

Opinnäytetyö (YAMK)

Sosiaali- ja terveysalan ylempi AMK-tutkinto, kulttuurihyvinvointi

2023

Milla Hutri ja Tove Simolin

# Keholla keskustellen

– taidelähtöiset menetelmät kehollisen itseilmaisun ja vuorovaikutuksen tukena henkilöillä, joilla on afasia



Opinnäytetyö (YAMK) | Tiivistelmä

Turun ammattikorkeakoulu

Sosiaali- ja terveystieteiden ylempi AMK-tutkinto, kulttuurihyvinvointi

2023 | 81 sivua, 3 liitesivua

Milla Hutri ja Tove Simolin

## Keholla keskustellen

- taidelähtöiset menetelmät kehollisen itseilmaisun ja vuorovaikutuksen tukena henkilöillä, joilla on afasia

Kehittämistoiminnan tarkoituksena oli kehittää taidelähtöistä ryhmätoimintaa henkilöille, joilla on afasia. Toimeksiantajana oli Aivoliitto ry. Tavoitteena oli selvittää valittujen taidelähtöisten menetelmien soveltuvuutta kohderyhmälle itseilmaisun ja vuorovaikutuksen välineenä. Pilottiryhmä kokoontui viisi kertaa keväällä 2022. Taidelähtöisinä menetelminä käytettiin musiikki- ja liikeimprovisaatiota sekä pantomiimia. Tässä laadullisessa opinnäytetyössä kulki rinnakkain tutkimusprosessi ja kehittämisprosessi. Tutkimusmenetelminä olivat osallistuva havainnointi ja palautelomake. Kehittämismenetelmä oli osallistava ja kokeileva toiminta, jossa kehojanaan käytettiin valituissa harjoitteissa palautteen keräämiseen ja toiminnan kehittämisen välineenä.

Osallistujat arvioivat, että ryhmätoiminta pääsääntöisesti vahvisti heidän kykyään toimia vuorovaikutuksessa, että he pystyvät hyödyntämään opittuja keinoja arjessa ja että he rohkaistuivat käyttämään kehoaan kommunikoinnissa. Ryhmätoiminnassa havaitut itseilmaisun ja vuorovaikutuksen ilmiöt olivat sosiaalinen tuki, läsnäolo, yhteistyö, kehollinen kommunikointi, itsen ja oman toiminnan reflektointi sekä myönteinen ilmapiiri. Osallistujien kehollisen palautteen perusteella harjoitusten mielekkyys, kyky ilmaista itseään ja ymmärretyksi tuleminen kokemukset lisääntyivät toiminnan sisältöjen kehittyessä.

Asiasanat:

itseilmaisuus, vuorovaikutus, sanaton viestintä, taidelähtöiset menetelmät, afasia

Master's Thesis | Abstract

Turku University of Applied Sciences

Master of Culture and Arts, Creative wellbeing

2023 | 81 pages, 3 pages in appendices

Milla Hutri and Tove Simolin

## Arts-based methods supporting bodily communication

- self-expression and interaction for people with aphasia

The purpose was to develop arts-based group activities for people with aphasia. The commissioner was the Finnish Brain Association. The goal was to discover if the selected arts-based methods are suitable for the target group for self-expression and interaction. Pantomime, musical and movement improvisation were used as arts-based methods in the five pilot group meetings. The research and the development process ran parallel in this qualitative thesis. Participant observation and a feedback form were used as research methods. The development methodology was participative and experimental activity, where a physically created line functioned as a feedback method giving the participants the ability to influence the shaping of group activities.

The participants estimated that group activities have generally strengthened their ability to interact, that they can use the learned methods in everyday life, and that they have been encouraged to use their bodies in communication. The phenomena of self-expression and interaction observed were social support, presence, cooperation, bodily communication, self-reflection and reflection of self-conduct and a positive atmosphere. Based on the field diary and bodily feedback, the meaningfulness of the exercises, the ability to express oneself and the experience of being understood increased as the content developed.

Keywords:

self-expression, interaction, nonverbal communication, arts-based methods, aphasia

# Sisältö

<b>1 Johdanto</b>	<b>7</b>
<b>2 Aivoverenkiertohäiriöt muuttavat toimintakykyä</b>	<b>10</b>
<b>3 Taide hyvinvoinnin tukena</b>	<b>12</b>
3.1 Taide- ja kulttuuritoiminta vuorovaikutuksen avaimina	12
3.2 Kokemuksellisuus hyvinvoinnin keskipisteenä	14
<b>4 Vuorovaikutuksen monikanavaisuus</b>	<b>17</b>
4.1 Vuorovaikutus ilmiönä	17
4.2 Afasia ja epäsymmetriset vuorovaikutustilanteet	19
4.3 Monikanavainen vuorovaikutus turvaa saavutettavuutta	22
<b>5 Kehollinen vuorovaikutus siltana yhteyteen</b>	<b>25</b>
5.1 Sanaton eli nonverbaalinen viestintä	25
5.1.1 Osoittavat eleet	27
5.1.2 Katse	28
5.1.3 Kosketus	29
5.1.4 Ääni	30
5.2 Peilisolujärjestelmä ja kehollinen resonanssi	31
<b>6 Taidelähtöiset menetelmät vuorovaikutuksen tukena</b>	<b>33</b>
6.1 Kuvat vuorovaikutuksen tukena	33
6.2 Improvisointi kannattelee kohtaamisia	34
6.2.1 Musiikki-improvisaatio	36
6.2.2 Liikeimprovisaatio	38
6.3 Pantomiimia leikin varjolla	40
<b>7 Kehittämistoiminnan tarkoitus, tavoitteet ja menetelmät</b>	<b>43</b>
7.1 Kehittämistoiminnan tarkoitus ja tavoitteet	43
7.2 Tutkimusmenetelmät	44
7.2.1 Havainnointi	45
7.2.2 Palautekysely	46

7.3 Kehittämismenetelmät	48
<b>8 Ryhmätoiminta</b>	<b>50</b>
8.1 Ryhmätoiminnan markkinointitapaamiset	50
8.2 Ryhmäkertojen rakenne	51
8.3 Taidelähtöiset harjoitukset	52
<b>9 Analysointi ja tulokset</b>	<b>54</b>
9.1 Tutkimusaineiston analysointi	54
9.2 Tutkimustulokset	55
9.2.1 Kehollista keskustelua	56
9.2.2 Itseilmaisun ja vuorovaikutuksen ilmiöitä	57
9.3 Ryhmätoiminnan kehittämisen prosessi	60
9.3.1 Ohjaukselliset ratkaisut	60
9.3.2 Kehollinen palaute	63
<b>10 Eettisyys ja luotettavuus</b>	<b>69</b>
10.1 Parityöskentely ja ohjausosaaminen	69
10.2 Tutkimus- ja kehittämismenetelmien luotettavuus	70
<b>11 Yhteenveto ja pohdinta</b>	<b>73</b>
<b>Lähteet</b>	<b>77</b>

## **Liitteet**

Liite 1. Palautekyselyn tulokset osa 1.

Liite 2. Itseilmaisun ja vuorovaikutuksen ilmiöt.

Liite 3. Palautekyselyn tulokset osa 2.

## **Kuvat**

Kuva 1. Kuvatuetun keskustelun avulla osallistujat pääsivät vaikuttamaan valittuihin taidelähtöisiin menetelmiin. Kuva: Tove Simolin.

Kuva 2. Musiikki-improvisaatioharjoituksessa osallistujat tutustuivat soittimiin tuottaen ääntä soittimista myös epätavanomaisilla tavoilla. Kuva: Milla Hutri.	38
Kuva 3. Liikeimprovisaatioharjoituksessa peilattiin toisen tekemää liikettä. Näin osallistujat vahvistivat ymmärtävänsä toisen ilmaisua. Kuva: Tove Simolin.	39
Kuva 4. Humoristisia tilanteita syntyi vuorovaikutteisissa pantomiimiharjoituksissa, kuten kuvan kirurgi leikkaamassa potilasta. Kuva: Milla Hutri.	41
Kuva 5. Palautekyselyn viisi vastausvaihtoehtoa hymiöinä kuvattuina myönteisimmästä negatiivisimpaan ilmaisuun (Aivoliitto 2022).	47
Kuva 6. Äänimaisemaharjoituksessa osallistujat liittivät omaa musisointiaan osaksi muiden tuottamia ääniä. Kuva: Tove Simolin.	53
Kuva 7. Ryhmätoiminnassa kehollinen vuorovaikutus näkyi muun muassa katsomisena ja nojautumisena toista kohti. Kuva: Milla Hutri.	59
Kuva 8. Ohjeistusten ymmärrettävyyteen vaikutti ohjauksen monikanavaisuus. Kuva: Milla Hutri.	62
Kuva 9. Vuorovaikutteinen pantomiimiharjoitus, jossa morsian ja sulhanen astelevat yhdessä alttarille. Kuva: Milla Hutri.	65
Kuva 10. Ensimmäisen ryhmäkerran kehojana-palaute kysymyksestä: "Tuntuiko harjoitus mielekkäältä?". Kuva: Milla Hutri.	66
Kuva 11. Viimeisen ryhmäkerran kehojana-palaute kysymyksestä: "Tuntuiko harjoitus mielekkäältä?". Kuva: Milla Hutri.	66
Kuva 12. Ensimmäisen ryhmäkerran kehojana-palaute kysymyksestä: "Saitko kontaktia muihin ryhmäläisiin?". Kuva: Milla Hutri.	66
Kuva 13. Viimeisen ryhmäkerran kehojana-palaute kysymyksestä: "Onnistuitko ilmaisemaan itseäsi?". Kuva: Milla Hutri.	67
Kuva 14. Ensimmäisen ryhmäkerran kehojana-palaute kysymyksestä: "Tulitko kuulluksi?". Kuva: Milla Hutri.	67
Kuva 15. Viimeisen ryhmäkerran kehojana-palaute kysymyksestä: "Tulitko ymmärretyksi?". Kuva: Milla Hutri.	67
Kuva 16. Vuorovaikutteisissa pantomiimiharjoituksissa ymmärtämisen sanallinen vahvistaminen oli osallistujille tärkeää liikkeellisen mallinnuksen lisäksi. Kuva: Tove Simolin.	75

# 1 Johdanto

Joka päivä 68 suomalaista sairastuu aivoverenkiertohäiriöön. Osalle heistä jää sen seurauksena pysyviä fyysisiä ja kognitiivisia haittoja. Puheen ja kielen häiriö, afasia, koskettaa niitä aivoverenkiertohäiriön sairastaneita, joilla aivojen vaurioalue on puheen ja kielen muodostumiselle keskeisillä alueilla. (Aivoliitto 2022.) Afasiaan liittyy keskeisesti puheen tuoton ja ymmärtämisen ongelmia, jolloin toisenlaiset ilmaisukeinot kuten kehollisuus korostuvat (Papunet 2020). Taidelähtöisten menetelmien, esimerkiksi liikeimprovisaation, avulla voisi olla mahdollista tukea afasia-asiakkaiden ilmaisuvoimaisuutta muutoin kuin sanallisin keinoin. Yhdenvertaisuuslakiin nojaten opinnäytetyön aihe on tärkeä, sillä jokaisella tulee olla mahdollisuus olla vuorovaikutuksessa ja ilmaista itseään toimintakyvystä riippumatta.

Taidetta voi soveltaa sosiaali- ja terveydenhuollon eri asiakasryhmissä, ja taidelähtöisen työskentelyn tavoitteena on tällöin lisätä osallistujien hyvinvointia ja edistää sosiaalista kanssakäymistä (Korhonen & Airaksinen 2014, 16–17). Taidelähtöistä toimintaa, kuten soveltavaa teatteria, tarjotaan erilaisten hankkeiden ja yhteistöiden kautta erityis- ja vammaisryhmille. Toimintaa on kohdennettu ja pilotoitu esimerkiksi kehitysvammaisille tai muistisairautta sairastaville. Tästä esimerkkinä on muun muassa Kehitysvammaisten tukiliiton ja Teatteri telakan kehittämä ryhmätyöskentelyn muoto ”Teatterista voimaa vuorovaikutukseen” -toiminta (Tukiliitto 2022).

Tähän opinnäytetyöhön sisältyvän Keholla keskustellen -kehittämistoiminnan tarkoituksena oli mahdollistaa harrasteryhmä henkilöille, joilla on afasia. Keholla keskustellen -ryhmässä käytettiin vuorovaikutuksen ja itseilmaisun tukena luovia taidelähtöisiä menetelmiä. Kehittämistoiminnan tavoitteena oli selvittää valittujen taidelähtöisten menetelmien soveltuvuutta itseilmaisun ja vuorovaikutuksen välineenä. Opinnäytetyö vastasi toteutetun kehittämistoiminnan pohjalta seuraaviin kysymyksiin: miten asiakkaat, joilla on afasia, kokevat taidelähtöiset menetelmät itseilmaisun ja vuorovaikutuksen

välineenä sekä millaisia ilmiöitä osallistujien vuorovaikutuksessa ja itseilmaisussa havaittiin taidelähtöisten toimintojen aikana.

Opinnäytetyö päädyttiin tekemään parityönä sen toiminnallisen luonteen vuoksi. Molemmilla opinnäytetyön tekijöillä on kokemusta sekä fysioterapiatyöstä että erityisryhmien kanssa toimimisesta. Työn laadun takaamiseksi yhteistyö erityisryhmänohjauksessa ja uusien menetelmien käyttämisessä koettiin tarpeelliseksi. Toisella meistä opinnäytetyön tekijöistä, Milla Hutrilla, oli kokemusta kuntouttavasta seniorityöstä. Lisäksi improvisaatioteatteri ja musiikkiopiston opinnot ovat kuuluneet hänen pitkäaikaisiin harrastuksiinsa. Toisella meistä opinnäytetyön tekijöistä, Tove Simolinilla, oli kokemusta neurologisesta ryhmämuotoisesta kuntoutustyöstä aivoverenkiertohäiriön sairastaneiden parissa Aivoliitto ry:ssä. Lisäksi tanssipedagogiikan opinnot ovat tukeneet hänen luovaa työskentelyään kohderyhmän parissa. Kehittämissyhteistyömme syntyi ammatillisen kokemuspohjan ja samankaltaisten kehittämissintressien kohdatessa sopivalla tavalla. Päädyimme kehittämistyössä toimimaan yhteisen osaamisemme vuoksi myös improvisaatioon painottuvan Keholla keskustellen -pilottiryhmän ohjaajina.

Tutkimus- ja kehittämistoiminnalla haluamme osoittaa, että taidelähtöiset menetelmät voivat tukea itseilmaisua ja vuorovaikutusta niin ryhmätoiminnassa kuin arjen tasolla henkilöillä, joilla on afasia. Tutkimalla ryhmätoiminnassa havaittuja ilmiöitä osallistujien itseilmaisussa ja vuorovaikutuksessa tahdomme selvittää, voivatko musiikki- ja liikeimprovisaatioon sekä pantomiimiin pohjautuvat taidelähtöiset harjoitteet soveltua palvelemaan näitä tavoitteita. Pilottiryhmä kokoontui viisi kertaa kevään 2022 aikana. Ryhmäkerran kesto oli 2,5 tuntia. Ryhmätoimintaan osallistui neljä seniori-ikäistä aikuista henkilöä, jolla on afasia.

Opinnäytetyössä lähdeaineistoon pohjautuva teoreettinen viitekehys esitellään luvuissa 2–6. Näissä luvuissa tarkastellaan aivoverenkiertohäiriötä, taiteen ja kulttuurin merkitystä hyvinvoinnissa, vuorovaikutuksen monikanavaisuutta, kehollista vuorovaikutusta sekä käytännön osuuteen valittuja taidelähtöisiä menetelmiä. Luvuissa 7–9 avataan rinnakkain kulkevat prosessit, joista toinen

on tutkimusprosessi ja toinen kehittämisprosessi. Tutkimusprosessilla pyritään vastaamaan tutkimuskysymyksiin (luku 7), ja kehittämisprosessi kertoo ryhmätoiminnan kehittämisen vaiheista (luku 8). Molemmat liittyvät keskeisesti työn tavoitteiden saavuttamiseen. Opinnäytetyön tarkoitus, tavoitteet sekä tutkimus- ja kehittämismenetelmät määritellään tarkemmin luvussa 7. Aineiston analyysi ja tulokset esitellään kappaleessa 9. Viimeisissä luvuissa 10 ja 11 pohditaan työn eettisyyttä ja luotettavuutta, sekä tarkastellaan miten tuloksia voisi hyödyntää jatkossa.

## 2 Aivoverenkiertohäiriöt muuttavat toimintakykyä

Aivoverenkiertohäiriöllä tarkoitetaan tapahtumaa, jossa aivojen verenkierto lakkaa verisuonitukoksen seurauksena, tai vaihtoehtoisesti aivoverisuoni rikkoutuu aiheuttaen hallitsematonta verenvuotoa aivoissa (Aivoliitto 2022). Ammatillisen tietämyksemme mukaan näissä molemmissa tapauksissa aivoverenkiertohäiriö muuttaa aivojen toimintaa ja näin ollen kehon toimintoja ja ihmisen toimintakykyä. Aivoverenkiertohäiriön sairastaneista osalle jää erilaisia fyysisiä ja kognitiivisia toimintakyvyn haasteita.

Afasia on kielellinen häiriö, joka toisinaan saattaa olla seurausta aivoverenkiertohäiriöstä. Afasiaan liittyy keskeisesti vaikeus ymmärtää tai tuottaa puhuttua tai kirjoitettua kieltä. Afasia voi olla lähes huomaamaton tai vaikeusasteeltaan sellainen, että kaikista kielellisistä toiminnoista suoriutuminen on hyvin haasteellista. Afasia ilmenee erilaisilla tavoilla eri ihmisillä. Puhe voi joillakin olla työlästä ja hidasta, jolloin puheen tuottamiseen tarvitaan paljon aikaa. Joillakin puhe on runsasta ja nopeatempoisempaa, mutta sisältää paljon asiayhteyden outoja tai vääriä sanoja. Näiden haasteiden takia toisilla voi olla vaikeuksia ymmärtää henkilön, jolla on afasia, tuottamaa puhetta. (Atula 2019.)

Aivoverenkiertohäiriön jälkeinen kielellinen häiriö, afasia, haastaa siis eriasteisesti kommunikointi- ja vuorovaikutustilanteita. Afasiassa puhe ja sen ymmärtäminen eivät suju enää kuten ennen aivoverenkiertohäiriön sairastamista. Afasian takia yhteyden muodostaminen muihin ihmisiin tavanomaisin viestinnällisin keinoin usein vaikeutuu. (Aivoliitto 2022.) Ajatteleminen, että yksilön tarve kurottaa kohti toista ihmistä ei kuitenkaan poistu sairauden myötä. Sen vuoksi keksittävä uusia väyliä sosiaaliseen kohtaamiseen, kontaktiin ja ajatusten vaihtoon.

Ammatillisen kokemuksemme mukaan aivoverenkiertohäiriön jälkeiset fyysiset toimintakyvyn haasteet näyttäytyvät aivoverenkiertohäiriön sairastaneilla eri tavoin. Sairastettu aivoverenkiertohäiriö voi vaikuttaa muun muassa tuntoaistipalautteen käsittelyyn, lihasjänteveyteen, yksittäisten lihasten tai lihasryhmien aktivoitumiseen ja tehontuottotoimintoihin. Toimintakyvyn haasteet

saattavat ilmetä esimerkiksi kehon käytössä muun muassa epätavanomaisina liikemalleina, tasapainonhallinnan vaikeuksina, kehon symmetrian muutoksina tai epätasaisena kehon kuormittumisena. Nämä saattavat johtaa liikkumisen hidastumiseen ja hankaloitumiseen.

Fysioterapeuttiseen kokemukseemme pohjaten voimme todeta, että toimintakyvyn muutokset usein haastavat yksilön tapaa käyttää kehoaan ja vaikeuttavat monia aiemmin automaattisiksi muodostuneita liikemalleja. Elämän varrella muotoutuneet kehollisesti yksilölliset liikemallit vapauttavat valtavasti yksilön kapasiteettia käsitellä jatkuvaa aistinvaraista informaatiota muun muassa ympäristöstä ja muista ihmisistä. Automatisoidut toiminnot tekevät usein kaikenlaisesta toiminnasta sujuvampaa. Jos ne muuttuvat äkillisesti, on yksilön käytettävä runsaasti voimavaroja niiden uudelleen oppimiseksi.

Ammatillisen kokemustietomme valossa aivoverenkiertohäiriön jälkeiset kehon muutokset usein käynnistävät muutoksia myös muilla elämänalueilla. Muuttunut keho voi vaikuttaa välillisesti yksilön sosiaalisiin suhteisiin ja muihin ympäristötekijöihin. Suhde toisten kehoihin muuttuu väistämättä.

Aivoverenkiertohäiriön sairastanut saattaa tarvita enemmän fyysistä apua toisilta ihmisiltä tai erilaisia apuvälineitä liikkuaan turvallisesti erilaisissa ympäristöissä. Yksilö saattaa kokea tarpeelliseksi määrittää tai rajata uudelleen oman kehollisen reviirinsä. Aiemmin itselle sopivalta tuntuva etäisyys toisiin ja kehollinen asettautuminen suhteessa toisten keholliseen läsnäoloon saattavat olla hetkellisessä murroksessa. Lisäksi kyky esimerkiksi käyttää eleitä ja ilmeitä itseilmaisun tukena saattaa vaatia uudelleen harjoittelua. Aivoverenkiertohäiriön sairastaneelle usein oleellista uudessa elämäntilanteessa on löytää itselle soveltuvia tapoja toimia muiden ihmisten kanssa henkilökohtaisesti riittävän merkityksellisellä ja tyydyttävällä tavalla.

### 3 Taide hyvinvoinnin tukena

Seuraavissa alaluvuissa esitellään tutkimustuloksia taiteen ja kulttuurin hyödyntämisestä henkilöillä, joilla on afasia. Lisäksi tarkastellaan yksilön hyvinvointia kokemuksellisuuden, vuorovaikutuksen ja yhteisöllisyyden rakentumisen näkökulmasta.

#### 3.1 Taide- ja kulttuuritoiminta vuorovaikutuksen avaimina

Tutkimukset ovat etenkin viime vuosikymmeninä osoittaneet kiistatonta näyttöä siitä, että aivoinfarktin jälkeinen musiikin kuuntelu edistää henkilön kognitiivisten toimintojen kuntoutumista. Lisäksi musiikin kuuntelu aktivoi laajasti aivojen hermoverkkoa ja vaikuttaa aivojen fysiologiseen rakenteeseen. Tämän aktivoitumisen on todettu vaikuttavan suotuisasti muun muassa henkilön keskittymiskykyyn, mielialaan ja muistitoimintoihin, toisin sanoen aivojen hyvinvoinnin lisääntymiseen. (Sihvonen ym. 2014, 1852, 1856.) Särkämön (2018, 416) tutkimuskatsauksen mukaan osallistuminen viikoittaiseen kuoroharjoitteluun paransi itseluottamusta, mielialaa, motivaatiota ja vuorovaikutusta henkilöillä, joilla oli aivoverenkiertohäiriön jälkeinen afasia (Särkämö 2018, 416).

