

Opinnäytetyö (AMK)
Esittävän taiteen koulutus
Tanssinopettajan erikoistumisala
2019

Jenni Honkamaa

TANSSIA KAIKILLE

– Huomioita kehitysvammaisten tanssin
ohjaamiseen

OPINNÄYTETYÖ (AMK) | TIIVISTELMÄ

TURUN AMMATTIKORKEAKOULU

Esittävän taiteen koulutus | Tanssinopettajan erikoistumisala

2019 | 42 sivua, 7 liitesivua

Jenni Honkamaa

TANSSIA KAIKILLE

- Huomioita kehitysvammaisten tanssin ohjaamiseen

Tämä tutkielma on tanssinopettajan tutkinnon (AMK) kirjallinen opinnäytetyö. Tutkielma käsittelee kehitysvammaisten tanssin ohjaamista ja avaa kirjoittajan huomioita liittyen kehitysvammaisten tanssin opetukseen. Opinnäytetyön sisältö koostuu Vantaan Myyrmäen toimintakeskuksessa toteutetusta opetuskokeilusta, johon osallistui kehitysvammaisia asiakkaita sekä teoriasta, liittyen kehitysvammaisuuteen ja tanssiin.

Opinnäytetyön tavoitteena on tuoda esille, mihin erityisryhmien tanssin opetuksessa tulee kiinnittää erityistä huomiota. Tavoitteena on antaa näkökulmia ja työkaluja tanssinopettajille ja erityisryhmien ohjaajille kehitysvammaisten kanssa työskentelyyn tanssin parissa. Tavoitteena on mahdollistaa kehitysvammaisille mahdollisimman otollinen oppimisympäristö, joka ottaa huomioon jokaisen lähtökohdat tanssimiselle.

Tutkielma koostuu seitsemästä pääluvusta, joista ensimmäinen on johdanto. Johdannossa kirjoittaja avaa lähtökohtia työlleen. Toinen luku avaa kehitysvammaisuuden määritelmiä, mitkä tekijät liittyvät kehitysvammaisuuteen ja miten kehitysvammaisuus on tänä päivänä osana Suomen tanssikenttää. Kolmas luku tarkastelee millaisista tanssin näkemyksistä harjoitukset ovat luotu. Neljäs luku avaa kirjoittajan omakohtaisia kokemuksia ja havaintoja tanssin opettamisesta ja työskentelystä kehitysvammaisten parissa.

Opinnäytetyön viidennessä luvussa tarkastellaan tarkemmin toimintakeskuksessa toteutettuja tanssitunteja sekä niiden sisältöjä. Kuudes luku avaa näistä tanssitunneista tehtyjä huomioita ja tarkastelee tanssituntien harjoitteiden sekä opetusmenetelmien toimivuutta kohderyhmälle. Seitsemäs luku toimii yhteenvetona opinnäytetyön havainnoille ja opinnäytetyöprosessissa heränneille kehitysideoille.

Opinnäytetyössä tulee ilmi, että kehitysvammaisten ja erityisryhmien tanssinopetuksessa tulee ottaa huomioon monia asioita. Opettajalta vaaditaan kykyä nähdä oppilaat yksilöinä, pyrkien löytämään heille sopivat tavat oppia ja nauttia tanssista. Opinnäytetyössä tulee esille, että tanssin opetuksessa kehitysvammaisille pitää kiinnittää erityistä huomiota opettajan keholliseen ja sanalliseen ohjeistukseen, oppilaiden kannustamiseen ja tarvittavien toistojen määrään.

ASIASANAT:

Tanssi, erityispedagogiikka, kehitysvammaisuus

BACHELOR'S THESIS | ABSTRACT

TURKU UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Performing Arts | Department of Dance

2019 | 42 pages, 7 pages in appendices

Jenni Honkamaa

DANCE FOR EVERYONE

- Perspectives to teaching dance to people with disabilities

This study is thesis for the Dance Teacher degree, Bachelor of Dance at the Turku University of Applied Sciences. The study is about teaching dance to disabled people and open perspectives, what the author has made. The study collected data from the research which was made in Myyrmäki Day Center with theory of dance as an art and disabled people.

The goal is to bring up information, what needs to be considered when teaching to people with disabilities. Purpose is also to give views and tools to dance teachers who are working with them. The point is to create a good learning environment, which takes into account disabled people starting point to dancing.

There's seven chapters in the study. First the author tells her history with disabled people and opens her thoughts behind this study. The second chapter is opening what disabilities mean. Next chapter opens in what kind of dance all the exercises were based on. Fourth chapter tells the authors own experiences. Next two chapters open the research, what happened and when and what kind of notes the author made from them. The last chapter shows conclusions and sums everything together.

From the study which was made, the author noticed that you have to take many things into consideration when you are teaching dance to people with disabilities. You have to see every student as in own individual and modify dance to suitable to them and also pay attention what kind of teaching methods you use. Teaching dance to them you have to pay attention how you show the movement and instruct students verbally. Students need also enough repetitions and encouraging.

KEYWORDS:

Dance, special dance education, disability

SISÄLTÖ

1 JOHDANTO	5
2 KEHITYSVAMMAISUUS	7
2.1 Kehitysvammaisuus Suomessa	7
2.2 Toimintakyky	7
2.3 Älyllinen kehitysvammaisuus	8
2.4 Kehitysvammaisuuden asteet	9
2.5 Autismi	10
2.6 Kommunikointi	11
2.7 Liikuntavammat	12
2.8 Tanssin kenttä ja kehitysvammaiset	13
3 TANSSI TAITEENA	15
3.1 Luova tanssi ja lastentanssi	15
3.2 Tanssin opettaminen	17
4 OMAKOHTAISET KOKEMUKSET	18
4.1 Pohdintaa tanssinopettajuudesta	18
4.2 Oma taustani kehitysvammaisten parissa	20
5 TANSSITUNNIT TOIMINTAKESKUKSELLA	21
5.1 Valmistautuminen	21
5.1.1 Opinnäytetyön aiheen valitseminen	21
5.1.2 Tutkimusluvan hakeminen Vantaan Kaupungilta	22
5.1.3 Aikataulu	23
5.1.4 Ryhmän muodostaminen	23
5.2 Opetusperiodin toteutuminen	24
5.2.1 Opetussuunnitelma	24
5.2.2 Tanssituntien toteutuminen	25
5.2.3 Tuntien kulku	26

6 TANSSITUNNEISTA TEHDYT HUOMIOT	28
6.1 Yksilöllisyyden huomioiminen opettamisessa	28
6.2 Kommunikointi	31
6.3 Liikkeen kehollinen demonstrointi	32
6.4 Toistaminen ja siirtymät	34
6.5 Läsnäolo hetkessä	35
6.6 Tanssitunti sosiaalisena tilanteena	36
7 LOPUKSI	38
LÄHTEET	41

LIITTEET

Liite 1. Toimintakeskuksen tanssituntien harjoitukset.

Liite 2. Tutkimussuunnitelman tiivistelmä.

Liite 3. Havainnointirunko ja haastattelurunko.

Liite 4. Tiedotus edunvalvojille.

Liite 5. Suostumuslomake edunvalvojille.

Liite 6. Tiedotus ohjaajille.

Liite 7. Suostumuslomake ohjaajille.

1 JOHDANTO

Yksi suurimmista kiinnostuksen kohteistani tulevana tanssinammattilaisena on lisätä tanssin saavutettavuutta kaikille ja tehdä töitä sen eteen, että ”tanssi kuuluu kaikille” ajatus toteutuisi. Opinnäytetyöni keskittyy tanssin mahdollisuuksien lisäämiseen nimenomaan erityisryhmille. Tanssin opettamisessa tanssituntien sisältöä sekä opetusmenetelmiä pitää soveltaa ja muokata opetettavalle ryhmälle sopivaksi. Työni vastaakin kysymykseen, millaisiin asioihin kehitysvammaisten tanssin ohjaamisessa pitää kiinnittää erityistä huomiota. Minulle kehitysvammaiset henkilöt eivät ole erilaisia, vaan erityisiä. Erietyiset henkilöt voivat tarvita monipuolisia keinoja, jotta he voisivat myös osallistua tanssitunneille. Pää tavoitteenani on jäsentää tietoa siitä, miten eri tavoin kehitysvamma voi vaikuttaa tanssimiseen. Opinnäytetyöni tärkein tiedonhankintamenetelmä on havainnot, joita tein opettaessani kehitysvammaisten tanssiryhmää.

Kiinnostukseni aiheeseen syntyi, kun työskentelin ohjaajaharjoittelijana toimintakeskuksilla sekä avustajana eri kehitysvammaisten tanssiryhmissä. Kuitenkaan tanssin harrastaminen ei ole aina kaikille kehitysvammaisille henkilöille mahdollista, kuten erilaisten liikuntarajoitteiden takia, kulkeminen tanssitunneille iltaisin voi olla hankalaa. Aloin pohtimaan, miten tanssia voisi viedä ihmisten luokse, jotta yhä useammalla olisi mahdollisuus päästä tanssimaan. Olen nähnyt, kuinka tanssi voi olla heille tärkeä tapa ilmaista itseään. Pystyn siis näkemään, millaisia vaikutuksia tanssilla olisi pitkällä tähtäimellä, jos se olisi osa esimerkiksi toimintakeskusten arkea. Toimintakeskuksella tehdyn opetuskokeilun, kahden eri alan ammattilaisten yhteistyön kautta, tanssista tuli osa heidän viikottaista ohjelmaa. Tulevaisuudessa tanssinopettajat voisivat opettaa tanssia toimintakeskuksissa, josta hyötyisi varmasti heidän asiakkaansa sekä opettajat, jotka saisivat enemmän mahdollisuuksia työllistyä.

Tanssilla on positiivisia vaikutuksia ihmisen terveyteen ja hyvinvointiin. Tanssissa yhdistyy liikkuminen sekä luovuus, ja se vaikuttaa muun muassa kehon hallintaan, koordinaatioon ja tasapainoon. Uusien tutkimusten valossa on myös saatu lisää tietoa tanssin vaikutuksista aivoihin. Filosofian tohtori Hanna Poikosen mukaan tanssi ehkäisee ja lieventää erilaisten aivoja rappeuttavien sairauksien oireita paremmin kuin monet muut liikuntalajit. (Aivoliitto 2019.) Tanssilla voisi siis olla erityisen myönteisiä sekä kehittäviä vaikutuksia juuri kehitysvammaisten elämään, koska heillä esiintyy usein älyllisiä ja liikkunnallisia vaikeuksia.

Aikaisempien kokemusteni kautta, minulle oli syntynyt jo käsitystä, millaisia asioita erityisryhmien tanssitunneilla voisi kokeilla. Minulla ei kuitenkaan ollut kokemusta sellaisten kehitysvammaisten henkilöiden kanssa työskentelystä, jotka eivät olleet koskaan tanssineet aikaisemmin. Olen toiminut avustajana tanssitunneilla, jossa oppilaat olivat harrastaneet tanssia jo pitkään, joten he tiesivät, mitä tanssitunneilla tehdään. Opetuskokeilussa pääsin opettamaan henkilöitä, jotka eivät käy tanssitunneilla vapaa-ajallaan. Koska tanssitunti oli tilanteena heille uusi, ennako-oletukseni oli, että se olisi vaikuttanut vielä enemmän heidän keskittymiseensä ja työskentelyynsä. Yllätyin kuitenkin positiivisesti, ja oppilaat tottuivat tanssituntiin tilanteena nopeasti. Pääsin myös ensimmäistä kertaa opettamaan itse erityisryhmää ja tutkimaan, miten tekemäni ratkaisut tanssin sisällössä ja opetusmenetelmissäni toimisivat kehitysvammaisten oppilaiden kanssa.

Opinnäytetyöni tavoitteena oli myös lisätä omia valmiuksiani tulevana tanssinopettajana erityisryhmien tanssin opettamiseen sekä saada kokemusta, kuinka paljon tanssia on mahdollista soveltaa yksilöllisten tarpeiden mukaan. Kehitysvammaisten tanssin ohjauksesta ei ole vielä paljon julkaistua tietoa. Opinnäytetyössä tuotuja näkökulmia voi hyödyntää työssään tanssinalan ammattilaiset sekä sosiaalialan työntekijät esimerkiksi käyttämään tanssia heidän omassa työssään. Opetuskokeiluun luodut harjoitteet toimivat ehdotelminä, joita voi monipuolisesti soveltaa kehitysvammaisten kanssa työskennellessä. Jäsentelin opetuskerroilla tekemäni huomiot teemoihin, jotka koin itse kaikista oleellisimmiksi.

Työn toisessa luvussa avaan, mitkä eri tekijät liittyvät kehitysvammaisuuteen, ja vaikuttavat tanssimiseen. Kolmannessa luvussa avaan luovaa tanssia ja lastentanssia, joiden pohjalta opetuskokeilun harjoitukset ovat luotu. Seuraavassa luvussa kerron omasta taustastani kehitysvammaisten henkilöiden kanssa ja tuon esille pohdintojani liittyen opettajuuteen. Sen jälkeen kerron opinnäytetyöhön liittyvästä toimintakeskuksella tehdystä opetuskokeilusta ja miten se järjestettiin. Kuudennessa luvussa kerron millaisia huomioita tein erityisryhmän opettamisesta ja miten se vaikutti opetusmenetelmiini. Viimeisessä luvussa pohdin muun muassa, miten opinnäytetyöni toteutusta olisi voinut vielä kehittää ja mitä opin tästä prosessista.

2 KEHITYSVAMMAISUUS

Kehitysvammaisten kirjo on laaja, ja jokaisen kohdalla sana ”vamman” merkitsee eri asiaa. Kehitysvamma ei kuitenkaan määrittele henkilön persoonallisuutta. Koen tärkeäksi avata kehitysvammaisuutta käsitteenä ja miten se voi vaikuttaa yksilön toimintaan. Mitä kehitysvammaisuus tarkoittaa? Mitkä asiat ovat tyypillisiä kehitysvammaisilla henkilöillä? Kehitysvammaisuus on usein monen eri tekijän summa. Avaan tutkielmassani niitä käsitteitä, jotka koin työni kannalta oleelliksi, ja millaisen ryhmän kanssa työskentelin toimintakeskuksella.

2.1 Kehitysvammaisuus Suomessa

Suomalaisen kehitysvammalain mukaan henkilö on oikeutettu erityishuollon palveluihin, jos hänen henkinen toimintansa tai kehityksensä on jollain tavalla estynyt tai häiriintynyt. Häiriintymisen voi aiheuttaa synnynnäinen tai kehitysiässä saatu vamma, sairaus tai vika. Vammalla tarkoitetaan fyysistä tai psyykkistä vajavuutta, joka vaikuttaa yksilön suorituskäyttöön. Siten käsite ”vamman” on moniulotteisempi, koska siihen lasketaan muutkin kuin vain mekaaniset vammat mukaan. Suomen laissa kehitysvammaisuuden alkamiselle ei ole asetettu tarkkaa rajaa. Jos älyllinen suorituskäyttö heikentyy täysi-ikäisenä tai sen jälkeen, puhutaan silloin tavallisesti dementiasta. Suomessa kehitysvammaisuudeksi katsotaan myös, jos lapsen suorituskäyttö heikentyy ajan kanssa. Erityishuollon saaminen ratkaistaan yksilöllisten tarpeiden mukaan, ei ikärajan. (Kaski & Manninen & Pihko 2009, 16 – 17.)

2.2 Toimintakyky

Kehitysvammaisuutta voidaan tarkastella ihmisen toimintakyvyn kautta. Synnynnäinen tai kehitysiässä saatu vamma tai sairaus voi vaikuttaa ihmisen toiminta- ja oppimiskäyttöön. Erilaisten käsitteiden, sekä syiden että seurauksien, kuvaamisessa pitää olla tarkka, jotta yksilöä ei loukata. Erilaisissa asiayhteyksissä vastakkain ovat usein käsitteet toimintakyky ja toimintarajoite. Toimintakyky on käsitteenä myönteisempi kuin toimintarajoite, mutta silti molemmat käsitteet ovat oleellisia, kun puhutaan kehitysvammaisuudesta. (Kaski ym. 2009, 14.)

Kun tarkastelemme toimintakykyyn vaikuttavia tekijöitä, pitää lähestymistavan olla moniulotteinen. World Health Organizationin (WHO) julkistama Toimintakyvyn, toimintarajoitteiden ja terveyden kansainvälinen luokitus, International Classification of Functioning, Disability and Health (ICF) on ollut saatavilla suomenkielisenä vuodesta 2004 saakka. Luokituksen mukaan yläkäsite toimintakyky (functioning) kattaa kaiken kehon toiminnan, yksilötason toiminnan sekä omassa elämäntilanteessa osallisena olon. Yksilötason toiminnalla tarkoitetaan, mitä henkilö tekee tai voi tehdä, kun hänellä on kehon rakenteen puutos, toiminnan häiriö tai sairaus. Toimintarajoite (disability) käsite sisältää kehon rakenteiden, toimintojen vajavuudet (impairment), sekä osallistumis- ja suoritusrajoitteet. (Kaski ym. 2009, 15.)

Biologisen prosessin lisäksi toimintakykyyn vaikuttavissa tekijöissä tulee ottaa huomioon ympäristön ja yksilön vaikutus. Ympäristö, niin fyysinen kuin sosiaalinen, ja asenneilmasto voivat vaikuttaa toimintakykyyn joko sitä edistäen tai estäen. Ympäristötekijöillä tarkoitetaan henkilön yleistä elinympäristöä, johon sisältyy muun muassa erilaiset palvelut. Rakennettua ympäristöä ja palveluja tulisi kehittää vastaamaan asukkaiden tarpeita. Yksilötekijät muodostuvat erilaisista ominaisuuksista, jotka eivät ole osa ihmisen terveydentilaa. Erilaisia tekijöitä voivat olla sukupuoli, ikä, elämäntyyli, sosiaalinen asema, kasvatustavat, koulutus sekä elämäkokemukset. (Kaski ym. 2009, 15.)

