

Sirpa Heponiemi & Kirsi Kiiskinen

Ilmiöiden äärelle

**Toimintamalli ilmiölähtöiseen kuvalliseen
ryhmätoimintaan**

LAB-ammattikorkeakoulun julkaisusarja, osa 70

Sirpa Heponiemi & Kirsi Kiiskinen

Ilmiöiden äärelle

Toimintamalli ilmiölähtöiseen kuvalliseen ryhmätoimintaan

LAB-ammattikorkeakoulun julkaisusarja, osa 70
Vastaava toimittaja: Minna Suutari
Tekninen toimittaja: Johanna Kiviluoto
Taitto ja kuvitus: Tommi Mustaniemi
ISSN 2670-1928 (PDF)
ISBN 978-951-827-466-0 (PDF)
Lahti, 2023

Sisällysluettelo

PARASTA ITÄÄ!	8
KEHITTÄMINEN	9
TAITEEN JA KULTTUURIN HYVINVOINTIVAIKUTUKSET	10
KUVIEN KAUTTA TOIMINTAAN	12
ILMIÖIDEN ÄÄRELLE - TOIMINTAMALLI	14
TOIMINNAN VAIHEET	16
OHJAAJAN TUEKSI	18
RAKENNE	20
TUTUSTUMINEN	22
RENTOUTUMINEN	24
LUOVUUDEN HERÄTTELY	28
TOIMINTA	32
JAKAMINEN	34
Lähteet	38



PARASTA ITÄÄ!

PARASTA ITÄÄ! -hankkeen toiminta kohdistui koulutus-, työelämä-, sosiaali- ja terveystoimijoiden yhteistekemisen kehittämiseen ja yhteisen toimintakulttuurin vahvistamiseen. Monialaisuuden mahdollisuuksia lisättiin Innostu ilmiöistä -valmennuksessa, jossa 25 eri alan ammattilaista neljästä eri maakunnasta sai oppia monialaiseen työskentelyyn ilmiölähtöisesti ja luovasti yhteiskehittäen. Valmennuksessa käytettiin erilaisia luovia menetelmiä, jotka auttoivat osallistujia tarttumaan ilmiöihin, toimimaan monialaisissa verkostoissa ja tunnistamaan omat vahvuutensa. Valmennuksella pyrittiin luovien menetelmien kautta myös huomaamaan omat vahvuudet ja osaamiset ns. ammattiminän ulkopuolelta. (PARASTA ITÄÄ! 2023).

Tässä oppaassa esiteltävän toimintamallin osioita pilotoitiin Innostu ilmiöistä -valmennuksen välitehtävinä, joissa hyödynnettiin kuvallista ilmaisua. Ne saivat valmennukseen osallistuvilta hyvää palautetta ja se osaltaan rohkaisi oppaan tekemiseen. Kiitos Sirpa Heponiemelle ansiokkaasta työstä! Olet osoittanut suurta sitoutumista, osaamista ja luovuutta niin opinnäytetyön kuin tämän oppaan tekemisessä.



KEHITTÄMINEN

ILMIÖIDEN ÄÄRELLE -toimintamalli kehitettiin helpottamaan ilmiöiden tunnistamista. Tulevaisuudessa tarvitaan osaamisen, tiedon ja luovuuden parempaa hyödyntämistä. Ajattelutavan uudistaminen on lähtökohta systeemille muutokselle. Tämä vaatii uudistumiskykyä ja irrottautumista entisistä ajattelu – ja toimintamalleista. (Arola ym. 2022. Kokkinen ym. 2020, 93–94; 23–26; Malmivirta 2015, 20–21.)

Toimintamalli sopii ryhmätoimintaan erityisesti silloin, kun lähestyttävästä ilmiöstä on vaikea tuoda havaintojaan tai kokemuksiaan esiin sanallisesti. Luovan toiminnan avulla voi olla helpompi tuoda esiin piiloon jääviä kokemuksia tai havaintoja. Kuvalliset menetelmät voivat toimia tuolloin siltana ilmiöiden äärelle.

Toimintamallin on kehittänyt Sirpa Heponiemi yhteistyössä PARASTA ITÄÄ-hankkeen kanssa. Kehittämisessä tehtiin yhteistyötä Lahden kaupungin nuorisotoimen kanssa järjestämällä nuorille aikuisille työpaja-toimintaa. Työpajoissa lähestyttiin Lahden kaupungin lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelman kärkiä; osallisuus ja yhteisöllisyys, mielen hyvinvointi, arjen turvallisuus ja terveelliset elintavat. Lisätietoa voit lukea Sirpa Heponiemen tekemästä YAMK opinnäytetyöstä (2023) "Ilmiöiden äärelle. Toimintamalli ilmiölähtöiseen kuvalliseen ryhmätoimintaan."

TAITEEN JA KULTTUURIN HYVINVOINTIVAIKUTUKSET

Hyvinvointia voidaan kuvailla yksilön kokemuksena toimia ja elää tavoin, joilla elämä koetaan itselle merkitykselliseksi. Hyvinvointiin kuuluu oleellisena osana mahdollisuus mielekkääseen tekemiseen sekä osallisuuteen. (Karvonen ym. 2022, 355; Lehikoinen & Vanhanen 2017, 15.)

Luovuus vahvistaa elämässämme aineettomia resursseja, jotka lisäävät hyvinvointia. Hyvinvoinnin lisääntyminen luovan ryhmätoiminnan prosessissa liittyy muun muassa osallisuuden vahvistumiseen, luovuus voi avata myös uusia tapoja ajatella ja lisätä mahdollisuuksia oman elämän hallintaan. (Huhtinen-Hildén & Isola 2018, 8–12.)