Viime vuosien aivokuvantamistutkimuksissa on paljon tutkittu musiikin vaikutuksia aivoverenkiertohäiriön jälkeiseen terveyden edistämiseen ja kuntoutumiseen. Sen sijaan ei ole vielä paljoakaan tutkittu taiteen ja kulttuurin vaikutusta henkilöiden, joilla on afasia, hyvinvointiin ja terveyteen. Aivoverenkiertohäiriön jälkeisessä afasiassa kielelliset vuorovaikutuksen haasteet ovat keskiössä, ja henkilön on nojaututtava sosiaalisessa kanssakäymisessä usein puhetta tukeviin ja korvaaviin menetelmiin. Voisiko musiikin lisäksi myös muunlainen taide- ja kulttuuritoiminta auttaa aivoverenkiertohäiriön jälkeisen afasian kanssa elävää henkilöä koetuissa vuorovaikutuksen pulmissa ja koetun hyvinvoinnin edistämisessä? Aivoverenkiertohäiriön jälkeisen afasian aiheuttamista kielellisistä haasteista

huolimatta kehon kyvykkyys ja kaikki jäljelle jäävä toiminnallisuus on edelleen yksilön käytössä. Keho on ilmaisuvoimainen monin eri tavoin.

Liisa Laitisen (2017) kirjallisuuskatsauksen mukaan taide- ja kulttuuritoiminta lisäävät tutkitusti sosiaalista osallistumista ja lieventävät yksinäisyyttä. Lisäksi yhteisöllinen ja osallistava taidetoiminta saattavat lisätä sosiaalista vuorovaikutusta ja kokemusta nähdä ja kuulla tulemisesta. Sosiaalisia taitoja on mahdollista oppia ja kehittää taiteellisen toiminnan kautta. Taidelähtöinen toiminta edesauttaa yksilön sosiaalisten verkostojen monipuolistumista, joita voi hyödyntää omassa arjessa. (Laitinen 2017, 32.) Jo opetusministeriön vuonna 2010 julkaisemassa ehdotuksessa Taiteesta ja kulttuurista hyvinvointia -toimintaohjelmassa Hanna-Liisa Liikasen (2010, 65) mukaan kulttuuri vaikuttaa yksilön hyvinvointiin muun muassa elämänhallintaa lisäävänä tekijänä. Tätä hän perustelee sillä, että kulttuuriset harrasteryhmät vahvistavat yhteisöjen yhteenkuuluvuutta. Tämän lisäksi Liikasen esittää, että taide- ja kulttuuritoiminta ovat merkittävä osa yksilön hyvän elämän kokemusta, tukevat henkilöä hallitsemaan omaa arkea ja aktivoivat yksilöidenväliseen kanssakäymiseen. (Liikasen 2010, 65.)

Keholla viestitään niin tietoisella kuin tiedostamattomallakin tavalla vuorovaikutustilanteissa. Oman kehon kautta viestitään ja tulkitaan tiedostamatta omia ja toisen kehollisia viestejä, kuten tunnetiloja, yhteyden tarvetta ja reaktioita. Tämä niin sanottu olemuskieli voi muodostua keskeiseksi ilmaisukeinoksi esimerkiksi henkilöillä, joilla on aivoverenkiertohäiriön tai aivovamman seurauksena afasia. Kehollista ilmaisua voidaan myös hyödyntää tietoisesti esimerkiksi kosketuksen sekä eleiden ja ilmeiden avulla. Kehon käytöllä voidaan havainnollistaa ja täydentää omaa ilmaisua, ja sitä kautta edistää keskinäisen ymmärryksen saavuttamista, vastavuoroisuutta ja onnistunutta vuorovaikutusta. (Papunen 2020.)

Kehollisuus ilmaisun välineenä on kohderyhmämme kannalta oleellista jo sen vuoksi, että kielellinen eli verbaalinen ilmaisu on muuttunut sairastamisen myötä aiempaa rajallisemmaksi afasian takia. Ajatteleminen, että keho ja sen rikas aistimaailma tarjoavat tutkittavaksi polkuja, jotka yhdessä koettuina voisivat

tuottaa arvokasta sanatonta ymmärrystä, näkyväksi tulemisen kokemusta ja vahvistaa yhteisöllisyyden kokemusta. Onnistuessaan vuorovaikutus voi laajentaa uusia näköaloja ja parhaimmillaan synnyttää parempaa itsen ja toisten ymmärtämistä. On perusoikeus tulla nähdyksi ja kuulluksi sekä kokea olevansa osa yhteisöä. Kehollinen luova toiminta ja kehollisen ilmaisun rikastuminen saattaisivat siis olla kehittämistoiminnan kohderyhmälle merkityksellistä sairauden myötä muuttuneen arjen kannalta.

Teoreettisen viitekehyksen valossa on merkityksellistä tutkia ja kehittää, miten henkilö, jolla on aivoverenkiertohäiriön jälkeinen afasia, voisi hyötyä taidelähtöisestä toiminnasta itseilmaisun ja vuorovaikutuksen tukena. Muuttuneessa elämäntilanteessa uusien ilmaisukeinojen käyttöönotto ei kuitenkaan ole yksiselitteistä vaan vaatii uuden opettelua ja rohkaistumista. Voisiko luova kokemuksellinen toiminta rohkaista kohderyhmää arjen ilmaisun rikastamisessa? Olisiko mahdollista, että erilaisin taidelähtöisin menetelmin tehdyt harjoitteet koetaan kohderyhmässä mielekkäinä ja merkityksellisinä? Löydetäänkö yhdessä toimiessa sopivia ilmaisun keinoja, jotka olisivat jääneet ehkä sairastumisen myötä unohduksiin?

### 3.2 Kokemuksellisuus hyvinvoinnin keskipisteenä

Maailman terveysjärjestö WHO julkaisi vuonna 2019 laajan raportin taiteen ja kulttuurin hyvinvointivaikutuksista (Fancourt & Finn 2019). Nostamme raportista seuraavaksi opinnäytetyömme kannalta olennaisia hyvinvointivaikutuksia esille.

Taidetoiminta aktivoi aisteja, herättelee mielikuvituksen käyttöön, herättää tunteita, stimuloi kognitiivisesti ja voi tukea fyysisiä toimintoja. Nämä tekijät eli komponentit voivat saada aikaan erilaisia vasteita. Psykologisen tason vasteita ovat esimerkiksi minäpystyvyyden vahvistuminen ja selviytymiskeinojen kehittyminen. Taidetoiminta on kytköksissä hyvinvoinnin sosiaalisiin tekijöihin. Sosiaalisia vasteita ovat yksinäisyyden väheneminen ja sosiaalisen tuen sekä pääoman lisääntyminen. Taiteen komponenttien fysiologisia vasteita ovat muun

muassa erilaisten taitojen kehittyminen. (Taikusydän 2019; Fancourt & Finn 2019.)

Taiteen ja kulttuurin hyvinvointivaikutusten kannalta erityisesti ikääntyneillä toisten seuran tarve saattaa korostua, jos sukulaiset asuvat kaukana ja muut kontaktit haurastuvat menetysten ja sairauksien vuoksi. Kokemuksien, muistojen, ajatusten ja haaveiden jakaminen muille on tärkeää, sillä sosiaalinen pääoma on sellaista, jota voi kasvattaa vain yhteydessä muiden kanssa. (Uusitalo-Malmivaara ym. 2014, 175.) Ikääntyneellä väestöllä kulttuurillinen osallisuus vähentää riskiä masennuksen kehittymiseen (Taikusydän 2019).

Kulttuurihyvinvointi on käsite, joka liittyy olennaisesti taide- ja kulttuuri-toiminnassa tutkitusti todettuihin hyvinvointivaikutuksiin. Liisa-Maria Lilja-Viherlampi ja Anna-Mari Rosenlöf (2019, 21–22) määrittelevät kulttuurihyvinvoinnin muun muassa yksilölliseksi ja yhteisölliseksi kokemukseksi kulttuurista ja siihen osallistumisesta. Sen nähdään myös sisältävän arjen kulttuurisuuden, henkilökohtaisesti koetun kulttuurisuhteen ja oikeuden taiteen ja kulttuurin kokemiseen. Kulttuurihyvinvointi on määritelmän mukaan myös lähestymistapa, joka tunnistaa taiteen ja hyvinvoinnin laajasti tutkitut yhteydet. Taiteen ja kulttuurin nähdään kytkeytyvän ihmisen hyvinvointiin koko hänen elinkaarensa ajan. (Lilja-Viherlampi & Rosenlöf 2019, 21–22.)

Kulttuurin ja taiteen kokemisen ajatellaan kytkeytyvän elämysten kokemiseen. Elämys on tunnereaktion kaltainen tasapainon tilaan pyrkivä ruumiillinen, dynaaminen ja rytmisen kokemus. Elämysten nähdään synnyttävän emootioita eli tunteita, jotka toimivat kulttuurin ja terveyden yhdyspinnalla. Elämykset vaikuttavat aivoissa psykofysiologiseen säätelyjärjestelmään tasapainottaen sen toimintaa. (Uusitalo-Malmivaara ym. 2014, 171.) Ammatillisen tietämyksemme mukaan kyse on kehomme hermoston toiminnasta, tarkemmin autonomisesta hermostosta ja sen tasapainottumisesta. Elämysten kokeminen on yhteydessä siis sekä psyykkisiin että fyysisiin toimintoihimme.

Ihmisen hyvinvointi on yhteydessä siihen, että hän saa olla merkityksellinen, toimiva ja kokeva subjekti sekä aktiivinen osallistuja omassa elämässään.

Osallisuuden ja hyvinvoinnin kokemuksen ajatellaan kasvavan sitä enemmän, mitä paremmin voimme ilmaista tunteitamme ja tarpeitamme muille. Luovan yhteisen toiminnan kautta mahdollistuu oman kokemuksen jakaminen muille eli vuorovaikutteinen toiminta. (Huhtinen-Hildén & Karjalainen 2019, 13–14.) Kokemus erityisryhmien kanssa toimimisesta ja tieto kehittämistoiminnan kohderyhmän erityistarpeista ovat kokemuksemme mukaan tämän työn avainasemassa. Ei välttämättä niinkään se, minkälaista taide- ja kulttuuritoimintaa kokeillaan.

Liikanen (2010, 61) valottaa laajasti myös kansainvälistä tutkimusta kulttuurin terveys- ja hyvinvointivaikutuksista. Opetusministeriön toimintaohjelmassa avataan erilaisia kehittämishankesisältöjä ja niiden tuloksia kulttuuritoimintaa sisältäneistä kokonaisuuksista. Opetusministeriön ehdotuksessa esitellään kulttuurin merkityksiä eri ikä- ja yhteiskuntaryhmien näkökulmasta. Liikanen kirjoittaa muun muassa siitä, että tutkimusten mukaan ilmaisutaitojen kehittyminen vaatii henkilöltä omakohtaista kokemista tiedon oivaltamiseksi ja oppimiseksi. Tarvitaan kokeilua, harjoittelua ja tyhjää tilaa, jotta luova ilmaisu voi yksilön kohdalla toteutua. (Liikanen 2010, 61; Ks. myös Fancourt & Finn 2019.) Koemme, että erilaiset fyysiset tai kognitiiviset toimintakyvyn haasteet eivät saisi estää taide- ja kulttuuritoimintaan kytkeytyvää kokemuksellisuutta tai oppimista. On kuitenkin löydettävä keinoja, joilla varmistetaan erilaisten erityisryhmien mahdollisuudet osallistua kulttuuri- ja taidetoimintaan. Kehittämistoimintamme tähtää myös tähän tavoitteeseen.

## 4 Vuorovaikutuksen monikanavaisuus

Suomessa asuu noin 65 000 ihmistä, joilla on todettu puhe- ja kommunikointivaikeuksia. Puhevammaisuuteen liittyy monenlaisia esteitä: kielellisiä esteitä, vuorovaikutuksellisia esteitä, tiedonsaannin esteitä, luotettavuuden esteitä ja yhteiskunnallisia esteitä. Yhteiskunnassamme arvostetaan kielellistä suoriutumista, ja tällöin on vaarana, että puhevammaiset ihmiset syrjäytyvät. Kommunikoinnin esteitä on helpompi poistaa, kun esteet tunnistetaan ja niistä on riittävästi tietoa saatavilla sekä niistä tiedotetaan. (Papunet 2019.) Koemme, että on tärkeää löytää myös muita kuin puheeseen perustuvia vuorovaikutuksen ja itseilmaisun keinoja puhevammaisille henkilöille. Näin jokaisella olisi mahdollisuus tulla ymmärretyksi, nähdyksi ja kuulluksi omalla tavallaan. Koemme, että tässä soveltavalla taiteella ja luovilla menetelmillä saattaisi olla merkitystä.

Tässä luvussa käsitellään vuorovaikutuksen monikanavaisuutta.

Ensimmäisessä alaluvussa avataan vuorovaikutusta ilmiönä ja toisessa alaluvussa sitä, millaisia ovat vuorovaikutustilanteet silloin, kun toisella keskustelijoista on verbaalisen kommunikoinnin haasteita afasian vuoksi. Kolmannessa alaluvussa käsitellään erityisryhmien kannalta monikanavaisen vuorovaikutuksen merkitystä saavutettavuuden edistämisessä.

### 4.1 Vuorovaikutus ilmiönä

Vuorovaikutus on monikanavaista ja dynaamista ja se muodostuu yhteistyössä. Tällöin keskustelutilanteen tarkoitus, merkitys ja tulkinta muodostuvat yhteisessä kontekstissa, johon vaikuttavat keskustelijoiden käyttämät monikanavaiset vuorovaikutuskeinot ja fyysinen ympäristö. (Haddington & Kääntä 2011, 153.) Monikanavainen eli multimodaalinen vuorovaikutus tarkoittaa reaaliajassa tapahtuvaa keskustelua, jossa puheen lisäksi tärkeä rooli on myös muilla vuorovaikutuksen keinoilla ymmärtämisessä ja ymmärretyksi tulemisessä. Sosiaaliseen vuorovaikutukseen ja sen onnistumiseen vaikuttavat

monet eri tekijät eli modaliteetit. Näitä keinoja kommunikoinnissa ovat muun muassa eleet, ilmeet, äänensävy, katse sekä tilanneympäristön, kuten esineiden, tilan ja paikan hyödyntäminen kommunikaation tukena. (Emt., 11.) Tämän tulkinnan perusteella pelkkä verbaalinen viestintä olisi yksinään yksiulotteista. Tavanomaisessa vuorovaikutuksessa monikanavaisuuden voidaan ajatella muodostuvan siitä, että verbaalisten viestien lisäksi ja tukena käytetään kehollisen kommunikoinnin keinoja. Verbaalinen kommunikointi ja kehollinen kommunikointi muodostavat yhdessä vuorovaikutuksesta moniaistillisemmän kokonaisuuden.

Vuorovaikutuksen ja ymmärretyksi tulemisen kannalta tärkeät keinot vaihtuvat tilanteen mukaan. Esimerkiksi jollain hetkellä puhe ja eleet vaikuttavat merkittävästi ymmärretyksi tulemisen kokemuksen saavuttamiseen, jollain toisella hetkellä taas esimerkiksi katse ja jokin esine. Vuorovaikutuksen onnistumiseen vaikuttavat muutokset vuorovaikutustilanteessa, missä tilanteessa keskinäinen vuorovaikutus tapahtuu ja mitä keskustelijat pitävät merkittävänä. (Haddington & Kääntä 2011, 34.) Tiivistettynä vuorovaikutus on viestien ilmaisemista ja välittämistä toiselle kehollisesti fyysisessä ympäristössä yhdessä äänellisten viestien kanssa, viestien vastaanottamiseen orientoitumista ja niihin reagoimista (Emt., 153).

Keskustelu pohjautuu vuoropuheluun, jossa kertojan ja kuulijan roolit vuorottelevat (Haddington & Kääntä 2011, 66). Ihmiset kommunikoivat tyypillisesti kertomusten kautta. Kertomukset toimivat tapana jäsentää maailmankuvaa ja jakaa kokemuksia muiden kanssa. (Emt., 11.) Tämän lähteen perusteella voidaan tulkita, että vuorovaikutuksen yksi avainsana on yhteistyö. Vuorovaikutus alkaa siitä, että on jotain kerrottavaa, jonka haluaisi ilmaista toiselle ihmiselle. Ei ole vuorovaikutusta, jos ei ole toista osapuolta, jolle ilmaista sillä hetkellä jokin itselle merkittävä ja ilmaisun arvoinen asia. Vuorovaikutuksen voidaan siis ajatella olevan erilaisten ilmaisuvuorojen vuorottelua. Toinen kuuntelee, tulkitsee toisen kertomaa ja vastaa kommunikaatioon omalla tavallaan. Omalla tavalla toisen kommunikaatioon vastaaminen voi tarkoittaa monta asiaa. Keskusteluun voi esimerkiksi vastata

samalla tai erilaisella kommunikaatiotavalla kuin toinen. Verbaaliseen kommunikointiin voi vastata myös kehollisesti.

Yhteistyön lisäksi vuorovaikutuksen toisena avainsana voidaan pitää yhteyttä. Tulkitsemme, että vuorovaikutus on pyrkimistä yhteyteen, ja yhteys voi olla keskustelijoista ja keskustelutilanteista riippuen hyvin erilaista. Toisen kertomaa voidaan esimerkiksi vahvistaa tai esittää oma ja mahdollisesti eriävä näkemys asiaan. Vuorovaikutus voi olla muodoltaan vapaamuotoista tai strukturoitua. Keskusteluyhteys voi keskeytyä, mutta yhteyteen voidaan myös palata. Yhteys on siis ikään kuin kuminauha, joka venyy, kiristyy, katkeaa ja uudistuu aina tilanteen mukaan.

#### 4.2 Afasia ja epäsymmetriset vuorovaikutustilanteet

Vuorovaikutuksen asiantuntijoiden mukaan vain 10–25 prosenttia kokonaisvuorovaikutuksesta on sanallista ja sanattoman vuorovaikutuksen merkitys korostuu tilanteissa, joissa sanat ja sanallinen viesti ovat ristiriidassa. Mitä vähemmän sanat merkitsevät, sitä tärkeämmäksi muuttuu sanaton viestintä. Vaikka ihminen pystyisi tuottamaan vain muutamia sanoja, hän tulkitsee muiden aistien avulla ympäristöään. Tämä mahdollistaa vuorovaikutuksen. (Korhonen & Airaksinen 2014, 237–238.)

Koemme, että afasiasta huolimatta henkilön tarve vuorovaikutukselle, itseilmaisulle ja kuulluksi tulemiselle ei ole muuttunut, vaikka verbaalinen kommunikointi on vaikeutunut. Miten ilmaista itseään ja olla vuorovaikutuksessa toisten kanssa, kun ei pystykään enää kommunikoimaan sujuvasti sanallisesti samaan tapaan kuin aiemmin? Yhteiskunnassamme saattaa ajautua tällöin epäsymmetrisiin vuorovaikutustilanteisiin, kun kyvyt verbaaliseen kommunikointiin eivät ole keskustelukumppaneilla samalla tasolla. Tällöin vuorovaikutus tarvitsee ympäristön ymmärrystä ja erilaisia tukitoimia onnistuakseen.

Epäsymmetrisistä vuorovaikutustilanteista puhutaan, kun toisella keskusteluun osallistujista on haasteita kielellisessä kommunikoinnissa, esimerkiksi afasian

vuoksi, ja toisella tällaisia haasteita ei ole. Tällöin puheentuotollisesti heikommassa asemassa olevat saattavat joutua korvaamaan puutteita puheilmaisussa muilla keinoilla, esimerkiksi eleillä, kun sanoja on vaikea löytää. (Haddington & Kääntä 2011, 152–155.) mukaan eleet, ilmeet ja liikkeet tukevat jokaista vuorovaikutustilannetta, joten keskusteluissa nojaututaan paljon myös keholla viestimiseen. Kokemuksemme mukaan henkilön, jolla on afasia, voi olla vaikea osallistua keskusteluun. Liian nopea puherytmi, nopea keskusteluaiheen vaihtaminen ja taas alkuperäiseen aiheeseen palaaminen luovat haasteita vuorovaikutuksen sujumiselle. Lisäksi rauhattomassa ympäristössä keskustelu voi olla hankalampaa.

Vuorovaikutustutkimuksissa on havaittu vuorovaikutuksen sopeutuvaisuus, mikä näkyy keskustelutilanteissa siinä, että kielellisesti taitavammat osapuolet pyrkivät auttamaan kielellisesti rajoittunutta. Vuorovaikutus onkin yhteistyötä, jotta tarvittava yhteisymmärrys saavutetaan. Vuorovaikutus koostuu vuorovaikutustilanteen epäsymmetrisyydestä huolimatta kuitenkin samoista peruselementeistä kuin missä tahansa keskustelutilanteessa: puheenvuorot vaihtuvat, muodostuu keskusteluosioita ja väärinymmärryksiä korjataan. (Haddington & Kääntä 2011, 152–155.)

Kokemukseemme pohjaten päättelemme, että henkilö, jolla on afasia, saattaa kokea sopeutuvaisuusilmiön köyhdyttävän hänen omaa panostaan vuorovaikutuksen toisena osapuolena. Vaikka kielellisesti taitavammalla osapuolella olisi pyrkimys hyvään ja vaikka keskustelutilanteen pyrkimyksenä olisi saavuttaa ymmärrystä, voi keskustelutilanteen osittainen epäsymmetria aiheuttaa epätasa-arvon kokemusta. Henkilö, jolla on afasia, voi kaivata ja tarvita omaan kommunikointiinsa tukikeinoja, joilla keskustelutilanteet voisivat sujua mahdollisimman tasavertaisesti. Ympäristön toiminnalla on iso rooli sujuvamman vuorovaikutuksen tukemisessa silloin, kun toisella henkilöllä on kommunikoinnin haasteita.

Epäsymmetrisissä vuorovaikutustilanteissa kasvokkain käytävä keskustelu ei etene vain ajallisena puheena, vaan keskustelu ja sen ymmärtäminen kerrostuvat monista samanaikaisista vuorovaikutuksen keinoista ja

tapahtumista. Vuorovaikutustutkimusten analyyseissä on osoitettu, että eleet eivät toimi vain tiedon välittäjinä vaan aktivoivat myös vastaanottajaa sanallistamaan tulkintansa vahvistaakseen ymmärryksensä nonverbaalisesta ilmaisusta. Epäsymmetrinen vuorovaikutus tapahtuu usein niin, että kertoja ilmaisee viestinsä käyttäen valitsemiaan vuorovaikutuskeinoja, esimerkiksi puhetta ja eleitä. Vastaanottaja tulkitsee viestin, ja kertoja vahvistaa tulleeensa ymmärretyksi tai hylkää tulkinnan. (Haddington & Kääntä, 171–172.)

Kokemuksemme mukaan afasia haastaa sekä oman kerronnan kielellistä ilmaisemista että toisen henkilön viestin ymmärtämistä, jäsentämistä ja tulkintaa. Yhteinen keskustelutilanne saattaa olla hidasta ja polveilevaa, ja yhteisessä aihepiirissä pysyminen vaatii kummaltakin osapuolelta ponnistelua ja tavanomaista aktiivisempaa osallistumista. Kommunikoinnin tueksi on tärkeä löytää yksilöllisesti sopivia kehollisiakin keinoja. Näin keskustelutilanteissa voidaan saavuttaa riittävää ymmärrystä, johon molemmat osapuolet ovat tyytyväisiä.