2.3 Älyllinen kehitysvammaisuus

Kehitysvammaisuus kattaa käsitteenä muidenkin elimien vammat ja vauriot kuin vain hermoston. Kuitenkin merkittävin ryhmä on hermostolliset kehityshäiriöt eli hermoston sairaudet, vauriot ja toiminnan poikkeavuudet. Hermoston kehityshäiriöistä taas aivojen kehityshäiriöt ovat merkityksellisimpiä. Silloin asiaan liittyy usein älyllisten toimintojen vajavuutta (retardatio mentalis), jota voidaan nimittää älylliseksi kehitysvammaisuudeksi. Älyllinen kehitysvammaisuus on WHO:n valitsema termi, mutta se ei voi toimia yksilöä kuvaavana terminä. (Kaski ym. 2009, 16.)

WHO:n tautiluokituksessa älyllinen kehitysvammaisuus on tila, jossa henkinen suorituskyky on estynyt tai epätäydellinen. Se voi esiintyä yksin tai yhdessä muiden fyysisten tai psyykkisten tilojen kanssa. American Association on Intellectual and Developmental Disabilities (AAIDD) esittämä malli älyllisestä kehitysvammaisuudesta vastaa suomalaista käsitettä. Tällöin ratkaisevia tekijöitä ovat ympäristö, edellytykset ja toimintakyky. (Kaski ym. 2009, 16.)

Älyllistä kehitysvammaisuutta on perinteisesti arvioitu psykologisten testien avulla. Testejä on voitu myös täydentää sosiaalista adaptaatiota mittaavien testien avulla, jotka antavat jonkinlaisen käsityksen älyllisestä suoriutumisesta. WHO:n tautiluokitus edellyttää, että älyllisen kehitysvammaisuuden asteen luokittelu perustuu sen hetkiseen toimintakykyyn, koska se voi muuttua ajan kuluessa. Opiskelu ja kuntoutus voivat vaikuttaa kehittävästi toimintakykyyn. (Kaski ym. 2009, 17.)

Luokituksessa käytetään älykkyydosamäärää. Testeistä saatu älykkyyssikä jaetaan oikealla iällä, ja saatu osamäärä kerrotaan 100:lla, jotta saadaan käyttökelpoinen kokonaisluku. Normaalitapauksissa älykkyyssikä vastaa siis oikeaa ikää. Jos älykkyydosamäärä on pienempi kuin 70, katsotaan sen olevan älyllistä kehitysvammaisuutta. Kuitenkaan tarkkaa rajavetoa ei ole, ja vaikeusasteen luokittelussa otetaan myös huomioon käyttäytymisen häiriöt. (Kaski ym. 2009, 17 – 19.)

2.4 Kehitysvammaisuuden asteet

Lievä älyllinen kehitysvammaisuus vaikeuttaa yleensä oppimista. Lapsi saattaa pystyä opiskelemaan normaalissa luokassa, mutta tarvitsee tukitoimenpiteitä ja erityisopetusta. Henkilö pystyy toimimaan omatoimisesti ja asumaan aikuisena itsenäisesti hieman tuetuna sekä tekemään töitä ja pitämään sosiaalisia suhteita yllä. Työssä voidaan tarvita jatkuvaa opastusta ja valvontaa, jotta henkilö pääsee kiinni työelämään. Henkilö saattaa myös tarvita apua taloudellisissa asioissa ja itselleen tarkoitusten mukaisten palveluiden hankkimisessa. (Kaski ym. 2009, 20 – 21.)

Keskiasteinen älyllinen kehitysvammaisuus aiheuttaa kehitykseen viiveitä. Nämä henkilöt voivat tarvita erityisopetusta koulussa, mutta voivat saavuttaa tarvittavan kommunikaatiokyvyn ja itsenäisyyden asioiden hoidossa. Useimmat selviävät päivittäisistä puuhistaan itsenäisesti tai pienen avustuksen avulla. Asumiseen tarvitaan kuitenkin enemmän valvontaa. Useimmat heistä pystyvät tekemään töitä ohjatusti työpaikalla tai työkeskuksissa sekä matkustamaan työpaikalle itsenäisesti. (Kaski ym. 2009, 21.)

Vaikea älyllinen kehitysvammaisuus vaatii jatkuvaa tukea ja ohjauksen tarvetta. Yksilö tarvitsee huomattavasti tukea koulussa, asumisessa ja työntekävien tekemisessä. Pitkä kuntoutus saattaa antaa työkaluja selviytyä päivittäisistä toiminnoista melko itsenäisesti. Hän on riippuvainen muista henkilöistä ja kuntouttamiseen tarvitaan paljon työtä. (Kaski ym. 2009, 21.)

Syvä älyllinen kehitysvammaisuus tarkoittaa, että yksilö on täysin riippuvainen muista ihmisistä ja tarvitsee jatkuvaa hoitoa. Kommunikaatio ja liikkuminen on vaikeaa, eikä yksilö pysty huolehtimaan henkilökohtaisista toiminnoistaan itse. Tällöin opetuksessa keskitytään päivittäisessä elämässä esiin tulleiden asioiden oppimiseen sekä pyritään kehittämään esimerkiksi liikunnallisia sekä kommunikaation perusvalmiuksia. Jotkut päivittäiset toiminnot, kuten syöminen voi tapahtua omatoimisesti. Asumisessa tarvitaan ympärivuorokautista valvontaa. (Kaski ym. 2009, 21 – 22.)

2.5 Autismi

Autismi on neurobiologinen keskushermoston kehityshäiriö, joka vaikuttaa ihmisen vuorovaikutukseen, kommunikaatioon ja käytökseen erilaisin tavoin. Autismin kirjon laskeetaan myös kuuluvaksi disintegratiivinen kehityshäiriö, Rettin oireyhtymä, laaja-alainen kehityshäiriö ja Aspergerin oireyhtymä. Autismin kirjon henkilöillä rutiinit ja tutut asiat luovat turvallisuuden tunnetta. (Vernerinet 2017.)

Useilla autismin kirjon henkilöillä on erityispiirteitä aistiensäätelyssä esimerkiksi yli- ja aliherkkyyksiä ääniin, valoon, hajuihin, kosketukseen, makuihin, väreihin, kipuun, kylmään ja kuumaan liittyen. Monilla heistä on erityistä stressiherkkyyttä. Muita erityispiirteitä voivat olla unihäiriöt, liiallinen tai alentunut aktiivisuus, syömishäiriöt ja itseään vahingoittava käyt-täytyminen. Autististen henkilöiden vahvuuksia ovat yksityiskohtien havaitseminen ja hyvä oikeudentaju. (Autismi -ja Aspergerliitto 2019, Kaski ym. 2009, 109.)

Autistisilla henkilöillä on usein vaikeuksia olla vuorovaikutuksessa toisten ihmisten kanssa ja olennaisinta voi olla vastavuoroisuuden puuttuminen. Kaikilla autisteilla on kommunikaatiovaikeuksia. Heillä saattaa olla häiriöitä kielen kanssa, sen ymmärtämisessä, sekä vaikeuksia itsensä ilmaisemisessa kielellisesti tai ei-kielellisesti. Sen takia on tärkeää löytää yksilöllinen kommunikaatiokeino, johon voidaan käyttää apuesineitä kuten kuvia, tietokoneita tai aakkostauluja. Autisteilla esiintyy myös käyttäytymismuotojen rajoittuneisuutta. Tämä tarkoittaa, että jotkut toiminnot tehdään kaavamaisesti sekä niihin takertuen. Ympäristössä tapahtuvat muutokset voivat ahdistaa, joka saattaa lisätä toimintojen toistamista. (Kaski ym. 2009, 108 – 109.)

2.6 Kommunikointi

Kehitysvammaisen henkilön kommunikoimiseen vaikuttaa oleellisesti näkemisen, kuulon ja puheen häiriöt. Ihmisen näköjärjestelmä vioittuu usein keskushermoston sairauksissa tai vaurioissa, ja muutoksia voidaan havaita sekä silmien rakenteessa, että toiminnassa. Vauriot voivat aiheuttaa näkökenttäpuutoksia, vaikeuksia hahmotuksessa, liikehäiriöitä silmissä ja syvyysnäön ongelmia. Näköaistin kautta ihminen pystyy tutkimaan ja tunnistamaan kasvoja, esineitä ja elinympäristöä. (Kaski ym. 2009, 139 – 141.)

Kuulon häiriöissä vauriot jaetaan konduktiivisiin (ulko- ja välikorvaperäisiin), sensorineuraalisiin (sisäkorva- ja kuulohermoperäisiin) ja sentraalisiin (aivoperäisiin). Konduktiiviseen kuulovaurioon johtaa usein korvatulehdukset. Sensorineuraalinen kuulovamma voi liittyä kehitysvammaoireyhtymään esim. Downin syndrooma tai sairauden jälkitilaan. Lieväkin kuulovamma voi vaikuttaa keskittymiseen ja ymmärtämiseen sekä hidastaa vastetta ääniin ja puheeseen. Vaikea kuulovamma vaikuttaa oleellisesti kielen kehittymiseen, joka voi haitata itsensä ilmaisua. (Kaski ym. 2009, 141 – 144.)

Älyllisen kehitysvammaisuuden yhteydessä esiintyy monesti puheen ja kielellisen kehityksen häiriöitä, jotka voivat liittyä jälkeenjääneisyyteen kehityksessä tai aivovaurioon. Puheen ymmärtäminen ja tuottaminen vaatii useiden aivoalueiden yhteistoimintaa. Kolmannes heistä ei pärjää kommunikaatitilanteissa tarpeeksi hyvin, joten he tarvitsevat apuvälineitä. Puheessa voi esiintyä änkytystä, puheäänien kypsymättömyyttä, dysfasiaa eli keskushermostosta johtuvaa puheen häiriötä tai ääntämiseen tai puherytmiin liittyvää häiriötä, dysartriaa. Dysfasia liittyy usein johonkin toiseen vammaan. Nämä tekijät vaikeuttavat kommunikoimista, vaikka kommunikointii tapahtuukin myös eleiden, ilmeiden ja ruumiinkielen kautta. (Kaski ym. 2009, 144 – 146.)

2.7 Liikuntavammat

Kehitysvammaisuuteen liittyy myös erilaiset liikuntavammat, jotka voidaan luokitella seuraavanlaisesti: synnynnäinen tai alle 2 vuoden iässä saadun aivovaurion aiheuttama liikuntavamma (CP-oireyhtymät), myöhemmin aivovaurion aiheuttamat vammat, rakennepoikkeavuudet (esim. selkäydinkohju), lihassairaudet, yleissairauksiin liittyvät liikuntavammat (esim. reuma) ja muut kuten selkäytimen kasvaimet tai tulehdukset. Selkäydinkohju on yleisin liikuntavammaisuutta aiheuttava rakenteellinen poikkeavuus. Myös CP-vammat ovat yleisiä. (Kaski ym. 2009, 132.)

CP-vamma ei ole kehitysvamma vaan oireyhtymä, jota voi esiintyä kehitysvammaisilla henkilöillä. CP-vammat saavat usein alkunsa jo ennen syntymää. Aivojen rakenteellisen kehityshäiriön lisäksi CP:n syynä voi olla lapsen aivojen hapenpuute syntymän aikoihin tai aivoverenvuoto. Nämä tekijät voivat vaurioittaa keskushermoston osia, jotka säätelevät tahdonalaisia liikkeitä ja lihasten jänteyttä. CP-vamma ei ole siis jatkuva säätelymekanismin häiriö, minkä vuoksi sitä ei voida parantaa leikkauksien avulla. CP-oireyhtymän kanssa puhutaan yleensä spastisuudesta, eli lihastoiminnan jäykkyyden säätely on häiriintynyt aivoperäisesti. Lihastoiminnan jäykkyys vaikuttaa lihasten ominaisuuksiin ja kasvuun. (Kaski ym. 2009, 132 – 133.)

Kehitysvammaisilla henkilöillä on usein myös ortopedisiä ongelmia kuten raajojen koukistumista, virheasentoja, nivelpussitulehduksia ja selkärangan ryhtivirheitä. Joihinkin kehitysvammaoireyhtymiin voi liittyä lihasten velttoutta sekä rakenteellisia muutoksia, jotka voivat johtaa jalkojen virheasentoihin. Selän virheasennot kuten skolioosi, ovat tavallisia henkilöillä, joilla lihasjänteys on alentunut tai jotka eivät liiku paljon. (Kaski ym. 2009, 137.)

2.8 Tanssin kenttä ja kehitysvammaiset

Vaikka kehitysvammaisten tanssimisesta ei ole paljon julkaistua tietoa suomeksi, on Suomessa kuitenkin heille suunnattua tanssin toimintaa. Kentällä toimii tanssin alan ammattilaisia, jotka työskentelevät kehitysvammaisten kanssa ja kehitysvammaisia henkilöitä, jotka toimivat tanssin alalla aktiivisesti esimerkiksi tanssijoina. Suomessa toimii kehitysvammaisten tanssiryhmiä sekä erilaisia tahoja, jotka järjestävät erityisryhmille tanssitunteja. Taiteen saavutettavuutta muun muassa vammaisille henkilöille halutaan lisätä ja sen edistämiseen jaetaan avustuksia. Taiteen edistämiskeskus myönsi vuonna 2019 vammaisyhteisöjen kulttuuritoimintaan 691 000 euroa avustusta (Taiteen edistämiskeskus 2019).

Yksi suurin integroidun tanssin vahvistaja Suomessa ja kansainvälisesti on DanceAbility Finland ry, joka perustettiin vuonna 2008. DanceAbilityn tavoite on tutkia ja kehittää tanssin monimuotoisuutta. He tarjoavat viikottaisia tanssitunteja ja työpajoja, sekä vievät DanceAbility-menetelmää ihmisten pariin. He toimivat yhteistyössä erilaisten yhteisöjen kuten koulujen ja palvelutalojen kanssa, pitämällä luentoja sekä esittämällä demoja. DanceAbility haluaa muuttaa käsitystä, kuka voi tanssia ja mitä tanssi on. Heidän tavoitteena on luoda yhteisö, joka ei syrji ketään ja kaikkien ainutlaatuisuus nähdään rikkautena. He haluavat olla luomassa yhteiskuntaa, jossa jokaista kannustetaan luovuuteen ja käyttämään kykyjään ainutlaatuisella tavalla. DanceAbility-metodin on luonut Alito Alessi ja Karen Nelson 1980-luvun loppupuolella. Menetelmä perustuu liikeimprovisaation tutkimiseen, jonka lähtökohtana on keho ja yhteisen nimittäjän löytäminen ryhmälle. Menetelmä kehittyy ja elää edelleen ihmisten kokemusten kautta. Menetelmä herkistää aisteja, antaa tilaa luovuudelle ja auttaa itsensä sekä toisten kuuntelussa. (DanceAbility Finland 2019.)

Helsingissä toimii vuonna 2010 perustettu integroidun tanssin ryhmä Kaaos Company, joka esittää eri taiteilijoiden, esiintyjien ja koreografien teoksia. DanceAbility ry toimii Kaaos Companyn taustayhteisönä. Ryhmän tavoitteena on hälventää vammaisten ja vammattomien välisiä eroavaisuuksia ja liittyviä käsityksiä. Heidän esityksiään voi nähdä muun muassa teattereissa, paikkasidon naisena taiteena, festivaaleilla ja kouluissa. Esiintyjien kokoonpanot vaihtelevat eri tuotannoissa. Yksi heidän tavoitteestaan on myös luoda esteettömiä katsomo- ja yleisötiloja, jotta kaikilla olisi mahdollisuus tulla seuraamaan esityksiä. Kaaos Company järjestää myös X Dance Festarit Helsingissä, joissa hehkuu integroitu tanssi eri muodoissa. (Kaaos Company 2019.)

Kaaos Companyn lisäksi Helsingissä pitää tanssitunteja muun muassa tanssitaiteilija Liisa Pentti autismin kirjon nuorille. Autismi kirjon nuoret esiintyivät vuonna 2018 X Dance Festivaaleilla teoksella Too Much, too Young – tanssiteoksella. Sen lisäksi pääkaupunkiseudulla toimii Riina Hannukselan Ihanat-tanssiryhmä, joka myös esiintyy erilaisissa tapahtumissa. Pääkaupunkiseudun lisäksi muuallakin Suomessa toimii kehitysvammaisten tanssiryhmiä. Tampereella toimii tanssiryhmä Kaiku – Kaikille kuuluva tanssi, jonne on tervetulleita vammaiset ja ei-vammaiset henkilöt sekä Turussa toimii ryhmä Taika Tanssi, jota ohjaa DanceAbility – opettaja Antti Virta. (Dance Ability Finland 2019, Liisa Pentti + Co 2019, Dance Info Finland 2019.)

Etsiessäni tietoa kehitysvammaisille suunnatuista tanssitunneista tein huomion, että useimmat tanssikoulut eivät tarjoa tanssitunteja nimenomaan kehitysvammaisten ryhmälle. Toisaalta Opetushallituksen laatimassa taiteen perusopetuksen laajan oppimäärän opetussuunnitelman perusteissa myös mainitaan, että oppilaitoksen pitää pystyä laatimaan myös yksilöllinen opetussuunnitelma, jotta oppilas voi kehittää taitojaan omista lähtökohdistaan (Opetushallitus 2017). Tanssikoulujen tunneilla käy ja pitää myös pystyä käymään henkilöitä, joilla on kehitysvamma. Vuonna 2019, turkulainen Tanssistudio All Star järjestää viikoittain erityisryhmän tunteja, sekä Helsingissä Annantalo järjestää Dancehearts tanssikurssin, joka alkaa elokuussa (All Star Tanssistudio 2019, Annantalo 2019). Vuonna 1999 perustettu perusopetusoikeuden omaava kehitysvammaisten flamencotanssikoulu tarjoaa edelleenkin tanssitunteja kehitysvammaisille (Tanssikoulu Blue Flamenco 2019).