Maailman terveysjärjestö WHO:n (Fancourt & Finn 2019) vuonna 2019 kokoama raportti taiteen hyvinvointivaikutuksista sisälsi yli 3000 tutkimusta. Taideosallistumisella todettiin olevan välittömiä ja pitkäaikaisia monikanavaisia vaikutuksia terveyteen. Syntyvät vaikutukset voivat olla psykologisia, fysiologisia, sosiaalisia tai käyttäytymiseen liittyviä.



Kynät ja vesivärit ovat monelle tuttuja,
helposti sovellettavia työvälineitä
Kuva: Sirpa Heponiemi

Taidetoiminta aktivoi aisteja, mielikuvitusta, tunteita, ajattelua ja edistää fyysiseen toimintaan sekä sosiaaliseen vuorovaikutukseen. Taidetoimintaan osallistuminen vaikuttaa psykologisella tasolla parantaen tunteiden säätelykykyä, vahvistamalla itsetuntoa ja kehittämällä selviytymiskeinoja. (Fancourt & Finn 2019.)

Fysiologisesti taidetoiminnan hyödyt näkyvät immuunitoiminnan paranemisena ja stressireaktioihin reagoimisen madaltumisena niin hormonitoiminnan, kuin sydän- ja verisuonielimistön aktivaation tasolla. Taideosallistuminen kehittää luovaa ajattelua, ongelmanratkaisukykyä ja auttaa näkemään asioita uusista näkökulmista. (Fancourt & Finn 2019.)



KUVIEN KAUTTA TOIMINTAAN

Kuvallisen ilmaisun menetelmiä on mahdollista hyödyntää lapsista vanhuksiin. Sopivat menetelmät ja toiminnan tavoitteet määräytyvät ryhmän ja toiminnan tarpeen mukaan. Taide luo polun tarkastella kokemuksia. Toiminnan kautta voi tunnistaa uusia asioita itsestään ja ympäristöstään. (Iivanainen 2019.)

Kuvalliseen ilmaisuun linkittyvässä oppimisessä ei ole kyse yksittäisten tietojen tai taitojen opettelusta. Kuvallisten menetelmien kautta oppimiseen kiinnittyy vahvasti tietämisen rakenteiden laajentaminen. Taide haastaa kokemaan uudella tavalla ja auttaa astumaan oman kuplan ulkopuolelle. (Räsänen 2008, 75–77, 139, Joutsenvirta & Salonen 2020, 188).

Kuvien kautta voi saavuttaa vaikeasti tavoitettavia tiedon osia, jotka muutoin voisivat jäädä piiloon tai huomaamatta. Koska kuvat jäävät muistiin, on todennäköistä, että ne vaikuttavat myös ajatteluun ja helpottavat tiedon jäsentämistä. Kuvat voivat murtaa esteitä ja auttaa miettimään uusia tapoja nähdä ja tehdä asioita. (Holm ym. 2018, 313.)



Värit vaikuttavat tunteisiin. Kuvalliset menetelmät tarjoavat turvallisen tavan tarkastella tunteita. Kuva: Sirpa Heponiemi

Suositus: 6 h työpaja (sis. ruokailu ja 2 lyhyttä taukoa) - 10-12 osallistujaa

ILMIÖIDEN ÄÄRELLE - TOIMINTAMALLI

ILMIÖIDEN ÄÄRELLE -TOIMINTAMALLI

on jaettu viiteen osa-alueeseen: tutustuminen, rentoutuminen, luovuuden herättely, toiminta ja jakaminen. Aikaisempaa kokemusta kuvallisesta työskentelystä ei tarvita, avoin mieli ja innostus kokeilla riittävät!

Tavoitteet, työmenetelmät ja -välineet tulee aina määritellä osallistujien tarpeiden ja toimintakyvyn mukaan. Taidelähtöisten menetelmien hyödyntämiseen liittyy aina tietty ennakoimattomuus. Ohjaajan on syytä arvioida uuden asiakasryhmän kanssa sopivaa toimintamuotoa.

Tehtävänannolla voi myös suunnata toimintaa haluttuun suuntaan. Taide on hyvä väline itsetuntemukseen, mutta joskus toiminnasta voi tehdä rennompaa ja paineettomampaa yleisellä tasolla toimien. Taidetoiminnan tulee keskittyä prosessiin, ei taitoon.

Luovan toiminnan peruspilarina toimii turvallisuus, joka rakentuu avoimen ja sallivan ilmapiirin kautta. Luovuus ei synny pakottamalla! Jännitystä voi lievittää huumorin tai leikin kautta. Turvallisessa ilmapiirissä prosessiin on helpompi keskittyä ja kykenemättömyyden tunteet hälvenevät.

Toimintamalli sopii sellaisenaan yhden päivän työpajatoimintaan, mutta tarvittaessa vaiheita voidaan jakaa useampaan lyhyeen tapaamiskertaan tai muokata pidempiaikaiseksi ryhmätoiminnaksi. Jotta toiminnan kautta avautuu uusia oivalluksia ja näkökulmia, kannattaa osallistujien kanssa toiminnalle asetetuista toiveista keskustella mahdollisuuksien mukaan etukäteen.

AIKAPULA? Hyödynnä toimintamallia osissa!

Mikäli kuvallista ilmiölähtöistä ryhmätoimintaa jaksotetaan useammalle tapaamiskerralle, tutustumisen, rentoutumisen ja luovuuden herättelyn kannattaisi edeltää toimintaa lyhyesti. Lyhyempiin kokonaisuuksiin jaettuna visuaalinen toteutus voi jakautua osittain kotitehtävänä tehtäväksi. Tuotosten läpikäynti voidaan pitää erillisenä tapaamiskertana, jotta yhteiselle läpikäynnille jää aikaa.

Perustuu luovan ryhmätoiminnan malliin (Huhtinen-Hilden & Isola 2019).
Kehittämisessä on hyödynnetty ilmiölähtöisyyttä ja kuvallista ilmaisua.

