitaan Kohtaamistaidetta menetelmänä ja sen merkitystä sosiaalisen kuntoutuksen asiakkaille. Tämä tiedote kuvaa tutkimusta ja teidän osuuttanne siinä.

2. Vapaaehtoisuus

Tutkimukseen osallistuminen on täysin vapaaehtoista. Kieltäytyminen ei vaikuta oikeuksiinne tai saamaanne kuntoutukseen Reilun asiakkaana. Voitte myös keskeyttää tutkimuksen koska tahansa syytä ilmoittamatta. Mikäli keskeytätte tutkimuksen tai peruutatte suostumuksen, teistä keskeyttämiseen ja suostumuksen peruuttamiseen mennessä kerättyjä tietoja ja näyttöjä voidaan käyttää osana tutkimusaineistoa.

3. Tutkimuksen tarkoitus

Tämän tutkimuksen tarkoituksena on kehittää Kohtaamistaide -menetelmää ja testata sen soveltuvuutta sosiaalisen kuntoutuksen menetelmänä mielenterveyskuntoutujille. Lisäksi opinnäytetyö tutkii Kohtaamistaiteen ohjaamista sekä ohjaajan kehityskaarta.

4. Tutkimuksen toteuttajat

Tutkimus on Seinäjoen ammattikorkeakoulun kautta toteutettava sosiaalialan opinnäytetyö, jonka vastuullinen tutkija on Petteri Huuhtanen. Buusti ry:n Reilu on yhteistyössä tutkimuksen ajan antamalla luvan toteuttaa opinnäytetyön toiminnallisen osuuden asiakkailleen, lisäksi antaen tutkimukseen tarvittavat tilat ja materiaalit tutkijan käyttöön.

5. Tutkimusmenetelmät ja toimenpiteet

Kohtaamistaiteen ohjaukset on yhteensä kahdeksan, joita pidetään kerran viikossa puolentoista tunnin ajan. Joka ohjauksella pidetään lyhyt tauko. Kohtaamistaiteen tunnit toteutuvat osana Reilun arkea.

Kohtaamistaide on strukturoitu kolmiosaiseksi. Ohjaukset alkavat kuulumisten vaihtamisella ja päivän teemaan virittäytymisellä, jonka jälkeen siirrymme porrastettuun taidetyöskentelyyn, jossa tutustutaan eri työvälineisiin. Tämän jälkeen jokainen työ arvostetaan luovilla menetelmillä. Päivä lopetetaan yhteiseen palautteeseen. Ohjauksien aikana tehtyjen havaintojen perusteella kirjoitan oppimispäiväkirjaa omasta ohjauksestani, ohjauksen onnistumisista ja kehittämisen kohteista, osallistujien ryhmäytymisestä sekä heidän kokemuksistaan.

Viimeisellä kerralla on luvassa teemahaastattelu, joka äänitetään ja litteroidaan tutkimusta varten.

Ohjauksilla kerättävän aineiston lisäksi tulen pohjaamaan ohjaukseni teoriakirjallisuuteen ja tekemään vertailua kirjallisten teosten ja toteutuneen välillä. Tulen siis tutkimustani varten keräämään myös eri teoksia tutkimukseni tueksi.

6. Tutkimuksen mahdolliset hyödyt

Kohtaamistaiteessa nimensä mukaisesti kohdataan monia asioita. Osallistujalla on mahdollisuus tutustua monipuolisesti luoviin menetelmiin käyttäen tuttuja sekä uusia työvälineitä. Työskentely

tuottaa iloa ja mielihyvää, sekä antaa osallistujille tilaisuuden keskittyä itseensä tekemisen kautta. Jokainen ryhmässä saa osakseen arvostusta, mahdollisuuden tehdä valintoja sekä olla vuorovaikutuksessa ryhmänsä kanssa. Lisäksi tutkimuksen tavoitteena on saada selville, kuinka hyvin Kohtaamistaide soveltuu sosiaalisen kuntoutuksen ryhmätyö- ja valmennusmenetelmäksi.

7. Kustannukset ja niiden korvaaminen

Tutkimukseen osallistuminen ei maksa teille mitään. Osallistumisesta ei myöskään makseta erillistä korvausta.