3 TANSSI TAITEENA

Tämä luvun tarkoitus on antaa käsitys siitä, millaista tanssia opetin toimintakeskuksessa kehitysvammaisille oppilaille. Luomani ja valikoimani harjoitukset perustuivat selkeästi luovaan tanssiin ja lastentanssiin. Luovassa tanssissa ja lastentanssissa opetuksessa huomio ei ole tiettyjen teknisten liikkeiden opettelussa, vaan niissä korostetaan itse kokeilemista ja tutkimista. Harjoitukset perustuivat myös selkeästi tanssiin nimenomaan taiteena, ei osana liikuntaa. Tulevissa kappaleissa tulen avaamaan, mitä piirteitä luovassa tanssissa sekä lastentanssissa on ja mitä tanssin opettaminen tarkoittaa.

3.1 Luova tanssi ja lastentanssi

Luovan tanssin yksi tärkeimpiä tavoitteita on saada oppilas oppimaan löytämään oman kehonsa kaikki mahdollisuudet sekä rajoitteet. Luova tanssi huomioi jokaisen oman yksilönään. Tanssinopettaja Mary Joycen opetuksen katsotaan pohjautuvan yksinomaan luovaan tanssiin ja sen opetuskeinoihin. Luovan tanssin perustana toimii ajatus jokaisen kehon oman luonnollisen liikkeen hakemista. Luonnollinen liike syntyy erilaisista tilanteista eikä se ole sidoksissa mihinkään tiettyyn tanssitekniikkaan. Hänen mukaansa liike ei tarvitse rekvisiittia tai tarinoita tuekseen. Oppilas voi käyttää kehoaan itsensä ilmaisemiseen eli liikkeen kautta kommunikoimiseen. (Viitala 1998, 16 – 21, 31 – 32.)

Joycen mukaan tanssiminen toimii kuin kieli, sen kautta voi ilmaista itseään ja oppia lukemaan kehonkielen kautta toisia. Luovan liikkeen kautta ilmaiseminen vahvistaa ihmisen käsitystä itsestään ja hänen omanarvontuntoaan. Omanarvontunto auttaa hyväksymään, että muutokset ovat osa ihmisyyttä ja olemista. Luovassa tanssissa itse liike voi olla vapaata, mutta harjoitteen rakenne täytyy olla selkeä, jotta tunneilla on rauha työkennellä. Hän painottaa myös, että on tärkeää luoda miellyttävä ilmapiiri tunneille, jotta tanssissa säilyy vapaus ja yksilöt voidaan ottaa huomioon. (Viitala 1998, 16 – 21, 31 – 32.) Monet hänen pedagogisista lähtökohdista kohtaavat omien ajatusteni kanssa tanssin opettamisesta. Tulen seuraavassa luvussa avaamaan omia ajatuksiani opettajuudesta.

Käytin joidenkin harjoitusten pohjana lastentanssissa käyttämiäni harjoituksia, joita muokkasinkin sekä sovelsin. Lastentanssilla tarkoitetaan yleensä nimenomaan tietyn ikäluokalle suunniteltua monipuolista tanssinopetusta. Itse lastentanssi termi kuvaa enemmän ikäluokkia, kuin itse tanssin sisältöä. Lastentanssissa on kuitenkin tarkoitus tutustuttaa lapsia ja nuoria erilaisiin tapoihin tanssia sekä tehdä tanssia. Niin kuin luovassa tanssissa, lastentanssissakin painotetaan oppilaan omakohtaista kokemusta tanssista. Molemmissa tanssituntien sisältöä lähdetään usein suunnittelemaan tanssin peruselementtien kautta: keho, tila, voima ja aika ja niiden teemojen ympärille luodaan selkeät tavoitteet. (Viitala 1998, 19, 21 – 24.)

Lastentanssissa on myös tärkeää, että lapsi kokee olevansa luonteva osa ryhmää kykyjensä ja taitojensa suhteen. Tanssikasvatuksellisesti lastentanssi on kilpailuvapaata toimintaa, joka pyrkii mahdollistamaan tilaa omille oivalluksille, ilolle, sekä onnistumisen kokemuksille. Lastentanssi näkee erilaisuuden ja toisenlaisuuden rikkautena, eikä ole olemassa huonoa suoritusta. Suoritus- ja kilpailuvapaa liikkuminen luo eroa liikunnan ja tanssin välille. Tanssissa otetaan huomioon joustavuus ja rytmisyys, mitä liikunta ei aina välttämättä tee. (Viitala 1998, 21 – 25.) Yksi tärkeä lähtökohtani oli opettaa oppilaille nimenomaan taidetanssia.

3.2 Tanssin opettaminen

Tanssin opettamiseen liittyy tanssikasvatuksen näkökulma. Kokonaisvaltaisessa tanssikasvatuksessa näkemykset perustuvat moderniin kasvatustilanteeseen, jonka piirteitä ovat muun muassa moniarvoisuus ja demokraattisuus. Opettajan tulisi kiinnittää huomiota opetuksessaan oppilaiden samanarvoisuuteen, eikä vain esimerkiksi taitavien oppilaiden eteenpäin viemiseen. Kasvatusta ilmiönä voidaan kuvailla avoimena systeeminä, jossa säilyy yllätyksellisyys. Eri opetusryhmissä kohtaa erilaiset persoonat ja satunnaiset tilanteet, jotka vaikuttavat tuntitilanteeseen. Kokonaisvaltaisessa tanssikasvatuksessa tanssi ei lähesty oppilasta vain fyysisen kehon kautta, vaan se käsittää ihmisen kokonaisuutena. Fyysiseen toimintaan yhdistyy muun muassa tunteminen, havaitseminen ja ajattelu. Tanssikasvatuksen tehtävänä on auttaa oppilasta kehittämään fyysisiä taitojaan, sekä löytämään sisäistä omaa maailmaansa, josta taiteellisuus kumpuaa. (Anttila 1994, 19, 52.)

Tanssikasvatuksessa opetukselle laaditaan oma opetussuunnitelmansa. Opetussuunnitelman luominen on tärkeää, jotta toiminnalle saadaan selkeät tavoitteet. Tavoitteiden lisäksi suunnitelmaan merkitään muun muassa oppisisällöt, työtavat ja koulukohtaiset toimenpiteet. Selkeiden tavoitteiden määrittäminen auttaa sopivan sisällön ja työtapojen valinnassa. Jos suunnitelmat eivät toteudu aikomuksen mukaisesti, ei tavoitteita tarvitse muuttaa, vaan keinoja, miten niihin päästään. Opetussuunnitelman lisäksi opettaja laatii jokaiselle tunnille tuntisuunnitelman eli suunnitelman siitä, millaisia harjoituksia juuri kyseisellä tunnilla tehdään. Opetus on kuitenkin luovaa toimintaa, joten opettajan täytyy myös pystyä tekemään päätöksiä ja muuttamaan suunnitelmia tarvittaessa. (Anttila 1994, 52 – 53.)

Tuntitilanteessa opettajan tulee hallita opettamisen peruselementit. Tanssinopettajien perustaitoihin kuuluu yleensä selkeä sanallinen ohjeistaminen sekä kehollinen näyttäminen. Kehollisen näyttämisen tarve riippuu tanssilajista ja ryhmästä. Verbaalisessa käytäytymisessä selkeys ja rehellisyys ovat opettamisen keskeisiä vaatimuksia. Kehollisen näyttämisen lähtökohdaksi toimii usein opettajan vuosien ajan kehitetty taito toteuttaa liikettä sekä syvä ymmärrys liikkeestä. Luovassa tanssikasvatuksessa opettajalta ei kuitenkaan edellytetä suurta tanssiteknistä taitoa. Tanssinopettajan on tärkeää tunkea kehonsa ja hallita eri liiketekijät- ja laadut. Opetuksen suunnittelu ja arviointi vaatii myös kykyä analysoida liikettä ja jäsentää liikemateriaalia. Tanssiopettajalla pitää myös olla tietoa tanssista taidemuotona, kehon erilaisesta toiminnasta sekä liikkeen periaatteista. Jokaisen opettajan liiketyyli ja opetustyyli ovat yksilöllisiä. (Anttila 1994, 54.)

4 OMAKOHTAISET KOKEMUKSET

Avaan tässä luvussa minkälainen historia minulla on kehitysvammaisten parissa sekä millaisia isoja oivalluksia olen tehnyt koulutukseni aikana opettajuudesta. Koen työni kannalta oleelliseksi avata omia lähtökohtiani. Oma opettajuuteni ydin vaikuttaa siihen, miten opetan tanssia ja millaiset asiat koen itse merkitykselliseksi. Olen työskennellyt kehitysvammaisten kanssa aikaisemmin, jonka takia minulla oli jo jotain käsitystä, mitkä asiat voisivat toimia heidän tanssin opetuksessa. Monipuolinen kokemukseni kehitysvammaisten kanssa työskentelystä tanssin parissa loi hyvän pohjan toimintakeskuksessa tehdylle opetuskokeilulle.

4.1 Pohdintaa tanssinopettajuudesta

Tanssinopettajakoulutuksen aikana olen pohtinut paljon, millainen opettajana olen ja millainen opettaja haluaisin olla. Kokemuksen kautta minulle on koko ajan vakiintunut tietty tapa opettaa ja millaisia työkaluja käytän. Sen lisäksi tiedän, mitä arvoja pidän itse merkityksellisenä. Opetukseni ydin pysyy aina samana, vaikka laji ja ryhmä vaihtuisikin. Minulle opettajuus ei ole vain tiedon siirtämistä, vaan se on kasvattamista ja itsestään jakamista. Olen tämän koulutuksen aikana kokeillut, mokannut ja löytänyt asioita, jotka ovat muovanneet minusta tällaisen opettajan kuin mitä olen nyt. Omaan opettajuuteeni on vaikuttanut tietenkin vanhat opettajani, ja koen olevani kaikkien heidän sekoitus. Olen napannut opettajiltani paljon arvoja, työtapoja ja menetelmiä, mutta pystyn myös sanomaan, mitä asioita en halua itse toteuttaa opetuksessani.

Minulle on tärkeää kohdata jokainen oppilas. Minusta aito kohtaaminen tapahtuu, jos opettaja on oikeasti paikalla oppilaita varten, eikä esimerkiksi yrittämässä pönkittää omaa egoaan valta-aseman kautta. Kohtaaminen on sitä, että jaksaa odottaa vastausta, jos huomaa oppilaan pohtivan asiaa. Haluan myös kohdata jokaisen oppilaan omana yksilönään, ihmisenä. Oppilas pitää nähdä omana kokonaisuutenaan, miten juuri hänen keho liikkuu, miten hän ajattelee ja millainen persoona hän on. Varmasti monille opettajille on tuttu ajatus, että pyrkisi huomioimaan jokaisen oppilaan ainakin kerran tunnin aikana, ja itse pyrin pitämään myös siitä kiinni. Tunne siitä, että joku näkee minut lisää merkityksellisyyden tunnetta. Olen huomannut, että aito kohtaaminen synnyttää usein nopeasti turvallisen ja luottavaisen ilmapiirin. Luottamus mahdollistaa sen, että jokainen voi työskennellä opetustilanteessa omana itsenään ja sen kautta.

Luottamuksen synnyttyä keskityn opettajana usein vuorovaikutuksen avaamiseen ja ajatusten jakamiseen. Mitä enemmän tiedän oppilaiden ajatuksista, sitä enemmän pystyn muokkaamaan opetustani tiettyyn suuntaan. Vuorovaikutuksellisuus mahdollistaa myös sen, että opettaja ei ole yksin opetustilanteessa eikä yritä lukea ihmisten ajatuksia, kun se ei ole mahdollista. Toisaalta joskus vuorovaikutukseen ei tarvita sanoja, vaan katse ja kehonkieli kertoo kaiken oleellisen. Ajatusten jakaminen on myös tietenkin ryhmäkohtaista. Ehkä tärkein ajatus onkin, että pyrin luomaan tuntitilanteesta sellaisen, missä oppilas saa kommunikoida ja olla aktiivinen osa opetustilanteesta. Erityisryhmien kanssa on tärkeää, että ilmapiiri luodaan avoimeksi ja turvalliseksi, jotta jokainen saa mahdollisuuden kommunikoida. Nuorien ja vanhempien tanssitunneilla pyrin esittämään paljon kysymyksiä asioista kuten, ”Mikä tässä liikkeessä olisi tärkeää muistaa?”. Kyse on oppilaan osallistamisesta tanssituntitilanteessa. Keskustelu ja kysely herättää usein ajatusprosesseja, jotka ovat tärkeitä oppimisen kannalta.

Olen myös tutkinut paljon oppilaan ja opettajan välistä suhdetta, ja sitä millä tavoin se rakentuu. Millainen on hyvä opettajan ja oppilaan välinen suhde? Olen päätenyt pohdinnoissani siihen, että paras mahdollisuus oppimiselle syntyy, kun opettaja inspiroi oppilaita. Oppiminen tapahtuu inspiraation kautta, eikä vain sen, että kertoo jonkun tiedon oppilaille. Inspiraatio on myös oleellista oppilaan motivaation kannalta. Itse koen, että nimenomaan sisäistä motivaatiota oppia kasvattaa inspiroivat opettajat. Sellaiset opettajat ovat minulle inspiroivia, jotka ovat itse oikeasti kiinnostuneita siitä, mitä he opettavat. Opettajalla on palo siihen, mitä hän haluaa ihmisille jakaa. Muistan itse tilanteita, jolloin opetettava aihe ei ole kiinnostanut minua ollenkaan. Kuitenkin opettajan oman kiinnostuksen myötä minullekin on syntynyt halu tietää aiheesta lisää. Sanoisinkin, että älä luovuta heti opettajana, jos oppilaat eivät vaikuta kiinnostuneilta. Etsi silloin erilaisia tapoja opettaa ja uskalla näyttää oma intosi, eli jaa omia ajatuksiasi aiheesta.

Inspiraation lisäksi opettajuuteen liittyy aina jonkinlainen auktoriteettisuhde. Minulle auktoriteetti tarkoittaa sitä, että olen oppilaista ja koko tilanteessa loppupeleissä vastuussa. Mielestäni terve auktoriteettisuhde syntyy kunnioituksen kautta. Terveellä auktoriteettisuhteella tarkoitan, että opettaja ei ole kuitenkaan ylempiarvoisessa asemassa kuin oppilas. Usein oppilaat kunnioittavat opettajaa, jolla on selkeästi jotain annettavaa oppilaille, eli tietoa ja taitoa. Kun olen itse kiinnittänyt huomiota siihen, että minulla olisi tarvittavaa tietoa ja taitoa, sekä omaa kiinnostusta aiheeseen, olen todistanut sen vaikuttavan oppilaiden oppimiseen.

4.2 Oma taustani kehitysvammaisten parissa

Olen tehnyt töitä kehitysvammaisten kanssa ohjaajana, avustajana ja tanssinopettajana. Sen kautta olen alkanut ymmärtämään, kuinka laaja kehitysvammaisten kirjo on. On tärkeää ymmärtää, että jokainen on oma yksilönsä, niin persoonana, kuin älyllisesti sekä fyysisten ominaisuuksien kautta. Jokaisessa työssä, mitä olen tehnyt on läsnä sama ajatus, että minun tarkoitukseni on tukea jokaista yksilöä ja löytää parhaita mahdollisia tapoja toimia. Heidän kanssa työskenteleminen puskee minua aina löytämään uusia työkaluja. Juuri sen takia kehitysvammaisten kanssa työskentely onkin niin kiinnostavaa, koska aina oppii uutta ja kaikkea voi kehittää.

Työskentelin kehitysvammaisten kanssa ensimmäisen kerran, kun pääsin vuonna 2017 töihin Vantaan Kaupungille kesätöihin ohjaajajarjoittelijaksi. Sitä ennen minulla ei ollut mitään kokemusta heidän kanssa työskentelystä ja hädin tuskin olin edes kohdannut kehitysvammaisia henkilöitä aikaisemmin. Työ kuitenkin kiinnosti minua ja ajattelin, että voisin sopia työhön. Ohjaajien työkuvaan kuuluu kesäisin kaikenlaisen toiminnan järjestäminen, kuten retket, ulkoilu ja askartelu. Muistan, kuinka minua jännitti ensimmäisenä työpäivänä, koska en tiennyt yhtään, mitä odottaa. Pohdin, puuttuisiko minulta paljon työhön tarvittavia taitoja. Tärkein taito oli kuitenkin jälleen kohdata heidät omina yksilöinä, ihmisinä ja omina persooninaan. Aidon kohtaamisen kautta sain oleellista tietoa esimerkiksi millaisissa asioissa minun apuani tarvitaan ja millä tavalla.

Olen myös työskennellyt avustajana erilaisten kehitysvammaisten tanssiryhmien kanssa. Kesällä 2018 pääsin avustamaan Riina Hannukselaa ja hänen Ihanat – tanssiryhmää Sari Palmgrenin teoksessa Aidatut Unelmat. Riina Hannuksela on työskennellyt ryhmän kanssa jo pitkään, ja se näkyy muun muassa siinä, että tanssijat uskaltavat esittää soolojaan vaikka millaisen yleisön edessä. Jokainen tanssija pystyy varmasti samaisumaan siihen, että soolon esittäminen vaatii rohkeutta. Toimin myös avustajana Liisa Pentin autismin kirjon tanssitunneilla. Pentti on tehnyt pitkäjänteisesti töitä ryhmän kanssa ja oppilaista näkee, kuinka merkityksellisiä tunnit heille ovat. Olen kiitollinen, että olen päässyt todistamaan hetkiä, jolloin ”tanssi kuuluu kaikille” ajatus toteutuu ja ne hetket motivoivat myös minua tekemään töitä sen eteen.

5 TANSSITUNNIT TOIMINTAKESKUKSELLA

Opinnäytetyöni tärkein tiedonhankintamenetelmä oli maaliskuussa 2019 tehty opetuskokeilu Myyrmäen toimintakeskuksella. Opetuskerroilla opetin ensimmäistä kertaa kehitysvammaisista henkilöistä koostuvalle ryhmälle tanssia itse. Tässä luvussa avaan, miten päädyin tekemään tutkielman tästä aiheesta ja millaisia valmisteluja opetuskokeilu vaati. Tanssituntien aloittaminen vaati paljon valmistautumista, mutta se oli sen arvoista, koska sain tunneilta paljon olennaista informaatiota erityisryhmän tanssin ohjaamisesta sekä opetuskokemusta.