TOIMINNAN VAIHEET

Tutustumisvaihe sisältää yleisen infon toiminnasta ja tutustumiskierroksen, jossa jokainen esittelee itsensä. Pääasiassa on jokaisen ryhmäläisen huomioiminen ja osallistaminen alkuvaiheessa. Mikäli ryhmä on tuttu, voi tehtävää mukauttaa esimerkiksi kertomalla itsestään jotain, mitä toiset eivät vielä tiedä.

Jos mahdollista, ryhmälle voi antaa kotitehtävän etukäteen, joka valmistaa tutustumisvaiheeseen. Tehtävänä voi olla itsestään kertovan kuvan tai pienen esineen tuominen, jonka avulla voi alkukierroksessa kertoa itsestään.

Rentoutumisvaihe pysäyttää tähän hetkeen rentoutumiseen ohjaavilla harjoituksilla. Kuvallinen tekeminen voi olla saman kuvion toistamista tai tietyn alueen värittämistä. Rajattu alue helpottaa aloittamista. Rentoutukseen voi käyttää myös esimerkiksi taikataikinaa tai muovailuvahaa. Rentoutumisvaiheen tarkoitus on keskittää tarkkaavaisuutta ja suunnata ajatuksia ja tekemistä visuaalisempaan muotoon.

Luovuuden herättely sanan mukaisesti herättelee luovaan toimintaan ja ajatteluun aktivoivilla tehtävillä. Tehtävissä voi valita yksilö- pari- ja/tai ryhmätehtäviä. Harjoitukset voivat olla lyhyitä ja hauskoja aktiviteetteja. Tutustumiseen, rentoutumiseen ja luovuuden herättelyyn varatut osuudet luovat vahvemman pohjan toimintaan!

Toimintaosiossa on tärkeää ajatusten ja kokemusten jakaminen yhdessä. Tietopohjan rakentamisen kautta päästään visuaaliseen toteutukseen. Kuvallinen tuotos voidaan tehdä joko yksilö-, pari- tai ryhmätyönä. Toimintaosioon on tärkeää muistaa valmistautua tarvittavilla työvälineillä ja materiaaleilla. Tuotoksien erilaisuus on ehdottomasti rikkaus!

Jakamiseen keskittyvä osio tarjoaa mahdollisuuden keskustella niin prosessista kuin käsitellystä ilmiöstä tuotoksia tarkastelemalla. Muista kannustaa ja salli vapaaehtoisuus siinä, mitä kukin on valmis tuomaan esiin omasta teoksestaan.

Pääosassa on prosessi, ei lopputuotos!

OHJAAJAN TUEKSI

ENNEN TOIMINTAA

- Tutustu mahdollisuuksien mukaan ryhmään & kartoita toiveita työtavoista ja toiminnan tavoitteista.
- Valitse käytettävät kuvalliset menetelmät ja työvälineet osallistujien toimintakyky huomioiden. Yksinkertaisilla välineillä pääsee pitkälle ja ne voivat jopa vapauttaa tekemistä.
- Testaa työmenetelmiä ensin itse!
- Mieti toteutus; onko kuvallinen tuotos yksilötyö vai yhdessä tehtävä?
- Tee aikataulu ja suunnitelma sekä varaudu vaihtoehtojen tarjoamiseen.
- Huolehdi käytännön järjestelyistä, kuten tiedottamisesta, välineistä ja tilan järjestelyistä.
- Mieti, voitko pyytää ryhmää tuomaan mukanaan osan välineistä tai tarvikkeista. Esimerkiksi vanhat sanomalehdet tms. kierrätysmateriaalia
- Mieti, annatko etukäteen tehtävän, joka helpottaa tutustumista? Esimerkiksi. tuo mukanas jokin kuva tai esine, joka on sinulle tärkeä TAI kertoo sinusta

MITEN ILMIÖIDEN ÄÄRELLE

Innostutaan ilmiöistä, asetetaan tavoitteita ilmiön ymmärtämiseen ja rakennetaan sekä jaetaan tietoa, uusia oivalluksia ja näkökulmia.

Rohkeutta kokeiluun!

TOIMINNAN AIKANA

- Ole läsnä! Muista, että ilo ja innostus tarttuu!
- Esittele rakenne ryhmälle ja pidä se esillä.
- Esittele aikataulu ja pysy aikataulussa.
- Huomioi kaikki osallistujat, jotta kokemus nähdäksi ja kuulluksi tulemisesta toteutuu.
- Muista turvallisuus, tasapuolisuus ja vapaaehtoisuus.
- Kuuntele, tue, aktivoi ja motivoi oikea-aikaisesti = havainnoi ilmapiiriä.
- Asioiden jakaminen ja huumori rentouttaa! Pitäkää hauskaa!
- Salli avoin ja kokeileva ilmapiiri. Luovuus ei synny pakottamalla!
- Keskittyminen prosessiin, ei lopputulokseen!

MITKÄ OVAT TOIMINNAN TAVOITTEET?