8. Tutkimustuloksista tiedottaminen

Opinnäytetyö tullaan julkaisemaan avoimesti Theseus -tietokantaan.

9. Tutkimuksen päätyminen

Myös tutkimuksen suorittaja voi keskeyttää tutkimuksen, jos esimerkiksi koronan vuoksi yhteisövalmennusyksikkö suljetaan. Opinnäytetyö on avoimesti luettavissa Theseus -tietokannasta, josta tutkittava näkevät tutkimuksen tulokset.

10. Lisätiedot

Pyydämme teitä tarvittaessa esittämään tutkimukseen liittyviä kysymyksiä tutkijalle/tutkimuksesta vastaavalle henkilölle.

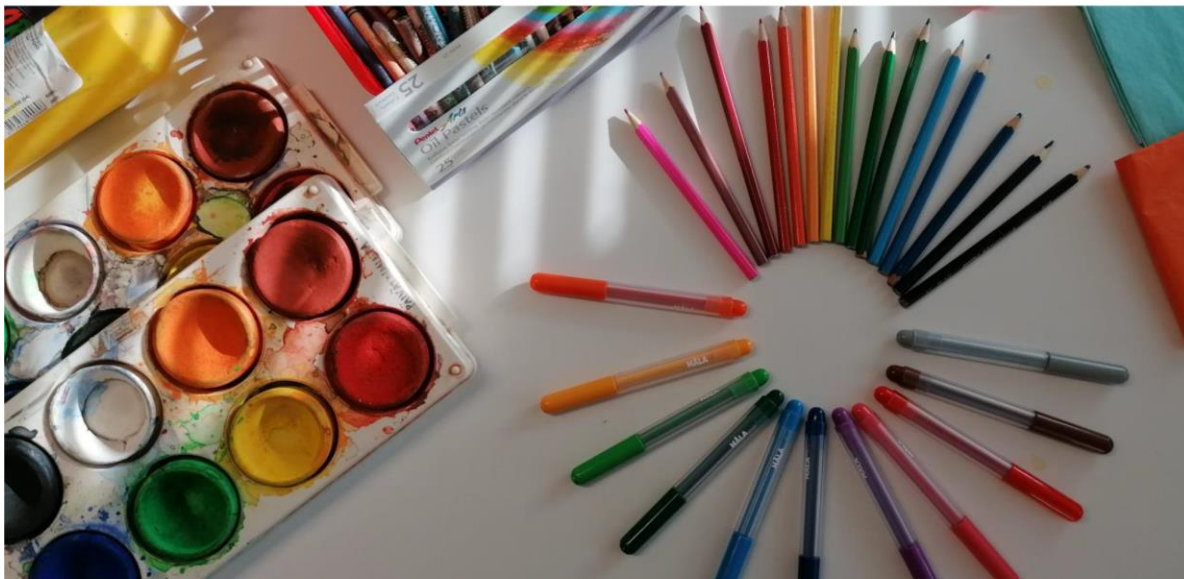
11. Tutkijoiden yhteystiedot

Tutkija / opinnäytetyötekijä
Nimi: Petteri Huuhtanen
Puh. 050 411 0926
Sähköposti: petteri.huuhtanen@seamk.fi

Tutkimuksesta vastaa / opinnäytetyön ohjaaja
Titteli: Lehtori
Nimi: Aino Alaverdyan
Seinäjoen ammattikorkeakoulu
Puh. 040 830 0387
Sähköposti: aino.alaverdyan@seamk.fi

Liite 2. Kutsu Kohtaamistaiteen ryhmään

Kutsu Kohtaamistaiteen ryhmään



Suoritan Seinäjoen ammattikorkeakoulussa Kohtaamistaiteen ohjaajakoulutusta, johon kuuluu oman ryhmän ohjausharjoitusprosessi. Samalla teen ohjauksestani opinnäytetyön, joka kertoo Kohtaamistaiteen menetelmän hyödyntämisestä sosiaalisen kuntoutuksen menetelmänä ja sen merkityksestä osallistujille.