Kuten aiemmin on todettu, afasiasta huolimatta henkilöllä on oikeus osallistua keskusteluun, olla vuorovaikutuksessa toisten kanssa ja ilmaista mielipiteitään. Tähän vaaditaan usein kuitenkin vahva ympäristön tuki ja tietoa siitä, miten keskustelukumppania voidaan tukea keskustelun aikana. Henkilö, jolla on afasia, voi myös harjoitella erilaisia tukikeinoja keskustelussa. Koemme, että taidelähtöisien menetelmien avulla voidaan tukea ja harjoitella kehollisen kommunikoinnin käyttöä puheen rinnalla. Näin henkilöllä olisi mahdollisimman monipuolisesti keinoja ilmaista omia kokemuksia, tunteita, mielipiteitä ja ajatuksia. Lähdeaineiston perusteella voidaan todeta, että kuulluksi tulemisen kokemus vaikuttaa siihen, miten henkilö kokee merkityksellisyyttä, yhteenkuuluvuutta ja tyytyväisyyttä. Tällä on yhteys henkilön kokemaan hyvinvointiin.

### 4.3 Monikanavainen vuorovaikutus turvaa saavutettavuutta

Saavutettavuus on sitä, että huomioidaan ihmisten erilaiset tarpeet palveluiden suunnittelussa ja toteutuksessa. Taiteen ja kulttuurin saralla saavutettavuus merkitsee yhdenvertaisia oikeuksia osallistua taide- ja kulttuuripalveluihin kuluttajan, tekijän tai ammattilaisen roolissa. Yhdenvertaisuus on sitä, että kaikki ihmiset ovat samanarvoisia henkilökohtaisista ominaisuuksistaan ja toimintarajoitteistaan riippumatta. (Lahtinen ym. 2017, 1.)

Ammatillinen kokemuksemme on osoittanut, että erityisryhmän palvelun rakentamiseen liittyy erityispiirteitä, jotta toimintakokonaisuus rakentuu suunnittelun tasolta sujuvan toiminnan tasolle. Tästä näkökulmasta katsottuna saatavilla oleva palvelu ei tarkoita automaattisesti kohderyhmäänsä saavuttavaa palvelua. Koemme, että kohderyhmän erityispiirteitä vastaava palvelu vaatii ennen kaikkea kohderyhmän tarpeiden tunnistamista, sen pohjalta osaavaa toiminnan suunnittelua ja ammattimaista toteuttamista yhteistyössä kohderyhmän kanssa. Näemme tarpeelliseksi tarkastella saavutettavuutta kohderyhmälle viestimisen näkökulmasta.

Opetus- ja kulttuuriministeriön työryhmämuistioiden ja selvityksien loppuraportissa kiteytetään perustus- ja yhdenvertaisuuslakia vammaisen henkilön kannalta seuraavasti: ”Perustus- ja yhdenvertaisuuslain ohella vammaisten henkilöiden oikeuksista säädetään muun muassa laissa vammaisuuden perusteella järjestettävistä palveluista ja tukitoimista (380/1987). Laki edistää vammaisen henkilön edellytyksiä elää ja toimia muiden kanssa yhdenvertaisena yhteiskunnan jäsenenä sekä ehkäisee ja poistaa vammaisuuden aiheuttamia haittoja ja esteitä.” (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2014, 22–23.) Perustuslaissa puhutaan yleisesti myös sivistyksellisistä oikeuksista sekä oikeudesta omaan kieleen ja kulttuuriin (Lahtinen ym. 2017, 2). Pohtimisen arvoista on, käsittääkö ilmaisu omasta kielestä myös kehonkielen.

Lähdeaineiston perusteella saavutettava palvelu erityisyydestä riippumatta on perusoikeus. On tärkeä pohtia, miten erityistä tukea tarvitsevien henkilöiden kulttuuri- ja taidetoimintaan osallistumista voidaan tukea, kun kohderyhmällä on

valtaväestöstä poiketen verbaalisen viestinnän vastaanottamisen vaikeuksia. Pohtimisen arvoista on myös se, millä tavalla palvelua voidaan kehittää niin, että palveluntarjoajan viestintä kohtaa kommunikointihaasteita ja vuorovaikutuksen haasteita kokevan kanssa.

Kulttuuripolitiikan tutkimuskeskus listaa julkaisussaan (Lahtinen ym. 2017) saavutettavuuden turvaamisen toimenpiteitä. Julkaisussa pohditaan kulttuuripolitiikan näkökulmasta saavutettavan palvelun rakentamista. Yhteiskunnan moninaisuuden huomioimista pidetään lähtökohtana saavutettavalle palvelulle. Monimuotoisuuden katsotaan olevan myös tärkeää riippumatta palvelun käyttäjien toisistaan poikkeavista ominaisuuksista. Hyvällä saavutettavuudella tarkoitetaan esimerkiksi viestinnän huomioimista palvelua rakennettaessa. Sen lisäksi saavutettavuus merkitsee asenteiden, talouden, rekrytoinnin, strategioiden ja tilojen esteettömyyden tarkastelua moninaisen osallistumiskyvyn näkökulmasta. Tiedon ja elämysten tarjoaminen eri aistikanavien kautta tukee ymmärtämistä ja sitä kautta osallistumista. (Lahtinen ym. 2017.)

Kokemuksemme mukaan sekä digitaalisessa että fyysisessä kohtaamisessa tapahtuvassa viestinnässä ja vuorovaikutuksessa korostuvat kohderyhmälle sopivat eli ymmärtämistä tukevat kommunikoinnin keinot. Näitä ovat muun muassa rauhallinen ympäristö, kiireetön ilmapiiri, arvostava kohtaaminen ja selkeä kielellinen esitystapa. Verbaalista viestintää on hyvä tukea muun muassa visuaalisesti. Piirtämällä, kuvia ja tukisanoja käyttämällä, tarkoituksenmukaisilla äänenpainoilla, liikkeellisillä eleillä ja kasvoniilmeillä voidaan tukea vastaanottajan ymmärtämistä. Kun mietitään uuden ryhmätoiminnan järjestämistä henkilöille, joilla on kielellisen kommunikoinnin haasteita, ohjaajan roolilla ja ohjaajan käyttämällä viestimisen tukikeinoilla on suuri merkitys toiminnan onnistumisen kannalta.

Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisemassa kulttuuripolitiikan strategiassa määritellään kulttuuripolitiikan tavoitealueet ja tavoitteet vuodeksi 2025 seuraavasti: "Osallisuus kulttuuriin on lisääntynyt ja eri väestöryhmien erot osallistumisessa ovat kaventuneet. Kulttuurin perusta on vahva ja

elinvoimainen.” (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2017, 34.) Tällaisen tulevaisuuden vision toteutuminen on viime kädessä kiinni vammais- ja potilasjärjestöjen toimijoista ja ammattilaisista. Tietoisuuden kasvattaminen mahdollisimman esteettömän osallistumisen keinoista on tärkeää, koska käytössämme on helposti tavoitettavia ja moninaisia työkaluja muun muassa kulttuuritoimintojen kehittämiseksi.

## 5 Kehollinen vuorovaikutus siltana yhteyteen

Ihmiskeho on yksilöllinen ja yksilöllisesti koettu, merkityksiä tuottava ja merkityksiä antava kokonaisuus. Kehollinen kokemus on kehon havaintoja ja aistimista suhteessa ympäristöön. Keho on kytköksissä identiteettiin ja täynnä kokemuksia ja käsityksiä itsestä suhteessa muihin. Esimerkiksi kahden ihmisen välinen tanssi on sanatonta dialogia sisältäen kulttuurisia merkityksiä. Tanssin dialogisuus on myös omaa sisäistä vuoropuhelua sekä tiedostamattomalla että tietoisella tasolla. (Ylönen 2004, 20–24.) Keholla voidaan siis keskustella ja kehoa voidaan käyttää kahden ihmisen väliseen dialogiin. Keholla voidaan ilmaista asioita, joita voisi sanallisesti olla haastava muutoin ilmaista.

Tässä luvussa määrittelemme, mitä on sanatonta eli nonverbaalinen viestintä ja keskitymme kehittämistoimintamme kannalta keskeisiin sanattoman viestinnän muotoihin, joita ovat osoittavat eleet, katse, kosketus ja ääni. Kohderyhmän rajallisen puheentuoton ja puheen ymmärtämisen vuoksi pyrimme kehittämistoiminnan käytännön toteutuksessa hyödyntämään kyseisiä kehollisen vuorovaikutuksen keinoja sekä taidelähtöisessä ilmaisussa että ohjaamisessa. Toisessa alaluvussa avaamme myös peilisolujärjestelmän toimintaa ja kehollista resonanssia, sillä ne vaikuttavat osaltaan vuorovaikutuksessa tapahtuviin kehollisiin vasteisiin ja reaktioihin.

### 5.1 Sanaton eli nonverbaalinen viestintä

Monikanavaisen vuorovaikutuksen puheettomat keinot ovat osa nonverbaalia eli sanatonta viestintää. Nonverbaalinen eli sanatonta viestintä on iso osa kommunikaatiota. Eletutkimuksessa muun muassa huomioidaan, että eleet ovat tärkeä osa viestinnän prosesseja eikä vain kielen lisä. Kieli on yksiulotteista ja perustuu pitkälti kuuloaistiin. Niin sanottu elekieli on moniulotteisempaa, ja eleillä sekä keholla ilmaistujen merkitysten ymmärtämisessä voidaan käyttää moniaistillisia keinoja eli kuulon lisäksi myös näkö- ja tuntoaistia. (Haddington & Käätä 2011, 17.) Onkin tärkeää tiedostaa moniaistillisuuden merkitys ja pyrkiä

suhtautumaan siihen tasavertaisempana osana kommunikaatiota suhteessa verbaaliseen vuorovaikutukseen. Tällöin vahvistetaan kommunikaation tasavertaisuutta myös erityisryhmien näkökulmasta.

Keholla pystyy välittämään viestejä ja kohtaamaan toisia. Esimerkiksi kehon asento, katseen suunta ja tilankäyttö vaikuttavat olennaisesti vuorovaikutustilanteisiin. Vuorovaikutustilanteissa tullaan tilaan, asetutaan tilaan ja muodostetaan kehoilla erilaisia ryhmittymiä kuten esimerkiksi jonoja, sekä poistutaan tilasta. (Haddington & Kääntä 2011, 32–33.) Kokemuksemme mukaan kehon asennot ja oman tilan käyttö ovat kuin yksilöllinen käsiala tai uniikki allekirjoitus. Kehollista ilmaisua saattaa olla vaikeampi teeskennellä kuin puhuttua ilmaisua. Asennot, äänenpaino, hengitysrytmi ja ilmeet alleviivaavat usein haluttua viestiä, ja osa viestin painokkuudesta saattaa syntyä myös täysin spontaanisti. Keholla voidaan viestiä sitä, että halutaan tulla nähdyksi, toivotaan toisia lähelle ja pyritään muodostamaan yhteyttä toisiin. Kokemuksellisuus, ymmärrys ja oppiminen tapahtuvat kaikki väistämättä myös kehollisesti ja kehokokemusten kautta.

Dialogi on koko kehon toimintaa, johon vaikuttaa se, miten hengitämme, missä asennossa olemme, miten liikumme, mihin katsomme, missä ympäristössä olemme ja mitä ilmeitä välitämme. Ilmaisun on vastavuoroinen tapahtuma, jossa molemmat osapuolet luovat kommunikoinnin aikana käsitystä itsestään osana senhetkistä todellisuutta. Näin ollen dialogissa kuulija toimii myös ilmaisun aktiivisena muokkaajana. (Styrman & Torniainen 2018.)

Kommunikaatio on jatkuvaa mielen prosesseissa. Mieli rakentuu toiminnan kautta koko ajan suhteessa omiin sisäisiin ääniin sekä ympäristön äänimaailmaan. Kommunikoinniksi listataan puhe ja kehollinen dialogi, sisäiset autonomisen hermoston viestit sekä erilaisista vuorovaikutustilanteista kerätty kokemuksellinen tieto, jonka perusteella ennakoitaan tilanteita jatkossa. (Styrman & Torniainen 2018.) Tämän lähdetiedon perusteella kommunikaatiota tapahtuu siis vuorovaikutustilanteissa toisten kanssa, mutta myös omana sisäisenä prosessina. Kehomme aistii ja kerää tietoa, jota käsittelemme. Keho ja mieli ovat jatkuvassa vuorovaikutuksessa keskenään.

Käsityksemme mukaan kehollista vuorovaikutusta on siis kaikki, jota ilmaistemme sanattomasti. Puhuessamme kasvojen pienet lihakset ilmentävät toisille eri tunnetiloja puheen aikana. Koko kehon asento viestittää keskustelukumppanille tiettyjä mielikuvia siitä, millainen mielentilamme on ja mitä ajattelemme itsestämme tai asiasta, johon tarkkaavaisuutemme tai katseemme kohdistuu. Vaihdamme siis sanattomasti paljon informaatiota, vaikkemme puhuisi mitään. Keho ikään kuin rytmittää, voimistaa ja tukee puhettamme erilaisin liikkein.

### 5.1.1 Osoittavat eleet

Puhe ja eleet vuorovaikutuksessa täydentävät toisiaan, mutta eleet voivat myös ilmaista sellaisia merkityksiä, joihin ei tarvitse välttämättä puhetta. Esimerkiksi suuntaa kysyttäessä voidaan kysymykseen vastata pelkästään osoittamisen eleellä. (Haddington & Kääntä 2011, 153.) Henkilöt, joilla on afasia, voivat esimerkiksi käyttää osoittavia eleitä erityisesti silloin, kun heillä on vaikeuksia löytää sanallista ilmaisua jollekin asialle. Osoittava ele toimii hyvin etenkin tilanteissa, joissa asia on konkreettinen tilassa oleva esine tai kohde. Osoittamisen ele ei rajoitu vain kädellä tehtäviin eleisiin vaan myös muita ruumiinosia voidaan käyttää ikään kuin kommunikoinnin välineenä. Osoittavien eleiden lisäksi kommunikoinnissa voidaan käyttää kuvailevia eleitä kuvaamaan asioita, jotka eivät ole fyysisesti läsnä. (Emt., 159–167.) Katsetta ja eleitä, kuten käden liikettä, käytetään myös huomion kohdistamisessa itsen ja oman vuoron saamiseksi vuoropuheluissa (Emt., 31).

Voimme siis tulkita, että osoittavat eleet ovat merkityksellisiä vuorovaikutustilanteiden sujuvuuden kannalta ja niitä käytetään kiinnittämään huomio itsen, toisiin ja ymmärretyksi tulemisen kannalta merkityksellisiksi koettuihin asioihin. Opimme osoittamisen eleitä jo varhain lapsuudessa, kun opettelemme puhumaan ja ymmärtämään sanoja. Elehtimistä opitaan myös kulttuurisessa kontekstissa. Toisissa kulttuureissa esimerkiksi käsien liikkeet puheen ohessa voivat olla näkyvämpi osa kuin toisissa. Toisaalta, jos käsillä

elehtiminen ei ole ollut luonteva osa omaa ilmaisua, ei niiden käyttöönotto ole välttämättä yksiselitteistä uudessa tilanteessa.

Aivoverenkiertohäiriön jälkeen henkilöillä saattaa afasian yhteydessä esiintyä myös muita neuropsykologisia häiriöitä, kuten apraksiaa. Apraksia tarkoittaa tahdonalaisten liikkeiden häiriötä. Aiemmin opittujen ja aiemmin automaattisesti toteutuneiden liikkeiden ja liikesarjojen suorittaminen on apraksian vuoksi muuttunut haasteelliseksi. (Terveyskylä 2023.) Kokemuksemme mukaan aivoverenkiertohäiriön jälkeisen afasian ja mahdollisen apraksian vuoksi henkilö saattaa tarvita tavanomaista enemmän tukea ja harjoittelua eleiden käytössä. Pohdimme, että taidelähtöiset menetelmät saattavat soveltua kehollisten eleiden käytön harjoitteluun. Tällä voidaan osaltaan perustella myös tämän kehittämistoiminnan merkityksellisyyttä ja tärkeyttä.

### 5.1.2 Katse

Vuorovaikutus tapahtuu usein kasvokkain ja tällöin sanattoman vuorovaikutuksen keinoista katseen merkitys vuorovaikutuksen onnistumisen kannalta korostuu. Ihmiset tulkitsevat ympäristönsä ja toistensa antamia merkkejä jatkuvasti. Katseen avulla tarkkaillaan, miten toinen ymmärtää meneillään olevaa tilannetta. Näin on mahdollista sovittaa omaa toimintaa keskustelukumppanin toimintaan ja vahvistaa keskustelukumppaneiden välistä yhteyttä. Katseen suunta on tärkeä, sillä katse näyttää, mihin keskustelijan huomio suuntautuu. Katseen avulla on mahdollista osoittaa puheenvuoroja ja painottaa kerronnassa merkittäviä asioita. (Haddington & Kääntä 2011, 65–66.) Katse vaikuttaa myös kertojan vuorovaikutukseen ja kerrontaan. Kertomus saatetaan esimerkiksi katkaista tai aloittaa alusta, jos kertoja huomaa kuuntelijan katseen olevan suunnattu muualle. (Emt., 153.)

Ammatillisen näkemyksemme mukaan vuorovaikutuksessa tärkeää on tulla nähdyksi. On myös uskallettava altistaa itsensä toisen huomion kohteeksi ja olla katsottavana. Katseen avulla voi välittää ymmärtävänsä toista ja välittävänsä siitä, mitä toisella on kerrottavana. Myös katsomatta jättäminen tai katseen

siirtäminen pois välittää vahvaa sanomaa. Se voi osoittaa kiinnostuksen vastakohtana esimerkiksi välinpitämättömyyttä, tylsistyneisyyttä tai keskittymisvaikeuksia.

Kokemuksemme perusteella katse kertoo lisäksi ihmisen senhetkisestä fokuksesta. Se voi ilmentää sitä, mistä olemme juuri sillä hetkellä kiinnostuneet tai mihin olemme suunnanneet tarkkaavaisuuttamme. Katsekontaktilla luomme yhteyttä muihin ihmisiin, aivan kuten kosketuksenkin avulla. Nämä kaksi elementtiä ovat tärkeä osa yhteyden muodostamista kahden ihmisen välillä. Keskustelutilanteissa katseen kohdistaminen voi ikään kuin jaksottaa puheenaiheita. Lisäksi katseen suunnan muuttaminen antaa aikaa aihepiirin vaihtumisen prosessointiin ja luo tilaa lauseiden tai keskustelunaiheiden väliin. Keskustelu- tai vuorovaikutustilanteen aikana yhteiseen kohteeseen suunnatulla katseella voidaan vahvistaa yhteistä ymmärrystä siitä, mistä asiasta puhutaan. Henkilö, jolla on afasia, voi usein hyötyä siitä, että yhteinen huomio siirretään konkreettisesti tilassa olevaan asiaan tai esineeseen tai vaihtoehtoisesti paperille kirjoitettuun aihepiiriä kuvastavaan sanaan tai kuvaan.

### 5.1.3 Kosketus

Perusteet ihmisen sosiaalisuuden ja kosketuksen tarpeelle löytyvät tarkastelemalla varhaislapsuutta. Ihmisellä on kaksi sosiaalisissa kontakteissa virittyvää järjestelmää, hoivajärjestelmä ja leikkijärjestelmä. Näistä hoivajärjestelmä on taustatekijänä sille, että ihminen kokee mielihyvää toisen ihmisen läheisyydestä ja hyväntahtoisesta kosketuksesta. Vauvana se on ollut selviämisen elinehto, mutta aikuisuudessakin hoivajärjestelmä aktivoituu muun muassa tilanteissa, joissa yksin pärjääminen ei ole itsestäänselvyys vaan kaivataan toisen apua. Hoivajärjestelmä aktivoi oksitosiinin eli hyväntahtoista yhteyttä tukevan välittäjäaineen tuotantoa, mikä puolestaan lisää endorfiinin eli mielihyvähormonin tuotantoa. Näiden yhteistuotos on voimakas mielihyvän kokemus ja keskinäinen yhteys. Kosketus, kuten halaaminen ja silittäminen, viestii välittämisestä ja vahvistaa yhteyden kokemusta. (Uusitalo-Malmivaara 2014, 139.)

Koemme kosketuksen merkittävänä osana vuorovaikutusta sen vahvistaessa sosiaalisia suhteita. Kosketuksen kautta voi ilmaista tunteita. Kosketus on siis ikään kuin sanatonta puhetta ja kosketuksella voidaan kertoa asioita.

Hyväntahtoinen kosketus kertoo välittämisestä ja yhteydestä toiseen ihmiseen. Koskettamalla voidaan esimerkiksi herättää toisen ihmisen huomio, tervehtiä, ohjata toista oikeaan suuntaan, kertoa läsnäolosta ja omista tunteista toista kohtaan. Kosketuksen kautta voimme vahvistaa ymmärrystä toisesta ihmisestä ja vahvistaa yhteenkuuluvuuden tunnetta.

#### 5.1.4 Ääni

Puheen nonverbaalisia piirteitä ovat tempo, äänenkorkeus ja äänenvoimakkuus, äänenlaatu sekä tauot ja painotukset (Helsingin Yliopiston kielikeskus 2021). Ääni ja siihen liittyvä nonverbaalinen ilmaisu liitetään usein puheeseen, mutta vaikka ei pystyisikään puhumaan, voi ääntä hyödyntää silti monessa tapauksessa ilmaisuun. Ääntä voi tuottaa keholla monella tavalla, esimerkiksi äänihuulten kautta kuuluvana äänenä, taputtelemalla kehoa tai vaikka napsuttelemalla sormia. Ääntä voi tuottaa myös käyttämällä apuna jotakin instrumenttia tai vaikka arkista esinettä, jota eri tavoin koskettamalla lähtee erilaisia ääniä.

Käsityksemme mukaan äänenpainot, voimakkuus ja rytmi ilmaisevat usein jotakin. Äänellä voidaan tuottaa melodiaa tai rikkoa hiljaisuutta tahdotulla tavalla. On mahdollista kuiskia lempeällä äänenpainolla tai huutaa ja karjua pidättelemättömästi muiden äänten yli. Näin voi saada muiden ihmisten huomion tai tuoda itsensä kuulluksi muiden ääniä voimakkaammin. Esimerkiksi tuottamassamme äänessä, melodiassa ja musiikissa voi olla vuorovaikutteista, toista huomioon ottavaa, suoraa tai monologimaista sävyä.

Yhteinen ääntely, esimerkiksi hyräily, laulaminen ja nauraminen vahvistavat yhteenkuuluvuutta ja kokemusta keskinäisestä välittämisestä (Uusitalo-Malmivaara 2014, 139). Äänitelemällä voi siis liittyä toisiin. Voimme yhtyä toisen

tuottamaan ääneen, tuottaa ääntä yhdessä ja osoittaa näin olevamme ikään kuin samalla taajuudella.