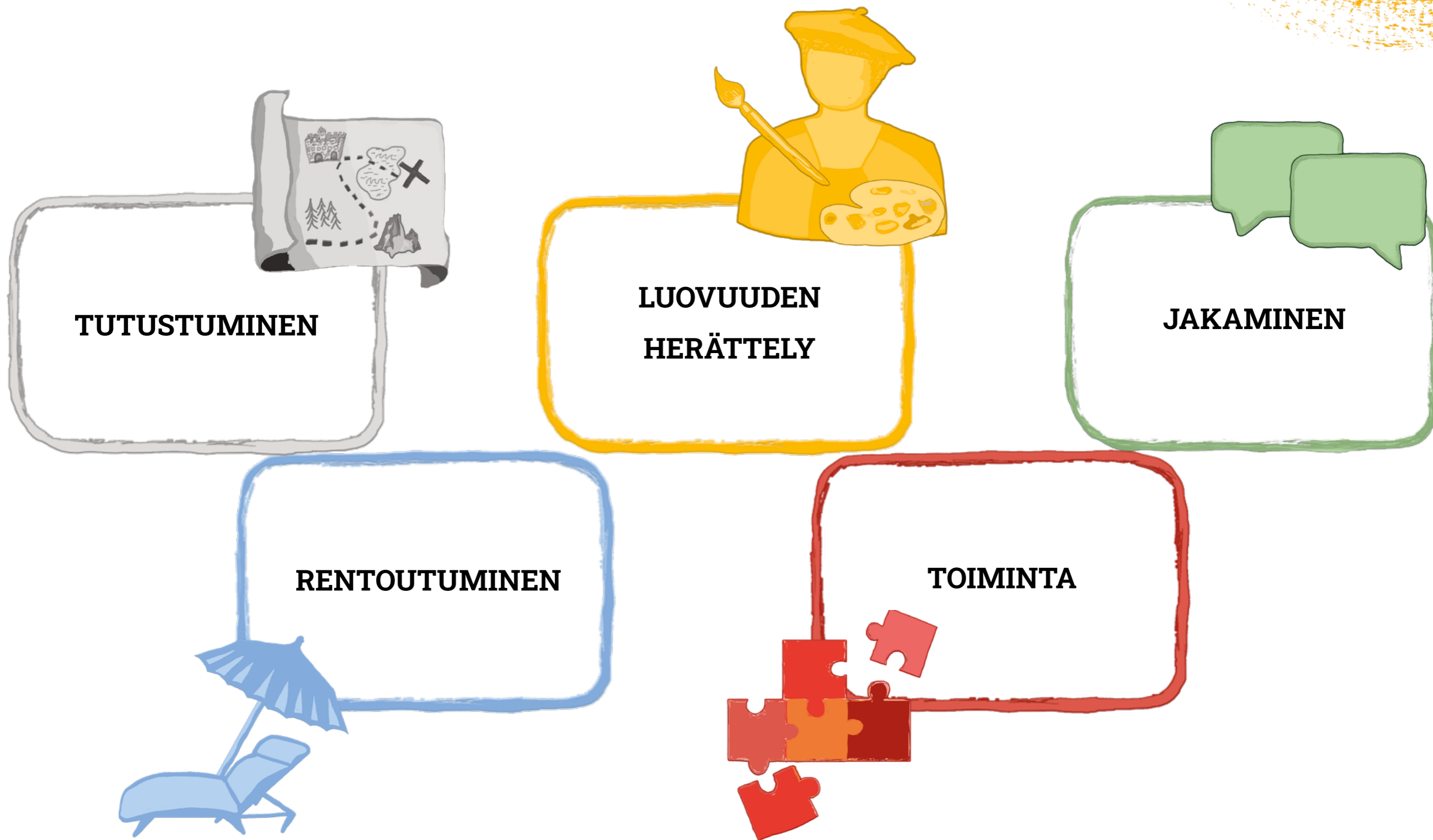
MITÄ ILMIÖSTÄ JO TIEDETÄÄN?

MILLAISTA LISÄTIETOA ILMIÖSTÄ KAIVATAAN?

MIHIN KAIKKEEN ILMIÖ LIITTYY?

MITEN ILMIÖ VAIKUTTAA ASIAKKAAN / LÄHEISTEN ARKEEN?

RAKENNE



noin 20 min

(SIS. ALKUINFON RYHMÄLLE)

TARVITSET:

Lehdestä leikattuja kuvia tai valmiit kuvakortit, toimintamallin rakennesivu tulostettuna.

TUTUSTUMINEN

MATKA ALKAA!

Ryhmätoiminnan alkuun liittyy normaalisti jännitystä.

Turvallisen ja sallivan ilmapiirin luominen on keskeisessä osassa tutustumisvaihetta!

TURVALLISEN ILMAPIIRIN LUOMINEN

Toiminnan tavoitteet ja säännöt.

Esittele toimintamalli ja pidä se näkyvillä.

Innosta, toimi tasapuolisesti ja havainnoi.

Omalla esimerkillä on suuri merkitys: rennosti eteenpäin!

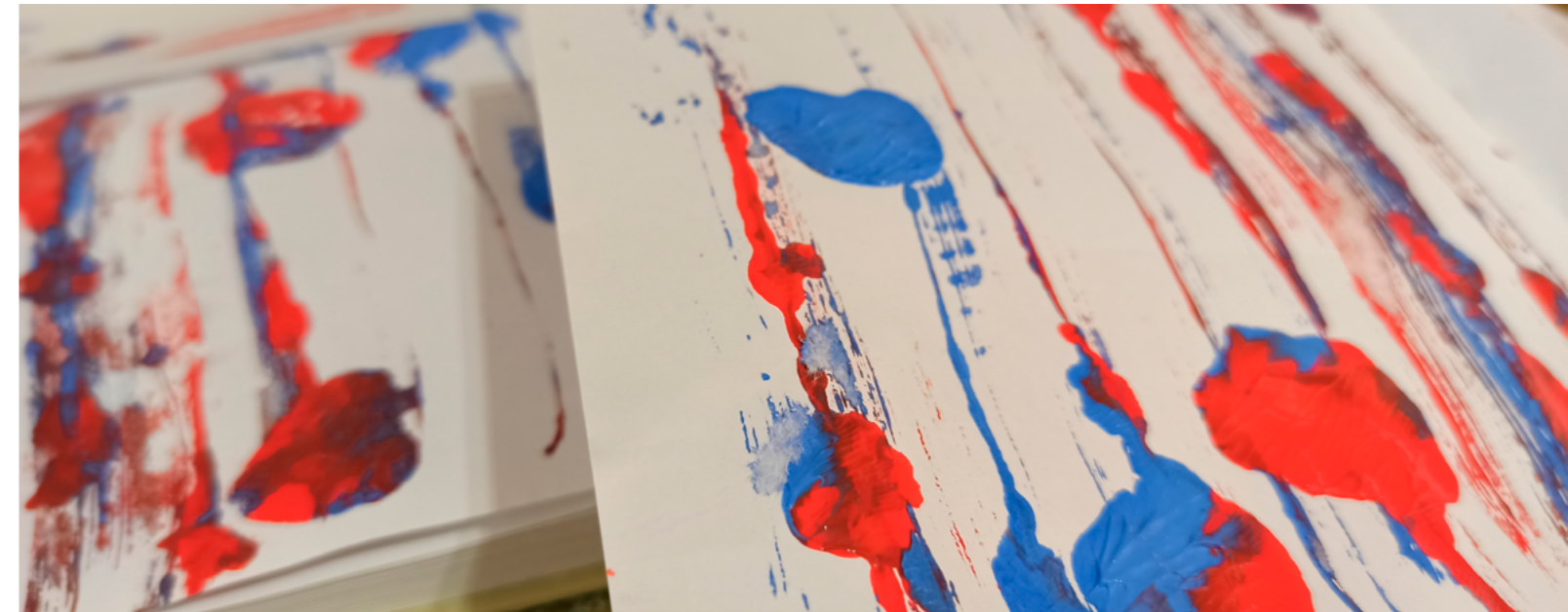
Ryhmä istuu piirissä tai saman pöydän ympärillä, niin, että kaikki näkevät toisensa. Pyydä ryhmäläisiä kertomaan vuorollaan lyhyesti itsestään ja toiveistaan.