Kohtaamistaiteessa olennaista ovat havainnot, kokeminen, kohtaaminen, ilo ja arvostus. Sen pohja on japanilaisessa Clinical Art – työskentelyssä. Kohtaamistaiteen struktuuri, moniaistisuus ja taidetyöskentely kiinnittävät aikaan ja paikkaan. Kohtaamistaiteessa ihminen nähdään yhteisönsä jäsenenä ja toiminnassa korostuu kaikkien aistien käyttäminen. Ohjatussa ja tavoitteellisessa ryhmämuotoisessa kuvataidetyöskentelyssä teos muokkautuu valintojen kautta esteettisesti laadukkaaksi tuotokseksi. Tekeminen on porrastettu niin, että jokainen pääsee nauttimaan taiteen tekemisen esteettisestä lumosta ja teoksensa arvostavasta katselusta yhdessä vertaisryhmän kanssa.

Ryhmätapaamisia on yhteensä 8 ja ne ovat kestoaltaan noin 1h 30 min.

Ryhmän koko on 3–8 henkilöä. Paikka on Reilussa, _____.

Ensimmäinen kokoontuminen _____.

Lämpimästi tervetuloa,

Petteri HUUHTANEN

Liite 3. Kohtaamistaitteen ryhmäkertojen suunnittelulomake

Kohtaamistaitteen toimintakerran suunnittelulomake

ryhmä: _____

ohjaajat: _____

| Ajankohta | 31.3. | 7.4. | 14.4. | 21.4. |
|-----------------------|--|--|--|---|
| Aihe | Kädet | Kirsikankukat | Granaattiomena | Ovi unelmiin |
| Ennako- valmistelu | Kanna pöytä huoneeseen. Sijoita tuolit rinkiin. Asettele kuvakortit pöydälle. Tuo taidetarvikkeet. Leikkaa taidetyötä varten paperit oikean kokoisiksi. Tuo fläppitaulu. | Kanna pöytä huoneeseen. Sijoita tuolit rinkiin. Asettele laminoituneet kortit pöydälle. Tuo taidetarvikkeet. Leikkaa jokaiselle 3 A4 kokoista paperinpaloa. Tuo oksia virittelyä ja taidetyöskentelyä varten. | Kanna pöytä huoneeseen ja sijoita tuolit rinkiin. Varaa granaattiomenan leikkelyä ja tarjoilua varten välineet. Leikkaa paperit ja tuo taidetarvikkeet. | Kanna pöytä huoneeseen ja sijoita tuolit rinkiin. Tuo taidetarvikkeet. Varmista, että saat musiikin kuuluviin ohjauksen aikana. Laminoi ovikortit, leikkaa paperi. |
| Tavoite | Ryhmään tutustuminen. Itsestään kertominen. Yhteiset säännöt. Rentoutuminen. Luovuuden herättely. Menetelmän testaus. Arvostuksen harjoittelu. | Onnistuminen, kauneuden näkeminen omassa ja muiden taidetöissä | Makuelämykset. Uuteen hedelmään tutustuminen. | Haaveiden sanoittamista ja kuvittamista. Uusien adjektiivien löytämistä arvostukseen. |
| Tarvikkeet | Sakset Värikynät Tussit Paperia Värillistä paperia Liimaa Kuvakortit TAI laminoituneet omat kuvat Fläppitaulu | Sakset Vesivärit Siveltimet Vesikulhot Mustetta Mustepurkit Oksia Paperia Kokeilupaloja Pöydälle suojapaperia Muovilevyjä Lyijykyniä Kehykset Laminoituneet kuvat Hiuspuhallin | Sakset Liimaa Öljyvahaliidut Lyijykyniä Talkkia Käsipaperia Hammastikut Paperia Granaattiomenat Kertakäyttöhanskat Leikkuulauta Iso veitsi Tarjotin Iso kulho Jokaiselle kulhot Lusikat Kauha Siivilä Värillisiä paperinpaloja | Sakset Liimaa Teippiä Vesivärit Siveltimet Vesikulhot Mustetta Mustepurkit A3 paperi Kokeilupaloja Pöydälle suojapaperia Ruskeaa pakkauspaperia Laminoituneet ovikuvat Lyijykyniä Tusseja |
| Virittäyty- minen | (35 min + 5 min tauko) Jokainen valitsee pöydältä kuvan, joka kuvaa sen hetken tunnetta tai kokee mielenkiintoiseksi. | (15 min) Jokainen valitsee pöydältä kuvan, joka heitä miellyttää. Kukin kertoo kuluneesta viikosta ja siitä, miksi | (25 min) Pöydällä on eri värisiä ja kokoisia paperinpaloja, joista jokainen valitsee yhden, joka kuvaa | (15 min) Keskustellaan unelmista. Käydään läpi sitä, minkä kokee elämässä tärkeäksi. Mitä on maallisen |