## 5.2 Peilisolujärjestelmä ja kehollinen resonanssi

Vuorovaikutuksen ja vuorovaikutuksessa tuotettujen eleiden aiheuttamiin kehollisiin vasteisiin ja reaktioihin vaikuttaa peilisolujärjestelmä. Peilisolut ovat esimotorisia hermosoluja, jotka aktivoituvat myös vuorovaikutteisessa toiminnassa. Hermosolut, jotka aktivoituvat joltain toimintaa suoritettaessa, aktivoituvat myös, kun sama toiminta havaitaan jonkun toisen suorittamana. Havainto on tulkittu keholliseksi, koska oma liikekyky nähdään havaintokokemuksen keskeisenä tekijänä. Kun toisen suorittaman eleen jälkeen samaan tunteeseen liittyvien hermosolujen toiminta aktivoituu havainnoijassa, puhutaan kehollisesta ymmärryksestä. Kokemus tunnehavainnosta vahvistuu kehollisen kokemuksen myötä ja näin havainnoijalle syntyy mahdollisuus tuntea toisen ilmaisu myös itsessä. Tässä ilmiössä motoriset hermosolut aivoissa aktivoituvat ilman havainnoijan itse suorittamaa liikettä eli kyseessä on liikkeen neuraalinen kopio. Tähän vaikuttaa henkilön oma toiminta- ja liikehistoria. (Aho 2021, 11–15.)

Kun peilisolujärjestelmä aktivoituu, toisen suorittama ele aiheuttaa havainnoijassa motorisen tason resonanssin. Sosiaaliseen ymmärrykseen liittyy se, että toisen ele voidaan kokea myös omassa kehossa ja se voi aiheuttaa kehollisen reaktion. Esimerkiksi sosiaalinen tilanne voidaan kokea miellyttävänä tai ahdistavana, ja se voi aiheuttaa kokijan kehossa rentoutuneisuutta tai vastaavasti jännittyneisyyttä. Toisen eleitä voi myös alkaa tiedostamattaan imitoimaan tai toisen ele voi aiheuttaa vastareaktionä vetäytymisen, jos eleet aiheuttavat epämiellyttäviä tunteita havainnoijassa. Toisen tuottamat eleet ja sosiaaliset tilanteet toisin sanoen aiheuttavat tiettyjä kehollisia kokemuksia eli kehollista resonanssia. Tilanteita ja ympäristöä resonoidaan suhteessa omiin kehollisiin kokemuksiin, mahdollisuuksiin ja kykyihin. (Aho 2021, 17–20.)

Peilaamme omaa historiaamme ja kokemuksiamme sekä tiedostamattomalla että tietoisella tasolla. Keholla voidaan kertoa asioita, mutta keho myös muistaa asioita. Keho tallentaa tietoa siitä, miten olemme elämämme aikana liikkuneet ja kosketuksen kautta kokeneet asioita. Kehossamme on paljon aistitietoa esimerkiksi siitä, miltä joissakin tilanteissa on kehollisesti tuntunut. Saatamme tunnistaa kehomme mahdollisuuksia, mutta myös rajoja, ja opetella toimimaan niiden puitteissa.

Vuorovaikutuksessa on merkityksellistä vastavuoroisuus ja dialogisuus. Dialogista kohtaamista nähdään syntyvän esimerkiksi resonoitumisen avulla. Tästä on kyse silloin, kun vuorovaikutukseen osallistuvat osapuolet ikään kuin virittäytyvät samalle taajuudelle tunteiden ja ajatusten kautta. Yhteyttä toiseen synnytetään muun muassa eleiden, äänien, katseen ja kosketuksen kautta. Dialoginen resonointi on ennen kaikkea yhdessä vaikuttamista toisen ymmärtämisen ja toisen kokemuksen tunnistamisen lisäksi. (Mönkkönen 2018.)

Ammatillisen näkemyksemme mukaan kehollisen resonanssin tiedostaminen on merkittävää toiminnoissa, joissa pyritään yhteistyöhön, yhteyden kokemukseen ja sen vahvistamiseen. Kehittämistoiminnassamme ryhmän toimivuuden kannalta on hyvä tiedostaa ja erotella ohjaajan ja ohjattavan välistä resonanssia mutta myös ryhmäläisten välistä kehollista resonanssia. Kehollinen resonoituminen saattaa tukea ryhmäläisten välistä rentoutunutta ja avointa ilmapiiriä, joka saattaa tukea osaltaan myös yksilöllistä turvallisuuden ja luottamuksen kokemusta.

## 6 Taidelähtöiset menetelmät vuorovaikutuksen tukena

Tässä luvussa tarkastellaan lyhyesti kehittämistoiminnan kohderyhmälle valittuja taidelähtöisiä menetelmiä. Menetelmät rajautuivat kuvien käyttöön, musiikki- ja liikeimprovisaatioon sekä pantomiimiin. Menetelmät valikoituivat sekä ohjaajien kokemuksen että kohderyhmän tarpeiden ja toiveiden perusteella.

### 6.1 Kuvat vuorovaikutuksen tukena

Ohjaajan rooli on tukea ryhmädynamiikkaa ja yksilöllistä luovaa ilmaisua. Lisäksi ohjaajan tehtävänä on auttaa osallistujia löytämään itseilmaisuuksiinsa, luovuuteen ja kokemuksellisuuteen keinoja sekä mahdollistaa niitä pedagogisin valinnoin. (Huhtinen-Hilden & Isola 2020, 2.) Kuvataiteellisten menetelmien käyttö asiakastyössä voi olla omaa taiteellista tuottamista mutta myös kuvien ohjattua katselua tai kuvien tarkastelua keskustelun herättämiseksi (Karjalainen ym. 2019, 58). Kuvatuetun toiminnan kautta on mahdollista virittää ilmapiiriä sosiaaliseen kanssakäymiseen, ja kuvia voi käyttää myös kommunikoinnin tukena tilanteissa, joissa verbaalisten viestien tuottaminen ja ymmärtäminen on vaikeutunut (Kuva 1).



Kuva 1. Kuvatuetun keskustelun avulla osallistujat pääsivät vaikuttamaan valittuihin taidelähtöisiin menetelmiin. Kuva: Tove Simolin.

Tässä kehittämistoiminnassa kuvia käytettiin ikään kuin kahdenlaisessa roolissa. Niitä käytettiin puheen tuottamisen ja ymmärtämisen tukena, jotta kohderyhmällä oli sekä mahdollisuus seurata ohjausta sujuvammin että ilmaista omia mielipiteitään paremmin. Toisaalta kuvia käytettiin myös luovan ilmaisun ja toiminnan herättelijöinä. Kuvien avulla voitiin tuottaa esimerkiksi yhteistä äänimaisemaa annetulle kuvalle tai herätellä omaa liikeilmaisua kuvan synnyttämän subjektiivisen kokemuksen pohjalta. Osallistujilta kysyttiin logopedian opiskelijan valmistelemien kuvien avulla toiveita tulevien ryhmäkertojen sisällöstä ja näin myös osallistujat pääsivät osallisiksi teemojen rajaamisesta. Tapaamiskertojen pääteemoiksi tarkentuivat osallistujien toiveiden pohjalta musiikki, eleet, liike ja kehonkieli.

## 6.2 Improvisointi kannattelee kohtaamisia

Improvisointi ei ole vain esimerkiksi teatteriin liittyvää hassuttelua ja heittäytymistä, vaan todellisuudessa sitä tapahtuu hyvinkin arkipäiväisissä

tilanteissa meille jokaiselle. Improvisointi tähtää sujuvaan yhteistyöhön. Harvemmin esimerkiksi vuorovaikutustilanteet menevät käsikirjoituksen mukaan vaan vaativat reagoitua joko hyväksymällä tai tyrmäämällä toisen tekemät tarjoukset. Tarjouksiksi kutsutaan kaikkea, mitä keskustelukumppani sanoo tai tekee, oli se sitten sanallista tai kehollista. Hyväksyminen on positiivista suhtautumista toisen tekemään tarjoukseen, mikä on edellytys sujuvan vuorovaikutustilanteen jatkumiselle. Tyrmäämistä on esimerkiksi kieltäytyminen, ja se puolestaan tukahduttaa vuorovaikutusta. (Koponen 2017, 8–11.) Tämän perusteella voisi siis sanoa, että vuorovaikutus ja keskustelu vaativat aloitteita ja niihin reagoitua. Vuorovaikutus on monipuolista ja muuttuvaa, ja käsittää myös erilaisia emootioita, joita aloitteen hyväksyntä tai tyrmäminen aiheuttavat.

Improvisaatio on hyvä keino oppia arjessa tarvittavia vuorovaikutustaitoja, vastavuoroisuutta ja toisen hyväksyntää. Improvisaation keskeinen käsitys on, että ihminen on avoin oppimaan, joustamaan sekä valmis heittäytymään ja asettamaan itsensäkin tietyllä tavalla naurunalaiseksi. Improvisaatiossa ei naureta vain yksittäisille ilmiöille tai asioille vaan improvisaation kautta voi käsitellä vaikeita asioita ja katsoa maailmaa erilaisesta näkökulmasta. (Karjalainen ym. 2019, 150.) Improvisointia on myös käytetty muun muassa työkaluna sujuvan vuorovaikutuksen tukemiseen työyhteisöissä (ks. esim. Tauriainen 2011).

Improvisoinnin avulla vuorovaikutuksessa on mahdollista kehittää muun muassa sanattomien viestien ymmärtämisen taitoa sekä kykyä muokata omaa ilmaisua suhteessa vallitsevaan tilanteeseen ja sen muutoksiin. Lisäksi improvisointi tukee kykyä luottaa itseensä ja omaan mielikuvitukseen. (Koponen 2017, 12.) Kokemuksemme mukaan improvisointi ja sen tuomat oivallukset tapahtuvat usein epämukavuusalueella. Harva on yllättävissä tilanteissa omimmillaan. Improvisointi onkin asioiden ja tilanteiden uudelleen määrittelemistä, ja se sisältää uusia oivalluksia ja toimintatapoja tilanteista selviytymiseksi. Ammatillisen näkemysmme mukaan improvisointia ja luovuutta tarvitaan myös paljon tilanteissa, joissa haluaisi saada viestinsä tai tarinansa kerrottua, mutta verbaalisessa ilmaisukyvyssä on haasteita.

Vuorovaikutustilanteissa täytyy joskus muuttaa aiottua kerrontatapaa, jotta tulisi ymmärretyksi. Toisin sanoen tulee improvisoida ja edistää omalta osaltaan vuorovaikutustilanteita niiden onnistumiseksi. Haluamme uskoa, että improvisointiharjoitukset voivat tukea ilmaisuvoimaisuutta erilaisissa vuorovaikutustilanteissa henkilöillä, joilla on afasia.

### 6.2.1 Musiikki-improvisaatio

Musiikillisia piirteitä on arkipäiväisessä kommunikaatiossa ja vuorovaikutuksessa, joihin olemme oppineet myös kiinnittämään huomiota. Musiikillisia piirteitä sanattomassa viestinnässä ovat muun muassa äänensävy, rytmi ja äänen melodinen kulku. Vuorovaikutuksen musiikilliset piirteet sisältävät improvisoituja elementtejä. (Karjalainen ym. 2019, 17.) lästä riippumatta kaikilla on mahdollisuus äänen tuottamiseen ja äänten kanssa leikkimiseen. Musiikki-improvisaatio herättelee luovuutta ja tukee osallistujien tasavertaisuutta. (Emt., 29–30.)

Luovan ryhmätoiminnan yksi tavoitteista on turvallinen etäännyminen arjesta ja vaikeuksista. Tämä mahdollistaa mielikuvituksen, tunteet sekä uudet oivallukset taiteen kautta. Esimerkiksi musiikki-improvisaatio voi toimia työkaluna oman elämän ja kokemusten tarkasteluun etäännyttäen hyödyntäen. Omat kokemukset voi nähdä uudessa valossa tai niiden ympärille voi rakentua uusia merkityksiä. Musiikki-improvisaatiossa kuvan voi muuttaa ääneksi ja myös toisin päin. Musiikki voi herättää tunnelman, joka voidaan assosoida kuvaksi. (Huhtinen-Hilden & Isola 2019, 2.) Tulkitsemme lähdetekstissä mainitun etäännyttämisen niin, että omia tunteita tai kokemuksia voi olla vaikea pukea sanoiksi, mutta taiteen kautta voi olla mahdollista ilmaista ja tuoda näkyväksi sellaistakin, mikä olisi verbaalisesti vaikea ilmaista. Musiikki voi toimia peilinä omille tunteille ja musiikin kautta voi löytää samaistumispintaa myös suhteessa toisen kokemuksiin. Musiikki voi auttaa kanavoimaan ja purkamaan tunteita.

Silloin, kun kommunikointi ei ole sanallisesti mahdollista, musiikin avulla

voidaan luoda yhteyksiä. Musiikkitoiminnassa osallisuuden ja yhteisöllisyyden kokemukset vahvistuvat, vaikka osallistujilla olisi verbaalisen kommunikoinnin haasteita tai heillä ei olisi yhteistä kieltä. (Karjalainen ym. 2019, 28–29.)

Musiikin avulla voidaan ylläpitää henkistä kompetenssia ja omia voimavaroja. Musiikkituokio helpottaa tunneilmaisua. Musiikki liittyy myös vahvasti elämän merkityksellisiin tapahtumiin ja muistoihin. (Karkkulainen ym. 2015, 102.)

Ajattelemme, että myös musiikin kautta voidaan kertoa asioita. Musiikki peilautuu omiin kokemuksiin ja muistoihin. Musiikki käsittelee tunteita ja maalaa tietynlaista tunnemaisemaa. Esimerkiksi jokin kappale voidaan nähdä toiveikkaana, toinen surullisena. Musiikki voi aiheuttaa kuuntelijassaan tunnereaktioita, koska se tuo mieleen muistoja ja kokemuksia.

Tutkimuksissa on havaittu musiikin tarjoavan aivoille ärsykeitä. Musiikilla, rytmillä ja kielellä on vahvoja yhteyksiä keskenään etenkin, kun kyseessä on lukemisen tai puheen häiriöt. Rythmi saattaa auttaa stimuloimaan erilaisia aivoverkostoja, jotka ovat olennaisia kommunikaatiolle. Musiikin kuuntelun pitkäaikaisia neuraalisia vaikutuksia on tutkittu ja todettu, että musiikin kuuntelu päivittäin akuutin vasemman aivopuoliskon aivoinfarktin jälkeen lisää harmaata ainetta aivojen otsaohimolohkoalueilla ja limbisellä alueella linkittyen näin parempaan kognitiiviseen ja emotionaaliseen toipumiseen. (Särkämö ym. 2016, 1–3.) Musiikin hyödyistä on siis kiistatonta näyttöä myös fysiologisella tasolla aivoverenkiertohäiriöiden jälkeisessä kuntoutumisessa. Tämä tukee päätelmää siitä, että musiikki voisi toimia taidelähtöisenä menetelmänä kehittämistoiminnassa kommunikaation tukena myös henkilöillä, joilla on afasia.



Kuva 2. Musiikki-improvisaatioharjoituksessa osallistujat tutustuivat soittimiin tuottaen ääntä soittimista myös epätavanomaisilla tavoilla. Kuva: Milla Hutri.

Omien havaintojemme mukaan arjessa on paljon huomaamatonta musiikkia niin puheessa kuin vaikkapa askelissa. Musiikki-improvisaatiossa ääntä voidaan tuottaa omalla äänellä, omaa kehoa hyödyntäen tai erilaisilla instrumenteilla (Kuva 2). On hyvä muistaa, että ei tarvitse olla muusikko eikä musiikin harrastaja tai osata soittaa jotakin instrumenttia pystyäkseen improvisoimaan. Kun irtaannutaan musiikillisen osaamisen kontekstista ja musiikin lainalaisuuksista, vapautuu tilaa musikaaliselle luovuudelle ja tasavertaisuudelle.

### 6.2.2 Liikeimprovisaatio

Liike voi muodostua kommunikaation perusmuodoksi yhteyden etsimiselle silloin, kun ei ole yhteistä kieltä tai kun sanoja ei ole. Liikeimprovisaatio on yksi kommunikaation muoto, jossa luottamus liikkeeseen voi muokata omia käsityksiä ja asenteita. Liikeimprovisaatiossa, kuten arjen kohtaamisissakin,

altistutaan liikkeelle ja toiselle. Altistuminen on menetelmä, joka tuottaa tietoa toisesta ja toisen läheisyydestä. (Karjalainen ym. 2019, 203–204.) Liike- ja kontakti-improvisaatiossa yksi antaa liikkeellisen herätteen ja toiset toistavat sitä tai vastaavat siihen omalla liikkeellään. Näin toteutuu liikkeellinen vuoropuhelu ilman ennalta suunniteltua koreografiaa ja tällöin voidaan olla myös tasavertaisempia toimijoita yhteisössä. (Karkkulainen ym. 2015, 96.)

Tanssin voi nähdä myös eräänlaisena nonverbaalina liikekielenä. Tanssi on vuorovaikutusta, jossa liikkeellinen ilmaisu antaa muodon sisäisen maailman ilmaisulle. Tanssin symboliikka antaa etäisyyttä asioihin, ja tanssin avulla voi olla mahdollista ilmaista sellaisiakin asioita, jotka koetaan muutoin vaikeiksi ilmaista. (Ylönen 2004, 60–70.) Sanaton metodi, joilla voi päästä käsiksi tällaiseen keholliseen tietoon on muun muassa liikkeellinen peilaaminen. Liikkeellinen peilaaminen on sanattoman vuorovaikutuksen improvisatorinen muoto, jossa liikkeiden, eleiden ja muun kehonkielen peilaamisen kautta pyritään samaistumaan toisen ihmisen tunnetilaan. (Emt., 26.)



Kuva 3. Liikeimprovisaatioharjoituksessa peilattiin toisen tekemää liikettä. Näin osallistujat vahvistivat ymmärtävänsä toisen ilmaisua. Kuva: Tove Simolin.

Kehittämistoiminnassa liikeimprovisaatiota, pantomiimia ja liikkeellistä peilaamista käytettiin sekä yhdistellen että rinnakkain vuorovaikutteisissa ja itseilmaisullisissa harjoitteissa (Kuva 3). Niitä ei pyritty erottamaan toisistaan käytännön tasolla, vaan osallistujia kannustettiin ennakkoluulottomasti ja rohkeasti kehollisen kommunikaation käyttöön erilaisten tehtävien aikana.

### 6.3 Pantomiimia leikin varjolla

Oman kokemuksemme mukaan pantomiimi arkisessa kontekstissa ja vuorovaikutuksessa on kommunikointia ja asioiden kertomista eleillä, liikkeillä ja ilmeillä ilman puhuttua kieltä. Arjessa pantomiimi tähtää yhteyteen, ymmärretyksi tulemiseen ja vuorovaikutuksen jatkumiseen. Aiemmin mainitsimme, että kuvailevia eleitä voidaan käyttää kommunikoinnin tukena kuvaamaan asioita, jotka eivät ole fyysisesti läsnä. Kokemuksemme mukaan kuvailevien eleiden tarve korostuu etenkin silloin, kun verbaalisessa kommunikoinnissa on haasteita. Kuvailevat eleet ovat ikään kuin arkista pantomiimia viestien perille saattamisen tueksi.

Mimiikan tarkoituksena on välittää asioita toiselle ikään kuin sanattoman kielen tavoin. Pantomiimin avulla esiintyjä luo illuusion, joka on ilman puhuttua kieltä ymmärrettävissä. (Tähtivirta 2014, 49.) Tulkintamme mukaan pantomiimi esittävän taiteen kontekstissa ymmärretään usein esityksenä tai näytelmänä, jonka tarkoitus on kertoa katsojalle sanatonta tarinaa ja luoda illuusio esimerkiksi näkymättömästä tilasta tai ympäristöstä. Tällöin pantomiimin tavoite on myös esityksellä tulla ymmärretyksi. Ymmärretyksi tulemiselle ei myöskään välttämättä kaivata vahvistusta, kuten arkisessa pantomiimissa. Esityksellisessä roolissa toimiminen voi tuoda osallistujille keholliseen ilmaisuun niin sanottua suojaa, jonka turvin uusia tai itselle vähemmän luontaisia ilmaisukeinoja saattaa olla helpompi käyttää. Pantomiimia käytetään yleisesti myös osana improvisaatiota. Vaikkei huumori ole kehittämistoiminnassa itseisarvo, pantomiimissa ja improvisoinnissa sekä leikkisyys että huumori ovat kuitenkin usein vahvasti läsnä (Kuva 4).



Kuva 4. Humoristisia tilanteita syntyi vuorovaikutteisissa pantomiimiharjoituksissa, kuten kuvan kirurgi leikkaamassa potilasta. Kuva: Milla Hutri.

Se, että leikki tai leikkisyys mielletään palkitsevana, johtuu dopamiinijärjestelmän odotus-palkintoyhteydestä ja endorfiinien, eli aivojen mielihyvän välittäjäaineiden, lisääntymisestä. Yhteinen nauru tuo ihmisten välille siteen aktivoiden dopamiinin eritystä. Kannustaminen ja rohkaiseminen hassutteluun levittävät hyvinvointia ja samalla käynnistävät hoivajärjestelmän. Leikki saatetaan mieltää usein kuuluvan lapsuuteen. Leikkijärjestelmän toiminta ei kuitenkaan lakkaa toimimasta lapsuuden jälkeen ja leikkisyys eri muodoissaan on osa yhteistä toimintaa iästä riippumatta. Esimerkki aikuisuudessa tapahtuvista leikin muodoista on leikkimieliset pantomiimit. (Uusitalo-Malmivaara 2014, 140–141.)

Lähdeaineiston perusteella leikkisyyden ja huumorin tarpeelle löytyy fysiologiset perusteet, kun tarkastellaan hoiva- ja leikkijärjestelmien toimintaa. Tietynlainen leikki ja leikillisuus sekä huumori ovat läsnä toiminnassamme iästä riippumatta. Uskomme, että pantomiimin käyttö taidelähtöisenä menetelmänä leikkisyyden ja

huumorin varjolla voi vahvistaa ja tuoda rohkeutta keholliseen vuorovaikutukseen sekä itseilmaisuuksiin myös arjen tilanteissa.

## 7 Kehittämistoiminnan tarkoitus, tavoitteet ja menetelmät

Tässä luvussa avataan tarkemmin kehittämistoiminnan tarkoitusta ja tavoitetta. Kehittämistoiminnassa kulkee rinnakkain tutkimusprosessi ja käytetyt tutkimusmenetelmät sekä kehittämisprosessi ja kehittämismenetelmät. Molemmat prosessit palvelevat opinnäytetyön tavoitetta. Tutkimusprosessi pyrkii vastaamaan toiminnalle ennalta asetettuihin tutkimuskysymyksiin ja kehittämisprosessi kertoo laajemmin käytännön toteutuksen suunnittelusta ja muokkautumisesta havaintojen ja asiakkailta kerätyn kehollisen palautteen perusteella.

### 7.1 Kehittämistoiminnan tarkoitus ja tavoitteet

Kehittämistoiminnan tarkoituksena oli kehittää toimeksiantajan eli Aivoliitto ry:n kohderyhmälle soveltuvaa taidelähtöisiä menetelmiä hyödyntävää ryhmätoimintaa, joka tukee osallistujien kehollista itseilmaisua ja vuorovaikutusta arjessa. Tämän kannalta oli merkityksellistä, että osallistujat rohkaistuisivat kehon käyttöön kommunikoinnissa ja pystyvyyden tunne kehon käytöstä vahvistuisi. Kehittämistoiminnan tavoitteena oli selvittää valittujen taidelähtöisten menetelmien soveltuvuutta kohderyhmälle itseilmaisun ja vuorovaikutuksen välineenä.

