

TAIDELÄHTÖISET MENETELMÄT KUNTOUTTAVASSA TYÖTOIMINNASSA

Tieto- ja materiaalipankki valmennuksen tueksi



Ammattikorkeakoulututkinnon opinnäytetyö

Sosionomi AMK

syyslukukausi 2023

Mirka Lattunen

Opinnäytetyön tarkoituksena oli luoda sosiaalialan teoria- ja tavoiteperustaan, erityisesti sosiaalipedagogiikkaan ja kulttuurihyvinvointiin, perustuva tieto- ja materiaalipankki taidelähtöisen kuntouttavan työtoiminnan ohjaamiseen Nauha ry:llä. Luovat ja taidelähtöiset menetelmät liitetään myös siihen, kuinka ne voivat toimia kuntouttavan työtoiminnan tavoitteiden tukena myös muissa kuin luovissa toiminnoissa.

Ohjeistus rakennettiin niin, että se tukee mahdollisimman hyvin sekä yleisiä kuntouttavan työtoiminnan laissa määriteltyjä että Tampereen kaupungin yksilöimiä tavoitteita. Kuntouttavan työtoiminnan laissa painotetaan erityisesti työtoiminnan tavoitteellisuutta ja suunnitelmallisuutta ja arjessa kaikki valmentajat tarvitsevat lisää erilaisia menetelmiä ohjauksen ja valmennuksen tueksi.

Nauha ry:n luovissa ryhmätoiminnoissa on tehty vuosia hyvää ja merkityksellistä työtä, mutta siitä ovat vielä puuttuneet yhteiset ja pitkäjänteiset suunnitelmat ja rakenteet, mikä on kuormittanut ryhmiä ohjaavia valmentajia ja avustavia ohjaajia. Luovat ryhmät on koettu myös haastaviksi ohjata, jos ohjaajalla ei ole ollut vankkaa omaa taiteellista osaamista. Luovat ja taidelähtöiset menetelmät eivät kuitenkaan vaadi välttämättä taiteellista osaamista, vaan niitä voivat käyttää kaikki, kun työskentelyn tavoitteet ovat selkeät. Tämän työn tarkoituksena on tukea jatkossa niin asiakkaita kuin heitä ohjaavia työntekijöitäkin sekä lisätä yhteisöllisyyttä ja sosiaalista osallisuutta Nauha ry:n kuntouttavassa työtoiminnassa.

Tulosta tarvitsevat Nauha ry:n kuntouttavasta työtoiminnasta vastaava valmennustiimi ja sen esimiehet. Tuotos on toivottavasti hyödynnettävissä myös esim. Abnoy oy:n päihdekuntoutusyksiköissä ja muissa Nauha-Abnoy -konsernin toiminnoissa.

Avainsanat kuntouttava työtoiminta, taidelähtöiset menetelmät, sosiaalipedagogiikka, sosiaalinen osallisuus, ohjaaminen

Sivut 32 sivua ja liitteitä 8 sivua

The purpose of the thesis was to create a guide and material bank for art-oriented rehabilitative work activities at Nauha Association. The information and materials are based on social pedagogy and studies of cultural well-being especially. Creative and art-oriented methods relate to how they can support the goals of rehabilitative work activities in non-creative activities as well.

The material bank is structured so that it supports the general goals of rehabilitative work as well as the individual goals defined by City of Tampere. The Act on rehabilitative work activities emphasizes goal-oriented and pre-planned work activities, and the job coaches need more various methods to support their everyday guidance and coaching tasks.

Creative group activities at Nauha Association have been organised successfully for years, but the activities have lacked long-term plans and structure, which has burdened the coaches and assistant instructors who lead the groups. Facilitating the creative groups has been perceived as challenging if the facilitators themselves have not had solid artistic skills. However, creative and art-oriented methods do not necessarily require artistic skills but can be used by everyone when the goals of the work are clear. The purpose of this thesis is to support the future clients and the facilitators who are guiding them and to increase community spirit and social inclusion at Nauha Association.

The material bank is needed by the coaching team responsible for rehabilitative work at Nauha Association and its supervisors. Hopefully, it can also be used in Abnoy Ltd substance abuse rehabilitation units and other operations of the Nauha-Abnoy group.

Keywords rehabilitative work, art-based methods, social pedagogy, social inclusion, coaching

Pages 32 pages and appendices 8 pages

Sisällys

1	Johdanto	1
2	Tieto- ja materiaalipankin tietoperusta	3
2.1	Nauha ry:n kuntouttava työtoiminta	3
2.2	Taiteen ja kulttuurin hyvinvointivaikutukset	4
2.3	Taiteen soveltava käyttö	7
2.3.1	Kuvallinen ilmaisu.....	8
2.3.2	Musiikki ja äänitaide.....	8
2.3.3	Sanallinen ilmaisu.....	10
2.3.4	Käsityöilmaisu.....	10
2.3.5	Draama ja kehollinen ilmaisu	11
2.4	Sosiaalipedagoginen työote ja sosiokulttuurinen innostaminen	12
3	LuovaNauha tieto- ja materiaalipankin tarkoitus ja tavoite	15
4	LuovaNauha tieto- ja materiaalipankin toteutus	16
4.1	LuovaNauha tieto- ja materiaalipankin sisältö	19
4.1.1	LuovaNauha: Miksi käyttää luovia ja taidelähtöisiä menetelmiä?	20
4.1.2	LuovaNauha: Sosiaalipedagoginen työote.....	23
4.1.3	LuovaNauha: Luovia ja taidelähtöisiä menetelmiä	25
4.1.4	LuovaNauha: Luovan toiminnan ohjaamisesta	27
5	Johtopäätökset ja pohdinta.....	28
	Lähteet.....	30

Kuvat, taulukot ja kaavat

Kuva 1.	Tieto- ja materiaalipankin aloitussivusto.....	20
---------	--	----

Liitteet

- Liite 1. Kysely Kultureellit-ryhmien ohjaajille syksyllä 2020
- Liite 2. Kysely luovien menetelmien käytöstä kuntouttavassa työtoiminnassa

1 Johdanto

Toiminnallisessa opinnäytetyössäni loin sosiaalipedagogiseen työtoteeseen ja sosiokulttuuriseen innostamiseen sekä kulttuurihyvinvoinnin tutkimuksiin perustuvan tietojen ja materiaalipankin luovan ja taidelähtöisen kuntouttavan työtoiminnan ja sosiaalisen kuntoutuksen suunnitelmalliseen ohjaamiseen opinnäytetyöni tilaajalle Nauha ry:lle. Nauha ry on pirkanmaalainen yleishyödyllinen yhdistys, jonka toimialaan yhdessä Abnoy Oy:n kanssa kuuluvat työllisyydenhoito, nuorisotyö, päihde- ja huume kuntoutus, asumispalvelut, päivätoiminta, lastensuojelutyö, maahanmuuttajatoiminta, vertais- ja vapaaehtoistoiminta sekä erilaiset hankkeet (Nauha ry, n.d).

Kuntouttava työtoiminta ja sosiaalinen kuntoutus ovat nykyään asiakasmäärältään suurin osa Nauha ry:n toimintaa. Kuntouttavalla työtoiminnalla tarkoitetaan palvelua, jonka tavoitteena on parantaa henkilön elämänhallintaa ja toimintakykyä, jotta asiakas pääsisi työhön, koulutukseen tai muihin työvoimapalveluihin (THL, 2023). Nauha ry:n kuntouttavan työtoiminnan palvelun tilaaja oli aiemmin Tampereen kaupunki, 1.1.2023 alkaen palvelu on ollut Pirkanmaan hyvinvointialueen hallinnoimaa. Olen työskennellyt Nauha ry:n ohjaajana ja valmentajana vuodesta 2012, pääasiassa juuri kuntouttavassa työtoiminnassa.

Kuntouttavalla työtoiminnalla on välillä vaikeasti hahmotettava rooli sosiaalihuollon ja työllisyydenhoidon välissä. Lainsäädännöstä ja kehittämisestä vastaa sosiaali- ja terveysministeriö. Se on sosiaalihuoltolain (1301/2014) mukainen sosiaalipalvelu, ja sitä määrittelee lain kuntouttavasta työtoiminnasta (189/2001) lisäksi myös muun muassa työttömyysturvalaki (1290/2002) ja laki julkisesta työvoima- ja yrityspalvelusta (916/2012). Kuntouttava työtoiminta kuuluu sekä sosiaalihuollon että työvoimapolitiikan alueille, ja usein arjen työssä painotukset saattavat olla ainakin näennäisesti ristiriidassa keskenään, kun asiakkaita pitäisi saada mahdollisimman nopeasti koulutuksiin tai työelämään mutta asiakas tarvitsee ensin pitkäkestoista sosiaalista vahvistamista ja tukea esimerkiksi päihde- tai mielenterveysongelmien kanssa. Monen itsetunnon on saattanut kutistaa pitkään jatkunut työttömyys tai kiusaamiskokemukset oppilaitoksissa tai työpaikoilla.

Rakensin ohjeistuksen ja materiaalipankin käytettäväksi Microsoft Office -ympäristössä SharePoint-sovelluksella omalla sivustollaan, koska ympäristö on jo käytössä Nauha ry:llä ja valmentajilla on valmiudet sen käyttämiseen. Luomani tieto- ja materiaalipankki ovat jatkossa kaikkien Nauha ry:n valmentajien muokattavissa ja kehitettävissä, jotta toimintaa pystytään joustavasti kehittämään koko ajan. Pyrin rakentamaan tieto- ja materiaalipankin niin, että toiminnasta voisi päävastuussa olla kuka tahansa valmentaja, jolla on sosiaali- ja/tai ohjausalan osaamista. Menetelmien herättämä prosessi ja asiakkaalle merkityksellinen lopputulos ovat kuntouttavassa työtoiminnassa huomattavasti tärkeämpiä kuin teknisesti täydelliset teokset ja toivon, että jatkossa luovia ja taidelähtöisiä menetelmiä uskallettaisiin kokeilla ja käyttää sopivissa tilanteissa tarkoituksenmukaisesti kaikessa työtoiminnassa.

Luovien ja taidelähtöisten menetelmien käyttäminen sosiaalialan työn arjessa on itselleni vanhan ja uuden osaamiseni yhdistämistä merkityksellisellä tavalla. Ensimmäinen tutkintoni on Tampereen yliopistosta silloiselta Teatterin ja draaman tutkimuksen laitokselta, ja olen työskennellyt pitkään erityisesti harrastajateatteriohjaajana ja -dramaturgina.

Ohjaajakokemusta olen saanut myös sanataideryhmistä, ja itse olen harrastanut musiikkia, kirjoittamista ja kuvataidetta. Taiteet ja luovuus ovat jo lapsuudesta asti olleet minulle tärkeitä ja elämässä kannattelevia asioita. Toiveeni on, että tulevaisuudessa pystyisin yhdistämään vielä vahvemmin taidelähtöisiä menetelmiä ja kulttuurihyvinvointia arjen työhöni sosionomina.