| | | | | |
|---------------------------------|---|--|--|---|
| | <p>Kaikki esittäytyvät ja kertovat valitsemastaan kuvastaan jotain. Tämän jälkeen käydään yhteiset säännöt läpi. Ennen taidetyöskentelyä näytän erilaisia kuvia käsistä.</p> | <p>valitsi kyseisen kuvan. Virittäytymiseksi näytän japanilaisia kirsikanpuita ja kerron, kuinka ne kukkivat tähän aikaan vuodesta. Lisäksi annan oksia tunnusteltavaksi ja nuuhkittavaksi.</p> | <p>heidän aamuansa. Kun jokainen on kertonut aamustansa tai viikon kuulumisista, käydään pöydän ääreen. Pöydällä on kaksi granaattiomenaa, joita saa tunnustella. Leikkaan toisen granaattiomenoista halki ja annan palat tarjottimella tarkkailtavaksi ja haisteltavaksi. Tämän jälkeen pilkon omenan vielä kertaalleen ja irrotan kulhossa veden alla sen siemenet. Siivilöin siemenet ja jaan ne kulhoihin maisteltavaksi. Siemeniä saa jättää taidetyöskentelyä varten syötäväksi.</p> | <p>taipaleen aikana saavuttanut, mitä haluaisi vielä saavuttaa?</p> |
| <p>Taide-työskentely</p> | <p>(25 min) Jaan 12x14cm paperin palaset ja värikynät. Ensimmäisenä jokainen valitsee yhden värikynän. Tämän jälkeen käsi asetetaan paperille ja kynällä piirretään sormien ääriviivat. Paperi käännetään 90 astetta ja sormet piirretään uudelleen. Nyt jokaisella on vaihtoehtona joko vahvistaa ääriviivat valitulla värikynällä tai tussilla. Kun ääriviivat ovat halutunlaiset, saa ääriviivojen välisiä alueita täyttää ainoastaan pisteillä tai viivoilla. Kun koee tehneensä tarpeeksi, voi valita toisen värin. Toisella värillä saa tehdä mitä haluaa, samaten tussilla, jos käytti sitä ääriviivoissa. Tussilla saa yhä korostaa ääriviivat. Mikäli aikaa on yli 20 minuuttia jäljellä, valitaan</p> | <p>(15 min + 5 min tauko + 35 min) Varaan pöydästä jokaiselle paikan asettamalla suojapaperia työskentelykohdalle. Jaan kaikille muovilevyt, vesivärit, vesikulhot, siveltimet ja kolme A4 kokoista paperia. Jokainen saa valita värin, jota haluaa käyttää työssängsä. Värejä saa sekoittaa keskenään. Väri maalataan muovialustalle ja paperi kerrallaan painetaan sitä vasten. Väriä saa lisätä muovilevyllä seuraavaa painosta varten. Paperit jätetään kuivumaan ja pidetään tauko. Tauon aikana korjaan vesivärit pois. Kun kaikki palaavat, jokainen valitsee kolmesta työstään sen, jota he haluavat jatko työstää. Sijoittelen pöydälle erilaisia</p> | <p>20 min + 5 min tauko + 20 min) Jaan jokaiselle ensimmäisen paperin ja öljyvahaliidut. Pöydän keskellä on granaattiomena, jonka ääriviivat piirretään lyijykynällä paperille. Ohjeistan granaattiomenaa värittäessä aloittamaan vaaleista väreistä ja siirtymään sen jälkeen tummempaan. Pyydän kiinnittämään huomiota siihen, kuinka valo ja varjot käyttäytyvät hedelmän pinnalla. Granaattiomenan saa värittää millä värillä haluaa. Värejä voi sekoittaa toisiinsa hankaamalla paperia käsipaperilla. Kun väriä on tarpeeksi, sirotellaan työn päälle talkkia. Talkki hangataan käsipaperilla työhön. Jaan hammastikkuja, joilla voi raaputtaa</p> | <p>(15 min + 5 min tauko + 35 min) Jokainen saa A3 kokoisen paperin, joka teipataan kiinni pöytään. Vaihtoehtoisesti aluspaperi riittää. Lisäksi jaetaan vesivärit, vesikipot ja siveltimet. Kehotan jokaista keskittymään siihen, miltä heidän unelmansa voisi näyttää väreissä. Laitan rentouttavaa musiikkia soimaan, jonka aikana kukin maalaa haaveensa paperille. Tämän jälkeen pidetään lyhyt tauko ja työt siirretään sivuun kuivumaan. Tauon aikana pöydälle asetellaan kuvakortteja erilaisista ovista. Jokainen valitsee yhden oven, jonka koee johtavan kohti unelmia. Oven valinnassa voi myös</p> |