Kehittämistoiminnan kohderyhmä oli Aivoliitto ry:n Juttu-tupa-verkoston asiakkaat, joilla on afasia. Valtakunnallisen vammais- ja potilasjärjestön tavoitteena on turvata kohderyhmänsä yhteiskunnallisten oikeuksien toteutuminen sekä tukea kohderyhmän arkea ja osallisuutta yhteiskunnassa (Aivoliitto 2022). Juttu-tupa on työväen- ja kansalaisopistoissa tapahtuvaa toimintaa henkilöille, joilla on afasia. Juttu-tupa-toiminnan tavoitteena on tarjota mielekästä ryhmätoimintaa ja vertaistukea osallistujille, joissa osallistujia tuetaan ja kannustetaan vuorovaikutukseen. (Aivoliitto 2021.)

Kehittämistoiminnan tavoite kytkeytyi sujuvasti Juttu-tupa-toiminnan tavoitteeseen.

Osa kehittämistoimintaan osallistuneista asiakkaista oli toisilleen ennestään tuttuja, sillä he olivat osallistuneet viikoittain ohjattuun Juttu-tupa-ryhmään. Kohderyhmä oli tämän vuoksi tottunut hyödyntämään jossain määrin vuorovaikutuksessa käytettäviä tukikeinoja, kuten kuvia, piirtämistä, eleitä ja ilmeitä. Myös muiden visuaalisten keinojen käyttö saattoi olla osallistujille tuttua, kuten kalenterin ja esineiden hyödyntäminen kommunikoinnin tukena. Juttu-tupa-toimintaan osallistuessaan ryhmäläiset olivat jo lähtökohtaisesti kiinnostuneita ryhmässä toimimisesta ja omien vuorovaikutustaitojensa kehittämisestä.

Kehittämistoiminnan tavoitteen pohjalta opinnäytetyön tutkimuskysymyksiksi muodostuivat:

Tutkimuskysymys 1: Millaiseksi asiakkaat, joilla on afasia, arvioivat taidelähtöiset menetelmät itseilmaisun ja vuorovaikutuksen välineenä?

Tutkimuskysymys 2: Millaisia ilmiöitä osallistujien vuorovaikutuksessa ja itseilmaisussa havaittiin taidelähtöisten toimintojen aikana?

## 7.2 Tutkimusmenetelmät

Laadullisen tutkimuksen erityispiirteisiin kuuluu se, että siinä pyritään tavoittamaan tutkittavien ajatusmaailmaa tutkittavien välistä toimintaa tarkastelemalla. Tutkijan on tietoisesti tehtävä tarkoituksenmukainen valinta siitä, pyritäänkö tutkimuksella selvittämään tutkittavien käsityksiä vai kokemuksia. (Vilka 2015, 118.) Tässä laadullisessa opinnäytetyössä pyrittiin selvittämään osallistujien kokemuksia järjestämästämme taidelähtöisestä ryhmätoiminnasta.

Opinnäytetyön laadullisten piirteiden mukaisesti valikoituivat myös sopivat aineistonkeruumenetelmät. Tutkimusmenetelmien avulla pyrittiin vastaamaan opinnäytetyölle asetettuihin tutkimuskysymyksiin, jotka osaltaan vastasivat

myös kehittämistoiminnalle asetettuun tavoitteeseen. Ryhmätoiminnassa esiintyviä vuorovaikutuksen ja itseilmaisun ilmiöitä tutkittiin osallistuvan havainnoinnin keinoin sovellettua havainnointimallia apuna käyttäen. Lisäksi osallistujien subjektiivisia arvioita taidelähtöisten menetelmien käytöstä ryhmätoiminnassa tutkittiin palautekyselyllä, jonka osallistujat täyttivät viimeisen tapaamiskerran jälkeen.

### 7.2.1 Havainnointi

Toimimme kehittämistyössä sekä ryhmätoiminnan ohjaajina että havainnoijina. Molemmat osallistuivat ryhmätoimintaan kaikilla tapaamiskerroilla ja toimimme vuorollaan joko päävastuullisena ohjaajana tai havainnoijana. Roolit vaihtuivat kunkin tapaamiskerran puolivälissä ohjaajien kesken sovitusti. Roolien vaihtumisesta ei tiedotettu osallistujia erikseen, vaan kumpikin meistä oli ohjauksellisesti läsnä osallistuen toimintaan.

Osallistuvassa havainnoinnissa on kyse siitä, että tutkija on tutkijaroolinsa lisäksi fyysisesti aktiivinen toimija. Havainnot tapahtumista kirjataan kuten ne sillä hetkellä tapahtuvat. Aineiston validiteetti syntyy siitä, että havainnot kirjataan sellaisenaan. Tutkija ei siis käytä omaa tulkintaa tai tarkastele tapahtumia omista arvoasetelmistaan käsin. Osallistuva havainnointi mahdollistaa eleiden, ilmeiden ja liikkeiden havainnoinnin, eikä se ole riippuvainen verbaalisesta kommunikoinnista. (Anttila 2006, 191–193.)

Osallistuvan havainnoinnin työkaluna työssä käytettiin systemaattista havainnointimallia, joka tuki luotettavamman aineiston keräämistä. Havainnointimallin avulla oli mahdollista huomata pieniäkin muutoksia ja vuorovaikutusilmiöitä luovassa toiminnassa. Havainnointimalli on neljään havainnoinnin osa-alueeseen jaoteltu malli, jonka avulla on mahdollista kehittää kulttuurihyvinvointiin pohjautuvaa toimintaa ja osoittaa toiminnan moninaisia vaikutuksia. Kyseisessä havainnointimallissa osa-alueiden tarkastelukohteet ovat luovan toiminnan tavat ja välineet, toiminnan ohjaaminen, yksittäisen osallistujan olemisen ja tekemisen tavat sekä ryhmän sisäinen vuorovaikutus.

(Huhtinen-Hildén L. & Isola A-M. 2020, 1–2.) Tässä kehittämistoiminnassa kaikista havainnointimallin neljästä osa-alueesta poimittiin ne keskeiset tarkastelukohteet, jotka nähtiin havainnoinnissa merkityksellisiksi itseilmaisun ja vuorovaikutuksen näkökulmista.

Havainnointimalli sopi kehittämistoimintaan, sillä vuorovaikutus ja vuorovaikutuksessa tapahtuvat havainnot olivat olennaisesti mallin mukaisen tarkastelun kohteina. Havainnointimallin kysymyksiä käytettiin tähän ryhmätoimintaan soveltuvien osien. Kehittämistyöntekijät rajasivat etukäteen luovan toiminnan tavat, joten osa kyseessä olevista osa-alueen tarkastelukohteista voitiin jättää luonnollisesti pois.

Ohjaajat refleктоivat yhteisesti toimintaa suullisesti sekä kirjallisesti jokaisen tapaamiskerran jälkeen vapaamuotoiseen reflektiopäiväkirjaan. Reflektiopäiväkirjaan kirjattiin prosessiin liittyviä muutosideoita, jotka eivät suoraan vastanneet havainnointimallissa esiintyneisiin tarkastelukohteisiin. Osallistujilta kerätyn kehollisen palautteen lisäksi reflektiopäiväkirja tuki tapaamiskertojen välillä ryhmäkerran rakenteen ja ohjaustapojen systemaattista kehittymistä.

### 7.2.2 Palautekysely

Koko toimintajakson lopuksi osallistujilta kysyttiin palautetta anonymisti palautelomakkeella. Palautelomakkeen kysymysten ja kysymysten asettelun pohjana saatiin lupa käyttää Taiteen Sulattamo ry:n omalle ryhmätoiminnalleen kehittämään palaute- ja kehittämiskyselyä (Taiteen Sulattamo 2021). Alkuperäistä kyselyä muokattiin soveltuvaksi tämän kehittämissuorituksen tarpeisiin.

Alkuperäisestä palaute- ja kehittämiskyselystä poiketen päädyimme käyttämään lomakkeen vastausasteikkona sovellettua Likert-asteikkoa, joka oli osallistujille ennestään tuttu palautteenantomuoto Juttu-tupa-toiminnasta. Likert-asteikossa vastaaja valitsee viisiportaisesta asteikosta omaa mielipidettään parhaiten kuvaavan vaihtoehdon. Vaihtoehdoissa on sekä kielteisiä että myönteisiä

vastausvaihtoehtoja. Kehittämistoimintaamme sovelletussa kyselyssä valitsimme kohderyhmä huomioiden vastausasteikoksi kirjoitetun tekstin sijasta hymiöt.

Vastausasteikko oli viisiportainen, jossa vastausvaihtoehtoja kuvasivat hymiöt (Kuva 5). Analyysissä ensimmäinen eli myönteisin vastausvaihtoehto on numero 5 ja viimeinen eli kielteisin vastausvaihtoehto on numero 1. Hymiöiden sanalliset merkitykset olivat seuraavat:

5 = täysin samaa mieltä

4 = jokseenkin samaa mieltä

3 = ei samaa eikä eri mieltä

2 = jokseenkin eri mieltä

1 = täysin eri mieltä



Kuva 5. Palautekyselyn viisi vastausvaihtoehtoa hymiöinä kuvattuina myönteisimmästä negatiivisimpaan ilmaisuun (Aivoliitto 2022).

Kysymykset oli kohderyhmän luonteen vuoksi laadittu mahdollisimman lyhyesti ja selkokielisesti. Tällä pyrittiin mahdollisimman vaivattomaan, esteettömään ja luotettavaan tiedonkeruuseen. Palautekyselyä täytettäessä ryhmätoiminnan viimeisellä kerralla logopedian opiskelija sanallisti vastausvaihtoehdot ja kirjoitti ne taululle. Väittämät olivat lomakkeessa kirjoitetussa muodossa ja logopedian opiskelija toimi tarvittaessa kysymysten ymmärtämisen tukena.

Palautelomakkeella pyrittiin vastaamaan tutkimuskysymykseen yksi eli millaiseksi asiakkaat, joilla on afasia, arvioivat taidelähtöiset menetelmät itseilmaisun ja vuorovaikutuksen välineenä. Ryhmätoiminnan hyötyjä itseilmaisussa ja vuorovaikutuksessa haluttiin kartoittaa osallistujien

näkökulmasta. Osallistujat vastasivat kysymyksiin yhteisöllisyyden, hyväksytyksi tulemisen ja yhdenvertaisuuden kokemisesta ja siitä, vahvistiko toiminta tunnetta omasta osaamisesta ja kyvystä toimia toisten ihmisten kanssa. Kehittämistoiminnan tavoitteen toteutumisen arvioinnin kannalta lisättiin alkuperäisestä lomakkeesta poiketen kysymykset siitä, kokivatko asiakkaat pystyneensä hyödyntämään oppimiaan keinoja arjen vuorovaikutustilanteissa ja oliko rohkeus käyttää kehoa kommunikoinnissa lisääntynyt.

Tämän lisäksi osaa palautekyselystä käytettiin myös toiminnan kehittämisen näkökulmasta. Alkuperäisen lomakkeen kysymyksistä valittiin tämän kehittämistoiminnan kannalta olennaiset kysymykset. Osallistujilta haluttiin saada subjektiiviset arviot koskien ryhmätoiminnan rakennetta, ohjausta ja ohjeistuksia, ryhmän ilmapiiriä ja turvallisuuden tunteen kokemusta. Kysymys ryhmätoiminnan rakenteesta ei ollut alkuperäisessä lomakkeessa, mutta tämä kysymys koettiin toiminnan kannalta merkittäväksi.

### 7.3 Kehittämismenetelmät

Kehittämisen menetelmänä tässä työssä toimi osallistava ja kokeileva kehittäminen. Kokeilevan kehittämisen peruspiirteisiin kuuluu, että kehitettävä tuote tai palvelu, tässä tapauksessa ryhmätoiminta, löytää lopullisen muotonsa vasta kokeiluprosessin aikana, eikä pilotoida niin sanotusti jo valmiita malleja tai ratkaisuja. Kokeilu on siis ennen kaikkea kehittämisprosessi. (Poskela ym. 2015, 12.)

Kokeilevan kehittämisen kautta halutaan saada tietoa palvelun toimivuudesta tai toimimattomuudesta. Tiedon pohjalta tehdään tarvittavat muutokset ja jatketaan kokeilua. Vaiheittaisen kehittämisen kautta pyritään vahvistamaan kokeilun hyviä ominaisuuksia, ja palvelu muokkautuu koko kokeiluprosessin ajan. (Poskela ym. 2015, 12.) Kokeilevaa kehittämistä hyödyntämällä haluttiin välttyä siltä, että toimintaa kehitettäisiin liian pitkälle ilman varsinaista asiakasnäkökulmaa ja käyttäjäkokemusta.

Kokeilevan kehittämisen työkaluna käytettiin kehollista palautteen antoa. Asiakkailta kerättiin jokaisella tapaamiskerralla valittujen vuorovaikutteisten harjoitusten jälkeen palautetta kehojanaa käyttäen. Osallistujat asettautuivat siinä tilanteeseen, joka kuvasti heidän subjektiivista mielipidettään kysytystä kysymyksestä. Tällä palautteella haluttiin saada tietoa sekä harjoitteiden mielekkyydestä että siitä, kuinka hyvin valitut harjoitteet tukivat itseilmaisua ja vuorovaikutusta sekä ymmärretyksi tulemisen kokemusta eli kehittämistoiminnan tavoitetta. Tämän palautteen perusteella ryhmätoimintaa ja sen sisältöjä kehitettiin prosessin aikana. Kokeilevan kehittämisen prosessissa reflektointi ja oppiminen ovat keskeisiä (Poskela ym. 2015, 15). Kehittämisen työkaluna käytettiin myös ohjaajien reflektiopäiväkirjan havaintoja.

## 8 Ryhmätoiminta

Keholla keskustellen -ryhmään ilmoittautui neljä osallistujaa. Ilmoittautuneet antoivat kirjallisen suostumuksen opinnäytetyöhön osallistumisesta, kuvattavaksi tulemisesta ja kuvien julkaisemisesta opinnäytetyön raportissa. Yhteyshenkilö arkistoi allekirjoitetut lomakkeet Aivoliiton tietoturvaperiaatteita noudattaen.

Ryhmän ohjaajina toimimme me, opinnäytetyön tekijät. Avustajan roolissa toimintaan osallistui myös kolme logopedian opiskelijaa, jotka suorittivat harjoittelua Aivoliitossa ryhmän tapaamiskertojen aikana. Ryhmä kokoontui viitenä peräkkäisenä viikkona kahden ohjaajan ja yhden logopedian opiskelijan kanssa. Yhden ryhmäkerran kesto oli 2 tuntia 30 minuuttia. Kokoontumiskerrat toteutuivat 21.4. –19.5.2022 Turun ammattikorkeakoulun EduCity -kampuksen kokoustilassa, jota sai muunneltua toiminnan tarpeiden mukaan. Toteutuksen aikataulun ja ajankohdan rakenne pyrittiin säilyttämään samankaltaisena Juttu-tupa-toiminnan kanssa. Tällä valinnalla tavoiteltiin käytännönlähtöistä osallistumisen kynnyksen madaltamista, koska kyse oli uudesta toiminnasta. Tässä luvussa keskitytään kuvaamaan ryhmätoiminnan sisältöjä ja ryhmätoiminnan kehittämisen prosesseja.

### 8.1 Ryhmätoiminnan markkinointitapaamiset

Keholla keskustellen -ryhmän markkinointitilaisuudet järjestettiin kahdessa eri Juttu-tupa-ryhmässä Turun seudulla helmi-maaliskuussa 2022. Kumpaankin tapaamiseen osallistui noin 6–10 Juttu-tupa-ryhmäläistä sekä heidän ohjaajansa. Tapaamisten tarkoituksena oli esitellä kulttuurihyvinvoinnin kontekstia, kehittämistoiminnan tavoitetta kohderyhmän ja toimeksiantajan näkökulmista sekä kertoa ryhmäkerran rungosta ja toiminnan sisällöstä. Lisäksi ryhmäläiset saivat tietoa tutkimukseen osallistumiseen tarvittavien lomakkeiden ydinsisällöistä ja ilmoittautumisesta.

Juttu-tuvissa toteutuneissa ennakkotapaamisissa ryhmäläiset saivat ohjatusti kokeilla parin kanssa kehollisen kontaktin harjoitusta ”peili”, jossa he asettuivat istumaan vastakkain. Ryhmäläinen asetti kämmenensä oman parin kanssa vastakkain niin, etteivät kämmenet kuitenkaan koskettaneet toisiinsa. Toinen parista aloitti liikkeen, jota toisen tuli seurata mahdollisimman tarkasti omalla kädellään. Kämmenten välinen etäisyys oli tarkoitus säilyttää mahdollisimman muuttumattomana. Jokainen sai vuorollaan toimia liikkeen johtajana ja seuraajana. Harjoituksen jälkeen ryhmäläiset pääsivät kokeilemaan myös palautteen antoa heille tuttujen kuvallisten tunne-emojien avulla. Jokainen asetti muistilapun tai asettui itse tilassa sen emojiin luokse, joka kuvasi sitä, miltä harjoitus oli tuntunut. Kehollisen vuorovaikutuksen harjoitteeseen ja palautteen antoon tutustumisella pyrittiin havainnollistamaan lyhyesti pilottiryhmässä tapahtuvaa toimintaa.

## 8.2 Ryhmäkertojen rakenne

Jokainen tapaamiskerta toisti keskenään samankaltaista rakennetta, joka sai inspiraationsa Voimaa taiteesta -hankkeen Tarinamatto-työpajamallin sisällöstä ja rakenteesta. Kyseinen hanke toteutui vuosina 2010–2013, ja sitä hallinnoi Tampereen yliopiston Tutkivan teatterityön keskus. Hankkeen tarkoituksena oli tuottaa taidelähtöisiä toimintamalleja erilaisten hyvinvointiorganisaatioiden käyttöön (Malte-Colliard ym. 2013, 2, 30–34).

Kehittämistoiminnan tapaamiskerrat aloitettiin ryhmäkerran tavoitteiden ja sisältösuunnitelman kertomisella. Sen lisäksi jokainen tapaamiskerta aloitettiin ja päätettiin ryhmän kanssa yhdessä kehitetyllä musiikkia ja liikettä sisältävällä lyhyellä ”rituaalilla”. Sen tarkoituksena oli tukea yhteisöllisyyttä ja tehdä näkyväksi, milloin varsinainen harjoitusosa alkaa ja päättyy. Taidelähtöiset itseilmaisun ja vuorovaikutuksen harjoitteet jaoteltiin kahteen noin 45 minuutin mittaiseen toimintaosioon, joiden välissä pidettiin Juttu-tupa-toiminnan tapaan yhteinen kahvitauko. Ensimmäinen toimintaosio alkoi ”omaa sisäistä tilaa” tutkivalla harjoituksella ja toinen toimintaosio päättyi rentoutumiseen. Näiden harjoitusten tavoitteena oli kiinnittää huomio itseän, oman kehon tuntemuksiin

ja ”nyt”-hetkeen. Ennalta valittujen harjoitusten päätteeksi osallistujilta pyydettiin palautetta toiminnan kehittämiseksi.

### 8.3 Taidelähtöiset harjoitukset

Ensimmäisellä ja toisella tapaamiskerralla teemana oli musiikki-improvisaatio eli musiikin sekä rytmin tuottaminen erilaisilla soittimilla. Soitinten käytön tarkoituksena oli madaltaa kynnystä osallistumiseen sen kautta, että huomio oli aluksi oman kehon sijaan konkreettisesti esineessä. Soitinten lisäksi ryhmässä hyödynnettiin Aivoliiton afasia-materiaalia (Fiilismittari) tunneilmaisun ja kommunikoinnin tukena (Aivoliitto 2022). Ryhmässä toimittiin piirimuodostelmassa istuen. Harjoitteissa jokainen sai vuorollaan soittaa yksin ja tehdä sitä kautta itsensä näkyväksi muille ryhmäläisille. Lisäksi musisoitiin parin kanssa vuoropuhelun tavoin, ilmaistiin ääniä tunne-emojeille, soitettiin orkesterina sekä luotiin yhdessä taidekuvalle äänimaisemaa (Kuva 6).



Kuva 6. Äänimaisemaharjoituksessa osallistujat liittivät omaa musisointiaan osaksi muiden tuottamia ääniä. Kuva: Tove Simolin.

Seuraavien tapaamiskertojen teemana oli liikeimprovisaatio, jossa keskityttiin muun muassa tilassa liikkumiseen ja kehollisen kontaktin hakemiseen. Lisäksi pyrittiin ilmaisemaan tunteita ja kertomaan asioita miimisesti ilmeiden ja eleiden keinoin. Näitä keinoja olivat katseen, liikkeen, kosketuksen ja äänen käyttö. Kahdella viimeisellä ryhmäkerralla näyteltiin sanattomasti lyhyitä vuorovaikutteisia tilanteita pantomiimin keinoin. Harjoituksissa käytettiin apuna valmista sekä itse tuotettua kuvallista materiaalia.

## 9 Analysointi ja tulokset

Seuraavissa luvuissa käsitellään ensin tutkimusaineiston analysointia ja pyritään vastaamaan kehittämistoiminnalle asetettuihin tutkimuskysymyksiin. Tämän jälkeen avataan ryhmätoiminnan kehittämisen prosessia, jota tarkastellaan erityisesti ohjaajan roolin ja osallistujien antaman kehollisen palautteen kannalta.

### 9.1 Tutkimusaineiston analysointi

Kvalitatiivisen opinnäytetyön tutkimusosiossa käytetyn Likert-asteikon analyysiin päädyttiin sisällyttämään myös kvantitatiivisia piirteitä. Analyysin metodina käytettiin aritmeettista keskiarvoa ja sen laskemisen välivaiheena summamuuttujaa. Summamuuttujaa käytetään muun muassa juuri Likert-asteikon avulla saatujen vastausten yhdistämisessä. Summamuuttujan avulla saadaan tiivistetty kuva osallistujien suhtautumisesta väittämiin. (Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto 2009.) Aritmeettinen keskiarvo taas tarkoittaa sitä, että keskiarvo saadaan laskemalla aina yhden väittämän kaikki vastausarvot yhteen (=summamuuttuja) ja jakamalla saatu summa havaintojen määrällä (Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto 2003).

Jokaiseen väittämään laskettiin siis oma keskiarvo ja keskiarvoja tarkastelemalla pyrittiin vastaamaan ensimmäiseen tutkimuskysymykseen ja keräämään myös tietoa toiminnan kehittämistä varten. Palautekysely jaettiin analyysissä tutkimusprosessin ja kehittämisprosessin eriyttämiseksi kahteen taulukkoon. Aritmeettinen keskiarvo valittiin analyysimenetelmäksi sen selkeän ymmärrettävyyden vuoksi. Luotettavuuden kannalta on kuitenkin hyvä muistaa, että jos pienissä aineistoissa muuttujan arvot poikkeavat toisistaan, ne voivat vaikuttaa suuresti keskiarvon suuruuteen (Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto 2003).