Haluan omalla työlläni nostaa esiin sitä, että sosiaalihuollon ja työllisyydenhoidon tavoitteiden ei tarvitse olla ristiriidassa keskenään; parhaimmillaan kumpikin tukee toistaan. Tällä hetkellä kuntouttava työtoiminta on myös arvokas ja huomioitava työkenttä sosionomeille, joiden osaamista työtoiminnan palvelujen järjestämisessä ja kehittämisessä tarvitaan niin palvelujen tilaajien kuin palveluntuottajienkin puolella. Kehittämistyöni tutkimushypoteesina on se, että luovat ja taidelähtöiset menetelmät voivat toimia kuntouttavan työtoiminnan ja sosiaalisen kuntoutuksen tavoitteiden tukena.

2 Tieto- ja materiaalipankin tietoperusta

Kuntouttavasta työtoiminnasta tehdyissä tutkimuksissa on pääasiassa keskitytty palvelun vaikuttavuuden arviointiin tai asiakkaiden kokemuksiin palvelusta (kts. esim. Sandelin, 2014; Ollila & Tshimanga, 2022). Taidelähtöisten menetelmien, soveltavan taiteen ja kulttuurihyvinvoinnin tutkimus on laajentunut viime vuosina ja kulttuurihyvinvoinnin valtakunnallinen yhteispiste ja yhteistyöverkosto Taikusydän (n.d.) kokoaa sivustolleen tutkimuksia sekä kansallisia että kansallisia tutkimuksia ja pyrkii yhtenäistämään käytössä olevia käsitteitä.

Rajasin lähteeni erityisesti sosiaali- ja terveysalaan liittyvään taidelähtöisten menetelmien käyttöön ja vielä niin, että kohderyhmänä ovat pääasiassa työikäiset, koska kuntouttavan työtoiminnan asiakkaat ovat aikuisia työikäisiä henkilöitä. Taidelähtöisissä menetelmissä opinnäytetyön lähteinä painottuvat taiteen soveltuvaan käyttöön liittyvät, koska kuntouttavassa työtoiminnassa lähtökohtana ei kuitenkaan ole terapiaa eikä varsinaisesti kuntoutukseen, vaikka toiminnalla voi olla terapeuttisia ja kuntouttavia vaikutuksia.

2.1 Nauha ry:n kuntouttava työtoiminta

Opinnäytetyöni tilaaja Nauha ry toimii yhtenä aiemmin Tampereen kaupungin, nykyisin Pirkanmaan hyvinvointialueen, tilaaman kuntouttavan työtoiminnan ja sosiaalisen kuntoutuksen palveluntuottajana. Tampereella järjestetään *työhön ja koulutukseen suuntaavaa kuntouttavaa työtoimintaa ja osallisuutta vahvistavaa kuntouttavaa työtoimintaa*. Palveluiden tuottaminen kilpailutetaan aika ajoin, opinnäytetyön työstämisen aikaan Nauha ry:llä oli alun perin kaupungin kanssa sopimus edellä mainitusta palveluista, Pirkanmaan hyvinvointialueen uusi kilpailutus oli tulossa.

Tampereen kaupungin vuoden 2021 palvelukuvauksessa kuntouttavaa työtoimintaa kuvataan seuraavasti:

1. **Työhön ja koulutukseen suuntaavan kuntouttavan työtoiminnan** tavoitteena on nimensä mukaisesti asiakkaan siirtyminen palvelun päätyttyä työhön, koulutukseen

tai julkiseen työvoimapalveluun, kuten työkokeiluun. Sillä pyritään myös lisäämään asiakkaan terveyttä ja hyvinvointia. Asiakasta tulee tukea tarvittaessa myös mm. elämänhallintaan, terveydentilaan, päihde- ja mielenterveysongelmiin ja oman alan löytymiseen liittyvissä asioissa.

2. **Osallisuutta vahvistavan kuntouttavan työtoiminta** on tarkoitettu pitkään työttöminä työnhakijoina olleille, joilla on elämänhallinnan ja toimintakyvyn rajoitteita. Tavoitteena on lisätä asiakkaan osallisuutta ja työelämävalmiuksia. Asiakasta tulee tukea työtoiminnan aikana ilmenneissä haasteissa, terveellisissä elämäntavoissa ja liikkumisessa.

Nauha ry:llä kuntouttavassa työtoiminnassa asiakas voi olla muun muassa piha- ja kiinteistötehtävissä, suurtalouskeittiössä ja kahvilassa, siistijän tehtävissä, luovissa ryhmissä (Kuvis, Bändi, Media, Kädentaidot) ja eri teemojen ympärille kokoontuvissa keskustelupainotteisissa ryhmissä. Eri palveluissa olevat asiakkaat tekevät samoja työtehtäviä ja voivat olla samoissa ryhmissä. Ryhmät ovat asiakaskunnaltaan hyvin heterogeenisiä, lukuun ottamatta nuorten aikuisten ja suomen kielen harjoitteluun painottuvia maahanmuuttajataustaisten ryhmiä.

Luovat ryhmät ovat suosittuja, mutta ryhmien toiminnasta on pitkään puuttunut yhteinen pitkäjänteinen suunnitelma ja rakenne. Luovan toiminnan hyödyllisyyttä työllisyshoidossa joutuu hyvin usein perustelemaan jopa työyhteisön sisällä. Myös muiden palveluntuottajien luovat kuntouttavan työtoiminnan työpajat ovat suosittuja, mutta tuntuu siltä, että niiden mahdollisuuksia työllisyshoidon kentällä ei vielä nähdä täysipainoisesti. Arjen valmennukseen, erityisesti osallisuuden, aktiivisen toimijuuden ja omien vahvuuksien tunnistamiseen, luovista ja taidelähtöisistä menetelmistä olisi mahdollista saada toimivia ja myös nopeasti tilannetta selkeyttäviä apukeinoja.

2.2 Taiteen ja kulttuurin hyvinvointivaikutukset

Taidelähtöisillä menetelmillä pyritään eri ympäristöissä vaikuttamaan tai saamaan muutosta aikaiseksi osallistujien ajattelussa ja toiminnassa eri taidemuotoja käyttämällä, yleensä muun toiminnan ohessa. Vaikka menetelmien käytön lopputuloksena onkin yleensä jokin

konkreettinen tuotos, niin olennaisinta on dialoginen prosessi ohjaajan ja yksilön tai ryhmän kanssa. (Taikusydän, n.d.-a; Lehikoinen & Vanhanen, 2017, s. 7) Musiikki, kuvallinen ilmaisu, kirjoittaminen, liike, tanssi, draama ja käsityöt sekä niiden monet muodot ja erilaiset yhdistelmät antavat mahdollisuuden sekä itseilmaisuun että yhdessä toimimiseen.

Maailman terveysjärjestö WHO julkaisi vuonna 2019 raportin, jonka tiivistelmään voi tutustua suomeksi Taikusydän-verkoston sivustolla (Fancourt & Saoirse, 2019; Taikusydän, n.d.-b). Raportissa todetaan, että taide vaikuttaa erityisesti ihmisen mieleen, tunteisiin ja kokemukseen elämänhallinnasta. Tutkimustiedon valossa taidetoiminnalla voidaan vaikuttaa erityisesti mielen hyvinvointiin. Mielenterveyden lisäksi taiteen vaikutukset liittyvät kehotietoisuuteen ja -tuntemuksiin, alentuneisiin kliinisiin oireisiin ja itse koettuun hyvinvointiin. Sosiaalinen, taiteellinen ja yhteisöllinen toiminta, jossa on vuorovaikutusta ja kosketusta, on merkittävää toimintakyvyn ja elämänlaadun näkökulmasta. (Taikusydän, n.d.-b)

Erytyisesti sosiaali- ja terveysalalle suunnatussa käsikirjassa Luovan toiminnan työtavat Huhtinen-Hildén ja Karjalainen korostavat, kuinka luova toiminta voi olla virkistävää ja palkitsevaa. Se voi antaa mahdollisuuden leikillisyyteen, mukavaan yhdessäoloon, tekemiseen ja toiminnallisuuteen. Se voi heidän mukaansa tarjota myös vaihtelua arkeen, antaa energiaa tai kanavoida sitä. Luovan toiminnan avulla voi tuoda esiin itsestä ja toisista uusia puolia, taitoja ja kykyjä, joita ei ehkä muilla tavoin saisi esille. He muistuttavat, että luova ajattelu voi liittyä kaikkeen elämässä, ei vain taidetoimintaan. Luova elämänasenne saattaa auttaa elämässä eteen tulevien ongelmien ratkomisessa ja uusien näkökulmien löytämisessä. Se voi olla aivan arkisen asian toisin tekemistä. Luova toiminta ja taidekokemukset ovat taidoista riippumatta kaikkien ihmisten ulottuvilla, jos hänellä vain on mahdollisuus päästä niiden ääreen. (Huhtinen-Hildén & Karjalainen, 2019, ss. 11–12)

Kuntouttavan työtoiminnan kannalta tärkeän näkökulman Huhtinen-Hildén ja Karjalainen nostavat esiin todetessaan, että taide voi antaa symbolista etäisyyttä omiin kokemuksiin ja taiteellinen toiminta voi toimia suojaavana, välittävänä tai vapauttavana keinona tarttua mielessä liikkuviin tai yhteistä työstämistä vaativiin asioihin (Huhtinen-Hildén & Karjalainen, 2019, s. 12). Kuten jo aiemmin totesin, kuntouttavan työtoiminnan asiakkailta voi olla

taustallaan hyvinkin haavoittavia kokemuksia, jotka ovat saattaneet jäädä vaille asianmukaista hoitoa ja tukea. Taidelähtöisen työskentelyn antama etäännyttävä turva voi auttaa näkemään asioita, joista on ollut vaikeaa puhua. Tämä menetelmien ominaisuus vaatii kuitenkin myös ohjaajalta herkkyyttä ja tarkkuutta, koska työskentelyn esiintuomat asiat voivat yllättää asiakkaankin ja herättää vahvoja tunteita ja tarvetta jatkokäsittelyyn. Tämänkin takia menetelmien käyttö vaatii suunnitelmallisuutta ja tarkoituksenmukaisuutta.

