



NÄYTESIVUT



Maiju Multanen – Pia Angeria

Ryhmäluotsaaja

Matalan kynnyksen harjoitteita
oppimisen ja hyvinvoinnin tueksi

Tässä pdf-tiedostossa on mukana kirjasta seuraavat näytteet:

- Sisällys
- Esipuhe
- Näytesivut

Tutustu kirjaan
verkkokaupassamme



SANTALAHTI

SISÄLLYS

JOHDANTO.....	7
---------------	---

OSA 1 Taidelähtöiset menetelmät

TAIDEMENETELMÄT TUKITOIMINA.....	12
Taidemenetelmien hyvinvointivaikutukset.....	14
Taidemenetelmien moniaistisuus.....	15
Vertaisoppiminen taidemenetelmissä.....	16
Tunne- ja tietoisuustaidot osana taidemenetelmiä.....	17
Taidemenetelmiä hyödyntävien toimintakokonaisuuksien synty.....	18
OPPIMISTA TUKEVAT TAIDERYHMÄT KOULUSSA.....	20
Laaja-alainen erityisopetus.....	21
Erytisen tuen ja perusopetukseen valmistavan opetuksen pienluokat.....	24
Tukiopetus.....	26
Yhteisöllinen oppilashuolto.....	26
Koulussa tapahtuva muu tukitoiminta.....	27
Koulun vapaa-ajan toiminta.....	28
OPPIMISTA TUKEVIEN TAIDERYHMIEN RAKENNE JA PERUSPERIAATTEET.....	32
Ryhmäprosessi.....	34
Oppimista tukevien taideryhmien rakenne.....	36

OSA 2 Toimintakokonaisuudet

TOIMINTAKOKONAISSUUKSIEN ESITTELY.....	42
Koululaistaidot.....	44
Toiminnanohjaus.....	69
Nepsy-haasteet ja ADHD.....	96
Minäpystyvyys.....	125
Sosiaalinen ahdistus.....	150
Tunne- ja tietoisuustaidot.....	184
Itsetunto ja omat vahvuudet.....	202
LÄHTEET JA LISÄLUKEMISTA.....	216
LIITTEET.....	224

JOHDANTO

Koulumaailma on jatkuvassa muutoksessa, ja myös kasvatusalan ammattilaisten kohtaamat oppimisen haasteet ovat muuttuneet. Kognitiivisten oppimisvaikeuksien lisäksi varsinkin korona-ajan jälkeen tuen tarpeen painopiste on siirtynyt neuropsykiatrisiin haasteisiin ja oppilaiden kokonaisvaltaiseen mielen hyvinvoinnin tukemiseen. Muutumattomina opettajan ja kasvattajan työn keskiössä ovat sen sijaan säilyneet päivittäinen vuorovaikutus ja kohtaaminen oppilaiden kanssa. Kasvattajan tärkein työväline onkin oma persoona, aito minuus. Jokainen erityisopettaja, luokanopettaja, kuraattori ja muu lasten kanssa työskentelevä ammattilainen hyödyntää luonnollisesti vahvuuksiaan työssään ja ratkoo niiden avulla eteen tulevia ongelmia.

Meille tämän teoksen kirjoittajille oma luontainen vahvuus on ollut taidelähtöisten menetelmien ennakkoluuloton kokeilu ja hyödyntäminen. Vuosi vuodelta koulussa on aina vain enemmän sellaisia oppilaita, joiden haasteisiin perinteiset koulun tarjoamat tukimuodot eivät riitä. Tämä yhteinen havaintomme sai meidät tahoillamme kokeilemaan taidelähtöisten menetelmiä osana oppimisen tukea. Aluksi lisäsimme oppitunteihin yksittäisiä harjoituksia, ja kun huomasimme niiden toimivan, siirryimme aina vain taidelähtöisempään työskentelyyn. Koska halusimme ymmärtää, miksi taide oli niin tehokas tuen väline, hakeuduimme opiskelemaan taideterapiaa ja oppimisen tiellä olemme edelleen.