5.1 Valmistautuminen

Seuraavaksi tulen avaamaan, miten päädyin tutkimaan tätä aihetta opinnäytetyössäni, millaisia asioita minun piti tehdä ennen tanssitunteja ja miten tanssituntien ryhmä muodostettiin. Valmistautuminen tarkoitti muun muassa tutkimusluvan anomista Vantaan Kaupungilta ja palavereja toimintakeskuksen henkilökunnan kanssa.

5.1.1 Opinnäytetyön aiheen valitseminen

Päädyin valitsemaan tämän opinnäytetyön aiheekseni oikeastaan entisen kollegani Marika Portin pyynnöstä. Ollessani kesätöissä toimintakeskuksella, kävimme Marikan kanssa keskustelua, kuinka paljon tanssi voisi auttaa heidän asiakkaita kehollisessa hallinnassa sekä itsensä ilmaisussa. Koin aiheen merkitykselliseksi, joten päädyin tekemään siitä opinnäytetyöni. Alunperin tutkielmani näkökulma painottui enemmän harjoitusten yksittäiseen avaamiseen, mutta koin itse hyödyllisemmäksi nostaa esille erilaisia huomioita, mitä tein kehitysvammaisten tanssin opettamisesta.

Opinnäytetyön aihe loi oivan tilaisuuden myös tehdä moniammatillista yhteistyötä ja yksi tämän työn keskeinen ajatus onkin moniammatillisuuden yhteistyön lisääminen ja hyödyntäminen. Tanssin saavutettavuuden lisääminen vaatii eri alojen ammattilaisten yhteistyötä. Yhteistyön aloittaminen vaatii tietenkin sen, että molemmat osapuolet uskovat hyötyvänsä siitä. Tässä opinnäytetyöstä hyötyi ensisijaisesti toimintakeskusten asiakkaat ja minä sain tärkeää tietoa. Moniammatillinen yhteistyö mahdollistaa dialogin käymisen ja toisten osaamisesta ja tiedosta oppimisen. Tämän opinnäytetyön puitteissa sain työskennellä läheisesti toimintakeskuksen puolelta työparini Marika Portin kanssa. Marika on tehnyt pitkään töitä sosiaalialalla, ja suorittanut muun muassa sosionomin YAMK tutkinnon, sekä valmistunut liikunnanohjaajaksi. Hänen liikuntatieteiden osaaminen ja

minun tanssitaiteen ymmärryksen loivat hyvän lähtökohdan moniulotteiselle keskustelulle. Pystyimme jakamaan ajatuksia koko tutkimuksen ajan omista näkökulmistamme ja siten kehittää opetusta, oppimista ja tanssia.

Tutkimus toteutettiin Myyrmäen toimintakeskuksella, missä Marika työskentelee ja missä olen myös itse tehnyt töitä. Toimintakeskukset järjestävät päivisin toimintaa kehitysvammaisille asiakkaille ja niissä työskenteleminen kuuluu erityishuollon palveluihin. Kehitysvammalain 1. §:n mukaan erityishuollon palveluja annetaan henkilölle, muun muassa työtoimintaa, joiden kehitys tai henkinen toiminta on häiriintynyt jo synnynnäisen tai kehitysiässä saadun sairauden, vian tai vamman vuoksi tai jos hän ei saa lain nojalla muuten tarvitsemiaan palveluja. (Kaski ym. 2009, 327.) Toimintakeskuksissa asiakkaat työskentelevät omissa pienryhmissä, jotka muodostetaan yksilöllisten tarpeiden, toimintakyvyn ja kiinnostuksen kohteiden mukaan.

5.1.2 Tutkimusluvan hakeminen Vantaan Kaupungilta

Ennen kuin sain aloittaa tanssituntien pitämisen Myyrmäen toimintakeskuksella, minun piti hakea tutkimuslupaa Vantaan Kaupungilta. Tutkimuslupaa pitää hakea kaikkiin julkaistaviin tutkimuksiin, yhteistyöhankkeisiin ja opinnäytetöihin sosiaali- ja terveystoimen tutkimuslupa-hakulomakkeella (Vantaan kaupunki, 2019). Tutkimusluvan hakemiseen kuului tutkimussuunnitelman tiivistelmän (Liite 2) tiedotteiden (Liitteet 4 & 6), haastattelurungon (Liite 3) sekä havainnointirungon (Liite 3) kirjoittaminen. Tällaisten asiakirjojen kirjoittaminen oli minulle täysin uutta.

Tutkimuslupahakemukseen kirjasin kaikki tiedot mahdollisimman tarkasti. Minun piti kiinnittää huomiota siihen, että muistan kirjoittaa ylös myös itselleni itsestäänselviä asioita. Tutkimusluvassa piti vastata kysymyksiin, mitä tapahtuu, milloin ja missä, mitä se vaatii eri osapuolilta, millaisia asioita tullaan tekemään sekä mitä haluan erityisesti tutkia. Olen näistä tutkimuksessa oli, että oppilaiden ja ohjaajien osallistuminen oli täysin vapaaehtoista. Kaikilta tutkimukseen osallistujilta kysyttiin, että haluavatko he osallistua ja osallistumisen pystyi perumaan missä tahansa vaiheessa. Näin pidettiin huoli, että oppilaiden itsemäärämisoikeus toteutuisi. Tanssitunneille osallistuville oppilaille lähetettiin suostumuslomake (Liite 5) edunvalvojalle ja kaikilta saatiin lupa osallistua. Annoin myös opetuskokeiluun osallistuville ohjaajille tiedotteen (Liite 6) ja keräsin suostumuslomakkeet heiltä (Liite 7). Minulle myönnettiin tutkimuslupa 1.3.2019.

5.1.3 Aikataulu

Keskustelin toimintakeskuksen johtajan Tarja Oikarisen ja ohjaajan Marika Portin kanssa suunnitellusta opetuskokeilusta, ja heistä se kuulosti hyvältä yhteistyöltä. Päädyimme siihen, että tanssitunnit olisivat aina tiistaisin klo 9.30-10.30 toimintakeskuksen liikuntasalissa. Tuntien ajankohta sijoittui maaliskuulle. Ajankohta määräytyi toimintakeskuksen muun viikoittaisen ohjelman mukaan ja niitä järjestettiin yhteensä neljä. Oletuksena oli, että neljässä kerrassa saisin jo tarpeeksi informaatiota oppinnytetyöhöni.

5.1.4 Ryhmän muodostaminen

Ajankohdan ja tilan lisäksi keskustelimme toimintakeskuksen henkilökunnan kanssa siitä, ketkä asiakkaista haluaisivat mahdollisesti osallistua tanssitunneille. Tärkeä lähtökohta minulle oli, että tunneille osallistuisi mahdollisimman laaja kirjo henkilöitä, joilla on kehitysvamma ja esimerkiksi pyörätuolissa oleminen ei olisi este osallistumiselle. Silloin pystyttäisiin näkemään, miten harjoitukset toimisivat erilaisten yksilöiden kanssa ja millaisia järjestelyjä ne vaatisivat

Ryhmä muodostettiin henkilöistä, joiden uskottiin nauttivan tanssimisesta ja se tukisi heille luotua yksilökeskeistä suunnitelmaa. Tunneille osallistui oppilaita, joilla kaikilla kehitysvamma vaikutti yksilöllisesti ja eri tavalla. Ryhmässä oli oppilaita, jotka hahmottivat hyvin oman kehonsa ja oppilaita, jotka eivät ainakaan täysin hahmottaneet omaa kehoaan. Oppilaissa näkyi myös autistisia piirteitä kuten aistiherkyyttä ja toistettavia manee-reita. Kehollisesti tunneille osallistui oppilaita, jotka pystyivät käyttämään kaikkia raajoja normaalisti ja henkilöitä, jotka liikkuvat pyörätuolin avulla. Pyörätuolin liikuttamiseen tarvittiin ohjaajaa. Kommunikointi tapahtui jokaisella myös yksilöllisesti, joko apuvälineiden kautta tai puheen avulla.

Ryhmän kokoonpano vaihteli hieman, riippuen ketkä oppilaat olivat paikalla tai halusivat opetushetkellä osallistua tanssituntiin. Jokaiselta oppilaalta kysyttiin, haluavatko he osallistua tunneille, myös silloinkin, kun tunnit olivat jo käynnissä. Ryhmässä oli yleensä 5-6 oppilasta ja 3-4 ohjaajaa minun lisäksi. Pyörätuolissa liikkuvien oppilaiden kanssa työskenteli aina ohjaaja aktiivisesti. Ketään ohjaaja ei oltu määrätty toimimaan tietyn tietyn oppilaan kanssa, mutta hyvin usein sama ohjaaja työskenteli saman henkilön kanssa. Oppilaan oli helppo työskennellä saman ohjaajan kanssa ja ohjaajalla oli myös jo käsitystä, miten kyseinen henkilön kanssa toimitaan. Oppilaiden osallistuminen tunneille

vaati joitakin erityisjärjestelyjä. Osa heistä jäi aamunavauksen jälkeen suoraan saliin ja joidenkin oppilaiden saapumista toimintakeskukselle aikaistettiin.

5.2 Opetusperiodin toteutuminen

Ennen tanssituntien aloittamista loin opetusperiodille oman opetussuunnitelmansa. Kirjasin opetussuunnitelmaan jakson tavoitteet ja pääteeman, joiden kautta aloin luomaan ja valitsemaan harjoituksia. Seuraavaksi kerron laatimasta opetussuunnitelmasta ja siitä, miten tanssitunnit toteutuivat.

5.2.1 Opetussuunnitelma

Laadin koko opetusperiodille oman opetussuunnitelman. Opetussuunnitelmaan ja sen teemoihin vaikutti keskusteluni toimintakeskuksen henkilökunnan kanssa ja mitä toiveita he esittivät. He toivoivat, että harjoitukset pyrkisivät kehittämään erityisesti kehon hallintaa ja tietoutta kehonosista. Valitsin siis opetussuunnitelmani pääteemaksi kehon ja erityisesti kehon hallinnan ja kehonosat. Loin ja valitsin harjoituksia näiden teemojen pohjalta. Koska kyseessä oli erityisryhmä, joka koostui henkilöistä, joilla on kehitysvamma, piti harjoitusten kulku ja rakenne olla tarpeeksi selkeä ja yksinkertainen.

Tarkoitukseni oli valita harjoituksia, joissa kehoa käytettäisiin mahdollisimman monipuolisesti ja kokonaisvaltaisesti. Niin kuin luovan tanssin ajatukseen kuuluu kehon mahdollisuuksien löytäminen, koin tärkeäksi korostaa oppilaita löytämään koko kehonsa kapasiteettia, enkä muistuttaa heidän rajoitteista. Lastentanssin kautta aloin miettimään harjoituksia myös tila elementin kautta. Tilaan kuuluvien eri tasojen kautta löysin monta kehon järjestäytymistä harjoitettavaa tapaa liikkua. Mallioppimisen lisäksi painotin harjoituksissani luovaa tanssia, jotta oppilaat saisivat tutkia liikettä vapaasti tilassa. Luovan tanssin ajatus vapaasti liikkumisesta voi mahdollistaa kehon kautta itsensä ilmaiseminen. Minusta oli tärkeää tarjota oppilaille mahdollisuuksia ilmaista itseään tanssin kautta, koska erilaisten kommunikointiin liittyvien vaikeuksien takia, he eivät välttämättä tule usein kuulluksi. Kehonosien hahmottamisessa käytin menetelmänä kehonosien erittelyä eli isolaatiota. Keho-teeman kautta valitsin tunneille myös lihaksia huoltavia liikkeitä kuten venyttelyä.

Asetin opetussuunnitelmani tavoitteiksi oppilaiden tutustuttamisen tanssimiseen, kehon liikkeen hakemisen ja kokonaisvaltaisen kehon käyttämisen löytäminen. Ensimmäinen tavoite oli ylipäänsä heidän tutustuttaminen tanssiin, ja miten tanssitunneilla ollaan sekä

työskennellään. Kehon liikkeen hakeminen ja kokonaisvaltaisen kehon käyttämisen löytämisen vaikutti millaisen opetussisällön valitsin tunneille. Tunneilla tehtiin erilaisia luovia harjoituksia, tuntitansseja eli esimerkiksi vuodenaikatanssi, välinetanssit, harjoitukset erilaisilla kokoonpanoilla (yksilö & pari) ja lihaskuntoharjoitteita. Tavoitteisiin pääseminen vaikutti myös opetukseeni, josta tulen kertomaan lisää seuraavassa luvussa.

Oma tavoitteeni opettajana oli luoda tanssitunti, joka ottaisi huomioon laajalta kirjolta henkilöitä, joilla on kehitysvamma ja heidän erityispiirteensä. Tuntien lähtokohtana oli, että keholliset rajoitteet tai älyllisen hahmottamisen vaikeudet eivät olisi este tunneille osallistumiselle. Yksi tavoitteeni oli myös huomata erilaisia yksilöllisiä tarpeita ja soveltaa tanssia niiden havaintojen perusteella. Tärkeänä tavoitteena opettajana pidin myös turvallisen ja innostavan ilmapiirin luomisen, koska monelle heistä tanssiminen oli uutta. Läsnä oleminen opetustilanteessa ei ole mielestäni itsestänselvyys vaan minulle se kuuluu myös aina tavoitteisiin. Sen tarkoitus on muistuttaa minua kohdata oppilaat aidosti.

5.2.2 Tanssituntien toteutuminen

Tanssitunnit toteutuivat viikoilla 10-13, aina tiistaisin klo 9.30-10.30. Tanssitunnit pidettiin toimintakeskuksen liikuntasalissa yhteisen päivänavauksen jälkeen. Liikuntasali ei ollut kovin iso tila, joten ryhmällä oli välillä vähän ahdasta. Tilassa oli myös paljon tuoleja ja pöytiä, joita päädyimme siirtämään, jotta tanssille olisi enemmän tilaa. Kun tuoleja siirrettiin tila avartui, eikä oppilailla ollut enää niin kiire aina istumaan ja odottamaan.

Tunneille osallistuvat oppilaat ja ohjaajat vaihtelivat joka kerta erinäisistä syistä johtuen, mutta ryhmän pysyi suhteellisen samana koko opetusperiodin. Työparini Marika osallistui jokaiselle tunnille. Kävimme jokaisen tunnin jälkeen keskustelua, miten tunti sujui ja mitä asioita pitäisi ottaa vielä enemmän huomioon tai kehittää.

Alkuperäisessä tutkimussuunnitelmassa oli tarkoitus, että olisin itse ohjannut tanssitunnit ensimmäisellä kahdella viikolla ja sen jälkeen Marika olisi pitänyt saman tunnin oppilaille viikoilla 12 ja 13. Päädyimme keskustelun jälkeen kuitenkin siihen ratkaisuun, että olisi parempi, jos minä pitäisin kaikki suunnitellut tunnit. Ensimmäisen kahden kerran aikana tunnit olivat juuri alkaneet sujua, joten oli selkeämpää, jos minä opettaisin ja jatkaisimme samojen harjoitusten tekemistä.

5.2.3 Tuntien kulku

Tunnin rakenne ja harjoitukset pysyivät koko opetusperiodin aikana samana pieniä muutoksia lukuunottamatta. Harjoitusten kesto vaihteli jokaisella tunnilla, riippuen miten oppilaat jaksoivat keskittyä. Joskus oppilaat istuivat ja vain katselivat tuntia esimerkiksi pahan mielen takia, mutta suurimmaksi osaksi kaikki tekivät. Pahasta mielestä päästiin myös yli kannustuksen kautta.

Tunnin alkaessa tulin itse saliin viimeisenä, koska oppilaat olivat jääneet jo liikuntasaliin aamunavauksen jälkeen. Liikuntasali oli osa isompaa tilaa, joka erotettiin ruokalatilasta seinällä. Laitoin äänentoistolaitteen paikalleen ja haimme varastosta tarvittavat välineet jo valmiiksi. Ensimmäiseksi kävimme kaikkien nimet läpi piirissä ja teimme oman tervehdyksen käsillä, jonka jälkeen jokainen toisti liikkeen perässä. Odotimme rauhassa, että kaikki saivat näyttää oman liikkeensä. Joskus liike oli sama kuin aikaisemmalla kerralla tai liikettä ei tehty käsillä, mutta se ei haitannut.

Seuraavaksi kävimme kehonosia läpi. Näytin ensin omasta kehostani alueen ja oppilaat saivat kertoa, mistä kehonosasta oli kyse. Jokainen oppilas myös näytti omasta kehostaan, missä kehonosa sijaitsee tai sitten ohjaaja koskettamalla. Pyörätuolissa oleville oppilaille näytettiin kehonosa koskettamalla tai ohjaamalla kosketusta. Joillakin kerroilla kävimme kehonosia myös pareittain läpi ja ne näytettiin toisen kehosta. Oppilaita avustettiin etsimään kehonosaa juuri parin kehosta, koska jokaisen mittasuhteet ja kehon rakenne ovat eri.

Lämmittelytanssi tehtiin piirissä niin, että jokaisella oli tilaa tehdä. Tässä kohtaa keskittyminen yleensä herpaantui, koska liikkeen tekeminen ei ollut helppoa. Jokainen sai kokeilla liikettä ensin itse ja sen jälkeen kävin itse näyttämässä liikkeen suuntaa koskettamalla oppilasta. Lämmittelyn jälkeen harjoittelimme erilaisia tapoja liikkua eri tasoissa. Oppilaiden saaminen alatasoon oli usein hidasta, koska he mielellään pysyttelivät tussassa ylätasossa. Tilassa ei voinut liikkua paljon, ja oppilaita piti ohjata löytämään lisää tilaa edetäkseen liikkeillä. Jokainen teki liikkeet myös oman kehonsa kautta ja omalla ajoituksella.