Luova toiminta ja itsensä ilmaiseminen antavat mahdollisuuden tarkastella, rakentaa ja testata omaa tarinaansa sekä luoda vaihtoehtoisia tarinoita. Nämä tarinat voivat olla esim. sanojen, liikkeen, kuvien, äänten tai musiikin muodossa. Luovassa toiminnassa syntyneet uudet näkökulmat voivat toimia katalysaattoreina muutokselle ajattelussa, odotuksissa ja elämässä. Luova toiminta voi muovata elämän kertomuksia ja liittää niitä yhteisiin tarinoihin vuorovaikutuksessa. Luova toiminta ryhmässä voi tuoda elämäntarinan käsittelyyn lisää ulottuvuuksia. Luovaa ryhmätoimintaa sosiaalityössä käsittelevässä tutkimuksessa havaittiin, kuinka yhteisöllinen toiminta helpottaa tunteiden tunnistamista ja antaa uusia mahdollisuuksia niiden käsittelyyn, koska sekä ryhmä että luova toiminta tekevät näkyviksi sellaista, mitä on yksin vaikea havaita. Ryhmän erilaisten jäsenten kautta yksilö tulee prosessoineeksi myös muiden ihmisten kokemusten herättämiä tunteita ja ajatuksia. (Huhtinen-Hildén & Karjalainen, 2019, ss. 12–14)

Luova toiminta voi myös tuoda tunteen siitä, että olen merkityksellinen ja minun kokemukseni tai tuotokseni on tärkeä osaneni yhteisessä kokonaisuudessa. Yhdessä koetun luovan toiminnan on havaittu lisäävän osallisuuden kokemusta. Osallisuudella tarkoitetaan tunnetta kuulumisesta johonkin ja merkityksellisyyden tunnetta siitä, että on osa yhteistä tilannetta tai kokemusta ja voi vaikuttaa siihen. Se ei ole sama asia kuin osallistuminen vaan henkilökohtainen kokemus. (Taikusydän, n.d.-a) Osallisuuden kokemukseen tarvitaan tuntemus siitä, että voimme itse vaikuttaa kokemuksiimme ja muokata ja tulkita niiden merkityksiä elämässämme. Osallisuutta voidaan pitää hyvinvoinnin taustatekijänä. Hyvinvointi on yhteydessä siihen, että ihminen tuntee olevansa oman elämänsä kokeva, toimiva ja muovaava subjekti eikä erilaisten ammattikäytäntöjen tai toimintojen kohde. (Huhtinen-Hildén & Karjalainen, 2019, ss. 14–17)

2.3 Taiteen soveltava käyttö

Kirjassa TOIMII! Hoitajan opas toiminnallisiin menetelmiin soveltava taide kiteytetään seuraavasti:

Soveltavalla taiteella tarkoitetaan sitä, että taiteen menetelmiä ja toimintatapoja hyödynnetään muilla aloilla kuin taiteen kentällä. Soveltavaa taidetta voidaan käyttää myös hyvinvointi- ja terveysalalla. Kyse ei siis ole taiteesta, jota vastaanotetaan, jonka kanssa ollaan vuorovaikutuksessa tai jota arvioidaan perinteisen taiteen tavoin. Sen sijaan on kyse taiteessa käytettävien luovien toimintatapojen hyödyntämisestä. Soveltavan taiteen toivotaan tuottavan taloudellisesti hyödynnettäviä innovaatioita, työhyvinvointia henkilökunnalle tai terveyttä asiakkaille (Karkkulainen, ym., 2019, s. 17).

Tällainen toiminta ei siis ensisijaisesti tähtää taitojen oppimiseen, taiteellisiin päämääriin tai taidetoiminnan avulla saavutettaviin hoidollisiin tuloksiin toisin kuin lääkinnällinen kuntoutus eli taideterapiat, joita toteuttavat taideterapeutin koulutuksen saaneet ammattilaiset. Taiteen soveltavassa käytössä olennaista on tekeminen ja osallistuminen, kukin omalla tavallaan ja mahdollisuuksillaan sekä toiminnan synnyttämät kokemukset ja ajatukset. Jokaisen osallistujan on parhaimmillaan mahdollista saada kosketus omaan luovuuteensa. (Huhtinen-Hildén & Karjalainen, 2019, s. 15)

Silloin, kun ohjaa luovia tai taidelähtöisiä menetelmiä, olennaista ei ole oma taiteellinen osaaminen, vaan kyky kohdata ihmisiä arvostavasti ja kannustavasti. Ohjaajan pitää ymmärtää se, että jokaisella on oikeus osallistua siten kuin haluaa ja pystyy. On hyvä myös muistaa, että saman ihmisen kyky osallistua vaihtelee. Ohjaajan pitää myös osata tunnistaa yksilön ja ryhmän vireystiloja ja keskinäistä ryhmädynamiikkaa. Taidelähtöisen toiminnan ei tarvitse olla monimutkaista, eikä ohjaajan ole välttämättä oltava taiteen erityisasiantuntija voidakseen käyttää menetelmiä jollakin tavalla toiminnassa. Menetelmät voivat olla myös vain osa muuta toimintaa niin yksilöiden kuin ryhmienkin kanssa.

2.3.1 Kuvallinen ilmaisu

Visuaalisuus on lähes kaikkien arjessa mukana tavalla tai toisella, vaikka ei harrastaisi kuvataidetta tai valokuvausta. Sosiaalisen median kautta visuaalisuuden merkitys on noussut vahvasti erityisesti nuorempien sukupolvien kautta. Sosiaaliseen mediaan jaettujen kuvien sommitteluihin ja väreihin kiinnitetään hyvin paljon huomiota. Arkkitehtuuri on ympärillämme joka puolella rakennetussa ympäristössä. Omaan kuvalliseen ilmaisuun on kuitenkin usein korkea kynnyks ja vedotaan siihen, että ei osaa piirtää tai maalata. Kuvallisen ilmaisun ohjaamisessa onkin tärkeää korostaa alusta asti sitä, että tavoitteena ei ole täydellinen piirros, maalaus tai valokuva. Kuvallisen ilmaisun kautta yksin tai ryhmässä voidaan harjoittaa motorisia ja sosiaalisia taitoja samalla, kun prosessoidaan esimerkiksi tunteita ja muistoja. (Houni, ym. 2020, ss. 48–51; Iivanainen, 2019, ss. 57–58; Karkkulainen, ym., 2019, ss. 66–67)

Kuvataiteen soveltavassa käytössä tekemisen prosessi ja sen herättämät tunteet ja ajatukset ovat keskiössä. Toiminnan tavoitteet eivät liity yleensä taiteeseen itseensä vaan siihen, miten taide ja tekeminen vaikuttavat ihmiseen. Kuvien ja muotojen kautta on mahdollista kommunikoida ilman kieltä ja sanoja. Tämä on erityisen arvokasta silloin, kun syystä tai toisesta on vaikeaa tai jopa mahdotonta ilmaista itseään, tunteitaan tai ajatuksiaan sanallisesti. Kaikki aistit voivat olla mukana kuvataiteellisessa työskentelyssä: näön lisäksi liike-, tunto-, haju- ja kuuloaisti. (Iivanainen, 2019, ss. 63–78)

2.3.2 Musiikki ja äänitaide

Musiikilla ja äänillä on meihin vahva vaikutus ja moni käyttää musiikkia vahvistamaan tai muuttamaan tunnetilojaan. Pahaa oloa saatetaan purkaa aggressiivisen musiikin kuunteluun tai soittamiseen tai äänimaljojen soinnilla tuetaan meditointia ja rauhoittumista. Moniin muistoihin saattaa liittyä jokin tietty kappale. Yhdessä soittaminen ja laulaminen tuovat meitä hyvin uniikilla tavalla yhteen. Näen itse esimerkiksi nuorten bändiharrastuksena yhtenä tärkeimpänä arvona sen, että soittamisen ja esiintymisen kautta kukin voi tuoda esiin omaa lahjakkuuttaan, mutta bändissä soittaminen vaatii aina myös joustamista,

vuorovaikutusta ja kompromissien tekoa. Laura Huhtinen-Hildén kuvaa musiikin merkitystä kokonaisuudessaan seuraavasti:

Musiikki voi yhdistää ihmisiä ja lisätä elämään sisältöä. Luovuus ja musisoiminen voivat rakentaa yhteisen tilan, jossa koettu muodostuu moniääniseksi ja värikkääksi seikkailuksi. Musiikki vaikuttaa meihin monin tavoin, ja sen avulla voidaan lisätä hyvinvointia ja mielekkyyden kokemuksia. Musiikillinen toiminta antaa myös mahdollisuuden oppia vuorovaikutuksesta, itsestämme ja toisistamme. Musiikin kuunteleminen, kokeminen, laulaminen, soittaminen ja musiikin mukaan liikkuminen voivat lisätä ihmisen voimavaroja ja tuoda uusia näkökulmia elämään. (Huhtinen-Hildén, 2019, s.21)

Musiikin neurotiede on lisännyt mielenkiintoista taustatietoa siitä, miten aivomme reagoivat musiikkiin. Erityisesti ihmisen oma lempimusiikki aktivoi voimakkaasta aivojen syvien osien mielihyvääalueita ja vaikuttaa siten positiivisesti oppimiseen, muistin toimintaan sekä kehon toimintatilan säätelyyn. Musiikki aktivoi aivoja laajasti, ja sen on todettu myös edistävän hermoverkoston korjautumista. Musiikin elementit liittyvät elämässä vahvasti myös vuorovaikutukseen ja kommunikaatioon. (Huhtinen-Hildén, 2019, s.23)

Osallisuuden kokemus on syvemmällä kokemusmaailmassamme kuin se, mitä tarkoitamme osallistumisella. Musiikkitoiminnassa tämän on tärkeä havainto, koska kaikki ihmiset eivät koe musiikkia samalla tavalla eivätkä esimerkiksi halua osallistua tilanteessa vaikkapa soittamiseen yhdessä. Osallisuus on myös ymmärrettävä mahdollisuutena itse säädellä sopivaa tapaa olla osallisena tilanteessa. Musisointitilanne voi parhaimmillaan lisätä kokemusta ainutkertaisesta elämästämme ja siitä, että olemme sen aktiivisia toimijoita; asiat eivät pelkästään tapahdu meille. Osallisuuden kokemuksen syntyminen edellyttää sitä, että saamme itse vaikuttaa kokemuksiimme ryhmätoiminnassa sekä voimme muokata ja tulkita niiden merkityksiä elämässämme. (Huhtinen-Hildén, 2019, s. 29)

2.3.3 Sanallinen ilmaisu

Kirjoittamista käytetään hyvin monenlaisten tekstien tuottamiseen, ja yleensä kirjoittamista tarkastellaankin sen tuloksena syntyvän tekstin mukaan. Luova kirjoittaminen voi muodoltaan olla hyvin monipuolista ja tekstien ääneen lukeminen tuo mukaan myös puheen. Tekstit voivat olla esimerkiksi runoja, proosaa tai näytelmiä. Kirjoittamista voi kuitenkin soveltaa myös itseymmärryksen ja hyvinvoinnin tarpeisiin, jolloin olennaisinta on se, mitä kirjoittaminen tuottaa kirjoittajalla ja millainen kokemus siitä syntyy. Kirjoittaminen voi olla ajattelun väline, ja sen avulla voi tutkia ja selkeyttää ajatuksiaan. Kirjoittaminen voi palvella myös identiteetin tarkastelua ja rakentamista, oman näkökulman esiin tuomista ja osallisuuden vahvistamista. Se voi olla myös reflektion ja vuorovaikutuksen keino. (Karjalainen, 2019, ss. 101–106; Houni, ym. 2020, ss. 60–61)

Karjalainen nostaa esiin kirjallisen ilmaisun kohdalla myös sen, että taitoa kertoa itsestään, omista kokemuksistaan ja elämästään voidaan pitää suorastaan kansalaistaitona, jota tarvitaan esimerkiksi työ- ja koulutuspaikan haussa ja monissa sosiaalisissa tilanteissa. Ilman kertomisen taitoa on vaikea tuoda asiaansa ja omaa näkökulmaansa esiin ja on vaarassa jäädä osattomaksi ihmissuhteissa ja yhteiskunnassa. Autetuksi tuleminenkin edellyttää omasta elämästään kertomista. Omasta elämästä ja kokemuksista kirjoittaminen on oman tilan ottamista ja omasta näkökulmastaan puhumisen harjoittelua. (Karjalainen, 2019, ss. 101–106)

2.3.4 Käsitöilmaisu

Kädentaitopajat ovat perinteisimpiä kuntouttavan työtoiminnan muotoja, mutta niiden ilmaisullinen puoli jää hyvin usein sivuseikaksi ja toiminnassa keskitytään vain tuotteiden tekemiseen. Käsitöillä on kuitenkin todettu olevan monipuolista vaikutusta hyvinvointiin ja elämänlaatuun. Käsitöitaide on myös yksi taiteenlaji.