Ymmärrys taideterapiasta on lisännyt tietämystämme myös oppimisen haasteista ja vaikuttavista keinoista, joilla voisimme tukea tarvitsevia oppilaita auttaa. Oppimaamme ja käytännön kokemuksiamme hyödyntäen olemme nyt jo useita vuosia kokeilleet ja kehittäneet erilaisia taideterapeuttisia menetelmiä monenlaisiin oppimisen haastei-

siin. Tähän kirjaan olemme valinneet esiteltäviksi niistä mielestämme eheimmät kokonaisuudet. Vaikka kirjan harjoitukset ovat syntyneet taideterapeuttisten kokeilujen pohjalta, ei kokonaisuuksien tai niiden osien ohjaamiseen tarvita terapeuttista osaamista, vaan taiteen vaikuttavuutta voidaan hyödyntää myös ilman terapeuttista sisältöä.

Uskomme ja toivomme myös, etteivät kirjan lukijat säikähdä käyttämäämme taideterapia-sanaa. Varsinaisen taideterapian sijaan tämän kirjan tarkoituksena on esitellä taidelähtöisiä menetelmiä, joita jokainen lapsia ja nuoria tukeva aikuinen voi hyödyntää työssään. Kirjassa kerromme, kuinka näitä menetelmiä voi käyttää itsetunnon vahvistamiseen, keskustelun avaamiseen, taitojen oppimiseen ja yhteisen ymmärryksen synnyttämiseen. Käytämme kirjassa pääasiassa *taidelähtöiset menetelmät*-termiä mutta myös *taideterapia*-sanaa, sillä se on tämän kirjan harjoitusten kehitystyön pohjalla. Lisäksi haluamme tehdä taideterapiaa ja sen monia mahdollisuuksia tutuiksi ja helpommin lähestyttäviksi sekä poistaa termin osin mystistäkin luonnetta.

Monissa maissa, esimerkiksi Isossa-Britanniassa, Israelissa ja Yhdysvalloissa, taideterapia kuuluu kiinteänä osana koulun rakenteisiin. Näissä maissa taideterapeutit ovat osa koulun henkilökuntaa ja osallistuvat kuntouttavan toiminnan lisäksi oppilaiden tuen tarpeen arviointiin ja moniammatillisiin kokouksiin. Toisin on valitettavasti Suomessa, jossa ei vielä järjestelmällisesti hyödynnetä taideterapeutteja oppilaiden matalan kynnyksen tukena lukuun ottamatta joitakin steinerkouluja ja satunnaisia tutkimushankkeita.

Tutkimusten mukaan taideterapialla voitaisiin kouluissa tukea yksilön psyykkistä, emotionaalista, kasvatuksellista, sosiaalista ja fyysistä kehitystä. Taideterapeutit voisivat auttaa oppilaita löytämään uusia strategioita tunteiden, ajatusten ja käyttäytymisen hallintaan kotona ja koulussa. He voisivat auttaa vahvistamaan lapsen resilienssiä sekä rohkaista ja tukea lasta, hänen vanhempiaan ja opettajiaan saamaan aikaan myönteisen muutoksen lapsen kehityksessä. Taideterapeutin tehtävänä on auttaa lasta ymmärtämään ajatuksiaan ja tunteitaan taiteen avulla. Taideterapia ei ole riippuvainen puhutusta kielestä. Siksi se onkin mainio kasvun väline lapsille ja nuorille, joille omien ajatusten ja tunteiden sanallistaminen voi olla haasteellista. Haluamme tässä kirjassa esitellä esimerkkien avulla taidelähtöisten menetelmien mahdollisuuksia oppimisen tukena ja innostaa lukijoita kokeilemaan niitä omassa työssään. Lisäksi haluamme kylvää ajatuksen siemeniä siitä, millaisia uusia mahdollisuuksia koulutettu taideterapeutti voisi terapiaosaamisellaan tuoda koulujen rakenteisiin.

Kädessäsi oleva kirja jakaantuu kahteen osaan. Kirjan ensimmäisessä osassa taustoitamme luovien menetelmien käytön teoriaa. Yhdistämme kokemuksiamme tutkimustietoon ja pohdimme, millaisissa tilanteissa kehittämiämme menetelmiä voidaan

hyödyntää sekä millaisten ammattiryhmien käyttöön kirjan toimintakokonaisuudet soveltuvat. Lisäksi avaan luovien taideterapeuttisten menetelmien viemistä erilaisiin rakenteisiin, kuten kouluun. Kirjan toisessa osassa on hyvin yksityiskohtaisesti kuvattu eri tuen tarpeisiin suunniteltuja ja toteutettuja harjoituskokonaisuuksia.