Toiseen tutkimuskysymykseen vastaavan havainnointimallin analyysissä päädyttiin käyttämään aineistolähtöistä sisällönanalyysia. Sisällönanalyysin

tarkoitus on kuvata tutkittavaa ilmiötä selkeässä ja tiiviissä muodossa. Hajanaisesta aineistosta pyritään muodostamaan informatiivinen ja looginen kokonaisuus. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 93.) Tässä opinnäytetyössä kuvataan siis havaittuja ilmiöitä osallistujien itseilmaisussa ja vuorovaikutuksessa.

Sisällönanalyysi pohjautuu aineiston tulkintaan ja päättelyyn, jossa tavoitteena on muodostaa käsitteellisempi näkemys tutkittavasta ilmiöstä. Aineistolähtöisen laadullisen aineiston analyysiprosessi etenee kolmivaiheisesti. Ensimmäiseksi aineisto pelkistetään eli redusoidaan, seuraavaksi aineisto ryhmitellään eli klusteroidaan, ja viimeisenä on vuorossa aineiston teoreettisten käsitteiden luominen eli abstrahointi. Tarkoituksena on esittää tuloksena aineistosta muodostettu malli, käsitejärjestelmä tai aineistoa kuvaavat teemat. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 94–96.)

Redusointivaiheessa karsittiin epäolennaiset havainnot pois, jotka eivät vastanneet tutkimuskysymyksen tarpeisiin. Alkuperäiset ilmaisut ja havainnot pelkistettiin tarvittaessa. Pelkistetyt ilmaukset listattiin allekkain taulukkoon. Klusterointivaiheessa havainnot ryhmiteltiin samankaltaisuutensa perusteella, ja näistä muodostettiin niitä kuvaavia alaluokkia. Abstrahointivaiheessa luokkien yhdistämistä jatkettiin edelleen yläluokiksi, ja yläluokkia yhdisteltiin vastaavasti pääluokiksi. Pääluokkien yhdistäväksi luokaksi muodostui osallistujien itseilmaisussa ja vuorovaikutuksessa havaitut ilmiöt.

## 9.2 Tutkimustulokset

Tulosten avulla pyrittiin vastaamaan tutkimuskysymykseen siitä, millaiseksi asiakkaat, joilla on afasia, arvioivat taidelähtöiset menetelmät itseilmaisun ja vuorovaikutuksen välineenä. Lisäksi pyrittiin vastaamaan tutkimuskysymykseen siitä, millaisia ilmiöitä osallistujien itseilmaisussa ja vuorovaikutuksessa havaittiin taidelähtöisten toimintojen aikana. Kehittämistoiminnan tarkoituksen kannalta nähtiin oleelliseksi tarkastella tutkimuskysymysten lisäksi myös ryhmätoiminnan rakennetta, ohjauksen tapoja ja ryhmän ilmapiiriä.

### 9.2.1 Kehollista keskustelua

Asiakkaat arvioivat palautekyselyn avulla taidelähtöisiä menetelmiä itseilmaisun ja vuorovaikutuksen välineenä. Palautekyselyn tulokset ryhmätoiminnan koetuista hyödyistä vuorovaikutuksessa ja itseilmaisussa esitetään taulukoituna liitteessä (Liite 1). Tämän palautekyselyn osion tulokset nähdään vastaavan tutkimuskysymykseen 1 eli millaiseksi asiakkaat, joilla on afasia, arvioivat taidelähtöiset menetelmät itseilmaisun ja vuorovaikutuksen välineenä.

Kolme osallistujaa oli jokseenkin samaa mieltä siitä, että harjoitukset lisäsivät yhteisöllisyyden kokemusta ja yksi ei ollut samaa eikä eri mieltä. Kaikki neljä osallistujaa olivat jokseenkin samaa mieltä siitä, että tunne omasta osaamisesta oli vahvistunut. Väittämän ”Rohkeuteni käyttää kehoa kommunikoinnissa on lisääntynyt” vastauksissa oli eroavaisuuksia neljän osallistujan välillä. Kaksi osallistujaa oli täysin samaa mieltä, yksi osallistuja oli jokseenkin samaa mieltä ja yksi osallistuja ei ollut samaa eikä eri mieltä. Väittämästä ”Pystyn hyödyntämään oppimiani keinoja arjen vuorovaikutustilanteissa” yksi osallistujista arvioi olevansa täysin samaa mieltä. Kolme osallistujaa arvioi olevansa jokseenkin samaa mieltä. Väittämästä ”Toiminta on vahvistanut kykyäni toimia toisten ihmisten kanssa” kaksi osallistujaa arvioivat olevansa täysin samaa mieltä ja kaksi jokseenkin samaa mieltä. Hyväksytyksi tuleminen sekä yhdenvertaisuuden kokemus ryhmässä arvioitiin edellisen tavoin eli kaksi osallistujaa arvioi olevansa täysin samaa mieltä väittämästä ja kaksi arvioi olevansa jokseenkin samaa mieltä.

Palautekyselyn tuloksia voidaan peilata myös suhteessa opinnäytetyön tavoitteeseen. Tavoitteena oli selvittää valittujen taidelähtöisten menetelmien soveltuvuutta kohderyhmälle itseilmaisun ja vuorovaikutuksen välineenä. Menetelmien soveltuvuutta pyrittiin määrittelemään palautekyselyssä esitettyjen väittämien avulla. Väittämät koskivat rohkaistumista kehon käyttöön kommunikoinnissa, pystyvyyden tunteen vahvistumista arjessa, sosiaalisen kyvykkyyden vahvistumista, hyväksytyksi tulemistä sekä yhdenvertaisuuden kokemusta. Kaikkien osallistujien vastaukset väittämiin olivat joko neutraaleja

("ei samaa eikä eri mieltä") tai positiivisia ("jokseenkin samaa mieltä" ja "täysin samaa mieltä"). Tulosten valossa taidelähtöiset menetelmät soveltuivat parhaiten vahvistamaan kykyä toimia toisten ihmisten kanssa sekä hyväksytyksi tulemisen ja yhdenvertaisuuden kokemuksen tukemiseen ryhmässä. Kaikki edellä mainitut arvioitiin keskiarvolla 4,5 (asteikko 1–5). Tulosten valossa toiminta soveltui heikoimmin vahvistamaan yhteisöllisyyden kokemusta ryhmässä, sillä tämä väittämä arvioitiin keskiarvolla 3,75.

Tulokset osoittavat, että opinnäytetyön tavoite selvittää menetelmien soveltuvuutta kohderyhmälle itseilmaisun ja vuorovaikutuksen välineenä saavutettiin. Kehittämistoiminnan tarkoituksena oli kehittää Aivoliitto ry:lle soveltuvaa taidelähtöisiä menetelmiä hyödyntävää ryhmätoimintaa, joka tukisi osallistujien kehollista itseilmaisua ja vuorovaikutusta arjessa. Osallistajat arvioivat palautekyselyssä keskiarvolle 4,25 väittämät ”Pystyn hyödyntämään oppimiani keinoja arjen vuorovaikutustilanteissa” ja ”Rohkeuteni käyttää kehoa kommunikoinnissa on lisääntynyt”.

### 9.2.2 Itseilmaisun ja vuorovaikutuksen ilmiöitä

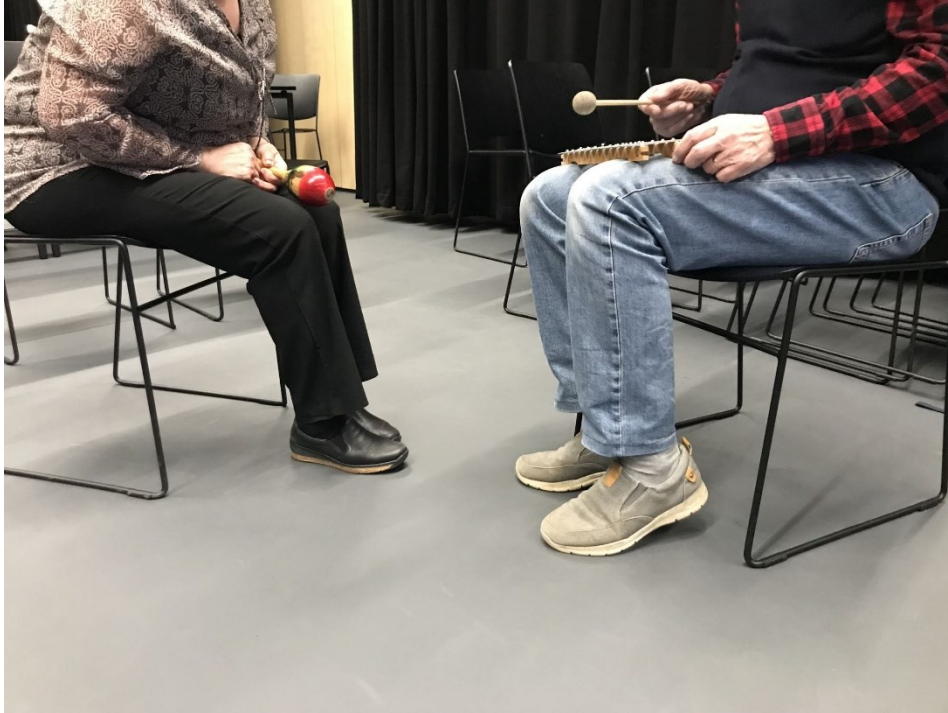
Havaintojen systemaattisen analysoinnin tulokset havainnollistettiin kuvaksi (Liite 2), joka esittää taidelähtöisten toimintojen aikana havaitut ilmiöt osallistujien itseilmaisussa ja vuorovaikutuksessa. Havainnointimallin analyysivaiheessa syntyneet pääluokat muodostivat itseilmaisun ja vuorovaikutuksen ilmiöt. Keskeisimmiksi ilmiöiksi havaittiin sosiaalinen tuki, läsnäolo, yhteistyö, kehollinen kommunikointi, itsen ja oman toiminnan reflektointi sekä myönteinen ilmapiiri. Havainnointimallin analyysin nähdään vastaavan tutkimuskysymykseen 2 eli millaisia ilmiöitä osallistujien vuorovaikutuksessa ja itseilmaisussa havaittiin taidelähtöisten toimintojen aikana.

Sosiaalisen tuen ilmiö koostui yläluokista empatia ja turvan hakeminen. Sosiaalinen tuki näkyi käytännön tasolla ryhmätoiminnassa esimerkiksi niin, että osallistuja rohkaistui ilmaisemaan jotakin tunnetta toisen osallistujan

kannustuksen turvin. Lisäksi se näkyi avuliaisuutena ja toisen auttamisena jossain harjoitteessa sekä sanoina, kuten ”hyvä” ja ”tee uudestaan”. Läsnäolon ilmiön yläluokka oli osallistuminen. Ryhmätoiminnassa tämä näyttäytyi kehollisina eleinä, kuten muiden katsomisena, silmät kiinni kuunteluna ja musiikin tahtiin keinumisenä.

Yhteistyön ilmiö ilmeni vastavuoroisuutena osallistujien välillä. Konkreettisesti tämä näkyi muun muassa harjoituksissa erilaisten roolien ottamisena ja roolista poistumisena toisen kanssa toimiessa. Se näkyi myös toisen osallistujan ohjattavaksi jättäytymisenä ja johtajuuteen tarttumisenä sekä erilaisten aloitteiden tekemisenä ja niihin reagoimisena vuorovaikutteisissa harjoitteissa. Yhteistyön ilmiössä korostui voimakkaasti ymmärretyksi tulemisen tarve. Osallistujille oli tärkeää, että he saivat vahvistuksen sille, että toinen tai toiset olivat ymmärtäneet asian heidän tarkoittamallaan tavalla. Osallistujat vahvistivat muiden tekemiä tulkintoja kehollisesti ilmaisemistaan asioista joko oikeiksi tai vääriksi. Tämän voidaan nähdä kytkeytyvän lähdeaineistossa aiemmin osoitettuun huomioon, jossa eleiden käyttö aktivoi vastaanottajaa ymmärryksensä vahvistamiseen sanattomasta viestinnästä.

Kehollisen kommunikoinnin ilmiö näkyi kehollisena vuorovaikutuksena. Näitä olivat muun muassa fyysinen läheisyys ja kontakti, nojautuminen huomion suuntaan, torjuvat eleet, toisen kanssa samaan rytmiin hakeutuminen omalla soittimella sekä kumartuminen toista kohti (Kuva 7). Nämä olivat selvimmin nähtävillä, kun kontaktia oli yhteen ihmiseen kerrallaan.



Kuva 7. Ryhmätoiminnassa kehollinen vuorovaikutus näkyi muun muassa katsomisena ja nojautumisena toista kohti. Kuva: Milla Hutri.

Itsen ja oman toiminnan reflektoinnin ilmiö koostui sekä epäonnistumisen pelosta että luottamuksesta. Käytännön tasolla pelko epäonnistumisesta näyttäytyi esimerkiksi huokailuina, toiminnassa taaemmaksi jättäytymisenä, osallistumisen epäröintinä, kiireenä ja hätäisyytenä omaa toimintaa suorittaessa sekä liikkeisenä vähäeleisyytenä. Havaittuja sanallisia ilmaisuja olivat ”tämmöinen on vaikeaa” ja ”voi voi”. Luottamus omaan toimintaan ilmeni ryhmätoiminnassa kehon rentoutena, liikkumisessa eri tasojen hyödyntämisenä, uskalluksena kokeilla itselleen uutta ja myös uskalluksen tarttumisenä. Ajatteleminen, että itsen ja oman toiminnan reflektoinnin ilmiö ryhmätoiminnassa kytkeytyy osallistujan tuntemukseen omasta kyvykkyydestä, pystyvyydestä sekä turvallisuuden kokemuksesta.

Myönteisen ilmapiirin ilmiön yläluokka oli positiiviset kokemukset. Tämä näyttäytyi käytännössä muun muassa osallistujien nauruna ja naurun tarttumisenä, hymyinä sekä ilona yhteyden löytymisestä ja ymmärretyksi

tulemisesta. Ryhmätoiminnassa ilmeni myös halua jatkaa tehtävän parissa, mikä tulkittiin sanallisesta ilmaisusta ”vielä yksi”.

Systemaattisen havainnoinnin tuloksia voidaan peilata myös suhteessa opinnäytetyön tavoitteeseen. Tavoitteena oli selvittää valittujen taidelähtöisten menetelmien soveltuvuutta kohderyhmälle itseilmaisun ja vuorovaikutuksen välineenä. Systemaattisesta havainnoinnista nousseiden ilmiöiden perusteella voimme todeta, että toiminta oli vuorovaikutteista, ja siinä näkyivät sosiaalinen tuki, läsnäolo, yhteistyö, kehollinen kommunikointi, itsen ja oman toiminnan reflektointi sekä myönteinen ilmapiiri.

### 9.3 Ryhmätoiminnan kehittämisen prosessi

Käytännön prosessin alkuvaiheessa pohdimme ohjaajina jokaiselle viidelle ryhmäkerralle kattoteemat. Kuitenkin jokaisen kerran tarkempi sisällön suunnittelu tapahtui edellisen tapaamiskerran jälkeen. Käytännön toteutuksen kuluessa harjoitusten sisältöä ja ohjauksen tapoja täsmennettiin niin, että osallistujat voisivat kokea vuorovaikutteiset taidelähtöiset harjoitukset mahdollisimman mielekkäiksi ja että he kokisivat pystyvänsä itseilmaisuun ja tulevansa ymmärretyksi.

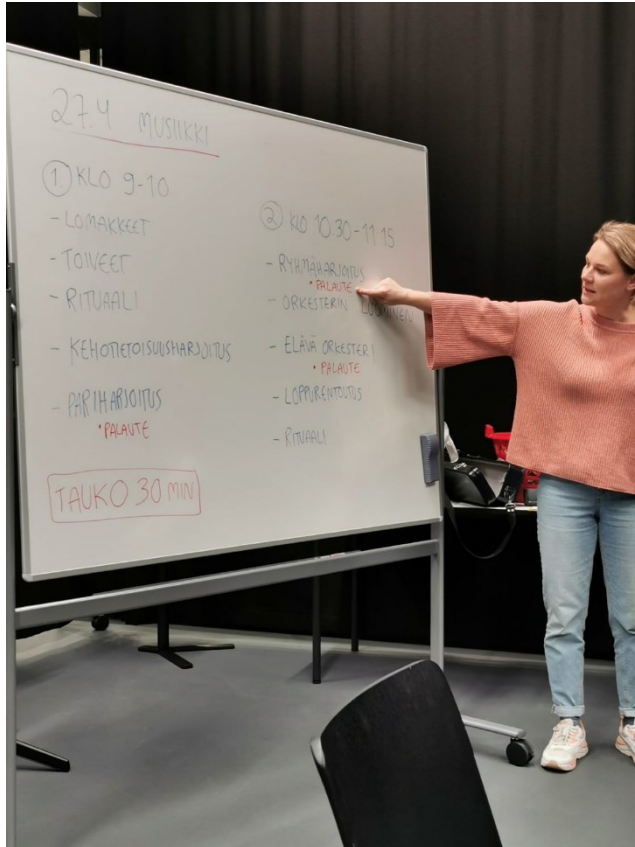
Ryhmätoiminnan kehittämisprosessia ohjasi kokeilukulttuuri. Vaiheittaisen kehittämisen mukaisesti ryhmätoimintaa kehitettiin ohjaajan ja osallistujan roolit ja niiden merkitys huomioiden. Ryhmätoiminnan kehittämisen prosessissa toiminnan aikana hyödynnettiin osallistujilta saatua kehollista palautetta sekä meidän ohjaajien tekemiä havaintoja ja reflektiopäiväkirjaa. Kehollista palautetta kerättiin kehojangan avulla. Seuraavissa kappaleissa tuomme esille prosessissa tehtyjä kehittämistoimenpiteitä näiden pohjalta.

#### 9.3.1 Ohjaukselliset ratkaisut

Ryhmätoiminnan kehittämisen prosessin keskeisiksi kehittämistoimenpiteiksi havaittiin harjoituskerran progressiivinen eteneminen, ymmärretyksi tulemisen

kokemuksen mahdollistaminen ja monikanavaiset ohjaukselliset ratkaisut. Progressiivinen eteneminen tarkoitti esimerkiksi sitä, että ennen koko ryhmän kesken toimimista toimittiin ensin pareittain. Harjoitusta laajennettiin tapaamiskerran aikana sellaiseksi, että se voitiin toteuttaa lopuksi koko ryhmän kesken. Tarkkaavaisuuden näkökulmasta vaatavuus kasvoi näin ollen pikkuhiljaa yhdestä henkilöstä useampaan henkilöön. Progressiivinen eteneminen tarkoitti myös, että kehollisen vuorovaikutuksen elementtejä pyrittiin lisäämään ja yhdistelemään toisiinsa harjoitus kerrallaan. Asteittaisella etenemisellä osallistujille annettiin aikaa harjoituksen omaksumiselle. Ohjaajien reflektiopäiväkirjan pohjalta vaiheittaisen etenemisen ja toistojen nähtiin tukevan osallistujien toimintaa.

Ryhmätoiminnan käytännön toteutuksen aikana ohjaajan rooli ja ohjeistamisen tavat havaittiin käytännössä merkittäviksi kohderyhmän erilaisten kommunikointitapojen vuoksi. Henkilöille, joilla on afasia, ohjaajan oli tehostetusti kiinnitettävä huomiota vuorovaikutuksensa monikanavaisuuteen ja non-verbaalisten keinojen käyttämiseen. Näitä olivat muun muassa harjoitusten mallintaminen, ohjaajan ilmeet ja eleet sekä kirjoittaminen ja piirtäminen sanallisen ja kuvatuettun ohjeistuksen ohella (Kuva 8). Lisäksi ohjaajan tuli kiinnittää huomiota äänenpainoonsa, artikulointiinsa, selkokielisyyteen ja puheen sekä ohjeistamisen rytmitykseen. Muita luovan ryhmätoiminnan ohjauksellisia tukikeinoja olivat muun muassa musiikin käyttö toiminnan jaksottajana ja tunnetilan luomisena esimerkiksi luovalle liikkeelle. Tilan käyttöä hyödynnettiin esimerkiksi ohjaajan valitessa asemoitumisensa suhteessa ohjattaviin. Kosketusta käytettiin myös ohjaavana elementtinä.



Kuva 8. Ohjeistusten ymmärrettävyyden vaikutti ohjauksen monikanavaisuus. Kuva: Milla Hutri.

Kehittämistoiminnassa ohjeistusten ymmärtämisen tueksi monimutkaisemmat tai monivaiheiset harjoitukset pyrittiin jakamaan osavaiheisiin, ja harjoituksen kulku kirjoitettiin valkotaululle tukisanoin ja strukturoitiin kronologisesti numeroiden. Toimintaa ohjattaessa havaittiin, että harjoitteiden lisäksi ohjeistuksen suunnittelu ja siihen valmistautuminen oli tärkeää, jotta ohjeistus olisi mahdollisimman selkeää. Ohjeistamiselle oli tärkeää antaa aikaa. Ohjeistusten ymmärrettävyyden nähtiin vaikuttavan osaltaan osallistujien kokemukseen ja harjoitteiden tavoitteiden saavuttamiseen.

Suunnitelmallisuuden ohella ohjaajan muutosherkkyden ja tilannetajun huomattiin kuitenkin olevan tärkeää ryhmäkerran kokonaisvaltaisen toimivuuden kannalta. Tämä saattoi tarkoittaa ohjaajan herkkyyttä ja valmiutta reagoida osallistujien tarjoamiin muutosimpulsseihin. Ohjaajan oli hyvä soveltaa spontaanisti harjoituksia tai aikataulua kokoontumiskerran raameissa.

Palautekyselyllä vastattiin tutkimuskysymykseen: Millaiseksi asiakkaat, joilla on afasia, arvioivat taidelähtöiset menetelmät itseilmaisun ja vuorovaikutuksen välineenä? Tutkimuskysymykseen vastaamisen lisäksi palautekyselyllä kartoitettiin myös muita ryhmätoiminnan kehittämisen kannalta olennaisia tekijöitä. Nämä tulokset esitetään taulukoituna liitteessä (Liite 3). Väittämässä ”Ryhmäkerran rakenne ollut toimiva” kolme osallistujaa arvioi olevansa täysin samaa mieltä ja yksi osallistuja oli jokseenkin samaa mieltä. Väittämässä ”Ohjaus on ollut osaavaa” ja ”Ohjeet ovat olleet selkeät” kolme osallistujaa arvioi olevansa jokseenkin samaa mieltä ja yksi täysin samaa mieltä. Kaksi osallistujaa oli täysin samaa mieltä väittämästä ”Ryhmässä on ollut hyvä ilmapiiri” ja kaksi osallistujaa oli väittämästä jokseenkin samaa mieltä. ”Olen tuntenut oloni turvalliseksi” -väittämän arvioissa oli eniten hajontaa aiempiin kysymyksiin nähden. Kaksi osallistujaa oli väittämästä täysin samaa mieltä, yksi jokseenkin samaa mieltä ja yksi ei ollut samaa eikä eri mieltä.