Käsitöiden tekemisen on huomattu aktivoivan aivoja ja kehittävän muun muassa ongelmanratkaisukykyä ja luovuutta, joita molempia tarvitaan työelämässä päivittäin. Usein käsillä tekeminen rauhoittaa ja poistaa stressiä. Käsitöiden ideointi ja suunnittelu antaa

tilaisuuden luovaan itseilmaisuun ja ideointiin. Käsityön tekeminen kehittää silmän ja käden yhteistyötä, tarkkaavaisuutta, kärsivällisyyttä ja luovaa ongelmanratkaisukykyä. Joskus alkuperäistä suunnitelmaa pitää muokata tai valmistustekniikkaa muuttaa. Tämä vaatii myös kykyä kestää pettymyksiä ja kärsivällisyyttä. Käsityö haastaakin kokeilemaan uutta ja ylittämään omia rajoja. Varmuus erilaisten materiaalien ja tekniikoiden käyttöön sekä luovaan itseilmaisuun kehittyy kokemusten kautta. (Pöllänen, 2012)

Käsityön terapeuttisuus voi liittyä esimerkiksi käsityömateriaaleihin (värit, miltä materiaalit tuntuvat), saavutuksen tunteen syntyyn, fyysisten ja kognitiivisten taitojen kehittymiseen, oman kehon hallinnantunteeseen, tunteisiin ja ajatuksiin sekä käsityön sosiaaliin ja kulttuuriin ulottuvuuksiin. Käsityön ulkoisena tuloksena syntyvää konkreettista tuotetta voidaan myös pitää tekijänsä persoonallisuuden toteutumana. Käsityöllä on siten merkitystä ihmisen omakuvan muodostumisessa ja hänen itsetuntonsa kehittymisessä sekä myös sen ylläpitämisessä. (Pöllänen, 2012; Pöllänen 2017)

Pöllänen nostaa artikkelissaan esiin sen, kuinka käsityöt voivat avata mahdollisuuksia juuri monikulttuurisuuden ja sosiaalipedagogiikan alueille. Käsitöitä on hyödynnetty kielen opiskelun ja yhteiskuntaan integroitumisen tukena. Käsitöitä on perinteisesti tehty myös nuorten kanssa:

Konkreettisen toiminnan myötä saadaan tuettua elämänhallintataitoja sekä valmiuksia hakeutua koulutukseen ja työelämään. Flow-kokemukset motivoivat, ja käsityön tekemisen aikana saatu tuki vahvistaa vastuun ottamista omista valinnoista. Näin käsityö luo turvallisen areenan asioiden käsittelyyn ja oman toiminnan peilaamiseen, mutta samalla myös samauttava keskustelu auttaa saamaan vastakaikua omille ajatuksille. (Pöllänen, 2017, s. 81)

2.3.5 Draama ja kehollinen ilmaisu

Draama työskentely- ja ohjausmenetelmänä ei tarkoita teatterin tekemistä vaan sen tekniikoiden soveltamista asioiden tutkimiseksi tai vuorovaikutustaitojen kehittämiseksi. Draamatyöskentelyyn kuuluu kehollisuus, mielikuvituksen käyttö ja toisen rooliin astuminen.

Draama on osallistavaa, dialogista, merkitykselliseen oppimiseen ja ihmisenä kasvamiseen tähtäävää. Draaman keskiössä on aina itsetuntemuksen, vuorovaikutustaitojen ja empatiakyvyn kehittyminen. Draamallisessa prosessissa osallistujat vaikuttavat vahvasti prosessiin omine tarpeineen. (Öystilä, 2019, s.141)

Draaman avulla opitaan tehokkaimmin sosiaalisia valmiuksia ja vuorovaikutustaitoja sekä empatiakykyä ja kykyä dialogisuuteen. Draamatyöskentelyyn liittyy olennaisena osana myös työskentelyn reflektio. Improvisaatio on mukana kaikissa draaman eri lähestymistavoissa ja kaikissa genreissä, mutta se on myös oma genre, jossa fiktio luodaan ryhmän tai yleisön avulla. Improvisaatio on paras keino oppia arkielämän vuorovaikutustaitoja, dialogisuutta, toisten hyväksyntää ja spontaanisuutta (Öystilä, 2019, ss.140–150).

Draamalla ja improvisaatiolla olisi kuntouttavassa työtoiminnassa paljon mahdollisuuksia, mutta se on myös taidelähtöisistä menetelmistä juuri se, joka tuntuu aiheuttavan joissakin ihmisissä lähes paniikkia. Sen takia sen ohjaamisessa pitää olla erityisen hienovarainen ja kannustava. Lisääntynyt rohkeus ilmaisussa näkyy arjessa ehkä selvimmin erilaisissa sosiaalisissa tilanteissa parantuneena ja joustavampana vuorovaikutuksena.

2.4 Sosiaalipedagoginen työote ja sosiokulttuurinen innostaminen

Sosiaalipedagogisella työotteella tähdätään ihmisten sosiaaliseen kasvuun, hyvinvoinnin tukemiseen ja osattomuuden ehkäisyyn. Toiminta tapahtuu suhteessa yksilöön, yhteisöön ja yhteiskuntaan. Näihin tavoitteisiin pyritään dialogisen yhteistoiminnan, elämyksellisyyden ja osallisuuden tukemisen avulla. (Nivala & Rynnänen, 2020, s.14) Sosiaalipedagogiset käytännön toimija kuvataan usein *teknisenä toteuttajana, rinnalla kulkijana* tai *maailman muuttajana*. Opinnäytetyöni kannalta taidelähtöiseen toimintaan sopivimmat lähestymistavat ovat mielestäni rinnalla kulkija ja maailman muuttaja. Rinnalla kulkijan pyrkimyksenä on ihmisten elämän mielekkyyden ja elämänlaadun parantaminen sekä yhteisöjen yhteiselämän helpottaminen. Maailman muuttaja pyrkii saamaan muutoksia aikaan sekä toimintaympäristössä että yhteiskunnassa. (Nivala & Rynnänen, 2020, ss.60–67)

Sosiaalipedagogisen työotteen ominaispiirteet ovat:

- Dialoginen kohtaaminen. Lähtökohtina avoimuus, läsnäolo, tasavertaisuus, luottamus, keskinäinen kunnioitus ja hyväksyntä. Ihminen nähdään ihmisenä. Vuorovaikutuksessa ja yhdessä pyritään ymmärtämään ihmisen elämäntilannetta, näkemään ihmisessä tämän mahdollisuuksia sekä tukemaan häntä omien tavoitteidensa löytämisessä ja tunnistamisessa.
- Toimijuuden ja oman osallistumisen tukeminen. Ihminen kohdataan subjektina eikä objektina. Jokainen on toimija. Tavoitteet määritellään yhdessä ja niitä kohti lähdetään kulkemaan ihmisen omien kykyjen mukaan ja niiden kehittymistä tukien sekä hänen osaamistaan ja vahvuuksiaan hyödyntäen.
- Toiminnallisuus ja luovuus. Keskustelun lisäksi asioita käsitellään toiminnallisesti ja mahdollisesti erilaisia elämyksellisiä ja luovia menetelmiä hyödyntäen.
- Teorian ja käytännön yhteenkietoutuneisuus. Teorian ja käytännön yhdistämisen keskeinen työväline on reflektiivisyys. On olennaista, että toiminnassa saatuja kokemuksia tarkastellaan ja pohditaan yhdessä. Yhteinen reflektointi tukee omien kokemusten käsittelyä erilaisista näkökulmista ja auttaa ymmärtämään muiden näkökulmia.
- Kolmitasoisuus: yksilö, yhteisö ja yhteiskunta. Työtä tehdään yksilöiden kanssa huomioiden ympäröivä yhteisö ja yhteiskunta. (Nivala & Ryyänen, 2020, s. 190)

Yksi opinnäytetyöni toimeksiantajan Nauha ry:n perusarvoista on yhteisöllisyys.

Yhdistyksessä (ent. Pirkanmaan Sininauha ry) sen historia liittyy vahvasti yhteisöhoitoon ja yhteisöllisyyden käsitteeseen erityisesti päihdetyössä. Yhteisöllisyyden merkitys on vuosien saatossa päässyt arjessa hämärtyämään alkuperäisestä eikä vanhaan varmaan olekaan järkevää palata, mutta nykyiseen pääosin pitkäaikaistyöttömistä koostuvaan yhteisöön sopii mielestäni sosiokulttuurisen innostamisen yhteisöllisyyskäsite ja toimintaprosessi.

Sosiokulttuurisella innostamisella pyritään tukemaan kokonaisvaltaisesti ihmisten osallistumista, aloitteellisuutta, organisoitumista sekä persoonallisen ja sosiaalisen kasvun prosesseja. Innostaminen on erityisesti yhteisöjen kehittämistä projektin avulla. Osallistujat

ovat aina toimijoita prosessin alusta loppuun, suunnittelusta arviointiin, eivätkä toiminnan kohteita tai passiivisia vastaanottajia.

Nivala ja Rynnänen (2020) tiivistävät innostamisprojektin seuraavasti:

1. Yhteisön tilanteen, olosuhteiden ja tarpeiden tutkimus. Mikä on todellinen tilanne nyt?
2. Tutkimuksen pohjalta tehty analyysi ja yhteisön sosiokulttuuristen olosuhteiden ja tarpeiden tulkinta.
3. Tutkimuksen ja analyysin pohjalta asetetaan projektin tavoitteet, kartoitetaan käytettävissä olevat voimavarat ja suunnitellaan toiminta.
4. Toiminta ja toteuttaminen.
5. Toiminnan ja tavoitteiden saavuttamisen arviointi.
6. Saavutusten juhlistaminen yhdessä.
7. Katseen kääntäminen tulevaisuuteen.