Vaikka kirjassa on nimenomaan kuvattu harjoituskokonaisuuksia, uskomme, että lukijat voivat mainiosti hyödyntää myös kokonaisuuksien sisältä löytyviä yksittäisiä harjoituksia oman työnsä tukena. Monet kokonaisuudet sisältävät useita erilaisia virittäviä, rauhoittavia, luovuutta vahvistavia ja pohtimaan kutsuvia tehtäviä, jotka on helppo irrottaa kokonaisuudesta ja toteuttaa erillisinä.

Olemme tekstissä merkinneet reunaviivoilla sellaisia tehtäviä, jotka meistä erityisen hyvin sopivat myös yksittäin tehtäviksi.

VINKKI:

Joidenkin tehtävien yhteydessä on myös lisävinkki, miten sitä voi hyödyntää toimintakokonaisuudesta irrallaan.

Tämän kirjan harjoituksia on kehitetty kuntouttavassa opetuksessa laaja-alaisen erityisopetuksen piirissä, pienluokkatyöskentelyssä sekä etsivän harrastustoiminnan ryhmissä. Kirjan kokonaisuus on syntynyt yhteistyössä reflektoiden, mutta kirjoittamisessa meillä kirjoittajilla on myös ollut omia vastuualueitamme. Kahdeksan kerran kokonaisuudet ovat Maijun kehittämiä menetelmiä erityisopetuksen ja etsivän harrastustoiminnan ryhmien tarpeisiin. Lyhyemmät neljän kerran kokonaisuudet ovat koosteita Pian ohjaamasta erityisopetuksen pienryhmien taidelähtöisestä toiminnasta ja laaja-alaisena erityisopettajana työskentelystä.

Vaikka tämä kirja on kirjoitettu erityisesti kouluympäristöön, harjoitukset soveltuvat mainiosti käytettäväksi myös muiden lapsille ja nuorille suunnattujen ryhmien ohjauksessa. Tehtäviä tai kysymyksenasetteluja hieman soveltamalla monet harjoitukset ovat mainiosti hyödynnettävissä myös aikuisten ryhmien ohjauksessa ja voivat tuoda niihin mukaan leikillisiä elementtejä. Toivottavasti onnistumme tekemään kirjassamme näkyväksi taideterapeuttisten menetelmien tehoa ja voimaa. Toivomme, että tulevaisuudessa taidelähtöisiä menetelmiä pidettäisiin vakavasti otettavana kuntoutuksen ja oppimisen tuen välineenä. Ne ovat tehokas ja toimiva keino harjoitella uusia taitoja. Niiden avulla pystytään jo nyt löytämään ratkaisuja olemassa oleviin hyvinvoinnin ja oppimisen haasteisiin.

NEPSY-HAASTEET JA ADHD

Miltei jokaisella koululuokalla lienee oppilaita, joilla on diagnosoitu ADHD tai jokin muu neurokirjon haaste. Varsinkin viime vuosina erilaisten kirjainyhdistelmien marsi luokahuoneeseen on kiihtynyt merkittävästi. Valitettavasti pelkkä diagnosointi ei tuo tukea tai apua sen kantajalle. ADHD (*attention deficit hyperactivity disorder*) on neurobiologinen häiriö, joka voi oppilailla esiintyä erilaisin painotuksin. Oirevaihtoehdoissa voivat yhdistyä tarkkaamattomuus, yliaktiivisuus ja impulsiivisuus tai vain tarkkaamattomuutta ilman yliaktiivisuutta ja impulsiivisuutta ja kolmas vaihtoehto on yliaktiivis-impulsiivinen muoto, jossa oppilaalla ei kuitenkaan esiinny tarkkaamattomuutta. Oppilailla voi olla lisäksi haasteita toiminnanohjauksessa, pitkäjänteisyydessä ja ajanhallinnassa. Nämä oireet tuskin jäävät opettajalta huomiotta. ADHD onkin kouluissa ja muissa ryhmissä yleensä hyvin tunnistettu haaste. Miten tähän haasteeseen voisi vastata niin, ettei sen kantaja tuntisi olevansa vääränlainen vaan hän uskoisi omiin vahvuuksiinsa ja mahdollisuuksiinsa erilaisuudestaan huolimatta?