TEHTÄVÄ

Valitse kuva, joka kertoo sinusta tai tuntemuksistasi tällä hetkellä.

TAI

Valitse tästä huoneesta jokin väri tai esine. Mitä väri/esine tuo sinulle mieleen?



VINKKI

Muista miettiä, kuinka saat tilasta mahdollisimman viihtyisän kaikille. Tilan tulee tukea turvallista ja avointa ilmapiiriä!

Huomioi tilan mahdollisuudet. Esim. pienistä pöydistä voi koota ison pöydän, jonka ympärille kaikki mahtuvat.

Toteutuksen voi siirtää myös luontoon!

noin 10-15 min

Tarvitset:

Paperia (A4) & lyijykyniä

(+ värikyniä tai tusseja)

RENTOUTUMINEN

PYSÄHTYMINEN JA KIINNITTYMINEN HETKEEN

Harjoitukseen voi lisätä rauhallista taustamusiikkia.

Esittele tehtävä ja ohjaa tehtävän kuluessa rauhallisesti puhuen.

Havainnoi, ohjaa ja aseta ajastimeen sovittu aika (5 tai 10 min).

Tehtävän jälkeen voi jakaa lyhyesti kokemuksia.

Ohjaajan teksti / Rentoutusharjoitus piirtäen 5–10 minuuttia

Piirrä paperille suuri ympyrä. Lähde täyttämään pallon sisältöä erilaisin viivoin tai kuvioin, ilman ennakko-odotuksia lopputuloksesta. Voit piirtää suoraa tai kaarevia viivoja, palloja, kolmioita tai suorakulmioita ympyrän sisälle. Jos haluat, voi koko ympyrän sisällys olla yksi iso kuvio tai ympyrän sisälle tässä hetkessä muodostuva kuva.



Keskity tekemiseen, siihen kuinka kynä liikkuu paperilla eteenpäin, ei ole olemassa oikeaa tai väärää tapaa. Pyri keskittymään kynän liikkeeseen tässä hetkessä ja muodostuviin kuvioihin. Jos mielesi vaeltaa muualle, tuo se takaisin tekemiseen lempeästi. Keskity aistimaan liike ja anna sen johdattaa mielesi tähän hetkeen. Havainnoi piirtyviä kuvioita ja tunne kätesi liike, kynä vasten paperia ja muodot, jotka hiljalleen täyttävät ympyrän. Anna muotojen ja viivojen syntyä vapaasti, kuten sinusta tässä hetkessä tuntuu hyvältä.

Voit piirtää kuvioita toisten kuvioiden sisään tai viivat voivat ylittää toisensa tai kiemurrella ympyrän sisällä vapaasti. Kuviot voivat olla ihan pieniä pisteitä tai suuria kuvioita, täyttäen koko ympyrän. Voit kokeilla piirtää siksakkia, kiemuroita tai ihan lyhyitä viivoja. Viivoista tai kuvioista voi muodostua ryhmiä tai ne voivat olla irrallisina ympyrän sisällä.

Jos haluat värittää tai täyttää jollain piirtämiäsi kuvioita, voit käyttää myös samaa kynää, piirtäen esimerkiksi ristikköä tai viivoja tiheästi yhteen. Jos haluat lisätä väriä, voit tehdä niin oman mieltymyksesi mukaan.

Kun olet tyytyväinen ympyrän sisältöön, jää tarkastelemaan hetkeksi ympyrän sisälle syntyneitä kuvioita. Muodostuuko niistä jokin kuva, tai kuvia, kuvioita tai tunnelmia tästä hetkestä.

LISÄHARJOITUKSIA RENTOUTUMISEEN

Rentoutus: Hengityksen piirtäminen (1–2 min)

Laita ajastimeen 1-2 minuuttia, ota eteesi paperi ja käteesi kynä. Laita kynä paperin vasempaan alalaitaan. Hengitä ensin silmät kiinni pari kertaa syvemmin ja valmistaudu sitten piirtämään hengityksen tahtiin. Sisäänhengitys vie kättä ylös ja uloshengitys tuo käden alas piirtämisen edessä kohti oikeaa reunaa aaltojen lailla. Anna käden liikkua vapaasti hengityksen tahtiin. Tarkastele harjoituksen jälkeen kuviota, muuttuuko se ehkä harjoituksen edetessä ja miten.