On tärkeää muistaa, että sosiokulttuurisen innostamisen toimintamuotoja ei voi päättää etukäteen ja viedä valmiiksi suunniteltuna yhteisöön sovellettavaksi, sillä innostamisprosessi rakentuu yhteisön omien, toiminnassa yhdessä sovittavien tavoitteiden myötä. Innostamisen pyrkimyksenä on tarjota jokaiselle mahdollisuus kehittää omaa luovuuttaan, toteuttaa itseään ja löytää itsensä, ottaa vastuuta elämänsä suunnan määrittelemisestä ja paremman yhteiskunnan rakentamisesta. (Nivala & Rynnänen, 2020, ss 206–207)

Miksi juuri sosiokulttuurinen innostaminen olisi mielestäni toimivaa kuntouttavassa työtoiminnassa? Työttömyydellä on yhä edelleenkin raskas leima. Huolimatta yhteiskunnan rakenteellisista muutoksista ja pandemiastakin, työttömyyttä pidetään yhä ihmisen omana vikana. Keskusteluissa asiakkaiden kanssa nousee jatkuvasti pintaan tunne siitä, että he eivät kykene osallistumaan yhteiskuntaan, eivät osaa mitään, tulevaisuus on toivotonta, että työttömät nähdään vain loisina, eikä ainakaan taideosaamista arvosteta työvoimapolitiittisissa linjauksissa (ei työllistä, taiteilijoita on liikaa).

Kaiken kaikkiaan Nauha ry:n ja Abnoy oy:n erilaisia toimintoja pyritään kehittämään entistä enemmän yhdessä asiakkaiden kanssa. Toiminnan suunnittelu ei voi olla vain ylhäältä päin

tulevaa, jo senkin takia, että sellainen ei palvele millään lailla asiakkaan tavoitetta päästä paremmin osalliseksi yhteiskunnasta. Sosiokulttuurinen innostaminen tarjoaa myös keinoja tämän avuksi, valmentajien ei tarvitse osata tehdä kaikkea, vaan he saavat pysyä innostajina, toiminnan herättelijöinä.

3 LuovaNauha tieto- ja materiaalipankin tarkoitus ja tavoite

Opinnäytteeni syntyi tarpeesta selkeyttää ja vahvistaa Nauha ry:n luovia ja taidelähtöisiä menetelmiä käyttävää kuntouttavaa työtoimintaa. Koko työyhteisön kehitettävissä olevan tieto- ja materiaalipankin avulla toiminnalla on toivottavasti yhteiset suuntaviivat ja periaatteet. Lisäksi osaavat valmentajat pystyvät jakamaan hyviksi havaitsemiaan harjoitteita ja materiaaleja helposti ja nopeasti kaikkien käyttöön, mikä säästää aikaa ja voimavaroja.

Tavoitteena oli myös nostaa vahvemmin esiin sitä, että usein ainakin puheissa vain puuhasteluna pidetty taidelähtöinen toiminta aidosti pystyy viemään työtoiminnan asiakkaita kohti tavoitteitaan ja parantamaan heidän hyvinvointiaan. Yhteinen tieto- ja arvopohja lisää toivottavasti myös valmennuksen tasalaatuisuutta ja rakenteet auttavat kehittämään toiminnan sisältöjä.

Kartoitin pohjaa opinnäytetyöni tarkoitukselle ja tavoitteelle toteuttamalla kaksi sähköistä kyselyä ensin silloisten Kulttureellit-ryhmien ohjaajille (LIITE 1) ja lisäksi kaikille työtoiminnan valmentajille kohdistetun kyselyn luovien ja taidelähtöisten menetelmien käytöstä (LIITE 2). Halusin sekä kartoittaa arjen toimintojen ohjaamisen silloista tilaa että valmentajien ajatuksia luovista ja taidelähtöisistä menetelmistä.

Kyselyiden vastauksista on nähtävissä, että ohjaajilla ja valmentajilla on sekä osaamista eri alueilla että myös intoa käyttää tarkoituksenmukaisesti luovia ja taidelähtöisiä menetelmiä. Vastauksissa nousivat esiin sekä kuntouttavan työtoiminnan että menetelmien positiiviset vaikutukset asiakkaiden toimintakykyyn ja koko elämään ohjaajien ja valmentajien kuvaamina. Vastauksista voi mielestäni myös nähdä sen, että kukin valmentaja käyttää menetelmiä melko yksin eikä kokemuksia ja harjoituksia välttämättä jaeta, ainakaan säännöllisesti. Kyselyiden vastaukset avoimiin kysymyksiini vahvistivat ajatusta siitä, että

valmentajat hyötyisivät sekä yhteisestä teoriapohjasta että materiaalipankista ja aloin koota materiaalia niihin.

Olisin halunnut nivoa opinnäytetyöhön mukaan myös laajemmin asiakaskunnan kuvausta ja sitä, kuinka konkreettisesti luovia ja taidelähtöisiä menetelmiä voisi käyttää tietyissä haasteissa asiakkaiden tukena, esimerkiksi traumatisoituneiden vakauttamisessa, mutta keskustelut esihenkilöiden kanssa auttoivat minua rajaamaan tämän työn vain teoriaperustan niveltämiseen arjen työn kanssa ja materiaalipankin aloittamiseen.

4 LuovaNauha tieto- ja materiaalipankin toteutus

Opinnäytetyöni ensimmäisen ideat syntyivät jo sosionomiopintojeni alussa, mutta hain pitkään oikeaa näkökulmaa taiteen ja sosiaalityön yhdistämisen tarkasteluun. Hain myös arjen työssä kuntouttavan työtoiminnan valmentajana tapaa yhdistää toimivalla tavalla taideosaamistani ja sosiaalialaa. Kun aloin tutustua paremmin kulttuurihyvinvointiin ja siitä tehtyihin tutkimuksiin, sain vihdoin varmuutta ja tarvitsemaani teoreettista pohjaa näiden yhdistämiselle.

Lopullisen sysäyksen sain sosionomiopintojeni luovien ja taidelähtöisten menetelmien kurssilta, josta sain sekä teoretietoa että käytännön kokemusta aiheesta. Jouduin jonkin verran työstämään omasta vanhasta taiteilijaidentiteetistäni johtuvia ennakkoluuloja soveltavaa taidetta kohtaan, koska koin pitkään, että taidemenetelmien käyttö kuntouttavassa työtoiminnassa ”hyväksikäyttää” asiaa, jolla on tärkeä itseisarvo, mutta hiljalleen aloin nähdä sen, että sekä ’puhdas’ taide että taidemenetelmien käyttö jonkin tavoitteen hyväksi, palvelevat samaa merkityksellisyyden ja kommunikoinnin periaatetta.

Perehdyin ensin kulttuurihyvinvoinnista ja taiteen hyvinvointivaikutuksista tehtyihin tutkimuksiin. Aloin myös itse ohjata aikaisemmalta nimeltään Kulttureellit-ryhmiä ja muutimme kokonaisuuden nimen LuovaNauhaksi. Ohjasin sekä Kuvis-, Bändi- että Kirjoittajat -ryhmiä ja sain konkreettista tuntumaa ryhmien ohjaamisen iloihin ja haasteisiin. Arjen työn ohessa pohdin, miten toimintaan saisi kytkettyä opintojen myötä lisääntyvän sosionomin osaamiseni, sosiaalipedagogiikan näkemyksiä ja etenkin juuri luoviin ryhmiin

soveltuvan sosiokulttuurisen innostamisen. Kävimme muiden valmentajien kanssa arjessa lyhyitä keskusteluja, mutta emme pohtineet asioita syvemmin yhdessä. Kehittämisen ja tutkimustyö jäi kuitenkin arjen työkiireiden alle pitkäksi aikaa.

Alun perin lähdin pohtimaan opinnäytetyötäni siitä näkökulmasta, että halusin tuoda näkyviin kuntouttavan työtoiminnan asiakkaiden kokemuksia ja toiminnan merkitystä erityisesti luovassa ja taidelähtöisessä työtoiminnassa, mutta työprosessi katkesi pandemia-aikaan, jolloin kaikki asiakkaat siirtyivät etätoimintaan. Viivästyksen aikana ja pandemian jälkeen havaitsin kuitenkin omassa työssäni ja tiimin kanssa keskustellessa, että akuutein tarve työpaikalla olisi yhteiselle tieto- ja materiaalipankille avuksi luovien toimintojen ohjaamiseen ja tätä lähdin luomaan ja kehittämään.

Tavoitteenani oli myös tuoda sosiaalipedagogista lähestymistapaa kuntouttavan työtoiminnan arkeen, erityisesti *rinnalla kulkijan* ja *maailman muuttajan* työtettä (ks. esim. Nivala & Rynänen, 2020, ss. 63–67), joita valmentajilla toki on ennestäänkin. Luovan ja taidelähtöisen toiminnan ohjaajana ja valmentajana aivan konkreettisesti toimii siltanrakentajana sosiokulttuurisen innostamisen termein 'kylmän ja kuuman maailman' välillä (ks. esim. Kurki, 2000, ss. 67–73). Termit kuvaavat mielestäni myös hyvin kuntouttavan työtoiminnan tasapainoilua sosiaalityön ja työllisyydenhoidon tavoitteiden välillä. Hyvin karrikoiden työllisyydenhoidon 'kylmällä' puolella ajatellaan vain sitä, kuinka mahdollisimman nopeasti ihmiset saadaan osaksi tuottavaa yhteiskuntaa, kun taas 'kuuman' sosiaalityön puolella pyritään tukemaan ihmisten kykyä luoda itselleen hyvää ja itsenäistä elämää.

Prosessin loppuvaiheessa työyhteisössä tuli aiempaa selkeämmin esiin tarve tiedolle ja osaamiselle ryhmänohjauksesta sekä taidelähtöisten menetelmien ohjauksen erityispiirteistä. Huomasin olleeni asialle hieman sokea, todennäköisesti oman pitkän ohjauskokemukseni takia. Olin olettanut, että ryhmänohjaaminen on kaikille valmentajille luontevaa ja tuttua. Raportin teoriaosuudessa ohjaamista on sivuttu, mutta se on asia, jonka kehittämiseen on panostettava jatkossa enemmän.

Pohdin pitkään sitä, että lähtisinkö luomaan ohjekirjamaista tuotosta, mutta halusin saada koko työyhteisön mukaan ainakin tieto- ja materiaalipankin myöhempään kehittämiseen ja siihen verkkoympäristö tuntui tarkoituksenmukaisimmalta. Nauha ry:llä on jo käytössä Microsoft Office -sovellusympäristö, joten valitsin sieltä tieto- ja materiaalipankin koontia varten Sharepoint-sovelluksen. Siihen on tulevaisuudessakin pääsy kaikilla, joilla on Nauha ry – Abnoy Oy -konsernin käyttäjätunnukset. Tavoitteena oli saada aineistosta helposti saavutettava, käytettävä ja myös visuaalisesti miellyttävä ja selkeä.