Teimme seuraavaksi peiliharjoituksen parin kanssa. Peiliharjoituksessa oppilas yleensä ohjasi liikettä. Parit muodostettiin usein sen ihmisen kanssa, joka oli lähellä. Minä joko

ehdotin pareja tai ne muodostettiin itsenäisesti. Kerran myös ohjasin kaksi oppilasta tekemään yhdessä. Koska ohjaajia oli tunneilla usein todella paljon, pystyi moni oppilas tehdä yhdessä ohjaajan kanssa, joka on myös ihannetilanne, varsinkin kun opetellaan uutta asiaa.

Itse tehdessäni johdin myös välillä liikettä, jotta ei jäätäisi toistamaan samoja liikkeitä. Peiliharjoituksessa usein oppilaat alkoivat tekemään liikkeitä ristiin, eikä peilikuvana, ja siitä piti muistuttaa. Harjoituksen jälkeen teimme tasoharjoituksen. Siinä liikuttiin eri tasoissa, joko huivin tai hernepussin kanssa. Välineen kanssa liikkuminen ei ollut helppoa, joten tanssin itse paljon mukana, joka innosti oppilaita tekemään.

Välinetanssin jälkeen tehtiin vuodenaikatanssi, jossa yhdistyy luova tanssi ja ennalta suunniteltu koreografia. Harjoituksessa edettiin ympäri tilaa ja huomasin vapaan liikkumisen myös sekoittavan oppilaita välillä liikaa. Selkeyden vuoksi harjoitus aloitettiin aina piirimuodostelmasta. Vuodenaikatanssissa erilaiset mielikuvat auttoivat liikkeen hakemisessa. Vuodenaikatanssin jälkeen löysimme paikan lattialta, ja teimme venytysliikkeitä. Tunti loppui rentoutukseen, jossa maattiin rentona lattialla. Silmiä sai pitää auki tai kiinni. Rentoutuksen aikana saatettiin jopa nukahtaa.

Jokaisen tunnin jälkeen vaihdoimme pari sanaa Marikan kanssa, miten tunti sujui tai soittelimme myöhemmin. Keskusteluissamme pohdimme muun muassa, mitkä mielikuvat eivät olisi liian lapsellisia, vaan tukisivat oppilaiden aikuisuutta. Tein tunteihin aina pieniä muutoksia, käytin erilaisia mielikuvia tai korostin eri asioita. Keskustelimme myös siitä, kuinka tunnin rakennetta tai harjoituksia ei missään nimessä kannattaisi muuttaa, koska oppilaat alkoivat juuri ymmärtämään, mistä oli kyse.

6 TANSSITUNNEISTA TEHDYT HUOMIOT

Tanssitunnit tarjosivat minulle mahdollisuuden tehdä huomioita, mitä tanssin ohjaamisessa kehitysvammaisille tulisi ottaa erityisesti huomioon. Tein havaintoja opetustilanteissa ja sen jälkeen kypsyttelin ajatuksiani ennen niiden jäsentämistä tekstin muotoon. Tässä luvussa havaintoni rakentuvat tiettyjen teemojen ympärille. Pysin avaamaan omia ajatuksiani ja antamaan mahdollisesti konkreettisia työkaluja tai keinoja lukijalle, joita käyttää erityisryhmien opettamisessa.

6.1 Yksilöllisyyden huomioiminen opettamisessa

Toimintakeskuksen tanssituntien ryhmä muodostettiin tarkoituksellisesti niin, että tunneille osallistuisi laajalta kirjoilta henkilöitä, joilla on jonkinlainen kehitysvamma. Jokainen oppilas oli täysin oma yksilönsä persoonana, sekä älyllisen hahmottamisen että fyysisten valmiuksien kautta. Tällainen ryhmä haastaa opettajaa tekemään nopeasti huomioita jokaisen yksilön erityisyydestä ja reagoimaan siihen. Itse pyrin tekemään nopean kartoituksen jo nimikierroksella. Oman nimen kertominen ja käsillä tehdyn liikkeen tekeminen kertoi paljon tietoa yksilön kommunikoimisesta ja kehon hallinnasta. Muiden ohjaajien vuorovaikutuksen seuraamisesta oppilaiden kanssa saa myös usein informaatiota. Ohjaajia seuraamalla pystyy havainnoimaan muun muassa sitä, millaisissa asioissa tarvitaan tukea ja apua. Mitä nopeammin ja tarkemmin ymmärrän kehitysvamman vaikutuksen yksilöön, sitä paremmin pystyn reagoimaan tunteiden tilanteissa ja soveltamaan tanssia heille sopivaksi.

Yksilöllisyyden huomioiminen tulee ottaa huomioon jo tuntien ja opetussuunnitelman luomisvaiheessa. Lähdin suunnittelemaan harjoituksia sen ajatuksen pohjalta, että jos sitä ei pysty täysin toteuttamaan, miten olin ajatellut, pystyisi oppilas kuitenkin saada kokemuksen siitä. Kehitysvammaisten kanssa harjoituksissa pitää olla aina vaihtoehtoja. Esimerkiksi kehonosien etsimisessä, oppilas pystyi itse löytämään kehonosan mallin kautta tai sanallisen ja kehollisen ohjeistamisen avulla. Kaikilla oli kuitenkin mahdollisuus saada kokemus, mistä kehonosasta puhuttiin. Minusta yksilöiden erityisyyden huomioiminen opetuksessa on vaatimus, jos työskentelee erityisryhmien kanssa. Tanssikoulun oppilaiden kanssa opettaja voi vaatia koko ryhmältä vaikka tiettyjen asioiden hallitsemista. Kehitysvammaisten kanssa jokaiselta voi vaatia eri asioita, koska lähtökohdat tanssimiselle ovat niin erilaiset.

Itse en kokenut tarpeelliseksi tietää oppilaiden diagnooseja, enkä saisi niitä edes välttämättä tietooni. Diagnoosi antaa helposti mielikuvaa jostain, mikä ei välttämättä ole ylipäättänsä oleellista tanssitunnilla. Muun muassa Molberg ym. kirjoittavat Erityispedagogiikan perusteissa (2015, 145), kuinka luokittelu voi johtaa mahdollisesti siihen, että oppilas tulee leimatuksi. Itse luotan opettajana siihen, että saan tarpeeksi tietoa, kun kohtaan jokaisen oppilaan aidosti. Diagnoosi voi antaa osviittaa jostakin, mutta minusta sitä ei kannata pitää jokaisessa tilanteessa pitävänä tietona. Samalla tavalla kuin me muutkin, voi ihmisen kasvussa tapahtua kehitystä. Itse olen todistanut monta kertaa hetkiä, jolloin henkilö on ymmärtänyt hyvin monimutkaisen ajatusprosessin, vaikka hänen pape-reissa lukee, että se ei ole mahdollista. Ihmisille pitää antaa aina tilaisuus ja pedagogina myös ajattelen, että me muut voimme vaikuttaa isosti kehitykseen. Sen sijaan, että ase-tamme vaikka henkilön älyllisen hahmottamisen johonkin tiettyyn asteeseen, voisimme ajatella, että miten minä voisin auttaa kehityksessä.

Älyllisen hahmottamisen lisäksi kehitysvammaisten kanssa pitää kiinnittää huomiota fyysisin lähtökohtiin. Joskus jotkut asiat eivät vain ole fyysisesti toteutettavissa, jolloin voimme puhua jälleen kuitenkin kokemuksen tarjoamisesta. Miten esimerkiksi pyörätuo-lissa liikkuvalla henkilölle voidaan saada kokemus, että hän liikkuu ylätasossa? Väline-tanssi harjoituksessa harjoiteltiin eri tasoissa liikkumista. Jos ryhmässä on pyörätuolissa liikkuvia henkilöitä, voi kokemusta eri tasoista luoda ohjaajan oman tekemisen kautta, ohjaamalla henkilön käsiä esimerkiksi kurkottamaan niin korkealle kuin pystyy ja erilais-ten mielikuvien kautta kuten taivas. On tärkeää tehdä huomioita ihmisten kyvyistä eikä rajoitteista. Niin kuin luovassa tanssissa ajatellaan yksilöitä heidän mahdollisuuksien kautta, uskon, että positiivisen ajattelun kautta mieli pysyy luovana ja etsii uusia ratkai-suja.

Koska tanssinopettajan tarkoitus on saada oppilaat syventymään opetettaviin asioihin, tulee opettamisessa käyttää monipuolisia työkaluja. Minulle oppiminen tarkoittaa esi-merkiksi sitä, että jo opittua asiaa osataan käyttää eri tilanteissa, joka tarkoittaa, että se on sisäistetty. Itse opettajana käytän hyvin usein kosketusta yhtenä työkalunani. Myös aikaisemman kokemukseni kautta olen havainnoinut, kuinka kosketus toimii erinomai-sesti kehitysvammaisten kanssa, koska sen kautta voi antaa hyvin tarkkaa ja konkreet-tista ohjeistusta. Koskettamisessa on kuitenkin tärkeää ohjata oppilasta liikkeeseen, eikä paikallaan olemiseen, ellei se ole asia, mitä haetaan. Esimerkiksi konttaaminen on liik-kumistapa, eikä vain asento. Olen huomannut, että oppilaat on helppo auttaa johonkin asentoon, mutta heitä pitää ohjata sen jälkeen vielä liikkumiseen.

Liikkeelle lähtemiseen saattaa auttaa esimerkiksi käsien vieminen eteenpäin vuorotellen tai kosketus selästä ja pieni työntäminen eteenpäin tai taaksepäin. Myös toimintakeskuksen ryhmän kanssa kosketus toimi erinomaisena työkaluna. Koin, että se selkeästi auttoi heitä hahmottamaan sekä saamaan positiivisia mielikuvia ylipäättänsä koskettamisesta. Yhden parin kanssa pystyin kokeilemaan, että he näyttivät toisen kehosta kehonosan koskettamalla ja toimin itse vain avustajana.

Älyllisen hahmottamisen lisäksi opettajan tarvitsee ottaa huomioon jokaisen oppilaan fyysiset lähtökohdat, koska ne vaikuttavat liikkumisen mahdollisuuksiin suuresti. Tutkimukseen osallistui muun muassa pyörätuoleissa olevia asiakkaita. Oppilaiden ohjaajat olivat tällöin vastuussa heidän liikuttamisestaan tilassa. Tärkein ajatus oli, että he pystyivät osallistumaan tanssitunneille liikuntarajoitteista huolimatta. He hakivat liikettä kehoon itse tai ohjaajan kehollisen manipuloinnin kautta. Ohjaajat pystyvät myös liikuttamaan oppilaita ympäri tilaa, jolloin hekin saavat kokemuksen tilaantumisesta. Vuodenai-
katanssi oli sellainen harjoitus, mihin he pystyivät osallistumaan monipuolisesti. He pystyivät tekemään erilaisia liikkeitä käsillä ja liikkumaan ympäri tilaa tuulen kuljettamana tai reippaillen. Kun suunnittelin ja valitsin harjoituksia liittyen tähän opinnäytetyöhön, jäin pitkään pohtimaan, miten pyörätuolissa olevat oppilaat pystyisivät osallistumaan mahdollisimman monipuolisesti tuntiin. Fakta on kuitenkin se, että kaikki oppilaat eivät voineet liikkua kaikissa tasoissa, ja minun piti hyväksyä se. Silloin tärkeäksi tuli nimenomaan pohtia, että he voisivat saada mielikuvan myös alatasossa ja ylätasossa liikkumisesta.

6.2 Kommunikointi

Kuten kaikissa opetustilanteissa, opettajan puheen pitää olla kuuluvaa ja selkeää. Ensimmäisillä opetuskerroilla keskityin hyvin perusasioihin kuten perus hyvän ohjeistuksen antamiseen. Yritin selvittää, milloin puhun liikaa ja milloin liian vähän. Ensimmäisillä tunneilla tutkin siis, miten oppilaat kuuntelivat ohjeistustani ja miten he ymmärsivät puhettani. En tiennyt etukäteen, oliko jollain oppilaalla ongelmia kuulossa, joka vaikuttaa puheen ymmärtämiseen. Tein kuitenkin heti huomion, että ohjeistamisen pitää olla napakkaa ja lyhyttä. Jos selitin harjoituksen kulkua liian pitkästi, näin kuinka oppilaan keskittyminen alkoi siirtyä muualle. Havainnoin myös, että puheen käyttäminen ylipäättänsä ei ollut niin oleellista kuin näyttäminen. Myös aikaisempien kokemusteni perusteella puheen käyttäminen kehitysvammaisten tanssin opetuksessa voi olla enemmän haitaksi kuin hyödyksi. Esimerkiksi autististen henkilöiden aistiherkkyyden takia liiallisella puheella saattaa olla negatiivisia vaikutuksia. Toisaalta heidän kanssa puheeni rauhallinen ja positiivinen äänenpaino auttoi oppimisessa.

Kiinnitin myös huomiota äänenpainotukseen ja sanojen artikulointiin. Sanat kannattaa artikuloida puhuessa hyvin, koska pelkän yhden sanan toistaminen saattaa auttaa heitä hahmottamaan liikettä. Heillä saattaa myös olla tapana jäädä toistamaan sanottuja sanoja, joten on hyvä, että sana kuvaisi täsmällisesti haluttua liikettä. Lasten opetuksessa olen tehnyt huomioita, kuinka äänensävy ja painotuksen muutoksella voin saada lapsen huomion takaisin itseeni. Se toimi myös tämän ryhmän kanssa. Jos muutin ääntäni kesken harjoituksen, oppilaat pysyivät hereillä opetustilanteessa. Sen lisäksi ääntä muuttamalla voin tukea esimerkiksi tietyn liikelaadun löytämistä. Matalalta puhuminen voi tukea vaikka painavaa liikettä. Kuten kehitysvammaisuutta käsittelevässä luvussa kerroin, kehitysvammaisilla voi myös esiintyä kuulossa häiriöitä, joten on hyvä, että äänenvoimakkuus on koko ajan tarpeeksi kuuluva. Myös äänensävy ja painotus kanssa kannattaa olla tarkka. Joskus älyllisen kehitysvamman huomaaminen aiheuttaa ihmisissä äänensävy muuttamisen, joka ei ole välttämättä yksilöä kunnioittavaa. Olen nähnyt, kuinka henkilö ei ole pitänyt tavasta, jolla hänelle ollaan puhuttu kuin lapselle, joten itse pyrin kiinnittämään myös huomiota, millä äänensävyllä puhun.

Suurin osa ryhmän oppilaista kommunikoi enemmän apuvälineiden sekä kehonkielen kautta kuin puheen. Kaisa Launonen kirjoittaa kirjassa Kommunikoinnin häiriöt (Launonen ym. 2009, 150), kuinka kielen kehitys vaihtelee yksilöllisesti ja liittyy kehitysvammaisuuden syihin. Onneksi kommunikointiin osallistuu myös koko keho. Kehon kielen kautta pystyin lukemaan oppilaita, heidän ajatuksia ja tunnetilojaan. Usein turhautuneena keho

jännittyy ja iloisena kasvoilta näkyy hymy. Myös pelkästään pään pudistaminen on selkeä viesti, että kyllä vai ei. Minulla itselläni ei ole puhetta tukevan tai korvaavan kommunikoinnin osaamista, kuten esimerkiksi tukiviittoman hallitsemista. Tämän ryhmän kanssa tukiviittoman osaamisesta olisi ollut hyötyä, koska monet heistä käyttävät sitä kommunikoimisessa. Onneksi tanssitunneille osallistui ohjaajia, jotka osasivat tukiviittomaa, joten pystyin katsomaan heiltä mallia. Tulevaisuutta ajatellen, koen tärkeäksi tukiviittoman opettelun, koska haluaisin myös jatkossa työskennellä erityisryhmien kanssa. Tulevaisuudessa haluan käyttää aikaa kuvien ja videoiden luomiseen, koska niistä olisi apua opetustilanteessa.

6.3 Liikkeen kehollinen demonstrointi

Missä tahansa tanssilajissa tanssinopettajan selkeä liikkeen demonstraatio eli kehollinen näyttäminen on tärkeää. Tanssissa iso osa liikkeen hahmottamisesta tapahtuu visuaalisuuden ja mallioppimisen kautta, varsinkin harrastajilla. Oppilas näkee, mitä opettaja tekee ja yrittää toistaa perässä. Tietenkin liikkeen hahmottaminen voi tapahtua myös esimerkiksi kuulon ja kehon sisäisen tuntemuksen kautta, mutta näkeminen toimii isossa osassa. Toimintakeskuksen tanssitunneilla ryhmä oppi selkeästi eniten visuaalisen demonstroinnin kautta. Luovien harjoitusten lisäksi tunneilla harjoiteltiin joitain tiettyjä liikkeitä tai liikkumistapoja. Opettajana jouduin siis kiinnittämään erityistä huomiota, miten näytän liikkeitä. Lähtökohtaisesti olen opettaja, joka näyttää aina kaiken täysillä, enkä markkeeraa. Heidän kanssa täysillä näyttäminen oli merkityksellistä.

Lämmittelyharjoituksen kehonosien pyörittely toimii hyvänä esimerkkinä tästä. Olin tehnyt huomion, että useimmat ryhmän oppilaat näkevät hyvin ja he oppivat myös hyvin visuaalisesti. Kyseiselle ryhmälle oli olennaista näyttää koko liikerata mahdollisimman isosti ja laajasti. Esimerkiksi kehonosien pyörittelyssä, liikkeen hahmottamista auttoi minun selkeämpi demonstrointi. Liikkeen laajuus pitää viedä näyttäessä täysin maksimiin, esimerkiksi kuinka ylös, alas, eteen ja taakse hartioita pystyykään viemään. Kehitysvammaisten kanssa voi myös olla häiriötä näössä, joten isosti näyttäminen on tärkeää. Tästäkin ryhmässä saattoi olla heikkonäköisiä oppilaita, mutta en tiennyt siitä. Erityisryhmien kanssa liikkeiden selkeän demonstroinnin lisäksi tulee kiinnittää myös huomiota tempoon. Huomasin itse tekeväni pyörittelyä välillä liian nopeaan tempoon, kun oppilaat eivät pysyneet perässä. Joidenkin kehonosien pyörittely oli oppilaille vaikeampaa kuin toisten. Esimerkiksi ”polvien pyörittely” oli helppoa, mutta pään vaikeaa. Myös hartioden pyörittely oli vaikeaa, mutta ylös ja alas vieminen ei. Siihen vaikuttaa todennäköisesti,

lihasmuistissa jo ennestään olevat liikeradat. Liikeradan hahmottamisessa päädyin käyttämään apuna kosketusta ja sen kautta konkreettista näyttämistä, joka selkeästi auttoi.