Eryteisesti oppilailla, joilla on diagnosoitu ADHD, on toistuvasti havaittu muita heikkommat toiminnanohjauksen taidot (esim. Luman ym. 2005). Taideterapeutti Diana S. Safran on työskennellyt ADHD-diagnosoitujen lasten kanssa ja tutkinut laajasti taideterapian vaikutuksia heidän kuntoutumiseensa. Safranin (2010) mukaan taideterapiaryhmät ovat erittäin tehokkaita, sillä ne parantavat lasten itsetiedostamista ja sosiaalisia taitoja. Lisäksi ne lisäävät tietoa ADHD:stä, vahvistavat lapsen itsetuntoa ja opettavat erilaisia selviytymisstrategioita. Safranin mukaan taideterapialla voidaan kanavoida tarkkaavuuden ylläpitämiseen tarvittavaa energiaa ja soveltaa sitä kuuntelemiseen, oppimiseen ja opitun tiedon produktiiviseen käyttöön. Hän myös listaa niitä etuja, joita taideterapialla voi olla hoidettaessa ADHD-diagnosoitua lasta. Safranin mukaan taideterapeuttinen ryhmätoiminta sopii oppimisen tuen muodoksi monesta syystä:

1. Se on lapselle sopivaa toimintaa.
2. Siinä käytetään visuaalisen oppimisen taitoja.
3. Se antaa tuelle rakenteen.
4. Se tarjoaa lapselle keinon ilmaista itse itsensä.

ALOITUS

- Ohjaaja pyytää osallistujia kokoontumaan yhteisen paperin äärelle. Hän toivottaa kaikki tervetulleeksi ryhmään.
 - Ohjaaja kertoo ryhmän säännöt ja kysyy, voivatko ryhmäläiset sitoutua niihin. Säännöistä ja niiden merkityksestä voidaan keskustella yhdessä ja tarvittaessa säännöt voidaan myös laatia yhdessä.
 - Ohjaaja ja osallistujat miettivät yhdessä ryhmän tavoitteita ja keskustelevat siitä, miksi osallistujat ovat tulleet ryhmään.
 - Ohjaaja kertoo, että kaikki ryhmäkerrat aloitetaan aina käsien ja aivonystyröiden lämmittelyllä ja vasta sitten siirrytään omaan taidetyöskentelyyn. Jokainen työskentelykerta myös lopetetaan samankaltaisella rauhoittavalla piirtämisellä.
- Tämän jälkeen ohjaaja aloittaa käsijumpan ohjaamisen. Jumpassa tehdään aina yhtä liikettä kuuteen laskien, mutta ensimmäisellä kerralla liikkeitä voidaan tehdä niin pitkään, että kaikki pääsevät mukaan. Aloitetaan niin, että kaikilla on kädet pöydällä tai lattialla kämmenpuoli alaspäin ja käden sormet kiinni toisissaan.
 - Ensimmäinen liike:
 - YK = Taputetaan kämmenillä alustaan.
 - SI = Käännetään kädet kämmenet ylöspäin.
 - Jatketaan samoin kak-si, kol-me, nel-jä, vii-si, kuu-si.
 - Palautetaan kädet alkuasentoon.
 - Toinen liike:
 - YK = Käännetään oikea kämmen ylöspäin ja pidetään vasen kämmen alustaa vasten.
 - SI = Vaihdetaan toisin päin, niin että vasen kämmen on ylöspäin ja oikea vasten alustaa.
 - Jatketaan samoin kak-si, kol-me, nel-jä, vii-si, kuu-si.
 - Palautetaan kädet alkuasentoon.
 - Kolmas liike:
 - YK = Puristetaan oikea käsi nyrkkiin ja pidetään vasen suorana alustaa vasten.
 - SI = Vaihdetaan toisin päin, niin että puristetaan vasen käsi nyrkkiin ja pidetään oikea suorana alustaa vasten.
 - Jatketaan samoin kak-si, kol-me, nel-jä, vii-si, kuu-si.
 - Palautetaan kädet alkuasentoon.