Jaoin tekeillä olevan sivuston ensin luovia ryhmiä ohjaavien tutustuttavaksi ja pyysin heiltä suullisia kommentteja siitä, mihin suuntaan sivustoa kannattaisi kehittää. Kun sivusto sai nykyisen muotonsa ja sisältönsä, niin jaoin sen jo koko konsernin käyttöön. Jaoin kyselyn kaikille kuntouttavan työtoiminnan valmentajille osaamisesta riippumatta ja pyysin heitä tutustumaan sivustoon ja antamaan siitä palautteen. Palautetta antoi määräaikaan mennessä vain kolme valmentajaa, joista kaikille luovat ja toiminnalliset menetelmät ovat tuttuja. Sivuston tulevaan kehittämiseen tarvitaan kuitenkin myös kommentteja ja palautetta erityisesti sellaisilta valmentajilta, joilla ei ole kokemusta kyseisistä menetelmistä tai jotka kokevat, ettei menetelmiä voi käyttää heidän ohjaamissaan työtehtävissä. Kirjallisessa palautteessa valmennustiimin jäsenet kuvasivat sivuston selkeäksi, loogisesti eteneväksi ja sellaiseksi, että se rohkaisee menetelmien käyttöön.

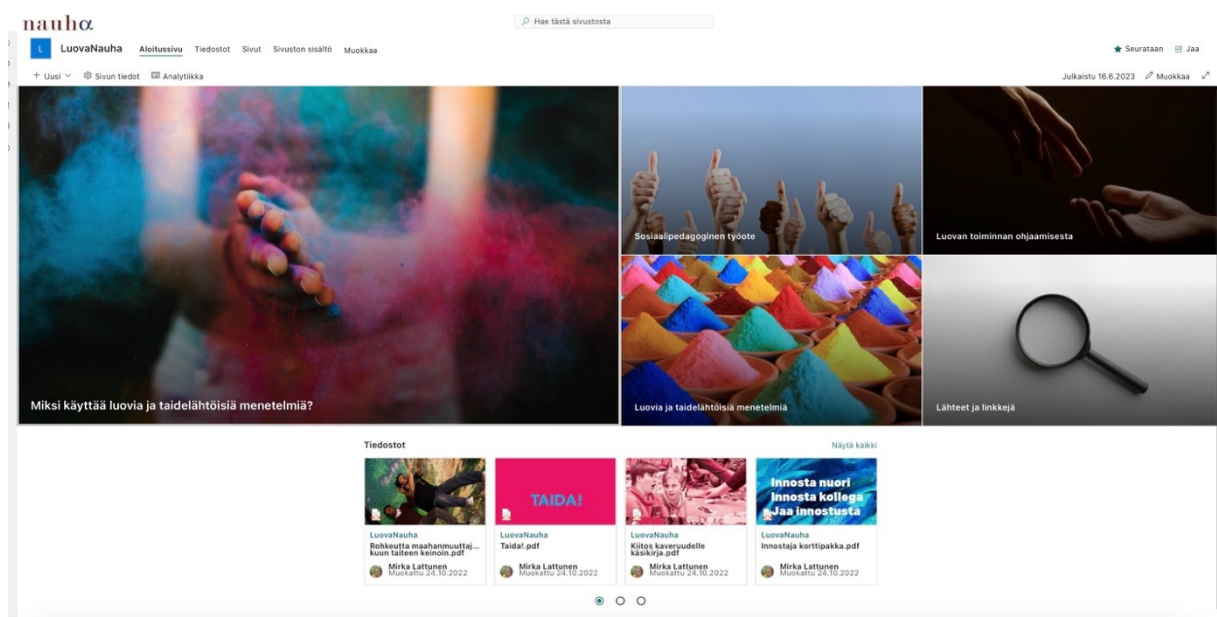
Opinnäytetyöni prosessi oli pitkä ja monivaiheinen. Eksyin välillä mielenkiintoisille sivupoluille, mutta onneksi sekä oppilaitoksen että työyhteisön edustajat auttoivat minua palamaan perusasioiden ääreen. Myös oma näkemykseni aiheesta selkeytyi ja kirkastui ja löysin sen mitä itse lähdin hakemaan: Perustelut sille, että luovilla ja taidelähtöisillä menetelmillä on mahdollista sekä parantaa ihmisen hyvinvointia että auttaa häntä eteenpäin yhteisössä ja yhteiskunnassa. Luomani sivusto toivottavasti löytää koko työyhteisön ja sen kehittäminen jatkuu tulevaisuudessa. Suunnitelmissani on myös jakaa lisää omaa osaamistani luovista, toiminnallisista ja taidelähtöisistä menetelmistä, ja oppia samalla itsekin uutta. Prosessi jatkuu varmasti tavalla tai toisella.

4.1 LuovaNauha tieto- ja materiaalipankin sisältö

Teoria- ja tutkimustietoa taiteen ja kulttuurin hyvinvointivaikutuksista on runsaasti, mutta päädyin käytännöllisyyden takia tiivistämään pääkohdat hyvin lyhyeen keräämäni teoria- ja tutkimustiedon pohjalta. Loin sivustolle raporttini teoriaosuuden pohjalta viisi pääsivua, joista jokaisella on arjen työskentelyn kannalta oleelliset asiat aiheesta. Näitä sivustoja pääsevät myös jatkossa valmentajat kehittämään ja täydentämään. Pääsivustot ovat seuraavat:

- 1) Miksi käyttää luovia ja taidelähtöisiä menetelmiä?
- 2) Sosiaalipedagoginen työote
- 3) Luovia ja taidelähtöisiä menetelmiä
- 4) Luovan toiminnan ohjaamisesta
- 5) Lähteet ja linkkejä

Lisäksi tiedostoihin voi lisätä eri muodoissa aiheeseen liittyviä dokumentteja. Etenkin tiedosto-osuuden on tarkoitus kasvaa kaikkien yhdessä muokkaamana. Sinne voi ladata myös ajantasaiset ohjeistukset ja toimintaperiaatteet sekä muuta mielenkiintoista materiaalia. Konsernin sisäistä Sharepoint-sivustoa ei pysty jakamaan ulkopuolisille, mutta kopioin seuraaviin alalukuihin kullakin pääsivulla olevan tekstiosuuden. (KUVA 1).



Kuva 1. LuovaNauha tieto- ja materiaalipankin aloitussivusto.

4.1.1 LuovaNauha: Miksi käyttää luovia ja taidelähtöisiä menetelmiä?

Tutkimustiedon valossa taidetoiminnalla voidaan vaikuttaa erityisesti mielen hyvinvointiin. Sosiaalinen, taiteellinen ja yhteisöllinen toiminta, jossa on vuorovaikutusta ja kosketusta, on merkittävää toimintakyvyn ja elämänlaadun näkökulmasta.

Taide voi tarjota symbolisen etäisyyden omiin kokemuksiin ja arkeen, jolloin syntyy tilaisuus käsitellä epäsuorasti vaikeitakin asioita. Taiteellinen toiminta voi toimia suojaavana keinona tarttua mielessä liikkuviin tai työstämistä vaativiin asioihin. Turvallinen etäisyys voi tuoda esiin jotakin, mille ei ole löytänyt sanoja.

Luova toiminta voi myös tuoda tunteen omasta merkityksellisyydestä ja siitä, että oma kokemus tai tuotos on tärkeä osa yhteisessä kokonaisuudessa. Yhdessä koetun luovan toiminnan on havaittu lisäävän osallisuuden kokemusta. Se ei ole sama asia kuin osallistuminen vaan henkilökohtainen kokemus. Osallisuutta voidaan pitää hyvinvoinnin taustatekijänä. Hyvinvointi puolestaan on yhteydessä siihen, että ihminen tuntee olevansa oman elämänsä kokeva, toimiva ja muovaava subjekti eikä erilaisten ammattikäytäntöjen tai toimintojen kohde.

Musiikki, kuvallinen ilmaisu, kirjoittaminen, liike, tanssi ja draama sekä niiden monet muodot ja erilaiset yhdistelmät antavat mahdollisuuden sekä itseilmaisuun että yhdessä toimimiseen.

Taiteen soveltava käyttö

Taiteen soveltava käyttö ei ensisijaisesti tähtää taitojen oppimiseen, taiteellisiin päämääriin tai taidetoiminnan avulla saavutettaviin hoidollisiin tuloksiin toisin kuin lääkinnällinen kuntoutus eli taideterapiat, joita toteuttavat taideterapeutin koulutuksen saaneet ammattilaiset. Taiteen soveltavassa käytössä olennaista ovat tekemisen tai osallistumisen prosessin synnyttämät kokemukset ja jokaisen osallistujan mahdollisuus saada kosketus omaan luovuuteensa.

Taidelähtöisiä menetelmiä ohjatessa ei olennaista ole oma taiteellinen osaaminen vaan kyky kohdata ihmisiä arvostavasti ja heidän kokemuksiin kunnioittavasti. Pitää ymmärtää, että jokaisella on oikeus osallistua ja olla osallisena siten kuin haluaa ja hänelle on juuri sillä hetkellä mahdollista. Tarvitaan myös herkkyyttä tunnistaa niin yksilössä kuin ryhmässäkin tapahtuvia prosesseja ja muutoksia.

Kuntouttavan työtoiminnan tavoitteet

Kuntouttavan työtoiminnan tarkoituksena on parantaa siihen osallistuvien elämänhallintaa ja luoda edellytyksiä työllistymiselle sekä julkisiin työvoimapalveluihin osallistumiselle. (Laki kuntouttavasta työtoiminnasta)

Tampereen kaupunki on määritellyt eri palveluiden tavoitteet tiivistetysti seuraavasti:

Valmentavan kuntouttavan työtoiminnan tavoitteena on siirtyminen palvelun päätyttyä työhön, koulutukseen tai julkiseen työvoimapalveluun, kuten työkokeiluun. Valmentavaan kuntouttavaan työtoimintaan tulee aina sisältyä arjen digitaitojen harjoittelua ja opettelua. Asiakasta tulee tukea tarvittaessa myös elämänhallintaan, terveydentilaan, päihde- ja mielenterveysongelmiin sekä oman ammattialan löytymiseen liittyvissä asioissa.

Osallisuutta vahvistavan kuntouttavan työtoiminnan tavoitteena on asiakkaiden psyykkisen, fyysisen, sosiaalisen ja kognitiivisen toimintakyvyn ylläpitäminen, vahvistaminen ja kartoittaminen, osallisuuden ja toimijuuden vahvistuminen sekä kuntoutumisen tukeminen.