Jälkeenpäin minulle tuli myös mieleen, että pyörittelyn hahmottamista olisi voinut tukea ympyrän tutkimisella. Jatkossa kävisin ensin ympyrä muotoa läpi tarkemmin, koska pyörittelyhän on ympyrän luomista tai piirtämistä jollain kehon osalla. Näyttäisin ensin kuvia tai videoita ympyrästä ja sen jälkeen lähtisimme hahmottelemaan liikerataa ympyrän piirtämisellä ilmaan tai lattiaan vaikka sormella. Kun liikerata olisi selkeä, voisi pyörittelyä kokeilla muillakin kehonosilla. Uskon, että tämä voisi mahdollisesti selkeyttää koko pyörittelyn hahmottamista. Lisäksi kehonosien eriyttäminen on monelle vaikeaa, koska normaalissa elämässä keho toimii usein kokonaisuutena. Eriyttämisen kautta pystyy painottamaan tiettyä kehonosaa, jotta se kehonosa opittaisiin kunnolla. Olisin voinut myös muistuttaa kehonosista koko tunnin ajan jokaisessa harjoitteessa ja kysyä kysymyksiä kuten, mikä kehonosa on vasten lattiaa. Toisaalta siinä olisi saattanut olla liian paljon informaatiota yhdellä kertaa. Seppälä kirjoittaa Kehitysvammaisuus ja oppiminen kirjassa, kuinka kehitysvammaisten oppijoiden kapasiteetti ottaa vastaan informaatiota on usein rajoittunut (Seppälä 2017, 95).

6.4 Toistaminen ja siirtymät

Pohdin pitkään, miten nämä tanssitunnit erosivat muista tanssitunneista, mitä olen aikaisemmin pitänyt. Teinkö jotain erityisiä tietoisia päätöksiä opetuksessani, johtuen tästä ryhmästä. Mieleeni tuli kaksi hyvin olennaista piirrettä. Yksi on toistaminen. Erityisryhmässä tarvitaan toistoa paljon enemmän, jotta hahmottaminen helpottuisi. Usein älyllinen kehitysvammaisuus vaikuttaa henkilön nopeuteen ymmärtää asioita, joten toistoa tarvitaan. Tarkoitan toistamisella koko harjoituksen uudelleen tekemistä, sekä yksittäisen liikkeen toistamista. Kehitysvammaiset henkilöt vaativat askareisiin rutiineja ja toistamista, jotta ne alkavat sujua. Sama pätee tanssissa. Mitä enemmän yksittäistä liikettä tai harjoitusta toistetaan, sitä paremmin asiat jäävät heidän liikemuistiinsa.

Toistaminen oli myös tärkeä työkalu, mistä työparini antoi palautetta. Hän kehotti minua pitämään loput tunnit täysin samanlaisina ja lisäämään harjoitusten toistojen määriä, koska hän katsoi sen tarpeelliseksi. Olin itse täysin samaa mieltä, koska toistaminen tuotti paljon tulosta ja asiakkaat kehittyivät niissä asioissa, mitä teimme. Oikean toistojen määrän etsiminen on aina opettajalle tasapainottelua, koska toistaminen vaikuttaa olennaisesti keskittymiseen. Jos jotain toistaa liikaa, voi keskittyminen alkaa herpaantua esimerkiksi tylsyyden vuoksi. Toisaalta liian vähän toistaminen ei auta oppimisprosessia. Oppilaiden katsetta kannattaa seurata, onko katse tylsistynyt vai huomio muuten vain muualla. Ja tietenkin kysyminen auttaa, että tehdäänkö vielä uudestaan.

Toiston lisäksi minun piti kiinnittää erityishuomiota myös siirtymisiin harjoituksesta toiseen. Olen huomannut kehitysvammaisten kanssa, että siirtymien täytyy sujua, jotta he eivät uppoudu liian syvästi omaan maailmaansa. Toimintakeskuksen ryhmän kanssa pystyttiin tekemään tunnin aikana monta harjoitusta, kun harjoituksista siirtyminen seuraavaan hoitui sutjakkaasti. Musiikin loppuminen oli ryhmälle selkeä viesti siitä, että harjoitus loppui minkä myötä myös tekeminen loppui sillä sekunnilla. Mitä nopeammin pääsin taas ohjeistamaan seuraavaa harjoitusta ja siirtymään siihen, sitä paremmin asiakkaat jaksoivat keskittyä. Siirtymät sujuvat nopeasti, kun opettaja tietää mitä hän tekee eli. Tämä edellyttää sitä, että opettaja on suunnitellut tunnin rakenteen huolellisesti. Uskon, että ripeät siirtymät vaikuttivat myös siihen, että oppilaat jaksoivat keskittyä erinomaisesti koko 60 min.

6.5 Läsnäolo hetkessä

Yksi tavoitteistani on olla aina opettajana läsnä opetustilanteessa. Läsnäololla tarkoitan sitä, että en vain anna ohjeita oppilaille, vaan olen hereillä, mitä itse siinä hetkessä tapahtuu. Muistan tanssinopettajakoulutuksen aikana saaneeni joskus palautetta siitä, että seuraan liian orjallisesti tuntisuunnitelmaani. Palautteen antaja kehotti minua jättämään tilaa asioille, jotka syntyvät opetustilanteessa. Olin saanut käsityksen, että tuntisuunnitelmasta pitäisi pitää tiukemmin kiinni. Palautteen jälkeen ymmärsin, että voin myös olla spontaani ja tarttua siinä hetkessä syntyviin asioihin. Nykyään pyrin olemaan herkkänä itse opetustilanteessa ja myös katsoa, millaisia impulsseja oppilaat tarjoavat koko ryhmälle ja minulle.

Mielestäni parhaimpia opettajia ovat sellaiset opettajat, jotka uskaltavat myös päästää irti omista suunnitelmistaan ja lähteä täysillä tutkimaan jotain asiaa, mikä nousee itse tunti-ilanteessa esille. Koen, että se vaatii kuitenkin opettajalta paljon itseluottamusta. Suunnitelmista kiinni pitäminen on tietyllä tapaa helpompi tie, koska opettaja voi olla varma, että hän tietää mitä tekee. Toisaalta kunnollinen suunnittelu antaa vapautta, koska suunnitelmaan voi aina palata. Itse olen ymmärtänyt tätä myös enemmän seuraamalla muiden opettajien tunteja. Joskus sisällä tilanteessa on vaikeaa huomata asioita. Kehottaisin kaikkia opettajia käymään seuraamassa muiden tunteja, ja näkemään ulkopuolelta, mitkä asiat ryhmää kiinnostaa. Se voi myös auttaa selkeyttämään, että mitkä oppilaiden kiinnostuksen kohteista tukisivat tanssia ja opettajan luotuja tavoitteita, ja mitkä asiat synnyttävät heissä luovuutta.

Erityisryhmien tanssitunneilla on myös hyvin todennäköistä, että useampi henkilö ei lähde toteuttamaan harjoitusta suunnitelmien mukaan. Harjoituksen aloittaminen voi kestää aikansa tai sitten sitä ei aleta tekemään ollenkaan. Muutenkin kehitysvammaisten kanssa pitää olla aina valmiina kaikkeen, koska tilanteet voivat muuttua hetkessä. Toimintakeskuksen ryhmän kanssa tuli useasti tilanteita, jolloin olin ohjeistanut heitä jo seuraavaan harjoitukseen, mutta he eivät olleet saaneet päätökseen edellistä liikettä. Opettajalta vaaditaan kykyä tehdä montaa asiaa samaan aikaan. Käytännössä se voi tarkoittaa, että kannustan yhtä oppilasta toistamaan vielä lisää jotain liikettä, kun samaan aikaan havainnoin missä vaiheessa joku toinen on.

Yhdellä tanssitunnilla tapahtui erityisen kaunis hetki, kun oppilaat seurasivat sisäisiä impulssejaan. Teimme harjoituksessa keskitasossa liikkumista, kun yhtäkkiä kaksi oppilasta laittoivat päänsä yhteen konttausasennossa. He alkoivat liikkumaan tilassa niin, että kontaktipiste pysyi koko ajan. Tämä on yksi kontaktipisteen tutkimisen perusharjoituksia nykytanssissa ja oppilaat alkoivat tekemään sitä täysin omasta aloitteesta. Opettajana nappasin kiinni heidän ehdotuksesta ja lähdimme kaikki kokeilemaan samaa. Toinen samankaltainen hetki tapahtui vuodenaikatanssi-harjoituksessa, kun siinä tulee kohta sadepisaroista. Oppilaat alkoivat näyttämään sadetta tukiviittomalla ja se lisättiin osaksi koreografiaa. Yhdellä opetuskerralla he alkoivat myös taputtamaan musiikin tahtiin, joten teimme hetken rytmiharjoituksia. Hetkeen tarttuminen tarjoaa ainutlaatuisia tilanteita, mitä ei välttämättä muuten koettaisi.

6.6 Tanssitunti sosiaalisena tilanteena

Välillä opettajana minun pitää muistuttaa itseäni, että tanssitunnit ovat sosiaalisia tilanteita siinä, missä muutkin. Ihmisten sosiaaliset suhteet keskenään pätevät myös tanssitunneilla ja tanssi on yksi kommunikoimisen tapa. Oli ihmisten väliset suhteet millaiset tahansa, yhdistää kaikkia halu kokoontua saman asian, tanssin äärelle. Tanssitunneilla tulee vallita myös miellyttävä ja salliva ilmapiiri, jotta jokainen uskaltaa olla itsensä ja tanssia omien lähtökohtien mukaan. Itse koen, että jokaisella oppilaalla pitäisi olla lupa myös keskittyä itseensä. Joskus joku tietty rooli tai tapa saattaa haitata tanssitunnilla olemista. Parhaassa tapauksessa tanssitunti voi olla tilanne, jolloin niistä rooleista pystyttäisiin päästämään irti. Itselleni se ainakin mahdollistaa oppilaana, että voin heittäytyä ja saan ikään kuin luvan tanssia koko potentiaalini mukaan.

Huomasin opetuskerroilla, että joitakin oppilaita ja ohjaajia selkeästi ujostutti tanssiminen. Tietenkin monet tunneilla tehdyt harjoitteet olivat kaikille uusia, joten niiden kokeileminen oli jännittävää. Ujostelu tuli kuitenkin minulle yllätyksenä. Heikki Seppälä kirjoittaa *Erilaiset Eväät* (2017, 108-109) kirjassa, kuinka kehitysvammaisten henkilöiden temperamenttiominaisuuksilla on vaikutuksia esimerkiksi ensireaktioon uudessa tilanteessa. Oli siis luonnollista, että jotkut asiakkaat reagoivat minuun ja koko tilanteeseen varautuneesti. Pieni jännittäminen ja ujostelu korosti kannustamisen merkitystä, niin oppilailla että ohjaajilla. Kannustuksen kautta kaikki rohkenivat lähteä tekemään harjoituksia täysillä ja suureleisesti. Minusta oli myös ihanaa huomata, kuinka kannustamisesta ja kehumisesta syntyi ikään kuin normi, ja sitä tapahtui paljon jokaisella tunnilla. Merkityksel-

listä oli myös seurata oppilaiden toistensa kannustamista, koska he myös tuntevat toisensa eri tavalla. Mitä enemmän ohjaajat kannustivat, sitä enemmän myös oppilaat kannustivat toisiaan. Kannustaminen loi tunneille positiivisen tunnelman.

Toimintakeskuksen opetuskerroilla minun piti myös puskea itseäni heittäytymään opettajana, koska se vaikutti oppilaiden tekemiseen suuresti. Heittäytymisen voidaan ajatella olevan, että ei olla niin kiinnostuneita siitä, miltä näytetään ja päästetään irti omista rooleista. Minusta tanssinopettaja ei saa pelätä vaikuttavansa hölmöltä tai tyhmältä, koska hassuttelun kautta voidaan löytää jotain oleellista tanssista. Minulle opetustilanteessa heittäytyminen tarkoittaa, etten pelkää käyttää puhettani monipuolisesti ja näytän liikkeitä korostaen aina jotakin. Heittäytyminen pitää myös mielen aktiivisena, jolla on suora vaikutus oppilaiden energiatasoon. Tärkeää oli rohkaista kaikkia muita ohjaajia tekemään täysillä, koska heidän toimintansa vaikutti oppilaiden tekemiseen paljon. Heittäytyminen ei mielestäni tarkoita, että ohjaajan tai opettajan auktoriteetti muuttuisi millään tavalla.

7 LOPUKSI

Opinnäytetyöni päätavoite oli tuoda esille tietoa, mihin asioihin kehitysvammaisten tanssin ohjaamisessa tulisi kiinnittää huomiota. Toinen tavoite oli lisätä ammattitaitoani ja valmiuksiani erityisryhmien opettamiseen, varsinkin sellaisten, jotka eivät ole harrastaneet tanssia aikaisemmin. Työn tärkein tiedonhankintamenetelmä oli omat havainnointini tanssitunneilla, kun opetin kehitysvammaisista koostuvaa ryhmää. Lisäksi avasin omia lähtökohtani tälle opinnäytetyölle sekä jo kirjoitettua teoriaa, joka liittyi olennaisesti tutkielmaani. Koen, että havainnoinnin kautta sain omakohtaista tietoa ja opin jäsentämään omia ajatuksia tiettyihin teemoihin, jolloin tulevaisuudessa niihin on helpompi kiinnittää huomiota opetuksessa. Opetuskokeiluni kautta sain jälleen lisää kokemusta kehitysvammaisten kanssa työskentelystä. Sen kautta pystyn luottamaan tulevaisuudessa omaan osaamiseeni enemmän, että minulla on tarvittavaa kokemusta ja työkaluja. Haastattelut olisivat tuoneet työhön lisää näkökulmia, mutta työ ei olisi välttämättä pysynyt kokonaisuutena.

Kahden ensimmäisen luvun teorian kautta opin, miten sanallistaa niitä asioita, jotka olivat minulle jo tuttuja. Tanssista kirjoittaminen voi olla haastavaa, koska tanssi tapahtuu hetkessä ja kehitysvammaisuudesta puhuminen täytyy tapahtua kunnioittavasti. Teoriaan tutustumisen kautta pääsin tutkimaan, miten asioita voisi sanallistaa. Luova tanssi on luonnollisen liikkeen tutkimista, ja lastentanssi tutustuttaa erilaisiin tapoihin tanssia tanssinperuselementtien kautta. Kehitysvammaisuudesta puhuttaessa täytyy ottaa huomioon monta eri näkökulmaa, koska se ei ole millään tavalla yksiselitteistä. Kehitysvammaisuuden avaaminen, mitä sillä tarkoitetaan ja mitkä asiat siihen liittyy, ovat kuitenkin myös yhteiskunnallisesti oleellisia, jotta tabu kehitysvammaisista vähenisi. Omakohtaisissa kokemuksissa pääsin avaamaan omaa historiaani kehitysvammaisten parissa sekä omia ajatuksiani tanssinopettajuudesta. Kehitysvammaisten kanssa työskentelystä on tullut minulle sydämen asia, ja sen takia päädyin valitsemaan tämän opinnäytetyöni aiheeksi. Nyt neljän opintovuoden jälkeen pystyn myös sanallistamaan oman opettajuuteni ydintä ja niitä arvoja, joita haluan tuoda tulevaisuudessa oppilailleni esille.

Toimintakeskuksella tehty opetuskokeilu oli ehdottomasti tärkein osa opinnäytetyötäni. Opetuskokeilun suunnittelu ja toteuttaminen oli minulle täysin uusi kokemus. Vantaan Kaupungin tutkimusluvan hakemisen myötä, opin kirjoittamaan tiedotteita ja suostumuslomakkeita, mitä en ollut koskaan aikaisemmin tehnyt. Opinnäytetyön kautta opin kirjoittamaan tietoa ylös tarkasti ja niin yksityiskohtaisesti, että lukija pystyisi toteuttamaan saman työn itse. Opin, kuinka paljon itse käytännön kokeilun valmistelu vie aikaa ja se olisi hyvä aloittaa mahdollisimman aikaisin, jotta kaikenlaisiin muutoksiin pystyy valmistautumaan ajoissa. Myös moniammatillisen yhteistyön tekeminen vaatii aikaa ja koen, että emme ehtineet saada kaikkea potentiaalia yhteistyöstä irti, koska siihen ei ollut nyt tarpeeksi resursseja. Sen takia moniammatillisesta yhteistyöstä puhuminen jää opinnäytetyössä niukkasanaiseksi, vaikka sen kautta koko opetuskokeilu tapahtuikin. Tutkielman kuudennessa luvussa avaan huomioita, mitä tein opettaessa. Aluksi tarkoitus oli, että olisin toiminut havainnoitsijana parilla viimeisellä opetuskerralla, mutta olen tyytyväinen, että päädyimme ratkaisuun, että opetin kaikki neljä tanssituntia. Olin aikaisemmin toiminut enemmän avustajana, joten nyt opettajan roolissa pystyin kiinnittämään erilaisiin seikkoihin huomiota kuin aiemmin.