Rentoutus: Paperin täyttäminen palloilla (5–10 min)

Ota eteesi paperia ja käteesi kynä. Piirrä paperille vain ja ainoastaan palloja. Ne voivat olla pieniä, suuria ja ne voivat mennä myös sisäkkäin tai päällekkäin. Kun olet saanut paperin täytettyä mielestäsi kokonaan palloilla, voit halutessasi värittää tai täyttää samalla kynällä osioita piirtäen esimerkiksi ristikköä tai viivoja. Jos olet tehnyt paljon palloja päällekkäin, voit värittää esimerkiksi kuvioiden väliin jääviä osia. Samaa harjoitusta voit tehdä muillakin kuvoilla tai esimerkiksi kiemuroilla. Saman kuvion toistaminen vahvistaa keskittymistä.



Ympyrän piirtäminen on helppo tapa kokeilla kuvallista rentoutusta. Kuva nuorten työpajatoiminnasta. Kuva: Sirpa Heponiemi

Tarvitset:

Paperia (A4) & lyijykyniä

(+ värikyniä tai tusseja)

LUOVUUDEN HERÄTTELY

LUOVAN AJATTELUN JA TOIMINNAN AKTIVOINTI!

Esittele tehtävä ja innosta osallistujia toimintaan!

Tehtävän jälkeen jaetaan lyhyesti kokemuksia.

Suositus 2 tehtävää

Luovuuden herättely: Piirrä selkään (noin 1–2 min/hlö - helpot kuvat)

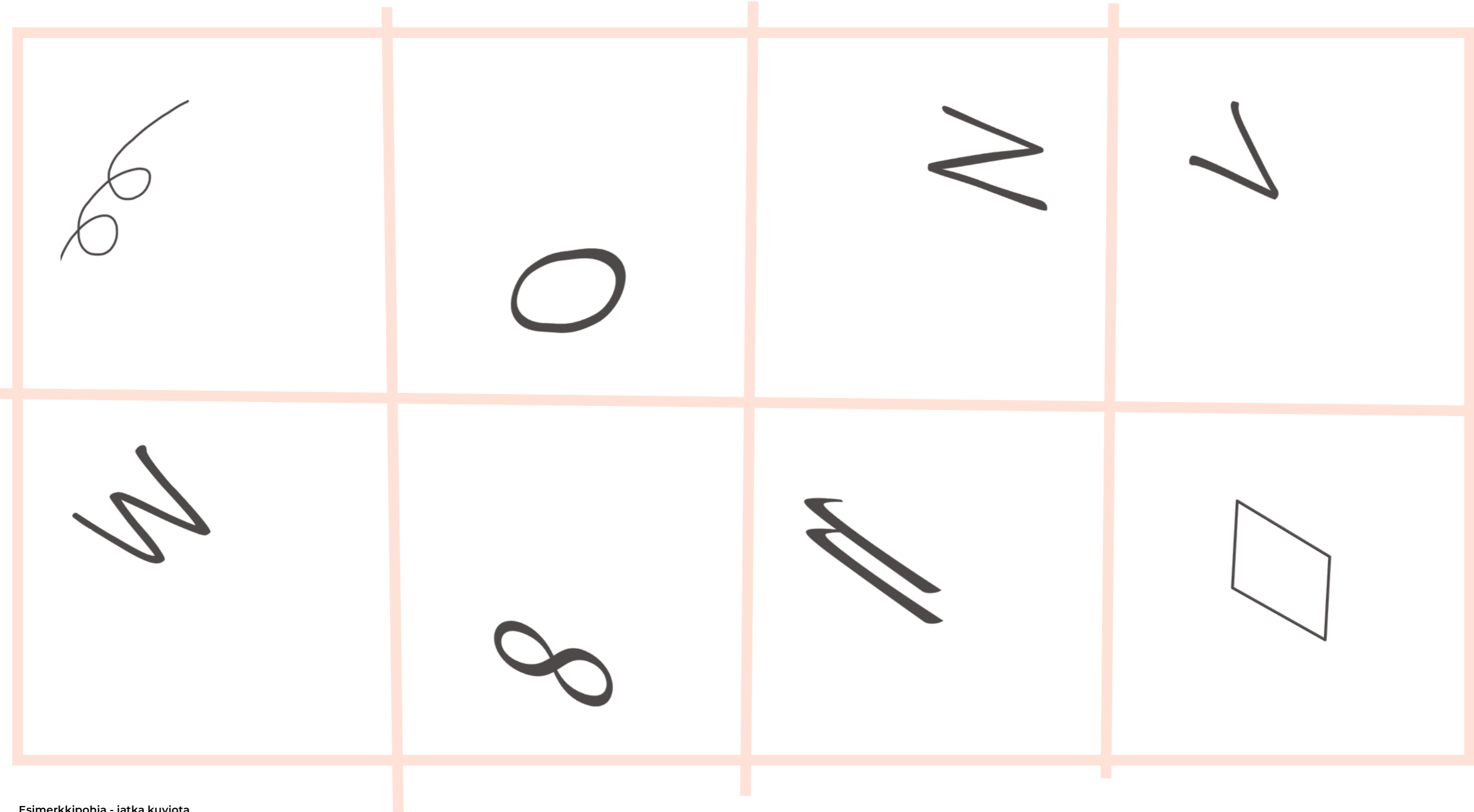
Paritehtävä Toinen istuu ja toinen piirtää istuvan selkään helpon kuvion (esim. kolmio, kukka, aurinko). Istuva henkilö yrittää piirtää samanlaisesti kuviota paperille parinsa piirtäessä kuviota selkään. Piirtämisen jälkeen pari jakaa keskustellen, kuinka selkään tehty kuvio vastasi paperille tullutta kuviota. Tämän jälkeen pari vaihtaa tehtäviä. Jos tämä tuntuu helpolta, voi kuviota vaikeuttaa niin paljon kuin haluaa.