Palvelun teemoiksi palvelun tilaaja Tampereen kaupunki on listannut arjenhallinnan ja työelämän perustaitojen tuen ja vahvistamisen, itsenäistymisen ja itsenäisen selviytymisen tuen, yhteiskunta- ja kansalaistaitojen vahvistamisen, tuen kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin ja itsehoitoon, tuen hoitoon hakeutumiseen tai siihen sitoutumiseen ja kuntoutumiseen, itsetuntemuksen ja voimavarojen vahvistamisen, sosiaalisten taitojen ja ryhmätyötaitojen vahvistamisen, sosiaalisten

verkostojen luomisen ja vertaistuen, vapaa-ajan toimintaan tukemisen ja viikoittaisen mahdollisuuden liikuntaan.

Luovuus + kuntouttava työtoiminta = parhaimmillaan toisiaan tukeva kokonaisuus

Kuntouttavan työtoiminnan ja sosiaalisen kuntoutuksen asiakaskunnan haasteina korostuvat erityisesti mielenterveys- ja päihdeongelmat, huono itsetunto, menneisyyden kiusaamiskokemukset, sosiaaliset haasteet ja ulkopuolisuuden kokemukset. Luovuus ja taide ovat monelle tärkeitä voimavaroja, mutta usein luovan työtoiminnan arjen ja sen tavoitteiden yhteys jää hämäräksi.

Luovaa ja taidelähtöistä toimintaa on kuitenkin mahdollista toteuttaa täysin kuntouttavan työtoiminnan tavoitteita ja asiakkaiden kokonaisvaltaista kuntoutumista edistävänä työskentelynä. Luovilla ja taidelähtöisillä menetelmillä on mahdollista erityisesti kasvattaa asiakkaiden itsetuntemusta, vahvistaa heidän voimavarojaan ja osaamistaan sekä kehittää heidän sosiaalisia ja vuorovaikutustaitojaan, jotka ovat kaikki oleellisia opiskelu- ja työelämätaitoja.

Tutkimus luovan ryhmätoiminnan mahdollisuuksista sosiaalityössä toi esiin, kuinka yhteinen luova toiminta lisää osallisuutta. Luovuus tuo ihmisen ulottuville niitä aineettomia resursseja, jotka lisäävät hyvinvointiamme. Näitä voivat olla esimerkiksi luottamus tai sanat, joilla ilmaista tunteitaan ja kokemuksiaan. Lisäksi luova toiminta vastaa tarpeisiimme kokea vapautta, virkistymistä ja myönteisiä tunteita. Erityisesti yhdessä toimiminen lisää kontaktipintaa toisiin ihmisiin ja tarjoaa jakamisen ja reflektoinnin mahdollisuuksia luovassa toiminnassa.

Innostamisen ja elämysten tarjoamisen lisäksi taiteellisen toiminnan tavoitteena erilaisissa sosiaali-, terveys- ja kasvatustilan tilanteissa ja toimintaympäristöissä on usein luovuuden ja itseilmaisun herättely ja tukeminen, hyvän olon lisääminen, ryhmäytymisen edistäminen tai kommunikaation helpottaminen. Taidelähtöisen toiminnan avulla voi harjoitella motoriiikkaa, sekä fyysisiä, kognitiivisia ja tunnetaitoja. Kaikella taidelähtöisellä toiminnalla on mahdollista kehittää kykyä toimia ryhmässä ja sosiaalisia taitoja.

4.1.2 LuovaNauha: Sosiaalipedagoginen työote

Sosiaalipedagogisella työotteella tähdätään ihmisten sosiaaliseen kasvuun, hyvinvoinnin tukemiseen ja osattomuuden ehkäisyyn. Näihin tavoitteisiin pyritään dialogisen yhteistoiminnan, elämyksellisyyden ja osallisuuden tukemisen avulla.

Sosiaalipedagogisen työotteen ominaispiirteet ovat:

Dialoginen kohtaaminen. Lähtökohtana avoimuus, läsnäolo, tasavertaisuus, luottamus, keskinäinen kunnioitus ja hyväksyntä. Ihminen nähdään ihmisenä. Vuorovaikutuksessa ja yhdessä pyritään ymmärtämään ihmisen elämäntilannetta, näkemään ihmisessä tämän mahdollisuuksia sekä tukemaan häntä omien tavoitteidensa löytämisessä ja tunnistamisessa.

Toimijuuden ja oman osallistumisen tukeminen. Ihminen kohdataan subjektina eikä objektina. Jokainen on toimija. Tavoitteet määritellään yhdessä ja niitä kohti lähdetään kulkemaan ihmisen omien kykyjen mukaan ja niiden kehittymistä tukien sekä hänen osaamistaan ja vahvuuksiaan hyödyntäen.

Yhteisöllisyys. Tavoitteena on edistää ihmistä aidosti tukevien yhteisöjen syntymistä ja kehittymistä.

Toiminnallisuus ja luovuus. Keskustelun lisäksi asioita käsitellään toiminnallisesti ja mahdollisesti erilaisia elämyksellisiä ja luovia menetelmiä hyödyntäen.

Teorian ja käytännön yhteenkietoutuneisuus. Teorian ja käytännön yhdistämisen keskeinen työväline on reflektiivisyys. On olennaista, että toiminnassa saatuja kokemuksia tarkastellaan ja pohditaan yhdessä. Yhteinen reflektointi tukee omien kokemusten käsittelyä erilaisista näkökulmista ja auttaa ymmärtämään muiden näkökulmia.

Kolmitasoisuus: yksilö, yhteisö ja yhteiskunta. Työtä tehdään yksilöiden kanssa huomioiden ympäröivä yhteisö ja yhteiskunta.

Sosiokulttuurinen innostaminen

Sosiokulttuurisella innostamisella pyritään tukemaan kokonaisvaltaisesti ihmisten osallistumista, aloitteellisuutta, organisoitumista sekä persoonallisen ja sosiaalisen kasvun prosesseja. Innostaminen on erityisesti yhteisöjen kehittämistä projektin avulla. Osallistujat ovat aina toimijoita prosessin alusta loppuun, suunnittelusta arviointiin, eivätkä toiminnan kohteita tai passiivisia vastaanottajia.

Innostamisprojektin vaiheet voidaan tiivistää esim. seuraavasti:

- Yhteisön tilanteen, olosuhteiden ja tarpeiden tutkimus. Mikä on todellinen tilanne nyt?
- Tutkimuksen pohjalta tehty analyysi ja yhteisön sosiokulttuuristen olosuhteiden ja tarpeiden tulkinta.
- Tutkimuksen ja analyysin pohjalta asetetaan projektin tavoitteet, kartoitetaan käytettävissä olevat voimavarat ja suunnitellaan toiminta.
- Toiminta ja toteuttaminen.
- Toiminnan ja tavoitteiden saavuttamisen arviointi.
- Saavutusten juhlistaminen yhdessä.
- Katseen kääntäminen tulevaisuuteen.

On tärkeää muistaa, että sosiokulttuurisen innostamisen toimintamuotoja ei voi päättää etukäteen ja viedä valmiiksi suunniteltuna yhteisöön sovellettavaksi, sillä innostamisprosessi rakentuu yhteisön omien, toiminnassa yhdessä sovittavien tavoitteiden myötä.

Innostamisen pyrkimyksenä on tarjota jokaiselle mahdollisuus kehittää omaa luovuuttaan, toteuttaa itseään ja löytää itsensä, ottaa vastuuta elämänsä suunnan määrittelemisestä ja paremman yhteiskunnan rakentamisesta.

4.1.3 LuovaNauha: Luovia ja taidelähtöisiä menetelmiä

Kuvallinen ilmaisu

Itsensä ilmaisu kuvien avulla on mahdollista silloinkin, kun se olisi sanallisesti vaikeaa tai jopa mahdotonta. Kuvien avulla pystyy kommunikoimaan ilman kieltä.

Konkreettisen taiteellisen ilmaisun etuna mielikuviin verrattuna on sen tarjoama tilaisuus aktiivisesti työstää käsiteltävää asiaa, koska työskentelyn tuloksena syntyy konkreettinen objekti, jota voidaan fyysisesti muokata. Samalla voidaan uudelleen määritellä omaa suhdetta käsiteltävään asiaan.

Musiikki ja äänet

Musiikki vaikuttaa meihin monin tavoin, ja sen avulla voidaan lisätä hyvinvointia ja mielekkyyden kokemuksia. Musiikin kuunteleminen, kokeminen, laulaminen, soittaminen ja musiikin mukaan liikkuminen voivat lisätä ihmisen voimavaroja ja tuoda uusia näkökulmia elämään. Monelle ihmiselle musiikin kuuntelu, soittaminen ja laulaminen tuovat iloa jossakin muodossa.

Musiikin avulla voi työstää tunnekokemuksia ja saada ymmärrystä ja hyväksyntää omille tunteilleen. On tärkeä muistaa, että samakin musiikki voi kuulostaa ja tuntua eri ihmisiltä erilaiselta. Reagoimme musiikkiin eri tavoin, mikä voi olla hyvä myös todeta ääneen ryhmätilanteessa, jossa musiikkia kuunnellaan yhdessä.

Musiikkitoiminnassa voi olla päämääränä musiikin tai esimerkiksi soiton oppiminen tai musiikin herättämään kokemukseen keskittyminen kuuntelemalla. Vaikka musiikin oppimisen pitkäjänteinen tukeminen onkin ammattitaitoisen musiikkikasvattajan työkenttää, voi musiikkia harrastaa, kokea ja siitä iloita monissa yhteyksissä.

Sanallinen ilmaisu

Kirjoittamista voi käyttää erilaisten tekstien luomisen lisäksi myös itseymmärryksen lisäämiseksi. Kirjoittamisen taidolla ei ole silloin merkitystä eikä pääpaino ole syntyvässä tekstissä.

Kirjoittaminen on loistava keino ajatusten selkeyttämiseen. Sen avulla voi jäsentää elettyä elämää ja myös suuntautua tulevaan. Kirjoittamisen avulla voi myös harjoitella oman näkökulman esiin tuomista ja sitä kautta osallisuuden vahvistamista. Taitoa kertoa itsestään, omista kokemuksistaan ja elämästään tarvitaan esimerkiksi työ- ja koulutuspaikan haussa ja monissa sosiaalisissa tilanteissa. Autetuksi tuleminenkin edellyttää omasta elämästään kertomista.

Käsityöilmaisu

Käsityöt aktivoivat aivoja ja kehittävät muun muassa ongelmanratkaisukykyä ja luovuutta, joita molempia tarvitaan työelämässä päivittäin. Käsillä tekeminen rauhoittaa ja poistaa stressiä.

Käsitöiden ideointi ja suunnittelu mahdollistaa luovan itseilmaisun. Käsityön tekeminen kehittää silmän ja käden yhteistyötä, tarkkaavaisuutta, kärsivällisyyttä ja luovaa ongelmanratkaisukykyä. Varmuus erilaisten materiaalien ja tekniikoiden käyttöön sekä luovaan itseilmaisuun kehittyy kokemusten kautta.

Käsityön on todettu olevan yksi esimerkki siitä, miten merkityksellinen tekeminen ja toiminta lisäävät hyvinvointia. Useat terveyteen ja vapaa-aikaan kohdistuneet tutkimukset ovat toisaalta osoittaneet, että merkitykselliseksi koettu toiminta lisää terveyttä edistävää toiveikkuutta ja positiivista mielialaa.