### 9.3.2 Kehollinen palaute

Asiakkailta kerättiin jokaisella tapaamiskerralla valittujen vuorovaikutteisten harjoitusten jälkeen kehollista palautetta. Tällä laadullisella palautteella haluttiin saada tietoa sekä harjoitteiden mielekkyydestä että siitä, kuinka hyvin valitut harjoitteet tukevat itseilmaisua ja vuorovaikutusta sekä ymmärretyksi tulemisen kokemusta kohderyhmällä. Kehollisen palautteen keruussa käytettiin niin sanottua kehojana-menetelmää. Ryhmätilaan oli asetettu viisi pöytää janaksi. Pöytien toisessa päässä oli lappu, jossa luki ”kyllä” ja toisessa päässä olevassa lapussa luki ”ei”. Osallistujat asettuivat siihen kohtaan janaa, joka ilmaisi heidän subjektiivista mielipidettään kysytyyn kysymykseen. Palautekysymykset hioutuivat vielä prosessin aikana. Lopulliset palautekysymykset olivat muotoa: ”Tuntuiko harjoitus mielekkäältä”, ”Onnistuitko ilmaisemaan itseäsi” ja ”Tulitko ymmärretyksi”.

Palautekysymykset pysyivät perimmäiseltä merkitysisällöltään suunnilleen samoina jokaisella ryhmäkerralla, mutta kysymysten muoto tarkentui vielä kehittämistoiminnan aikana. Kysymys harjoitteiden mielekkyydestä kysyttiin

jokaisella ryhmäkerralla valittujen harjoitteiden yhteydessä. Muiden kysymysten asettelua muutettiin vielä toimintajakson aikanakin, jotta ne olivat selkeämmin ymmärrettävissä ja palvelivat paremmin asiakaslähtöisiä tarpeita sekä toiminnan tavoitetta. Ensimmäisen ryhmäkerran jälkeen kysymys ”Tulitko kuulluksi”, vaihtui kysymykseen ”Onnistuitko ilmaisemaan itseäsi”. Alkuperäisen kysymyksen kuulluksi tulemisesta ymmärrettiin antavan mielikuvan auditiivisesta ilmaisusta ja kysymyksen olisi voinut ymmärtää monella tavalla esimerkiksi vuorovaikutteisten musiikki-improvisaatioharjoitusten yhteydessä. Kuulluksi tulemisen nähtiin olevan myös toisesta riippuvaista toisin kuin itseilmaisun, joten kysymyksen asettelun muutos oli ymmärrettävämpi osallistujille ja vastasi paremmin toiminnan tavoitteeseen. Yksi osallistujista nosti toisella ryhmäkerralla esille huolen siitä, että mitä jos toinen ei ymmärräkään sitä, mitä yrittää ilmaista. Toisen ryhmäkerran havaintojen perusteella vaihdettiin palautekysymys ”Saitko kontaktia toiseen/toisiin”, kysymykseen ”Tulitko ymmärretyksi”.

Kehollisesta palautteesta saadun tiedon perusteella ymmärretyksi tulemisen kokemusta nähtiin tarpeelliseksi vahvistaa ryhmätoiminnan edetessä. Ymmärretyksi tulemisen kokemuksen tarve tuli esille käytännön tasolla muun muassa pantomiimia sisältävissä harjoitteissa. Harjoitteissa huomattiin, että osallistujat hakivat nopeasti toiselta tai toisilta vahvistusta omalle keholliselle ilmaisulle. Tämä huomio oli yhteneväinen teorian tietoon peilaten vuorovaikutuksen rakentumisen ilmiöiden kanssa. Sen mukaan vuorovaikutuksen nähtiin rakentuvan muun muassa siitä, että henkilö saa viestilleen vahvistuksen. Vahvistuksen avulla henkilö tietää tulleen ymmärretyksi. Ohjaajina vastasimme tähän täsmällisemmällä taidelähtöisten harjoitusten valinnalla ja harjoituksen ohjeistuksen tarkemmalla suunnittelulla.

Kehollisen palautteen perusteella ei pystytty laittamaan harjoituksia validisti arvojärjestykseen, eikä sitä nähty myöskään tarkoituksenmukaiseksi. Kyseessä oli prosessin kehittäminen, mihin vaikuttivat monenlaiset asiat, kuten ohjaustavat, harjoitteen tuttuus ja valitun harjoitteen tavoitteet. Lisäksi vaikutti se, missä vaiheessa ryhmäytymisprosessia oltiin. Lopulliset vuorovaikutteiset

pantomiimiharjoitukset olivat koko kehittämisprosessin lopputulos (Kuva 9). Näissä harjoitteissa pariin luotiin niin sanottu riippuvuussuhde. Harjoitteet edellyttivät sitä, että oltiin parin kanssa yhdessä toisten katsottavana, parista sai tukea ja toimintaa toteutettiin yhteistyössä.



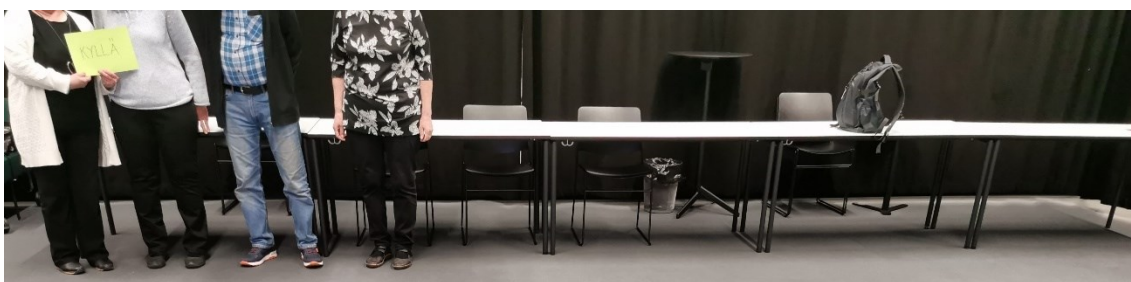
Kuva 9. Vuorovaikutteinen pantomiimiharjoitus, jossa morsian ja sulhanen astelevat yhdessä alttarille. Kuva: Milla Hutri.

Palautteenannosta kehojanalla otettiin valokuvia toiminnan kehittämisen ja havainnollistamisen avuksi. Seuraavaksi kuvataan prosessin kehittymistä verraten keskenään osallistujien palautetta ensimmäisen ryhmäkerran pääharjoitteesta ja palautetta viimeisen ryhmäkerran pääharjoitteesta. Tärkeää on huomioida, että harjoitteet olivat sisällöltään erilaisia ja joidenkin kysymysten asettelu täsmentyi prosessin aikana. Vertailua voidaan tehdä siis ainoastaan prosessin kehittymisen näkökulmasta. Tällä tarkoitetaan ohjaustapojen ja sisällöllisen jaksottamisen kehittymistä.

Kaikissa kuvissa vasemmassa laidassa on vastausvaihtoehto ”kyllä” ja oikeassa laidassa ”ei”. Subjektiiiset vastaukset kysymykseen: ”Tuntuiko harjoitus mielekkäältä?” näkyvät kahdessa seuraavassa kuvassa (Kuva 10 ja Kuva 11).



Kuva 10. Ensimmäisen ryhmäkerran kehojana-palaute kysymyksestä: ”Tuntuiko harjoitus mielekkäältä?”. Kuva: Milla Hutri.



Kuva 11. Viimeisen ryhmäkerran kehojana-palaute kysymyksestä: ”Tuntuiko harjoitus mielekkäältä?”. Kuva: Milla Hutri.

Subjektiiivinen vastaus ensimmäisen kerran kysymykseen: ”Saitko kontaktia muihin ryhmäläisiin?” (Kuva 12) ja viimeisen kerran kysymykseen ”Onnistuitko ilmaisemaan itseäsi?” (Kuva 13) näkyvät kahdessa seuraavassa kuvassa.



Kuva 12. Ensimmäisen ryhmäkerran kehojana-palaute kysymyksestä: ”Saitko kontaktia muihin ryhmäläisiin?”. Kuva: Milla Hutri.

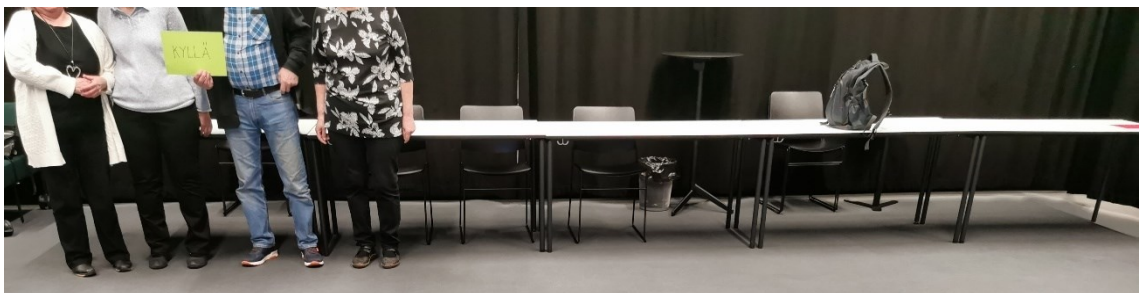


Kuva 13. Viimeisen ryhmäkerran kehojana-palaute kysymyksestä: "Onnistuitko ilmaisemaan itseäsi?". Kuva: Milla Hutri.

Subjekttiivinen vastaus ensimmäisen kerran kysymykseen: "Tulitko kuulluksi?" (Kuva 14) ja viimeisen kerran kysymykseen "Tulitko ymmärretyksi?" (Kuva 15) näkyvät kahdessa seuraavassa kuvassa.



Kuva 14. Ensimmäisen ryhmäkerran kehojana-palaute kysymyksestä: "Tulitko kuulluksi?". Kuva: Milla Hutri.



Kuva 15. Viimeisen ryhmäkerran kehojana-palaute kysymyksestä: "Tulitko ymmärretyksi?". Kuva: Milla Hutri.

Osallistavan ja kokeilevan toiminnan tarkoituksena oli kehittää ryhmätoimintaa niin, että se tukisi osallistujien itseilmaisua ja vuorovaikutusta. Osallistujien kehollisen palautteen sekä ohjaajien havaintojen ja reflektiopäiväkirjan avulla

harjoituksia kehitettiin niin, että osallistujat kokisivat harjoitukset mahdollisimman mielekkäiksi, pystyvänsä ilmaisemaan itseään ja tulevansa ymmärretyksi. Toisin sanoen tavoitteena oli, että asiakkaat olisivat kehojanan ”kyllä”-osiossa. Kuvissa näkyvä kehollinen palaute osoittaa, että tavoitteessa onnistuttiin, sillä osallistujat olivat loppua kohden lähellä vastausvaihtoehtoa ”kyllä”.

## 10 Eettisyys ja luotettavuus

Kehittämistoiminnan tavoitteena oli selvittää valittujen taidelähtöisten menetelmien soveltuvuutta kohderyhmälle itseilmaisuuden ja vuorovaikutuksen välineenä. Kehittämistoiminnalle asetettu tavoite saavutettiin kartoittamalla osallistujien kokemuksia toiminnasta. Tämän opinnäytetyön ja kehittämistoiminnan luotettavuuteen vaikuttivat muun muassa kehittämistyöntekijöiden kehittämis-, yhteistyö- ja ohjausosaaminen, valitut tutkimus- ja kehittämismenetelmät ja kohderyhmän kommunikoinnin haasteet.

### 10.1 Parityöskentely ja ohjausosaaminen

Systemaattinen kehittämisen prosessi oli meille kehittämistyöntekijöinä osittain vierasta. Molemmat kokivat oppineensa erityisesti projektityön osavaiheiden hallintaa ja tulosten systemaattista analysointia. Kummallekin meistä oli aiemmin tuttua uuden toiminnan suunnittelu ja kehittäminen kommunikointitaidoiltaan vastaavalle kohderyhmälle. Aiempi kokemus yhteistyöosaamisesta ja moniammatillisissa verkostoissa toimimisesta tuki varmuutta toimia kehittämissyhteistyössä.

Monikanavaisempi ohjausosaaminen kehittyi aktiivisesti toiminnan aikana. Parityössä oli mahdollista saada säännöllisesti objektiivista palautetta työparilta omasta ohjauksesta. Lisäksi säännöllinen reflektiivinen dialogi ja toisen ohjauksen seuraaminen kehittivät omia ohjaustaitoja ja rikastuttivat laaja-alaista toiminnan arviointia. Ajatuksia ja kokemuksia voitiin viiveettä yhdessä jakaa ja käsitteellistää, mikä synnytti jäsenneltyjä oivalluksia. Tätä käytettiin omassa ja yhteisen oppimisen tukena aktiivisesti ja se tuki myös koko toiminnan kehittymistä. Työkaluna tähän käytettiin reflektiopäiväkirjaa, joka kiteytti käytännön toimenpiteitä ohjaamisen kehittämiseksi ja keskinäisen työnjaon täsmentymiseksi. Työn aikana kehittyttiin myös oman ja toisen kehollisen vuorovaikutuksen havainnoinnissa sekä tuetun kommunikoinnin tietoisemmassa ohjauksellisessa käytössä. Lisäksi taidelähtöisten menetelmien

ohjaamisosaamisessa kartutettiin kokemusta. Parityö mahdollisti laaja-alaisen käytännön osuuden toteuttamisen, jossa samanaikaisesti keskityttiin muun muassa turvallisen ryhmähengen luomiseen, ryhmädynamiikan fasilitointiin, tuettuun ohjaukseen, tarvittaessa yksilölliseen avustamiseen sekä havainnointien tekemiseen ryhmästä. Tämä tuki merkittävästi myös työn aineiston luotettavuutta ja turvasi aineiston saamisen myös silloin, jos toisen ohjaajista olisi sairastapauksen vuoksi osallistuttava etänä.

Opinnäytetyön kirjoittamisessa työnjako tehtiin kuukausittaisten tapaamisten aikana, joissa yhteisesti luonnostellun sisällysluettelon pohjalta jaettiin tehtävät itsenäistä työskentelyä varten. Aluksi kustakin teoriaosuuden pääluvusta vastaava tekijä kirjattiin raportin luonnosversioon. Tämän jälkeen toinen luki, opponoi ja täydensi tekstiä omasta lähdeaineistosta ja ammatillisesta osaamisesta käsin. Näin kummankin kirjoittajan ”äänet” sekoittuivat sulavasti yhteen kunkin luvun tekstissä, sillä hyväksi havaittu dialogisuus haluttiin säilyttää myös raportoinnissa. Työn käytännön osuuden kirjaamisessa toimittiin samoin. Tulosten analysointitapoihin perehtyminen, niiden valinta, analysoinnin toteutus ja tulosten tulkinta haluttiin tehdä yhteisissä etätapaamisissa. Prosessin aikana tapaamiset toteutuivat viikoittain ja sisälsivät myös itsenäisen työskentelyn osuuksia. Tekstisisältöä joko koostettiin ranskalaisin viivoin tai suoraan raakatekstiksi yhdessä. Tämän jälkeen jaettiin viimeistelyä varten tekstiosuudet, joita työstettiin itsenäisesti. Etätyökalut mahdollistivat sen, että kehittämistoiminnan raportointi voitiin rakentaa yhdessä sujuvasti kahdelta eri paikkakunnalta. Kehittämistoiminnan raporttia työstettiin Teams-alustalla, jonne tallennettiin aina uusin versio työstä toisen luettavaksi ja täydennettäväksi. Luonnoksia syntyi kahden vuoden aikana yli 60 kappaletta.

## 10.2 Tutkimus- ja kehittämismenetelmien luotettavuus

Kehojana kokeilevan kehittämisen työkaluna osoittautui hyväksi valinnaksi. Se oli kohderyhmälle konkreettinen ja helposti ymmärrettävä sekä palveli lähtökohtaisesti subjektiivisen arvion antamista. Palautetta ei toisaalta annettu anonyymisti, joten se saattoi vaikuttaa osallistujien antamaan arvioon. Janaa

käytettiin tästä huolimatta kuitenkin monipuolisesti. Janan käyttö olisi voitu ohjeistaa osallistujille paremmin. Ohjeistus annettiin ainoastaan verbaalisesti, jolloin mahdollisuus asettua janalle myös limittäin jäi mahdollisesti osallistujilta ymmärtämättä. Osallistujat asettuivat janalle vain vierekkäin. Näin ollen osallistujat eivät voineet antaa esimerkiksi täysin samaa arviota harjoitteesta, sillä se olisi vaatinut toisen eteen tai taakse asettumista. Palautteenannon kuvaustilanne saattoi vaikuttaa osaltaan vierekkäin asettumiseen. Osallistujat saattoivat näin asemoitumalla ajatella, että kaikki näkyisivät kuvassa.

Ohjeistusten oikein ymmärtäminen saattoi vaikuttaa osallistujan kokemukseen harjoituksesta ja sitä kautta harjoitus saatettiin arvioida kehojanalla mielekkäämmäksi. Vaikka toisinaan ohjeistimme pantomiimiharjoitukset puutteellisesti, osallistujat kokivat harjoituksen silti alkuhämmennyksestä huolimatta erittäin mielekkääksi. Tässä mallintaminen ja kokeilemisen kautta oppiminen osoittautui yhtä toimivaksi kuin verbaalinen ja kirjallinen ohjeistus. Mielekkyyden kokemukseen harjoitteista saattoi vaikuttaa myös se, kuinka hyvin harjoituksen tavoitteet oli selitetty.

Tutkimusmenetelmänä toimivaan havainnointilomakkeeseen havaintojen kirjaaminen helpottui kertojen myötä. Tähän saattoi vaikuttaa toistot, työkalun tutuksi tuleminen meille ohjaajille sekä havainnoille herkistyminen. Havainnointilomake pohjautui systemaattiseen havainnointimalliin. Havainnointimalli, reflektiopäiväkirja ja osallistujilta saatu kehollinen palaute ohjasivat tavoitteen mukaisen toiminnan täsmentymistä. Kehittämisen- ja tutkimustyökalut tuntuivat tukevan myös toisiaan toiminnan kehittämisprosessissa.

Tutkimusmenetelmänä toimivan palautekyselyn väittämät olivat kirjoitetussa muodossa, mikä saattoi luoda osallistujille afasiasta johtuen ymmärtämisen haasteita ja vaikuttaa sitä kautta vastauksiin. Toisaalta osallistujien tukena palautekyselyyn vastaamisessa toimi logopedian opiskelija. Vastausvaihtoehtoina käytettiin tekstin tai numeroiden sijasta hymynaama-emojeita, jotta ne olisivat osallistujille mahdollisimman ymmärrettäviä.

Palautekyselyn tuloksista laskettiin keskiarvot ja niitä tarkasteltiin suhteessa tavoitteeseen.

## 11 Yhteenveto ja pohdinta

Tutkimuskysymys yksi oli: Millaiseksi asiakkaat, joilla on afasia, arvioivat taidelähtöiset menetelmät itseilmaisun ja vuorovaikutuksen välineenä? Tähän asiakkaat vastasivat palautekyselylomakkeella, jonka tulokset analysoitiin laskemalla vastauksille keskiarvot (Liite 1). Asiakkaat arvioivat taidelähtöisten menetelmien avulla kyvyn toimia toisten ihmisten kanssa vahvistuneen sekä tulleen hyväksytyksi ja tunteneensa itsensä yhdenvertaiseksi ryhmässä. Tutkimuskysymys kaksi oli: Millaisia ilmiöitä osallistujien vuorovaikutuksessa ja itseilmaisussa havaittiin taidelähtöisten toimintojen aikana? Tähän vastattiin havainnointimallin avulla, joka analysoitiin käyttämällä menetelmän aineistolähtöistä sisällönanalyysiä. Ilmiöistä koostettiin havainnollistava kuva (Liite 2). Analyysin avulla vuorovaikutuksen ja itseilmaisun pääluokkia muodostui seitsemän, jotka olivat sosiaalinen tuki, läsnäolo, yhteistyö, kehollinen kommunikointi, itsen ja oman toiminnan reflektointi sekä myönteinen ilmapiiri.

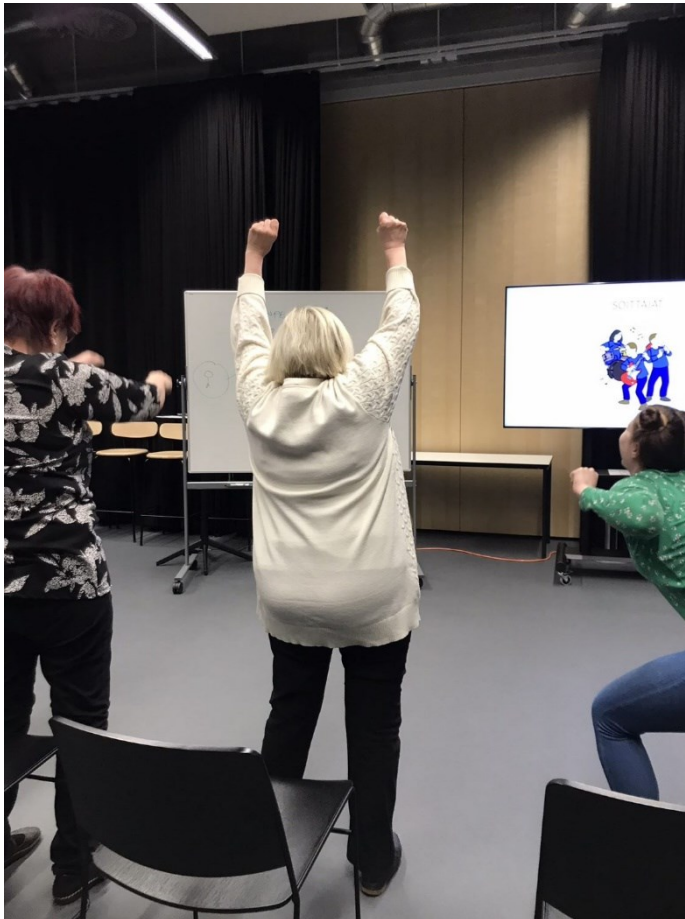
Kehittämistoiminnan tarkoituksena oli kehittää toimeksiantajan eli Aivoliitto ry:n kohderyhmälle soveltuvaa taidelähtöisiä menetelmiä hyödyntävää ryhmätoimintaa, joka tukee osallistujien kehollista itseilmaisua ja vuorovaikutusta arjessa. Kehittämismenetelmänä toimi osallistava ja kokeileva kehittäminen. Kehittämisen työkaluina olivat kehollinen palautteenanto eli kehojana ja ohjaajien reflektiopäiväkirja. Ryhmätoiminnan kehittämisen prosessin keskeisiksi kehittämistoimenpiteiksi havaittiin harjoitteiden progressiivinen eteneminen, monikanavaiset ohjaukselliset ratkaisut ja ymmärretyksi tulemisen kokemuksen mahdollistaminen. Ohjaajien reflektiopäiväkirjan pohjalta vaiheittaisen etenemisen ja toistojen nähtiin tukevan osallistujien toimintaa. Osallistujien kehollisen palautteen sekä ohjaajien havaintojen ja reflektiopäiväkirjan avulla toimintaa kehitettiin niin, että osallistajat kokisivat harjoitukset mahdollisimman mielekkäiksi, pystyvänsä ilmaisemaan itseään ja tulevansa ymmärretyksi. Tarkastellessa kehojanan muuttumista ryhmäprosessin aikana tässä onnistuttiin. Palautekyselyssä

osallistujat arvioivat joissain määrin pystyvänsä hyödyntämään opittuja keinoja arjen vuorovaikutustilanteissa. Kehittämistoiminnan tavoitteena oli selvittää valittujen taidelähtöisten menetelmien soveltuvuutta kohderyhmälle itseilmaisun ja vuorovaikutuksen välineenä. Tavoite saavutettiin kohderyhmän kokemuksia kartoittamalla.