| | | | | |
|------------------|--|---|---|--|
| | <p>seuraavaksi värillisistä papereista työlle tausta, joka muodostaa kehykset. Lopuksi signeeraus. OTAN KUVAT SITÄ ENNEN! Anonymiteetti.</p> | <p>kehyksiä, joista jokainen valitsee yhden. Pyydän osallistujia irrottamaan kehyksistä takalevyn, jolla työstä rajataan alue. Tämä alue piirretään lyijykynällä paperiin. Kehyksen voi jättää joko sivuun tai siirtää hetkeksi pois pöydästä. Jaan jokaiselle oksan, pienen purkin ja niihin pienen määrän mustetta. Kehotan leikkaamaan oksista ylimääräiset osat, mikäli näin haluaa tehdä. Annan luvan piirtää musteella heidän puuhunsa ihan mitä he haluavat. Lopuksi signeeraus. Odotetaan hetki, että muste kuivuu ja laitetaan kehysten sisään. Kuivata voi myös hiuspuhaltimella.</p> | <p>työhön erilaisia kuvioita. Kun kokee työnsä valmiiksi, voi pitää lyhyen tauon. Jaan osallistujille toisen paperin, joka leikataan valmiin hedelmän ääri viivoja myöten samankokoiseksi. Toiseen paperiin piirretään hedelmän siemenet vahaliiduin, talkkia lopuksi päälle hieroen. Kun siemenet ovat valmiit, repäistään hedelmä halutulla tavalla kahtia. Hedelmän kuoret sommitellaan siementyön päälle ja kokonaisuus sommitellaan kolmannelle paperille. Työ signeerataan.</p> | <p>vaikuttaa sen miellyttävyyttä tai kiinnostavuutta. Valintaa ennen voi myös kertoa, että kyseinen ovi tulee olemaan osa työtä. Jokainen kertoo valinnastaan, jonka jälkeen jaetaan osallistujille pakkauspaperia, mustetta ja puhtaat siveltimet. Ovi maalataan pakkauspaperille mustetta ja sivellintä käyttäen. Muistuta, että ovelle tulee olla karmit. Kun muste on kuiva, ovi leikataan paperista karmeja myöten ja lisäksi ovi leikataan aukeamaan kuin oikea ovi, jättäen yhden sivun karmeihin kiinni. Ovi liimataan haluttuun kohtaan vesiväriä ja leikataan irti. Lopuksi työ signeerataan haluttuun paikkaan.</p> |
| Arvostus | <p>(25 min) Kerron arvostuksesta ja mihin työssä voi kiinnittää huomiota. Otan yhden työn kerrallaan näytille. Jokainen kertoo yhden kuvailevan asian (adjektiivin) työstä. Tämän jälkeen tekijä kertoo työstään ja sen tekoprosessista.</p> | <p>(20 min) Jaan jokaiselle työlle paperin ja lyijykynän. Jokainen käy kirjoittamassa toisen työhön yhden kuvailevan sanan. Lopuksi työn tehnyt lukee nämä sanat ääneen ja kertoo miltä arvostus tuntui, näkeekö samaa työssä ja miltä työn teko tuntui.</p> | <p>(15 min) Työt siirretään siistille pöydälle esiteltäväksi. Pyydän kiinnittämään erityisesti pintaan huomiota. Jokainen kuvailee hedelmä kerrallaan vapaasti, mitä työstä tulee mieleen. Lopuksi tekijä kertoo työstään.</p> | <p>(20 min) Ovet asetellaan pöydälle ja niiden viereen paperi. Jokainen saa luettelon erilaisista adjektiiveista, josta valitsee yhden kaikille paitsi omalle työlleen. Tekijä lukee sanat ääneen ja kertoo työstään.</p> |
| Lopuksi | <p>Jokainen kuvaa päivää kolmella sanalla.</p> | <p>Jokainen kuvaa päivää yhdellä sanalla.</p> | <p>Jokainen kertoo fiilikset yhdellä sanalla.</p> | <p>Jokainen kuvailee päivää yhdellä adjektiivilistan sanoista.</p> |
| Reflektio | <p>Oppimispäiväkirja sekä ohjauksen arviointi</p> | <p>Oppimispäiväkirja sekä ohjauksen arviointi.</p> | <p>Oppimispäiväkirja sekä ohjauksen arviointi.</p> | <p>Oppimispäiväkirja sekä ohjauksen arviointi.</p> |