Työni vastaa siis kysymykseen, millaisiin asioihin pitää kiinnittää erityistä huomiota kehitysvammaisten tanssin ohjaamisessa. Havainnoinnin, analysoinnin ja pohdinnan jälkeen pystyin jäsentämään huomiot kuuteen eri teemaan. Kehitysvammaisten tanssin sisältö pitäisi suunnitella huomioimaan erilaiset yksilöt, heidän älylliset sekä fyysiset lähtökohdat. Opettajan täytyy pystyä myös tekemään nopeasti päätelmiä ihmisten toimintakyvystä, joka tapahtuu mielestäni aidon kohtaamisen kautta. Opettajan ulosannin pitää olla selkeää sekä äänenkäytöllisesti että kehollisesti, varsinkin koska kehitysvammaisilla voi häiriöitä esimerkiksi kuulossa tai näössä. Suurimpia eroja muihin tanssitunteihin, mitä olen pitänyt, olivat nimenomaan toistaminen ja siirtymät. Toistaminen auttaa heitä oppimaan sekä sisäistämään ja ripeät siirtymät taas keskittymään paremmin. Tämä opetuskokeilu vahvisti ajatustani siitä, että tanssinopettaja voi poiketa tuntuunilmastaan ja lähteä tutkimaan asioita, jotka ilmenevät siinä hetkessä. Siten voidaan päästä käsiksi ainutlaatuisiin kokemuksiin kuten yhdellä opetuskerralla oppilaiden kontaktipisteen tutkiminen konttaamalla. Tanssitunneilla korostui myös kannustamisen merkitys ja miten se vaikuttaa ilmapiiriin ja koko tunnin tunnelmaan. Erilaisten huomioiden kautta ymmärsin, miksi nautin heidän opettamisestaan niin paljon. Koska erityisryhmien kanssa harjoitusten ja tunnin rakenteen täytyy olla yksinkertainen, pysyy koko opetustilanne minulle itselleni myös selkeänä.

Jos toteuttaisin samankaltaisen opetuskokeilun uudelleen, kehittäisin muutamaa asiaa. Unelmaprojektissani olisi ollut paljon enemmän aikaa suunnittelulle kaikkien osapuolien puolesta sekä valmistautumiselle. Olisi ollut aivan mahtavaa, jos olisin kerennyt kokoontumaan tunneille osallistuvien ohjaajien kanssa ennen tunteja ja ohjeistaa heitä siihen, mitä tulemme tekemään. Minulle olisi myös ollut hyödyllistä tietää esimerkiksi tukiviittoman perusteita. Jotta oppilaiden ajatuksia oltaisiin pystytty ottamaan enemmän huomioon, olisi ollut hedelmällistä kuulla ennen tanssitunteja, millaisia toiveita heillä olisi ollut. Opetuskokeilun alkaessa ja aikana olisi tietenkin ollut hienoa, jos olisi ollut vielä enemmän aikaa jakaa ajatuksia eri alojen ammattilaisten kesken. Se olisi tietenkin vaatinut ihan erilaisia resursseja kaikilta. Tutkimus toimi myös hyvänä lähtökohtana ajatukselle, että tanssinopettaja voisi pitää tanssitunteja toimintakeskusten asiakkaille viikottain, ja siten saada uusia mahdollisuuksia työllistyä. Tulevaisuudessa olisi kiinnostavaa tutkia, minkälaisia järjestelyjä se vaatisi kaikilta osapuolilta, että tanssinopettaja voisi toimia vakituisessa virassa kehitysvammaisten kanssa. Millaisia kustannuksia siitä tulisi, millaisia hyötyjä? Tämä opinnäytetyö toimi yhtenä keinona lisätä tanssin saavutettavuutta ja esimerkkinä, kuinka ”tanssi kuuluu kaikille” voisi toteutua vielä paremmin.

LÄHTEET

Ahlstrand, A. 2017. Moikataan varpailla. Oivalluksia ohjaamisesta, liikkumisesta ja oppimisesta. Helsinki: Kehitysvammaliitto. Honneth, A. 2016 lainaten.

All Star Tanssistudio. 2019. Viitattu 21.5.2019 <http://www.tanssistudioallstar.fi/aikataulu>.

Annantalo. 2019. Taideopetus. Viitattu 21.5.2019 <http://www.annantalo.fi/fi/taideope-tus/course/28AD9D62B64E8074FB91A6C869F1B32B/Dancehearts>.

Anttila, E. 1994. Tanssin Aika. Tampere: Tammer-Paino.

Autismi- ja Aspergerliitto. 2019. Autismi. Viitattu 16.3.2019 <https://www.autismiliitto.fi/autismi-kirjo/autismi>.

Dance Ability Finland. 2019. Viitattu 8.5.2019 <http://danceabilityfinland.com/daf/daf.html?lang=fi>.

Dance Info Finland. Suomen Tanssitiedotuskeskus. 2019. X Dance Festival 2018. Viitattu 8.5.2019 <https://www.danceinfo.fi/en/performances/x-dance-festival-2018/>.

Kaaos Company. 2019. Viitattu 8.5.2019 <http://danceabilityfinland.com/kaaos/the-com-pany.html?lang=fi>.

Kaski, M.; Manninen, A. & Pihko, H. 2009. Kehitysvammaisuus. WSOY Oppimateriaalit.

Kähkönen, E. 11.1.2019. Tanssi hoitaa aivoterveyttä. Aivoliitto. Viitattu 30.3.2019 <https://www.aivoliitto.fi/aivoterveys/artikkelit/tanssi-hoitaa-aivoterveyttä/?fbclid=IwAR1ZWDUo44tdJbuFJE-wETGI-l2ivbTJJanz3GnXcwY2YN-qRI9--9zgVdmE>.

Launonen, K & Korpijaakko-Huuhka, A. 2009. Kommunikoinnin häiriöt. Syitä, ilmenemismuotoja ja kuntouksen perusteita. Helsinki: Yliopistokustannus, HYY Yhtymä.

Liisa Pentti + Co. 2019. Viitattu 8.5.2019 <http://liisapentti.com/tanssitunnit-autismin-kirjon-nuorille-jatkuvat-zodiakissa/>.

Moberg, S.; Hautamäki, J.; Kivirauma, J.; Lahtinen, U.; Savolainen, H. & Vehmas, S. 2015. Eri-tyispedagogiikan perusteet. Juva: PS-kustannus.

Seppälä, H. 2017. Erilaiset Eväät. Kirja Kehitysvammaisuudesta. Kouvola: Kehitysvammaliitto.

Taiteen edistämiskeskus. 11.02.2019. Viitattu 21.5.2019 <https://www.taike.fi/fi/uutinen/-/news/1257097>.

Taiteen perusopetuksen laajan oppimäärän opetussuunnitelman perusteet. 2017. Viitattu 5.5.2019 https://www.oph.fi/download/186920_Taiteen_perusopetuksen_laajan_oppimaa-ran_opetussuunnitelman_perusteet_2017.pdf.

Tanssikoulu Blue Flamenco. 2019. Viitattu 21.5.2019 <http://www.kolumbus.fi/blue.flamenco/>.

Tuomi, J & Sarajärvi, A. 2002. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Jyväskylä: Jouni Tuomi, Anneli Sarajärvi ja Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Vantaan kaupunki. 2019. Tutkimusluvut. Viitattu 25.3.2019 https://www.vantaa.fi/hallinto_ja_talous/organisaatio/sosiaali-ja_terveydenhuollon_toimiala/tutkimusluvut.

Verner.Net. Verkkopalvelu kehitysvammaisuudesta. 18.10.2017. Autismi. Viitattu 16.3.2019 <https://verneri.net/yleis/autismi>.

Viitala, M. 1998. Tanssia elämyksen ehdoilla. Helsinki: Svoli-Palvelu.

Toimintakeskuksen tanssituntien harjoitukset

1. Nimi ja käsitervehdys

Harjoituksessa kaikki kokoontuvat piiriin ja tanssitunti aloitetaan tervehdyksellä. Jokainen sanoo yksitellen omalla vuorollaan oman nimensä ja tekee käsillään jonkun liikkeen, jonka jälkeen kaikki toistavat liikkeen. Ohjaaja voi antaa lisäohjeita tai ehdotuksia erilaisiin tapoihin liikuttaa käsiä, kuten nopeasti tai isosti. Liike voi syntyä myös muustakin kehonosasta, mutta tärkeintä on saada keho liikkeelle.

2. Kehonosat

Ohjaaja nimeää kehonosia ja oppilaat näyttävät omasta kehostaan, että missä kyseinen kehonosa sijaitsee. Ryhmän jäsenet voivat auttaa jokaista löytämään oikean kohdan. Ohjaajat koskettavat pyörituoleissa olevia oppilaita ja näyttävät, missä kyseinen kehonosa on. Kehonosia on hyvä käydä pienistä suuriin alueisiin esimerkiksi selkä, vatsa, pää, korvat, silmät, varpaat jne. Harjoitusta voidaan myös tehdä pareittain niin, että oppilaat näyttävät pyydetyn kehonosan toisen kehosta.

3. Lämmittelytanssi

Lämmittelytanssi tanssitaan piiri muodostelmassa. Ohjaaja näyttää mitä tapahtuu. Harjoituksen kulun voi käydä läpi ensin ja lähteä heti tekemään musiikin kanssa. Harjoituksessa tehdään pyörivää ympyrä liikettä: ensin tehdään ympyrää päällä, sitten pyöritellään hartioita, rintakehää, lantiota, polvia, niin että polvista pidetään kiinni käsillä (kädet toimivat tukena liikelaajuuden hakemisessa) ja lopuksi nilkkoja vuorotellen. Kaikki nämä voidaan tehdä ensimmäisellä kerrallaan yhteen suuntaan ja seuraavalla kerralla alusta toiseen suuntaan, tai sitten voidaan vaihtaa suuntaa kesken kaiken. Ohjaaja päättää kunkin pyörittelyn keston. Oikea aika on vaihtaa, kun liike alkaa sujua. Pyörittelyä voi tehdä eri nopeuksilla, tärkeintä olisi kuitenkin hakea nivelten maximi liikelaajuutta.

4. Erilaiset liikkumistavat

Harjoituksessa harjoitellaan erilaisia tapoja liikkua tasojäkä käyttäen vapaasti tilassa. Eri tasojen löytämiseen voi auttaa myös erilaiset mielikuvat: ryömiminen lattialla (mudassa ryömiminen), kieriminen, konttaaminen, karhukävely (lantio ylempänä kuin konttaamisessa), isot askeleet ylä-tasossa (esimerkiksi mielikuvana kuu, joka hidastaa koko kehon liikkumista), puolivarpailla tanssiminen (kuten ballerina). Erilaisia tapoja

liikkua voi keksiä paljon lisää, tässä on esimerkkejä hyvin perus kehon hallintaa harjoittavista tavoista liikkua, joissa koko keho osallistuu liikkumiseen.

5. Peilikuvaharjoitus

Oppilaita ja ohjaajista muodostetaan pareja. Pyörätuolissa liikkuvien oppilaiden pareina toimii ohjaajia. Parit asettuvat toisiaan kohti ja alkavat seuraamaan toistensa liikkumista peilikuvana. Harjoitusta voi tehdä niin, että on sovittu, että toinen aina johtaa liikettä tai sitten niin, että kumpikaan ei johda selkeästi, vaan molemmat kuuntelevat, mihin liike heitä vie. Peilikuvan hahmottamiseen voi käyttää kosketusta eli esimerkiksi, kämmenet voivat olla vastakkain.

6. Välinetanssi

Harjoituksessa käytetään erilaisia välineitä esim. huiveja tai hernepusseja. Oppilaat liikkuvat vapaasti tilassa välineiden kanssa. Hernepussien kanssa ohjaajat voivat näyttää erilaisia kehonosia, missä hernepussia voi pitää. Aina, kun musiikki menee päälle, ohjaaja sanoo tason, missä liikutaan: alataso eli skeittilautataso, keskitaso eli polkupyörätaso ja ylätaso eli lentokonetaso. Mielikuvat viittaavat etenemiseen ja liikkeessä pysymiseen. Musiikin soidessa liikutaan ohjeistetussa tasossa ja kun musiikki pysähtyy, tanssijat pysähtyvät eli jähmettyvät patsaiksi. Taas musiikin soidessa, tanssin taso muuttuu.

7. Vuodenaikatanssi

Vuodenaikatanssissa käydään kaikki vuodenajat ja niihin liittyvät toiminnot ja tavat liikkua toimivat inspiraationa liikkeelle. Harjoitusta on mahdollista muokkaa ja tässä on ehdotelma harjoituksen kulusta: Harjoitus alkaa nyt talvesta, koska kun tanssitunnit kerrat alkoivat, oli ulkona vielä kylmä talvinen sää. Harjoitus alkaa talvesta ja kylmästä ilmasta, joka saa kehon vapisemaan. Sen jälkeen otetaan sauvat ja laitetaan sukset jalkaan ja aletaan hiihtämään eli keho muuten pysytään paikallaan, mutta polvet joustavat ja samaan aikaan yläkeho kallistuu eteenpäin. Sitten tallustellaan lumessa ja otetaan isoja askeleita, jotta lumi ei mene kenkiin. Kevään tullessa ja lumen sulatessa aletaan reippailemaan, eli lähdetään kävelemään reippaasti ympäri tilaa ja jossain vaiheessa pysähtymään haistelemaan kukkia. Kesällä alkaa aurinko paistamaan ja mennään uimaan. Kädet liikkuvat erilaisin uintitapojen mukaan ja jaloilla otetaan askeleita. Voidaan myös tehdä sukelluksia eli kädet menevät ihan ylhäältä alas aalto- tai matomaisesti. Kesällä pysähdytään ottamaan aurinkoa alatasoon. Sen jälkeen syksy alkaa tulla ja tuuli alkaa nostamaan tanssijat ylätasoon ja liikuttamaan

ympäri tilaa esimerkiksi ympäri mennen ja kädet liikkeen mukana. Syksyn tullen alkaa myös satamaan ja silloin yritetään ottaa sadepisaroita kiinni käsillä. Harjoitus palaa taas talveen, jotta saadaan käsitystä, kuinka vuodenajat aina toistuvat uudelleen ja uudelleen. Talvella tulee joulu ja oppilaat toimivat joulupukkeina, eli he nostavat kuvitteellisen säkin olalleen ja mahdollisimman hiljaisilla askeleilla vievät lahjoja lapsille. Kun koko harjoitus on päästy loppuun asti, se toistetaan kerran tai muutama otteeseen.

8. Venytykset

Venytyksissä istutaan lattialla piirissä, niin että kaikilla on jalat auki v-asennossa. Ensin kurotetaan eteenpäin, sitten alaviistoon kohti varpaita oikealle ja vasemmalle ja sitten yläkulmiin (kylki taipuu). Venytyksissä voi jälleen käyttää erilaisia mielikuvia, itse käytin mielikuvana karhua, että karhu yrittää kurottaa hunajaan tai marjoihin ennen talviunille menoa. Venytysten jälkeen rullataan mahdollisimman hitaasti alas lattialle makaamaan (keskivartalon aktivoiminen).

9. Loppurentoutus

Rentoutuksessa käydään lattialle makaamaan omaan mukavaan asentoon, mielellään kaikki raajat vapaasti lattialla. Rentoutuksessa keskitytään vapauttamaan kehon painoa lattialle, rentouttamaan lihaksia ja antamaan hengityksen liikkua vapaasti. Loppurentoutuksen tavoite on antaa kehon ja mielen rauhoittua. Ohjaaja laittaa sopivaa musiikkia soimaan. Rentoutus päättyy varpaita ja sormia heiluttelemalla, näin kehoa herätellään rauhallisesti. Sen jälkeen jokainen löytää oman reittinsä nousta ylös ja tanssitunti loppuu. Lopuksi kiitetään tanssitunnista ja yhdessä tanssimisestä.

Tutkimussuunnitelman tiivistelmä

Opinnäytetyöni Näkökulmia kehitysvammaisten tanssin ohjaamiseen

Opinnäytetyöni aihe on Näkökulmia kehitysvammaisten tanssin ohjaamiseen. Opinnäytetyön tarkoitus on tuoda esille erilaisia näkökulmia ja huomioita, mitä erityisesti kehitysvammaisten tanssin ohjaamisessa pitäisi ottaa huomioon. Tavoitteena on siis jäsentää ja nostaa esille tärkeää informaatiota sekä mahdollisesti konkreettisia työkaluja, joista voisi olla apua monen eri alan ammattilaisille. Tavoitteena on siis, että lukija ymmärtäisi mihin kaikkiin seikkoihin pitää kiinnittää erityishuomioita kehitysvammaisten kanssa ja miten tanssia voi soveltaa erilaisten yksilöllisten tarpeiden mukaan. Tanssin vaikutusta ihmisen terveyteen tutkitaan koko ajan ja esim. Hanna Poikonen on neurotieteen väitöskirjassaan saanut selville, että ammattitanssijoiden liike- ja ääniaivokuoret ovat kehittyneet aivan omalla tavallaan (Poikonen, 2018, s. 68-69).

Opinnäytetyön rakenne koostuu kolmesta eri osiosta. Ensimmäinen osuus on teoreettinen osuus, jossa avaan erilaisia käsitteitä, muun muassa mitä tarkoitetaan kehitysvammaisuudella, kontekstille tarvittavalla tavalla. Avaisin erilaisia fyysisiä, sekä psyykkisiä seikkoja, jotka voivat vaikuttaa tanssimiseen, jotta lukija saisi mahdollisimman selkeän kuvan erilaisista vaihtoehdoista. Avaisin myös käsitteitä esim. tanssi ja tanssin kokemus, jotta lukija ymmärtää, millaisesta tanssista on kyse. Tässä opinnäytetyössä tanssi pohjautuu taidetansseihin, erityisesti lastentanssiin ja luovaan tanssiin. Tämä teoriaosuus toimii alustuksena muille osioille ja auttaa siihen, että lukija ymmärtäisi, kuinka monia asioita täytyy ottaa huomioon tanssissa, millaisesta tanssista on kyse ja miten tanssia täytyy muokata kehitysvammaisille sopiviksi.

Toinen osuus on haastatteluosuus, jossa haastattelen paria tanssinalan ammattilaista, jotka ovat työskennelleet pitkään tanssin parissa kehitysvammaisten kanssa. Koen, että on opinnäytetyölle tärkeää, nostaa myös ulkopuolisten tanssinalan ammattilaisten näkökulmia esiin, jotta opinnäytetyö antaisi mahdollisimman monipuolista tietoa lukijalle. Peilaan heidän nostamiaan huomioita myös suhteessa omaan opettajuuteeni.