Luovuuden herättely: Arjen esineistä kuva (10–15 min)

Ryhmätehtävä Valitaan jokin helppo kuva, mikä halutaan toteuttaa, kuten esimerkiksi kasvot tai maisema. Tilasta löytyvistä esineistä tai esimerkiksi vaatteista kootaan esittävä kuva. Esimerkiksi paperisilpusta voi muodostua pilvi ja lapasesta tuleekin vuori. Keltainen kananmunakenno voi pilkkoutua auringoksi ja vihreästä huivista syntyy nurmikkoa. Vain mielikuvitus on rajana! (Vinkki: tämän voi helposti muokata yksilö tai paritehtäväksi muokaten tehtävää esim: kyniä tms. pieniä tavaroita kooten pöydälle pieneksi kuvaksi.

Luovuuden herättely: Jatka kuviota (8 min)

Yksilötehtävä Tulosta jatka kuviota paperi (s.30-31) tai tee samanlaisia pohjia valmiiksi ajan säästämiseksi! Paperi jaetaan kahdeksaan yhtä suureen ruudukkoon piirtämällä. Jokaiseen ruudukkoon piirretään ns. alkukuva. Alkukuva tulee olla helppo, joten se voi olla esimerkiksi muoto (pallo, kolmio) tai numero (1,2,3) Osallistujia ohjataan jatkamaan ruudukon kuvioita, niin, että ruutuun syntyy piirtäen esittävä kuva. Kuva voi olla vaikka tikku-ukko, mutta sen tulisi esittää jotain. Aikaa tehtävään on kokonaisuudessaan 8 minuuttia.



Esimerkkipohja - jatka kuviota
Kuva: Sirpa Heponiemi

Tarvitset materiaalia kuvallista toteutusta varten, kuten vanhoja aikakauslehtiä, kartonkia, sakset, liimaa, kyniä ja kierrätysmateriaalia kollaasiin. Valitse materiaali toteutuksen mukaan.

TOIMINTA

ILMIÖIDEN KÄSITTELY JA VISUALISOINTI

Suositus 3 tuntia työpajatoiminnassa

Muista tauottaa toimintaa!

Ilmiöiden käsittely ja visualisointi!

Esittele tavoitteet, innosta, herätä keskustelua ja motivoi toimintaan!

1. Ilmiöitä käsitellään pienryhmissä & havainnot kirjataan ranskalaisin viivoin (20 min)
2. Koko ryhmän keskustelussa käydään läpi pienryhmien havainnot (30 min)
3. Ilmiöiden visualisointi tavoitteiden mukaan

Toiminnan aluksi kerrataan tavoitteet ilmiön käsittelyyn. Näkökulmia ilmiön tarkasteluun suullisesti ja kirjallisesti. Osallistujat jaetaan pienryhmiin (3–4 hlö).

Pienryhmissä keskustellaan annetun ohjannan mukaan. Keskustelussa voi nousta esiin tietoa, kokemuksia tai havaintoja ilmiöstä. Keskustelu voi myös tuoda esille kysymyksiä, mistä halutaan tai tarvitaan lisätietoa. Kaikkien osallistujien kesken tapahtuvan keskustelun tulee olla avointa ja hyväksyvää. Erilaiset näkökulmat ja havainnot ovat rikkaus!

Yksilötoteutuksessa asiakas voi käsitellä omaan arkeen tai ympäristöön liittyviä seikkoja. Laajempi ilmiön tarkastelu yhdessä rakentaa pohjaa kuvalliseen toteutukseen. Yksilötyön luominen voi tuoda asiakkaalle vapauden syventyä niihin osa-alueisiin, jotka ilmiön sisällä nousevat itselle merkityksellisiksi.

Työpajatoiminnassa tehtiin kollaaseja vanhoja aikakauslehtiä hyödyntäen. Kuva nuorten työpajatoiminnasta. Kuva: Sirpa Heponiemi



ESIMERKKI-ILMIÖ mielen hyvinvointi

Pienryhmissä keskustellaan mielen hyvinvointia estävistä ja edistäväistä seikoista. Kokemuksia voi tuoda yksityisellä tai yleisellä tasolla esiin tavoitteiden mukaan. Pienryhmissä kootaan esiin nousseita asioita paperille tukisanoin tai -lausein.

Pienryhmäkeskustelun jälkeen kaikki osallistujat kokoontuvat yhteen. Havainnot käydään läpi yhden pienryhmän havainnot kerrallaan. Havainnoista keskustellaan kaikkien kanssa yhdessä.

Keskustelun jälkeen nostetaan esiin kirjallisesti ja suullisesti vaihtoehtoja kuvalliseen toteutukseen. Vaihtoehdot pidetään esillä työskennellessä.

Esimerkissä visualisointi voi liittyä mielen hyvinvointia edistäviin asioihin. Keskusteluista on voinut nousta uusia näkökulmia hyvinvoinnin edistämiseen. Jokainen voi miettiä, miten omassa arjessa voisi edistää mielen hyvinvointia. Kuvallinen toteutus voi olla esimerkiksi tulevaisuuden toivekuva omaan arkeen liittyen.



Ilmiölähtöinen kuvallinen ryhmätoiminta voi edistää osallistujien hyvinvointia, kehittää luovaa ajattelua ja avartaa näkökulmia. Kuva: Sirpa Heponiemi

JAKAMINEN

KOKEMUSTEN JAKAMINEN

Suositus 1 tunti työpajatoiminnassa max. 10–12 hlöä.

Esitä kysymyksiä, keskustele, kannusta ja huomioi tasapuolisuus!