Kohtaamistaiteen toimintakerran suunnittelulomake

ryhmä: _____

ohjaajat: _____

| Ajankohta | 28.4. | 5.5. | 12.5. | 19.4. |
|---------------------------|--|--|---|--|
| Aihe | Arabeski | Hortensia | Verso | Muotokuva |
| Ennakko-valmistelu | Kanna pöytä huoneeseen. Sijoita tuolit rinkiin. Purkita erilaisia mausteita. Tulosta ja laminoi kuvakortit sekä asettele ne pöydälle. Tuo taidetarvikkeet. Leikkaa paperi valmiiksi. | Kanna pöytä huoneeseen. Sijoita tuolit rinkiin. Tuo taidetarvikkeet ja hortensia, mutta älä laita hortensiaa esille. Leikkaa paperi valmiiksi. Tuo arkisia kuvia. | Kanna pöytä huoneeseen. Sijoita tuolit rinkiin. Tuo pöydälle kiviä ja multaa. | Kanna pöytä huoneeseen. Ripusta työt näyttille. Tuo pientä tarjoiltavaa (kahvia, teetä, keksiä). Tuo mikrofoni ja kannettava teemahaastattelun nauhoitusta varten. Tuo taidetarvikkeet. |
| Tavoite | Vahvuuksien tunnistaminen. Hajuaistielämykset. Liikkeen hyödyntäminen taidetyössä. | Rentoutuminen. Vuorovaikutus. Kauneuden näkeminen työssä. | Rentoutuminen, unelmointi. Kolmiulotteiset taidetyöt. Voimaantuminen. | Kokemusten vaihto ryhmästä. Saavutusten näkeminen. Ilot ja surut. Hyvästit. |
| Tarvikkeet | Laimennettua akryyliä Kuivapastelliliidut Mustaa paperia Kokeilupaloja Mausteet Vahvuuskortit Siveltimet Pöydälle suojapaperia Virittelykuvat | Hortensia ruukussa Vesivärit (perusvärit) Siveltimet Vesikipot Töpöttimet Paperia Silkkipaperia Liimaa Tussit Lyijykynät | Koivun/pajun oksia Kaarnaa Kananmunakennoja Värillistä lankaa Paperia Oksasakset Ruuvit Tussit Maisemakuvia | Kannettava Mikrofoni Kännykkä Paperit Lyijykynät |
| Virittäytyminen | Pöydällä on erilaisia kuvia eläimistä. Jokainen valitsee yhden eläimen sen perusteella, mitä ominaisuutta itsessä eläin voisi edustaa. Jokainen kertoo valinnastaan. Tämän jälkeen siirrymme pöydän ääreen, johon tuon erilaisia mausteita haisteltavaksi. Näytän erilaisia kuvia arabeskeista ja kerron niiden merkityksestä. | Pöydällä on arkisia kuvia asioista, joita voi löytää kotinsa nurkilta, tai joita on voinut löytyä heidän lapsuudessaan. Jokainen valitsee yhden kuvan ja kertoo siitä sekä kuulumisistaan. Tuon pöydälle hortensian, jota osallistujat saavat ihastella. Kerron hortensian alkuperästä ja sen merkityksestä. | Pöydällä on valokuvia erilaisista maisemista. Näistä valitaan se, jossa kokee sielunsa lepäävän. Kortit esitellään muille osallistujille ja niistä kerrotaan. Tämän jälkeen osallistujille jaetaan paperi, johon he kirjoittavat, mihin he haluaisivat matkustaa. Paikan ei tarvitse olla ulkomaan, vaan se voi olla myös Suomessa, lähistöllä tai olla jotain muuta. Jokaisen matkatoive | (15 min + 45 min) Näyttelyn avajaiset. Saa ottaa tarjoiltavaa ja ihastella ohjauksetuloja. Teemahaastattelu alkaa. Esitän kysymyksiä sekä koko ryhmälle että yksilökohtaisesti. Etsitään merkitystä koetulle, arvioidaan ohjausta, menetelmiä ja kokemuksen mielekkyyttä, mitä on oppinut ja millä tunnelmilla lähdetään. |