Tanssitunnit Myyrmäen Toimintakeskuksissa

Opinnäytetyöni kolmas ja viimeinen osuus perustuisi käytännön kokeiluihin ja niistä tehtyihin huomioihin, jolloin opinnäytetyö saisi myös uutta ja sen hetken informaatiota. Ajatuksena olisi, että viikoilla 10&11, menisin itse pitämään tanssitunnin valikoidulle ryhmälle tiistaisin klo 9.30-10.30 (eli 60 min). Loisin tanssitunnin sisällön eli harjoitukset asiakkaiden yksilöllisten tarpeiden

mukaan, ja niin että heidän kehitystasonsa sekä fyysiset mahdollisuudet otetaan huomioon. Tarkoitus olisi pitää monipuolisia ja yksinkertaisia harjoituksia, joissa keskitytään aina eri teemoihin. Erilaisia teemoja voi olla esim. kehon hallinta, eri kehon osien tunnistaminen, erilaiset tavat liikuttaa kehoa, rytmi sekä luovuus. Saisin tällöin itse tanssinopettajana informaatiota siinä hetkessä, miten harjoitukset toteutuisivat, jonka jälkeen voisin tehdä päätelmiä ja huomioita, mikä toimi ja mikä ei, miten harjoituksia voisi viedä eteenpäin tai muokata, sekä vielä kehittää.

Viikoilla 12&13 ajatuksena oli, että Toimintakeskuksen ohjaaja Marika Portin, pitäisi saman tanssitunnin asiakkaille, jolloin toimisin itse vain katsojan roolissa, jolloin pystyisin keskittymään erilaisten huomioiden tekemiseen. Olen keskustellut jo Myyrmäen Toimintakeskuksen henkilöstön kanssa opinnäytetyöstä ja heidän puolestaan tämä suunnitelma kuulostaisi hyvältä. Heillä pyörii tälläkin hetkellä aina tiistaisin tanssiryhmä, jolloin tanssintuntien järjestäminen ei tuottaisi erityisjärjestelyitä, sekä tanssitunneista on tullut asiakkaille jo osa arkea. Opinnäytetyöni tanssitunnit pidettäisiin samaan aikaan ja samassa tilassa, niin kuin heillä on tanssitunti nytkin. Tanssitunneilla olisi paikalla aina kaksi toimintakeskuksen omaa ohjaajaa minun lisäksi ja heidän osallistumisensa perustuu vapaaehtoisuuteen eli omaan kiinnostukseen osallistua. Keskiviikko iltapäivisin keskustelisin ohjaajien kanssa heidän ajatuksistaan ja huomioista, koska koen, että olisi myös tärkeää, että kahden eri alan ammattilaiset jakaisivat ajatuksiaan, jotta mahdollisimman moni oleellinen seikka tulisi esiin. Opinnäytetyöni veisi ohjaajien aikaa tiistaisin 60 min ja keski- viikkoisin iltapäivisin max.60 min, eli yhteensä 2h viikossa.

Opinnäytetyön viimeisessä osuudessa avaisin, että missä olin pitämässä sekä seurasin tanssitunteja, milloin, millaisia harjoituksia asiakkaat tekivät, miten ne toteutuivat, millaisia asioita harjoituksissa piti ottaa huomioon (erityisesti jo suunnitteluvaiheessa) sekä minkälaista dataa sain. Kenenkään henkilöllisyyttä ei pystytä selvittämään tekstistä ja asiakkaista eli tanssitunneille osallistujista avaisin vain oleellista informaatiota, joka vaikuttaa selkeästi tanssimiseen esim. pyörätuolissa oleminen. Toimintakeskuksen henkilöstön, eikä asiakkaiden ajatuksia tai mielipiteitä tuotaisi opinnäytetyössä esille, vaan viimeinen osuus keskittyisi minun omiin huomioihini sekä pohdintaan. Ohjaajien näkemykset saattavat tietenkin kuulua minun pohdinnoissani, koska tarkoitus olisi, että vaihtaisimme myös ajatuksia keskenämme, mutta tästäkin olen jo informoinut heitä, sekä tiedotin myös kirjallisesti asiasta.

Toimeksiantaja hyötyisi tanssitunneista, koska se tuo monipuolisuutta sekä ohjaajien, että erityisesti asiakkaiden arkeen. Ohjaajat voivat saada uusia työkaluja, mitä käyttää asiakkaiden kanssa liittyen kehoon. Myyrmäen Toimintakeskus saisi myös informaatiota, jota he voisivat

mahdollisesti käyttää tulevaisuudessa myös muidenkin asiakkaiden kanssa. Käytännön tutkimus toisi varmasti oleellisia tärkeitä huomioita esiin, mitä monet eri alojen ammattilaiset voisivat hyödyntää työssään. Isommassa mittakaavassa se voisi myös mahdollistaa, että erilaisten tahojen ohjaajat saisivat työkaluja ja ideoita pitää tanssia asiakkaille, varsinkin, jos he ovat kokeneet, että se olisi tärkeää, mutta siihen ei ole vain ollut työkaluja.

Eettinen arviointi

Tanssitunneille osallistujat valittaisiin heidän omien mieltymyksiensä sekä ohjaajien suosituksien mukaan. Myyrmäen Toimintakeskuksessa jokaiselle asiakkaalle on laadittu yksilökeskeinen suunnitelma ja jokaisen asiakkaan suunnitelma tukisi tanssitunneille osallistumista, pääasiassa, että he voisivat nauttia tanssimisesta ja ajatuksena, että tanssi voisi vaikuttaa myönteisesti heidän arkeensa.

Osallistuminen tanssitunneille perustuisi täysin vapaaehtoisuuteen ja asiakkailla on itsemääräämisoikeus eli missä tahansa vaiheessa, asiakas voi myös tuoda esiin, että ei halua enää osallistua tanssitunneille. Tämä tuodaan myös esille asiakkaille, sekä asiakkaiden omaisille menisi kotiin tiedotusta, että he osallistuisivat tanssitunneille (tämä myös liitteenä). Koko Toimintakeskuksen henkilöstöä tullaan informoimaan tanssitunneista, jotta he ovat tietoisia asiakkaista. Kirjoitin myös ohjaajille tiedotuksen, että heidän ajatuksensa saattavat kuulua minun huomioissani.

Kenenkään henkilöllisyyttä ei pystytä selvittämään opinnäytetyön perusteella eli kaikki pysyvät nimettöminä ja henkilöllisyyttä suojellaan, sekä erilaisista seikoista puhutaan yleispätevästi esim. miten pyörätuolissa oleminen vaikuttaa tanssimiseen. Näkökulmat perustuvat siis enemmän ohjaajan näkökulmaan, mitä heidän pitää ottaa erityisesti huomioon. Kaikki data ja minun tekemäni muistiinpanot hävitetään silppuriin, heti kun opinnäytetyö on palautettu eli viikolla 18. Opinnäytetyöni tutori on Turun Ammattikorkeakoulun Tanssinopettajakoulutuksen johtaja Heidi Alppirinne.

Havainnointirunko

Havainnointi tapahtuu tanssitunti tilanteessa, silloin kun Marika Portin ohjaa, sekä teen tieteen havainnointia koko ajan, kun itse opetan. (Tiistaisin klo 9.30-10.30, viikot 10-13, Myyrmäen toimintakeskus)

Mitä ja millaisia asioita havainnoin:

- Miten harjoitukset toteutuvat

Onko jokin erityisen haastavaa – millä tavalla, entä helppoa, pystytäänkö harjoitus toteuttamaan alusta loppuun asti, miten eri keinoin harjoitusta lähdetään toteuttamaan

- Opettaminen

Millaisia työkaluja opettaja käyttää esim. kehollinen näyttäminen, tukiviittoma, sanallistaminen, koskettamisen kautta ohjaaminen, mielikuvien käyttäminen, äänensävyyn muuttaminen -> mikä tukee ja auttaa oppimista ja tekemistä

- Vuorovaikutus

Millainen vuorovaikutus ohjaajille on asiakkaisiin, entä asiakkailla toisiinsa, millaisia kommunikointitilanteita tanssitunnilla syntyy

- Keho

Miten asiakkaat hallitsevat kehoaan ja millä tavalla he käyttävät sitä, millaisia kehonreitityksiä näkyy, miten eri kehonosat liikkuvat, miten asiakkaat lähtevät ratkaisemaan ohjattua harjoitusta omalla kehoallaan

- Tanssin elementit

Esim. aika, tila, voima ja virtaus – antavatko valitut harjoitukset mahdollisuuden päästä tutkimaan näitä elementtejä

- Luovuus

Antaako tanssitunti mahdollisuuden omaan luovaan ajatteluun, miten luova ajattelu näkyy

Haastattelurunko

Jokaisen kerran jälkeen olisi tarkoitus käydä lyhyttä keskustelua ohjaajien kanssa tanssitunneista. Haastatteluissa käytäisiin varmasti keskustelua myös havainnointirungon otsikoiden pohjalta sekä esim. tällaisista asioista:

- Kun itse opetan: Mitä tapahtui, miten heidän mielestään tanssitunti toteutui, olivatko harjoitukset sopivan tasoisia & ottivatko ne yksilöllisyyden tarpeeksi huomioon, mikä oli haastavaa & mikä sujui, mihin pitää kiinnittää enemmän huomiota, millaisia työkaluja heillä olisi minulle antaa, mikä toimi & mikä ei, millaisia työkaluja voin antaa heille, mikä oli uutta & mikä tuttua, miten harjoituksia voitaisiin kehittää ja muokata vielä toimivammiksi.

- Kun itse olen havainnoitsijan roolissa: Miten ohjaajan mielestä tunti toteutui, miltä tuntui tehdä harjoituksia, millainen tunnelma tunnilla oli, vaikuttiko jokin asia tuntiin, millaista kommunikointia tunnilla tapahtui, mitkä asiat sujuivat, olisiko johonkin tarvinnut enemmän työkaluja ohjaajana, onko jonkinlaista muutosta havaittavissa harjoituksissa ja niiden tekemisessä.

TIEDOTUS EDUNVALVOJALLE

Hei,

opiskelen Tanssinopettajan koulutuksessa Turun Ammattikorkeakoulussa viimeistä vuotta ja teen tällä hetkellä opinnäytetyötäni ”Näkökulmia kehitysvammaisten tanssin ohjaamiseen”. Ajatus opinnäytetyöhön lähti, kun olen itse tehnyt ohjaajan töitä toimintakeskuksessa sekä ollut apuohjaajana kehitysvammaisten tanssitunneilla. Sen takia minua kiinnostaa tehdä opinnäytetyö juuri tästä aiheesta.

Opinnäytetyön tarkoitus on tuoda esille erilaisia näkökulmia ja huomioita, mitä erityisesti kehitysvammaisten tanssin ohjaamisessa pitäisi ottaa huomioon. Tavoitteena on siis jäsentää ja nostaa esille tärkeää informaatiota sekä mahdollisesti konkreettisia työkaluja, joista voisi olla apua monen eri alan ammattilaisille. Tavoitteena on siis, että lukija ymmärtäisi mihin kaikkiin seikkoihin pitää kiinnittää erityishuomioita sellaisten henkilöiden kanssa, joilla on kehitysvamma ja miten tanssia voi soveltaa erilaisten yksilöllisten tarpeiden mukaan.

Tarkoituksena on, että tulen itse opettamaan tanssia valikoidulle ryhmälle viikoilla 10&11 ja viikoilla 12&13, Myyrmäen toimintakeskuksen oma ohjaaja Marika Portin pitäisi saman tanssituntin heille. Tunnit tapahtuvat tiistaisin klo 9.30-10.30 (yhteensä 60 min). Tanssituntien sisältö on suunniteltu yksilöllisten tarpeiden mukaan ja niissä keskitytään aina johonkin tiettyyn teemaan esim. kehon hallintaan tai rytmiin.

Tanssitunneille osallistuminen on täysin vapaaehtoista ja kaikilta asiakkailta on myös kysytty, haluavatko he osallistua. Tanssitunneista voi myös kieltäytyä milloin tahansa. Tanssituntien olisi tarkoitus tuoda monipuolisuutta asiakkaiden arkeen. Tanssitunneista kieltäytyminen ei tule vaikuttamaan palvelujen saantiin, nyt tai tulevaisuudessa.

Opinnäytetyöni viimeisessä osuudessa avaan kyseisistä tanssitunneista saatuja huomioita ja päätelmiä, jotka voisivat hyödyttää monen eri alan ammattilaisia. Kaikkien asiakkaiden henkilöllisyyttä myös suojataan, eikä sitä pystytä selvittämään opinnäytetyöstä. Erilaisista seikoista puhutaan yleispätevästi ja opinnäytetyössä keskitytään siihen, että miten jokin asia nimenomaa vaikuttaa tanssimiseen ja miten se pitää ottaa huomioon opetuksessa sekä itse harjoituksissa.

Opinnäytetyö julkaistaan Theseus-tietokannassa, ja kaikki muistiinpanot liittyen opinnäytetyöhön hävitetään heti työn valmistuttua. Asiakkaan yhteystiedot on saatu toimintakeskukselta, jotta edunvalvojaa voidaan tiedottaa.

Sinun läheistäsi tai omaistasi on ajateltu osallistuvan näille tanssitunneille. Jokaiselle asiakkaalle on luotu yksilökeskeinen suunnitelma ja toimintakeskuksen ohjaajien mukaan, tanssitunneille osallistuminen tukisi tätä suunnitelmaa sekä asiakkailta on kysytty, että haluavatko he osallistua. Jokaisen asiakkaan edunvalvojalta kysytään myös suostumusta osallistua tunneille.

Jos tulee kysyttävää liittyen tanssitunteihin, minuun voi ottaa yhteyttä, vastaan mielelläni kysymyksiin!

Ystävällisin terveisin,

Jenni Honkamaa

0504925730

jenni.honkamaa@windowslive.com

SUOSTUMUSLOMAKE EDUNVALVOJALLE

Hei,

läheisesi / omaisesi olisi tarkoitus osallistua tanssitunneille liittyen opinnäytetyöhöni ”Näkökulmia kehitysvammaisten tanssin ohjaamiseen”. Tanssitunneille osallistuminen on vapaaehtoista, sekä osallistujien henkilöllisyyttä suojataan. Asiakkaan osallistumista toivotaan, koska se tukisi hänelle luotua yksilökeskeistä suunnitelmaa.

Toivon, että suhtaudutte myönteisesti pyyntööni.

Ystävällisesti

Jenni Honkamaa
Tanssinopettaja opiskelija
Turun ammattikorkeakoulu
+358504925730
jenni.honkamaa@windowslive.com

Yksi rasti ruutuun, kiitos! [X]

[] Kyllä, suostun, että kyseinen asiakas saa osallistua opinnäytetyöhön liittyville tanssitunneille.

[] Ei, en anna lupaa, että kyseinen asiakas saa osallistua opinnäytetyöhön liittyville tanssitunneille.

Asiakkaan nimi

Päivämäärä ja edunvalvojan allekirjoitus & nimenselvennys

TIEDOTUS OHJAAJILLE

Hei,

opiskelen Tanssinopettajan koulutuksessa Turun Ammattikorkeakoulussa viimeistä vuotta ja teen tällä hetkellä opinnäytetyötäni Näkökulmia kehitysvammaisten tanssin ohjaamiseen.

Opinnäytetyön tarkoitus on tuoda esille erilaisia näkökulmia ja huomioita, mitä erityisesti kehitysvammaisten tanssin ohjaamisessa pitäisi ottaa huomioon. Tavoitteena on siis jäsentää ja nostaa esille tärkeää informaatiota sekä mahdollisesti konkreettisia työkaluja, joista voisi olla apua monen eri alan ammattilaisille. Tavoitteena on siis, että lukija ymmärtäisi mihin kaikkiin seikkoihin pitää kiinnittää erityishuomioita kehitysvammaisten kanssa ja miten tanssia voi soveltaa erilaisten yksilöllisten tarpeiden mukaan.

Tulen pitämään sekä havainnoimaan tanssitunteja Myyrmäen toimintakeskukseen ja tarkoituksena olisi keskustella harjoituksista ohjaajien kanssa, eli haastatella opinnäytetyöhön osallistuneita ohjaajia. Opinnäytetyöhön osallistuminen ohjaajana on vapaaehtoista. Tarkoituksena olisi keskustella esim. miten tanssitunnit toteutuivat, millaisiin asioihin pitää kiinnittää erityistä huomiota ja miten harjoituksia voisi muokata ja kehittää.

En tule opinnäytetyössäni tekemään suoria lainauksia, mutta ohjaajien ajatukset ja huomiot voivat kuulua myös minun tekemissäni päätelmissä. Opinnäytetyö lähetetään ohjaajille luettavaksi ennen hyväksyttäväksi lähettämistä, jotta he voivat kommentoida tekstiä ja tarvittaessa tekstiä muokataan.

Ystävällisin terveisin,

Jenni Honkamaa

0504925730

jenni.honkamaa@windowslive.com

SUOSTUMUSLOMAKE OHJAAJILLE

Hei,

aiot osallistua opinnäytetyöhöni ”Näkökulmia kehitysvammaisten tanssin ohjaamiseen”. Tulen haastattelemaan ohjaajia ja käymään keskustelua liittyen tanssitunteihin. Ajatuksiasi ja mielipiteitäsi ei tulla lainaamaan suoraan opinnäytetyössä, mutta ne voivat kuulua minun tekemissäni päätelmissäni. Opinnäytetyö lähetetään osallistuneille ohjaajille tarkistettavaksi ennen hyväksyttäväksi lähettämistä.

Toivon, että suhtaudut myönteisesti pyyntööni.

Ystävällisesti

Jenni Honkamaa
Tanssinopettaja opiskelija
Turun ammattikorkeakoulu
+358504925730
jenni.honkamaa@windowslive.com

—

Yksi rasti ruutuun, kiitos! [X]

[] Kyllä, suostun, että ajatukseni ja mielipiteeni saavat kuulua opinnäytetyön tekijän päätelmissä.