Kollaasi tarjoaa helpon lähestymistavan ilmiöihin valmiiden kuvien ja tekstien avulla.
Kuva: Sirpa Heponiemi

Ilmiölähtöisessä kuvallisessa ryhmätoiminnassa on kyse luovasta prosessista. Prosessissa muotoutuu kuvallinen tuotos tarkastellusta ilmiöstä joko yksilö, pari tai ryhmätyönä. Kuvallinen tuotos voi olla kollaasi, video, valokuva, installaatio tai muu kuvallinen tuotos. Havaintoja ja kokemuksia käydään viimeisessä vaiheessa läpi ilmiöön ja prosessiin liittyen kuvallisen tuotoksen avulla.

Ryhmän kanssa voidaan edetä kuvallinen tuotos kerrallaan. Asioiden läpikäynnissä on tärkeää pitäytyä vapaaehtoisuudessa. Ohjaajalla on erityinen rooli nostaa esille asioita yhteiseen keskusteluun kannustavasti. Toiminnassa vallitseva turvallisuus ja kokemus itsestä hyväksyttynä osana ryhmää ovat tärkeitä.

Läpikäynti tuo mukanaan asioiden tarkastelua yhdessä. Prosessissa voi nousta esiin uusia ideoita, näkökulmia tai kehitysideoita. Kokemusten reflektointi helpottaa asioiden tarkastelua uusista näkökulmista. Prosessi voi tarjota myös kokemuksia uusista tavoista käsitellä ja jäsentää ajatustaan ja tunteitaan ja antaa sitä kautta työkaluja arkeen.

Lähteet

Arola, M., Huttula, T., Jämsén, P., Kirjavainen, A., Mustikainen, H., Ranki, S., Santamäki, I., Vesa, A.-M. & Jaana Villanen, J. 2022. Tulevaisuuden osaaminen syntyy ekosysteemeissä. Uuden osaamisjärjestelmän kuvaus. Helsinki: Sitra. Sitran selvityksiä 204. Viitattu 11.10.2023. Saatavissa <https://www.sitra.fi/julkaisut/tulevaisuuden-osaaminen-syntyy-ekosysteemeissa/>

Fancourt, D. & Finn, S. 2019. What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being? A scoping review. Copenhagen. WHO Europe. Health Evidence Network synthesis report 67. Viitattu 2.5.2022. Saatavissa <https://www.who.int/europe/publications/i/item/9789289054553>

Heponiemi, S. 2023. Ilmiöiden äärelle. Toimintamalli ilmiölähtöiseen kuvalliseen ryhmätoimintaan. YAMK-opinnäytetyö. Lahden ammattikorkeakoulu, Sosiaali- ja terveysalan koulutus. Lahti. Viitattu 18.11.2023. Saatavissa <https://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2023120333834>

Holm, G., Sahlström, F. & Zilliacus, H. 2018. Arts-Based Visual Research. Teoksessa Leavy, P. (toim.). Handbook of Arts-Based Research. New York: Guilford Press. 311–335.

Huhtinen-Hilden, L. & Isola, A.-M. 2018. Luovuus osallisuuden tukena – luovan ryhmätoiminnan malli. Teoksessa: Huhtinen-Hilden, L. & Lamppu, M. 2018. (toim.) Odottamattomia aarteita: Ilmaisua, leikkisyyttä ja luovaa toimintaa ryhmässä. Helsinki: Metropolia Ammattikorkeakoulu. 8–13. Viitattu 5.10.2023. Saatavissa <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-328-097-7>

Iivanainen, S. 2019. Väriä elämään -Kuvallinen ilmaisu hyvinvointia edistämässä. Teoksessa Karjalainen, A.-L. (toim.). Heimonen, K., Huhtinen-Hildén, L., Iivanainen, S. & Karjalainen, A.-L. Luovan toiminnan työtavat: käsikirja sosiaali- ja terveysalalle. Jyväskylä: PS-kustannus. 57-99.

Joutsenvirta, M. & Salonen, A. 2020. Sivistys vaurautena. Radikaalisti, mutta lempeästi kohti kestävästä yhteiskuntaa. Helsinki: Basam Books.

Karvonen, S., Kestilä, L. & Saikkonen, P. (toim.). 2022. Suomalaisten hyvinvointi 2022. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Teema 35. Viitattu 10.10.2023. Saatavissa <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-343-996-2>

Kokkinen, L., Ala-Laurinaho, A., Alasoini, T., Varje, P., Väänänen, A. & Toppinen-Tanner, S. 2020. Yhteenveto. Teoksessa Kokkinen, L. (toim.) Hyvinvointia työstä 2030-luvulla skenaarioita suomalaisen työelämän kehityksestä. Helsinki: Työterveyslaitos. 92-96. Viitattu 10.10.2023. Saatavissa <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-261-943-3>

Lehikoinen, K. & Vanhanen, E. (toim.) 2017. Taide ja hyvinvointi – katsaus kansainväliseen tutkimukseen. Helsinki: Taideyliopisto. Kokos-julkaisusarja 1/2017. Viitattu: 11.10.2023. Saatavissa <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-7218-16-7>

Malmivirta, H. 2015. Taideoppiminen ja ammattikasvatus – pedagoginen malli vai kokonaan uusi oppimisen paradigma? Ammattikasvatuksen Aikakauskirja. Vol. 17(e), 17–28. Viitattu 9.7.2023. Saatavissa <https://journal.fi/akakk/article/view/102536/59764>

PARASTA ITÄÄ! 2023. Innostu ilmiöistä! Monialainen yhteisökehittäjävalmennus. Viitattu 13.10.2023. Saatavissa https://parastaitaa.fi/wp-content/uploads/2022/11/Ohjelma_Innostu-ilmioista.pdf

Räsänen, M. 2008. Kuvakulttuurit ja integroiva taideopetus. Helsinki: Taideteollinen korkeakoulu. Taideteollisen korkeakoulun julkaisusarja B, 90. Jyväskylä: Gummerus kirjapaino Oy.

LAB-ammattikorkeakoulun julkaisusarja, osa 70
ISSN 2670-1928 (PDF)
ISBN 978-951-827-466-0 (PDF)