| | | | | |
|---------------------------|--|--|---|---|
| | | | siirretään syrjään, kun se on kirjoitettu paperille. | |
| Taide-työsken-tely | <p>Jaan jokaiselle mustan neliöksi leikatun paperin. Jokainen valitsee joko hopean tai kultaisen värin, jolla haluaa tehdä työnsä. Laimennan maalin jokaiselle omaan purkkiin. Kukin voi testata maalin käyttäytymistä kokeilupalalla, kun paperia käännellään. Kun kokee olevansa valmis, pisaroidaan maalia ympäri paperia ja valutetaan sen avulla erilaisia jälkiä. Kun kokee olevansa valmis, pidetään tauko. Tauon jälkeen pöydälle on jaettu kuivapastelliliituja, joilla alueet väritetään. Yhteensä valitaan kolme eri väriä. Lopuksi signeeraus.</p> | <p>Jokainen saa kolme paperin palaa, vesivärit ja vesikulhon. Pyydän heitä maalaamaan ne kolmella eri vihreän sävyllä. Kertaan, miten vihreää väriä saa perusväreillä aikaan, jos sille on tarvetta. Väriytyksen jälkeen paperit siirretään sivuun ja osallistujat saavat isomman neliön muotoisen paperin. Paperille luonnostellaan lyijykynällä joko yksi, kaksi tai kolme hortensian terttua. Sen jälkeen ne väritetään vesiväreillä töpöttäen. Pöydällä on hortensian terälehtiä, joita voi tunnustella, haistella ja ottaa mallia. Kun kaikki ovat valmiita, jaan jokaiselle heidän tekemänsä vihreän eri sävyt. Seuraavana tehtävänä jokainen vaihtaa yhden vihreistä paperin paloistansa pois. Jos ryhmästä ei saa muodostettua pareja, voi jokainen osallistuja vaihtaa oikeanpuoleisen vierustoverinsa kanssa paperia. Tämän vaiheen voi toteuttaa myös niin, että jokainen vaihtaa sekä oikean, että vasemmanpuoleisen osallistujan kanssa. Kun jokaisella on kolme palaa, revitään niistä lehtiä ja liimataan kukan ympärille. Paloista voi myös repiä kukalle varren. Osallistujat voivat myös halutessaan liimata</p> | <p>Jokainen saa oman munakennon, joka asetellaan heidän eteensä nurin päin. Osallistujia pyydetään ottamaan kolme oksaa, jotka he tökkäävät munakennon läpi samalle riville. Tämän jälkeen jokainen valitsee itsellensä värikköiden lankojen joukosta sen, mitä haluaa käyttää työssään. Lanka solmitaan kiinni reunalla olevan oksan alanurkkaan. Tekemällä viillon oksaan voi varmistua siitä, ettei lanka lähde viiltokohdasta valumaan alas. Tämän jälkeen lankaa aletaan punoa oksien läpi. Naru on tarkoitus punoa sen verran kireälle, että ulommat oksat yhdistyvät keskimäisen oksan huippua kohden, muodostaen kolmion mallisen purjeen. Lanka solmitaan kiinni oksien liitoskohtaan ja leikataan poikki. Seuraavaksi osallistujat piirtävät leikatulle paperin palalle haluamansa lipun ja liimaavat sen keskimäiseen oksaan purjeen yläpuolelle. Tämän jälkeen vasemman- ja oikeanpuoleiset oksat leikataan sekä juuresta, että latvasta poikki kohdista, joissa ei ole solmittuna lankaa. Maston, jossa lippu on, voi jättää sellaisekseen tai leikata</p> | <p>Kaikille jaetaan yksi A4 paperi. Mikäli osallistujia on pariton määrä, ohjaaja osallistuu myös. Parit istuvat vastakkaiselle puolelle pöytää ja käyttävät työssään sitä kättä, jota he käyttävät vähemmän, esimerkiksi oikeakätisten käyttäen vasenta kättä. Tehtävänä on piirtää lyijykynällä vastapuolen henkilö nostamatta kynää kertaakaan paperilta. Aikaa on 5–10 minuuttia.</p> |