Olimme ohjaajina ryhmätoiminnassa uuden äärellä ja astuttu ikään kuin sote-alan ja kulttuurialan rajapintaan. Kehittämiprojekti ja käytännön toteutus olivat opettavainen prosessi, jonka avulla saimme osaamista ja rohkeutta luovien menetelmien käyttöön. Lisäksi saimme ohjaajina kokemusta siitä, miten niitä voisi soveltaa henkilöille, joilla on afasia. Ohjaajan roolissa joutui myös miettimään paljon omaa kehollista ilmaisua ja sitä kautta saavutettavuutta. Sanallinen ohjeistaminen ei usein yksinään riittänyt vaan piti yrittää havainnollistaa harjoituksia myös piirtämällä ja mallintamalla. Harjoitusten yksinkertaistaminen ja jakaminen osavaiheisiin oli myös tärkeässä roolissa, ja tässä onnistuttiin vaihtelevasti. Kohderyhmän tarpeet nousivat esille harjoitteista saadun kehollisen palautteen sekä ryhmätoiminnan aikana tehtyjen havaintojen perusteella. Vaikutti siltä, että mitä enemmän panostimme ohjaajina vaiheittaiseen ja monikanavaiseen ohjaukseen, sitä lähemmäs päästiin osallistujien itseilmaisun ja vuorovaikutuksen ydintä. Lähtökohtaisesti toiminta pyrki vahvistamaan yksilön osallisuutta ja siihen haettiin aktiivisesti ohjauksellisia keinoja.

Teoreettiseen viitekehykseen peilaten improvisaatioon liittyy positiivinen suhtautuminen vuorovaikutuksen aloitteisiin. Tämä nähdään edellytykseksi sujuvan vuorovaikutuksen jatkumiselle. Ryhmätoiminnassa myönteisen ilmapiirin tekijät olivat havaittavissa monipuolisesti, kuten hymyt, nauru ja huumori. Kehittämistoiminnassa osallistuvan havainnoinnin tuloksena havaituissa itseilmaisun ja vuorovaikutuksen ilmiöissä löytyi muitakin samankaltaisuuksia teoreettisen viitekehyksen kanssa. Yksi havaituista ilmiöistä oli yhteistyö, ja tähän ilmiöön liittyivät muun muassa vastavuoroisuus ja ymmärretyksi tulemisen tarve. Teoreettisessa viitekehyksessä todettiin vastavuoroisuuden ja dialogisuuden olevan keskustelun ydin. Vuorovaikutuksen

todettiin muodostuvan yhteistyössä, jotta tarvittava yhteisymmärrys on mahdollista saavuttaa. Teoriapohjankin mukaan vuorovaikutustilanteissa kertoja ilmaisee viestin, vastaanottaja tulkitsee sen ja kertoja vahvistaa tulleeensa ymmärretyksi tai vastaavasti hylkää tulkinnan. Ymmärretyksi tulemisen tarpeen huomattiin kehittämistoiminnassa olevan erityisen merkittävässä asemassa kohderyhmällä, joilla on verbaalisen kommunikoinnin haasteita (Kuva 16). Toinen havaittu ilmiö oli kehollinen vuorovaikutus. Havaittua kehollista vuorovaikutusta olivat muun muassa kosketus, katsekontakti, eleet ja liike. Teoreettisessa viitekehyksessä todettiin vuorovaikutuksen olevan monikanavaista. Näin voimme todeta, että kehittämistoiminta oli vuorovaikutuksellista, kehollista ja siten myös näiltä osin tavoitetta vastaavaa.



Kuva 16. Vuorovaikutteisissa pantomiimiharjoituksissa ymmärtämisen sanallinen vahvistaminen oli osallistujille tärkeää liikkeellisen mallinnuksen lisäksi. Kuva: Tove Simolin.

Ryhmäkoko oli pieni ja ryhmätoiminnan prosessi oli ajallisesti suhteellisen lyhyt, eivätkä tulokset ole siksi yleistettävissä. Yleistettävyys ei kuitenkaan ollut kehittämistoiminnalle asetettu tavoite, vaan tavoitteena oli kartoittaa osallistujien kokemuksia toiminnan kehittämisen näkökulmasta. Jatkokehittämisen kannalta olisi mielenkiintoista tietää, miten taidelähtöinen toiminta arvioidaan itseilmaisun ja vuorovaikutuksen tukena laajemmassa otannassa kyseisen kohderyhmän keskuudessa. Lisäksi muiden taidelähtöisten toimintojen, kuten kuvataiteen ja laulamisen, käyttö itseilmaisun ja vuorovaikutuksen välineenä olisi mielenkiintoinen tutkimus- ja kehittämiskohde.

Tätä kehittämisprojektia on hyödynnetty Aivoliitto ry:n Juttu-tupa-toiminnassa kouluttamalla aiheesta Juttu-tupa-ohjaajaverkoston syksyllä 2022. Lisäksi ohjaajille lähteviin uutiskirjeisiin on poimittu vinkkejä ja ideoita ryhmätoiminnan sisällöistä. Taiteen ja kulttuurin näkyminen laajemmin Aivoliiton toiminnassa vaatii kuitenkin pitkäjänteistä kehittämistyötä. Kehittämistoiminnan jälkeen heräsi into siihen, millä kaikilla tavoilla kehollista improvisaatiota ja pantomiimia voitaisiin hyödyntää kohderyhmän parissa työskenneltäessä mahdollisesti jatkuvana toimintana.

## Lähteet

- Aho, O. 2021. Ruumiillinen resonanssi: Peilisolut, simulaatio, fenomenologia. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto. Saatavilla [https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/75765/978-951-39-8649-0\\_vaitos08062021.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/75765/978-951-39-8649-0_vaitos08062021.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Aivoliitto 2021. Kommunikaatiokeskus. Viitattu 18.8.2021. [www.aivoliitto.fi](http://www.aivoliitto.fi)   
Palvelut > Kommunikaatiokeskus.
- Aivoliitto 2022. Faktaa AVH:sta. Viitattu 9.6.2022. [www.aivoliitto.fi](http://www.aivoliitto.fi) >   
Aivoverenkiertohäiriö > Faktaa AVH:sta.
- Aivoliitto 2022. Tavoitteet. Viitattu 13.6.2022. [www.aivoliitto.fi](http://www.aivoliitto.fi) > Aivoliitto >   
Tavoitteet.
- Aivoliitto 2022. Puheen ja kielen häiriöt. Viitattu 15.6.2022. [www.aivoliitto.fi](http://www.aivoliitto.fi) >   
Aivoverenkiertohäiriö > Sairastumisen jälkeen > AVH:n aiheuttamat muutokset   
> Puheen ja kielen häiriöt.
- Aivoliitto 2022. Ideoita ryhmiin. Viitattu 5.12.2022. [www.aivoliitto.fi](http://www.aivoliitto.fi) > Tukea   
kommunikointiin > Afasia-materiaalit > Ideoita ryhmiin.
- Anttila, P. 2006. Tutkiva toiminta ja ilmaisu, teos, tekeminen. Helsinki: Akatiimi   
Oy.
- Atula, A. 2019. Terveyskirjasto. Duodecim. Viitattu 2.9.2022. Saatavilla   
<https://www.terveyskirjasto.fi/dlk00557>
- Fancourt, D. & Finn, S. 2019. What is the evidence on the role of the arts in   
improving health and well-being? A scoping review. World Health Organization.   
Regional Office for Europe. Viitattu 5.5.2023. Saatavilla   
<https://apps.who.int/iris/handle/10665/329834>
- Haddington, P., Kääntä, L., Tainio, L. & Piirainen-Marsh, A. 2011. Kieli, keho ja   
vuorovaikutus: Multimodaalinen näkökulma sosiaaliseen toimintaan. Helsinki:   
Suomalaisen Kirjallisuuden Seura.
- Helsingin yliopiston kielikeskus 2021. Kielijelppi – Språkhjälpen.   
Nonverbaalinen viestintä. Viitattu 27.11.2022. Saatavilla   
<https://blogs.helsinki.fi/kielijelppi/nonverbaalinen-viestinta/>

- Huhtinen-Hildén L., Isola A-M. 2020. Systemaattisista havainnoista vaikutusten todentamiseen: Havainnointimalli luovaan ryhmätoimintaan. Tutkimuksesta tiiviisti 37/2020. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos, Helsinki. Saatavilla [https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/140839/URN\\_ISBN\\_978-952-343-601-5.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/140839/URN_ISBN_978-952-343-601-5.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Huhtinen-Hildén L. & Isola A-M. 2019. Luova ryhmätoiminta lisää hyvinvointia. Tutkimuksesta tiiviisti. Helsinki: Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 27.11.2022. Saatavilla <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-343-329-8>
- Jarno P., Pirjo K., Tiina H., Mikko M. & Hanna-Maria U. 2015. Kokeileva kehittäminen. Työ- ja elinkeinoministeriön julkaisuja. TEM raportteja 67/2015. Saatavilla [https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/74944/TEMrap\\_67\\_2015\\_web.pdf?sequence=1](https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/74944/TEMrap_67_2015_web.pdf?sequence=1)
- Karjalainen, A. L., Heimonen, K., Huhtinen-Hildén, L., Iivanainen, S. & Öystilä, S. 2019. Luovan toiminnan työtavat: Käsikirja sosiaali- ja terveysalalle. Jyväskylä: PS-kustannus
- Karkkulainen, M., Ala-Vannesluoma, T., Pirhonen, P., Kastu, R. & Airaksinen, R. 2015. Toimii! Hoitajan opas luoviin menetelmiin. 1. p. Helsinki: Edita.
- Koponen, P. 2017. Lupa Mokata - Improvisointi arjessa. Helsinki: Kustannus S&S.
- Korhonen, P. & Airaksinen, R. 2014. Hyvä hankaus 2.0. Taideyliopisto. Helsinki: Draamatyö.
- Lahtinen, E.; Jakonen, O. & Sokka, S. 2017. Yhdenvertaisuus ja saavutettavuus kulttuuripolitiikassa. Tietokortti 3. Kulttuuripolitiikan tutkimuskeskus Cupore. Viitattu 13.5.2021. Saatavilla <https://www.cupore.fi/fi/tietokortit/tietokortti-3-yhdenvertaisuus-ja-saavutettavuus-kulttuuripolitiikassa>
- Laitinen, L. 2017. Vaikuttavaa?: Taiteen hyvinvointivaikutusten tarkastelua. Turku: Turun ammattikorkeakoulu. Saatavilla <https://julkaisut.turkuamk.fi/isbn9789522166166.pdf>
- Liikanen, H-L. 2010. Taiteesta ja kulttuurista hyvinvointia - ehdotus toimintaohjelmaksi 2010–2014. Opetus- ja kulttuuriministeriö. Opetusministeriön

julkaisuja 2010:1. Saatavilla

<https://www.vahvike.fi/sites/default/files/dokumentit/Liikanen%20kulttuurista%20hyvinvointia.pdf>

Lilja-Viherlampi, L-M.; Rosenlöf, A-M. 2019. Moninäkökulmainen kulttuurihyvinvointi. Teoksessa I. Tanskanen. (toim.) Taide töissä – Näkökulmia taiteen opetukseen sekä taiteilijan rooliin yhteisöissä. Turun ammattikorkeakoulun raportteja 256. Turku: Turun ammattikorkeakoulu, 20 - 39. Viitattu 19.9.2022. Saatavilla <https://urn.fi/URN:NBN:fi-fe2019082124994>

Malte-Colliard, K., Lampo, M. & Lyly, S. 2013. Voimaa taiteesta: Malleja taiteen soveltamiseen hyvinvointialalla. Tampere: Tampereen yliopisto, Tutkivan teatterityön keskus. Viitattu 5.12.2022. Saatavilla <https://urn.fi/URN:ISBN:978-951-44-9004-0>

Mönkkönen, K. 2018. Vuorovaikutus asiakastyössä: asiakkaan kohtaaminen sosiaali- ja terveystalalla. Helsinki: Gaudeamus.

Opetus- ja kulttuuriministeriö. 2014. Taiteen ja kulttuurin saavutettavuus. Loppuraportti. Opetus- ja kulttuuriministeriön työryhmämuistioita ja selvityksiä 2014:15. Kulttuuri-, liikunta- ja nuorisopolitiikan osasto. Saatavilla <http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/75254/tr15.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Opetus- ja kulttuuriministeriö. 2015. Tapahtumien saavutettavuuden ja moninaisuuden tarkistuslista. Kulttuuria kaikille -palvelu. Saatavilla [http://www.kulttuuriakaikille.fi/doc/tarkistuslistat/Tapahtumien\\_saavutettavuuden\\_ja\\_moninaisuuden\\_tarkistuslista.pdf](http://www.kulttuuriakaikille.fi/doc/tarkistuslistat/Tapahtumien_saavutettavuuden_ja_moninaisuuden_tarkistuslista.pdf)

Papunet 2019. Kommunikoinnin esteettömyys. Viitattu 10.5.2021. [www.papunet.net](http://www.papunet.net) > Tietoa > Oikeus kommunikointiin > Kommunikoinnin esteettömyys.

Papunet 2020. Eleet ja olemuskieli viestinnässä. Viitattu 10.5.2021. [www.papunet.net](http://www.papunet.net) > Puhetta korvaava kommunikointi > Eleet ja olemuskieli viestinnässä.

Poskela J., Kutinlahti P., Hanhike T., Martikainen M. & Urjankangas H-M. 2015. Kokeileva kehittäminen. Työ- ja elinkeinoministeriön julkaisu TEM raportteja 67/2015. Viitattu 4.12.2022. Saatavilla <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-327-061-9>

Sihvonen A.J., Leo V., Särkämö T. & Soynila S. 2014. Musiikin vaikuttavuus aivojen kuntoutuksessa. Lääketieteellinen aikakauskirja Duodecim 2014;130(18):1852-60. Saatavilla <https://www.terveysportti.fi/xmedia/duo/duo11845.pdf>

Styrman, T. & Tornainen, M. 2018. Kunnioittavan kosketuksen käsikirja. Ammatillinen hoitokohtaaminen sosiaali- ja terveysalalla. Jyväskylä: PS-kustannus.

Särkämö, T., Altenmüller, E., Rodríguez-Fornells, A., & Peretz, I. 2016. Music, brain, and rehabilitation: emerging therapeutic applications and potential neural mechanisms. *Frontiers in human neuroscience* 10 (2016): 103. Saatavilla [https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/182594/fnhum\\_10\\_00103.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/182594/fnhum_10_00103.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Särkämö, T. 2018. Cognitive, emotional, and neural benefits of musical leisure activities in aging and neurological rehabilitation: A critical review. *Annals of Physical and Rehabilitation Medicine* 61 (2018) 414–418. Viitattu 5.5.2023. Saatavilla <https://doi.org/10.1016/j.rehab.2017.03.006>

Taikusydän 2019. Maailman terveysjärjestö WHO:n raportti taiteen ja kulttuurin terveysvaikutuksista. Viitattu 21.2.2023. Saatavilla <https://taikusydan.turkuamk.fi/yleinen/maailman-terveysjarjesto-whon-raportti-taiteen-ja-kulttuurin-terveysvaikutuksista/>

Taiteen Sulattamo 2021. Taiteen Sulattamon ryhmätoiminnan palautekysely. Viitattu 15.6.2022. Saatavilla [https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSeQKaUYGkrYIKhXFcl5\\_Sgx46ilBYrcliooqllSgPYqoEdvw/viewform](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSeQKaUYGkrYIKhXFcl5_Sgx46ilBYrcliooqllSgPYqoEdvw/viewform)

Tauriainen, V. 2011. Taiteesta työhyvinvointia?: Improvisaatio- ja vuorovaikutuskoulutukset työyhteisöissä. Jyväskylä. Viitattu 6.2.2023. Saatavilla <http://urn.fi/URN:NBN:fi:jyu-2011110811641>

Terveyskylä 2023. Tietoa tahdonalaisten liikkeiden häiriöstä. Viitattu 24.4.2023. [www.terveyskyla.fi](http://www.terveyskyla.fi) > Aivotalo > Aivot ja toimintakyky > Tahdonalaiset liikkeet > Tietoa tahdonalaisten liikkeiden häiriöstä.

Tukiliitto 2022. Teatterista voimaa vuorovaikutukseen -toiminta. Viitattu 9.6.2022. [www.tukiliitto.fi](http://www.tukiliitto.fi) > Toiminta > Aikuiset > Teatterista voimaa vuorovaikutukseen

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Uudistettu laitos. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Uusitalo-Malmivaara, L., Hakanen, J., Hilppö, J., Hotulainen, R., Järvilehto, L., Kumpulainen, K., Lahti, E., Lappalainen K., Lehto J. E., Lipponen K., Lipponen L., Martela F., Mikkola A., Mäkelä J., Niemivirta M., Ojanen M., Pessi A. B., Rajala A., Sajaniemi, N., Salmela-Aro, K., Sointu, E., Taipale, V., Tapola, A. & Tuominen-Soini, H. 2014. Positiivisen psykologian voima. Jyväskylä: PS-Kustannus.

Vilka, H. 2015. Tutki ja kehitä. 4. uud. p. Jyväskylä: PS-kustannus.

Ylönen, M. E. 2004. Sanaton dialogi: Tanssi ruumiillisena tietona. Jyväskylä: University of Jyväskylä. Viitattu 20.5.2022. Saatavilla <https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/37836/951391772X.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

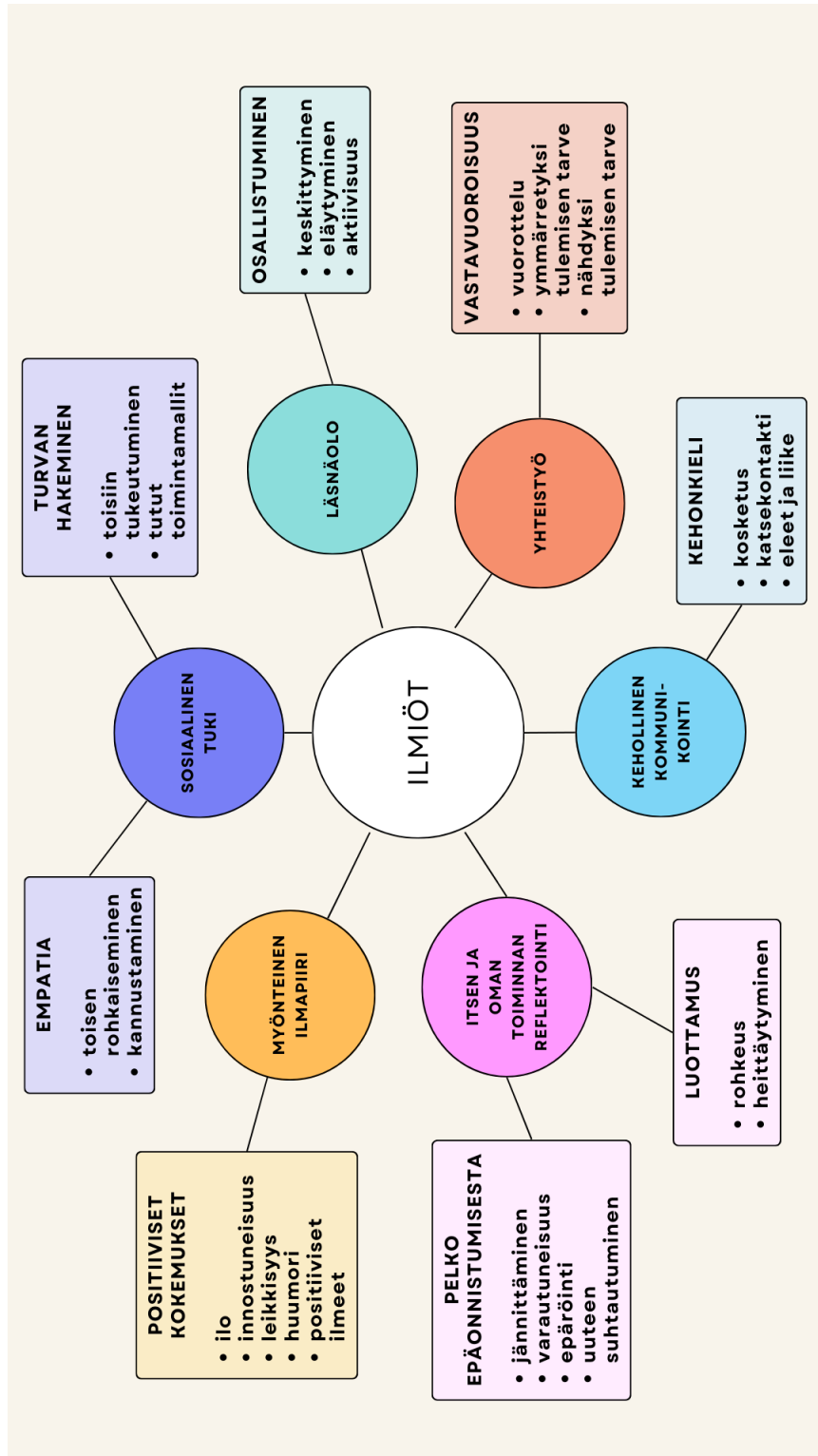
Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto 2009. Menetelmäopetuksen tietovaranto. Viitattu 4.10.2022. Saatavilla <https://www.fsd.tuni.fi/menetelmaopetus/summamuuttajat/summamuuttuja.html>

Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto 2003. Menetelmäopetuksen tietovaranto. Viitattu 4.10.2022. Saatavilla <https://www.fsd.tuni.fi/menetelmaopetus/keskiluvut/keskiluvut.html>

## Palautekyselyn tulokset osa 1

Väittämät	Osall. 1	Osall. 2	Osall. 3	Osall. 4	Summa muuttuja	Ka.
Pystyn hyödyntämään oppimiani keinoja arjen vuorovaikutustilanteissa	4	5	4	4	17	4,25
Rohkeuteni käyttää kehoa kommunikoinnissa on lisääntynyt	3	5	4	5	17	4,25
Tunne omasta osaamisestani on vahvistunut	4	4	4	4	16	4
Toiminta on vahvistanut kokemustani yhteisöllisyydestä	3	4	4	4	15	3,75
Toiminta on vahvistanut kykyäni toimia toisten ihmisten kanssa	4	5	5	4	18	4,5
Olen tullut hyväksytyksi ryhmässä sellaisena kuin olen	4	5	4	5	18	4,5
Olen tuntenut itseni yhdenvertaiseksi ryhmässä	4	5	4	5	18	4,5

## Kuva itseilmaisun ja vuorovaikutuksen ilmiöistä



## Palautekyselyn tulokset osa 2

Väittämät	Osall. 1	Osall. 2	Osall. 3	Osall. 4	Summam uuttuja	Ka.
Ryhmäkerran rakenne ollut toimiva	4	5	5	5	19	4,75
Ohjaus on ollut osaavaa	4	4	5	4	17	4,25
Ohjeet ovat olleet selkeät	4	4	5	4	17	4,25
Ryhmässä on ollut hyvä ilmapiiri	4	5	4	5	18	4,5
Olen tuntenut oloni turvalliseksi	4	5	3	5	17	4,25