| | | | | |
|------------------|---|---|---|--|
| | | silkkipaperia sävyttämään kukkansa. | lyhyemmäksi. Lopuksi osallistujat käyttävät ruuvia hyväkseen kaivertaakseen kaarnan palaseen kolon. Laivan purje irrotetaan munakennosta ja pystytetään tehtyyn reikään. Paperit joihin osallistujat kirjoittivat, mihin he haluaisivat matkustaa, otetaan esiin. Osallistujat keksivät nyt laivallensa nimen ja kirjoittavat sen paperille. Paperi signeerataan. | |
| Arvostus | Arvostus annetaan liikkumalla. Jokainen kuvailee työn herättämää tunnetta valitsemallaan liikkeellä, jonka muut toistavat. Lopuksi tekijä saa kertoa työstään, jota muut voivat vapaasti kommentoida. | Työt asetellaan pöydälle vierekkäin ja jokaisen työn alle annetaan lappu. Jokaisella on yksi rivi tilaa kirjoittaa työlle arvostus. Tekijä lukee arvostuksen ja kertoo työstänsä. | Työt sijoitellaan pöydän keskelle sinisen liinan päälle, jota voi rypistellä aalloiksi. Kukin kertoo vuorollaan ensin työstään, jonka jälkeen saa kuulla muiden arvostukset työstä. | Kun työt ovat valmiit, annetaan mallina olleelle osallistujalle hänestä piirretty teos. Työlle saa nauraa, mutta tekijää myös kiitetään. Kun mallina ollut on nähnyt kuvansa, annetaan työt vielä kertaalleen kaikkien osallistujien nähtäväksi. |
| Lopuksi | Jokainen kuvaa päivän tunnelmaa vapaasti. Kiitän osallistumisesta. | Päivää kuvaillaan kahdella sanalla. Kiitän osallistujia. | Jokainen kertoo päivän tunnelmat kirjoittamalla, jotka luen ääneen. Kiitän osallistujia päivästä. | Kysyn jokaisen mielipidettä näyttelystä. Haluavatko he töiden jäävän näytille kaikille, vai pidetäänkö näyttely omanamme. Jos pidetään omana, voi työt viedä kotiin. Jos haluaa näyttää, voi töistä valita ne mukaansa, joita ei halua muiden näkevän. Ennen hyvästejä sana on vapaa kertoa mielipiteensä ryhmästä vielä kerran. Kiitän osallistujia, taputamme suoritukselle ja sanomme hyvästit. |
| Reflektio | Oppimispäiväkirja sekä ohjauksen arviointi | Oppimispäiväkirja sekä ohjauksen arviointi | Oppimispäiväkirja sekä ohjauksen arviointi | Oppimispäiväkirja sekä ohjauksen arviointi |