Draama ja kehollinen ilmaisu

Draaman avulla opitaan tehokkaimmin sosiaalisia valmiuksia ja vuorovaikutustaitoja sekä empatiakykyä ja kykyä dialogisuuteen. Improvisaatio on mukana kaikissa

draaman eri lähestymistavoissa ja kaikissa genreissä, mutta se on myös oma genre, jossa fiktio luodaan ryhmän tai yleisön avulla. Improvisaatio on paras keino oppia arkielämän vuorovaikutustaitoja, dialogisuutta, toisten hyväksyntää ja spontaanisuutta.

Draaman ohjaaminen vaatii rohkeutta siirtyä pois omalta mukavuusalueelta, sillä draama on aina hyppy tuntemattomaan. Ohjaajan ei tarvitse olettaa epäonnistuneensa, jos lopputuloksesta ei tule suunnitellun kaltainen. Yleensä siitä tulee parempi, jos prosessin on annettu kehittyä omaan suuntaansa.

4.1.4 LuovaNauha: Luovan toiminnan ohjaamisesta

Jokaisella toimintakerralla on hyvä olla selkeä rakenne. Toimintaan orientoidutaan yhdessä esimerkiksi alkulämmittelyn avulla. Tämän jälkeen seuraa työskentelyvaihe, jolloin keskitytään tekemiseen yksin tai yhdessä. Toiminta lopetetaan yhdessä sopivalla tavalla.

Alkulämmittely voi olla tärkeä siirtymävaihe toiminnan kannalta oikeanlaiseen mielentilaan, jossa päällimmäisenä mielessä eivät ole enää seuraavan päivän aikataulut ja odottavat velvollisuudet. Tavoitteena on luoda turvallisuuden tunnetta ryhmässä toimimista kohtaan, mutta myös innostaa ja herättää kiinnostus toimintaan.

Ohjaajalla on tärkeä rooli alkulämmittelyn onnistumisessa. Hänestä tulee välittyä innostus ja toimintaan sitoutuminen. Taidelähtöisessä työskentelyssä ja sen ohjaamisessa tarvitaan kykyä kuunnella, tehdä havaintoja ja aistia mielenliikkeitä. Taiteellisen ja luovan ilmaisun äärellä voidaan liikkua herkillä alueilla, joten ohjaajan kiinnostunut, kunnioittava ja kannustava asenne on tärkeä. Parhaimmillaan toiminnassa syntyy aitoja ja tärkeitä kohtaamisia.

On tärkeää, että ohjaajalla on kokemus niistä harjoitteista, joihin ohjaa muita. Jokaisen kokemus on henkilökohtainen, eikä muiden kokemuksia voi arvailla omiensa

perusteella. Jos on kuitenkin itse kokeillut menetelmiä, on joku ymmärrys siitä, mitä tekeminen ja toiminta vaatii, miten sitä kannattaa soveltaa ja mitä se voi herättää.

Luovaan ryhmätoimintaan liittyvä vuorovaikutustilanne vaatii työskentelyn kannattelua ja ryhmätoiminnan ymmärtämistä. Luovaankin toimintaan voi tulla vallankäytön elementtejä tai siinä voi syntyä jopa huomaamatta häpeän ja arvottomuuden kokemuksia. Tästä syystä esimerkiksi pelkkä taiteellinen koulutus ei automaattisesti tuo osaamista taiteen soveltavaan käyttöön, vaan siihen vaaditaan myös pedagogisen vuorovaikutuksen ja kohtaamistilanteen ammattitaitoa.

Työskentelyn aikana voi herätä monenlaisia ajatuksia ja tunteita, jotka on hyvä käydä jollakin tapaa läpi ennen kuin lähdetään tilanteesta. Ryhmän muut jäsenet ja ohjaajat voivat myönteisessä ja kunnioittavassa hengessä kommentoida toistensa töitä tai työskentelyä ja esittää mahdollisia huomioita tai lisäkysymyksiä. On yleensäkin muistettava ja muistutettava toimintaan osallistuvia siitä, että jos käsitellään sanallisesti työn tuloksia tai työskentelyprosessia, jokainen saa itse päättää, minkä verran ja mitä kertoo muille. Kaikkea ei tarvitse jakaa toisten kanssa, jos se ei tunnu hyvältä. Aina voi puhua yleisellä tasolla ja kertoa vaikkapa siitä, tuntuiko työskentely helpolta vai vaikealta ja innostiko tehtävä vai ei.

Rituaalinomaiset toiminnan aloitukset ja päätökset lisäävät toistuvuudellaan ryhmän turvallisuudentunnetta. Vaikka toiminta olisikin eri kerroilla erilaista, siinä on tietty rakenne: alku, keskikohta ja lopetus. Yhteinen lopetus ikään kuin sulkee aloitetun toiminnan, ja siitä kukin osallistuja voi jatkaa omaan suuntaansa.

5 Johtopäätökset ja pohdinta

Kuntouttavan työtoiminnan ja sosiaalisen kuntoutuksen asiakaskunnan haasteina korostuvat erityisesti mielenterveys- ja päihdeongelmat, huono itsetunto, menneisyyden kiusaamiskokemukset, sosiaaliset haasteet ja ulkopuolisuuden kokemukset. Luovuus ja taide ovat monelle tärkeitä voimavaroja, mutta usein luovan työtoiminnan arjen ja sen tavoitteiden yhteys jää hämäräksi. Luovaa ja taidelähtöistä toimintaa on kuitenkin

mahdollista toteuttaa täysin kuntouttavan työtoiminnan tavoitteita ja asiakkaiden kokonaisvaltaista kuntoutumista edistävänä työskentelynä. Luovilla ja taidelähtöisillä menetelmillä on mahdollista erityisesti kasvattaa asiakkaiden itsetuntemusta, vahvistaa heidän voimavarojaan ja osaamistaan sekä kehittää heidän sosiaalisia ja vuorovaikutustaitojaan, jotka ovat kaikki oleellisia opiskelu- ja työelämätaitoja. Erityisesti ryhmätoiminnassa osallistujat pääsevät (tai joutuvat) harjoittelemaan omien näkemystensä esille tuomista, neuvottelua, toisten kuuntelua ja kompromissien tekemistä. Ennen kaikkea he pääsevät osallisiksi ensin oman ryhmänsä toimintaan, vaikka ensin vain sivustaseuraajina. Yhdessä toimiminen lisää kontaktipintaa toisiin ihmisiin ja tarjoaa jakamisen ja reflektoinnin mahdollisuuksia luovassa toiminnassa.

Yhteinen taidelähtöinen työskentely lähestyy sosiokulttuurisen innostamisen periaatteita ja se olisi luontevaa ottaa myös Nauha ry:n taidepainotteisessa kuntouttavassa työtoiminnassa yhdeksi työväliseksi. Luovien ja taidelähtöisten toimintojen ohjaaminen vaatii herkkyyttä ja kuuntelun taitoa. Menetelmät saattavat viedä asiakkaan nopeasti hyvin syvien tunteiden ja yllättävienkin tunteiden ääreen ja vaikka menetelmät toimivat myös suojaavana elementtinä, niin ohjaajan pitää olla tarkkana siinä, että asiakas ei haavoitu enempää. Kunnioittaminen ja turvallinen ryhmä ovat ehdottomia edellytyksiä sille, että työskentely vie ihmistä eteenpäin.

Palveluntuottajien rajallisten resurssien takia erityisesti ryhmämuotoista taidelähtöistä kuntouttavaa työtoimintaa voi ajatella myös kustannustehokkuuden kannalta. Hyvin suunnitellulla ja ohjatulla ryhmäkerralla pystytään edistämään useamman asiakkaan henkilökohtaisia tavoitteita, löytämään lisätukea tarvitsevia asioita elämässä sekä lisäämään vuorovaikutustaitoja ja niiden kautta osallisuutta.

Opinnäytetyöni tuotos jatkaa toivottavasti kehittymistään Nauha ry:n työyhteisössä ja valmentajat pääsevät tuomaan siihen omaa osaamistaan. Jatkosuunnitelmana on vahvistaa sisäisillä koulutuksilla toimintoja ohjaavien ohjausosaamista sekä toimintojen tavoitteellisempaa suunnittelua.

Lähteet

Fancourt, D. & Finn. S. (2019). *What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being. A scoping review.* Raportti. WHO.

<https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/329834/9789289054553-eng.pdf?sequence=3&isAllowed=y>

Houni, P., Turpeinen, I. & Vuolasto, J. (2020). *Taidetta! Kulttuurihyvinvoinnin käsikirja.* Taiteen edistämiskeskus.

Huhtinen-Hildén, L. (2019). *Elämän ja arjen musiikkia – musiikillisen ilmaisun monia mahdollisuuksia.* Teoksessa Karjalainen, A.L. (toim.), *Luovan toiminnan työtavat. Käsikirja sosiaali- ja terveysalalle* (ss. 21–55). PS-kustannus.

Huhtinen-Hildén, L. & Karjalainen A.L. (2019). *Luova toiminta siltana itseen, toisiin ja osallisuuteen.* Teoksessa Karjalainen, A.L. (toim.), *Luovan toiminnan työtavat. Käsikirja sosiaali- ja terveysalalle* (ss. 11–19). PS-kustannus.

Iivanainen, S. (2019). *Väriä elämään – kuvallinen ilmaisu hyvinvointia edistämässä.*

Teoksessa Karjalainen, A.L. (toim.), *Luovan toiminnan työtavat. Käsikirja sosiaali- ja terveysalalle* (ss. 57–100).

Karjalainen, A L. (toim.) (2019). *Luovan toiminnan työtavat. Käsikirja sosiaali- ja terveysalalle.* PS-kustannus.

Karkkulainen, M., Ala-Vannesluoma, T., Airaksinen, R., Varonen, H., Kastu, R. & Sipi, S. (2019). *Toimii! Hoitajan opas toiminnallisiin menetelmiin.* Edita.

Kurki, L. (2000). *Sosiokulttuurinen innostaminen.* Vastapaino.

Laki kuntouttavasta työtoiminnasta 189/2001.

<https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2001/20010189>

Lehikoinen, K. & Vanhanen, E. (toim.) (2017) *Taide ja hyvinvointi*. Verkkojulkaisu. ArtsEqual <https://taju.uniarts.fi/handle/10024/7104>

Nauha ry. Verkkosivusto. <https://nauha.fi/> <https://nauha.fi/yhteystiedot/yhdistys/arvot-ja-visiot/>

Nivala, E. & Ryyänen, S. (2019). *Sosiaalipedagogiikka: Kohti inhimillisempää yhteiskuntaa*. Gaudeamus.

Ollila, O. & Tshimanga, A. (2022). *Kuntouttava työtoiminta kotoutumisen tukena Setlementti Tampereen Naistarissa*. [AMK-opinnäytetyö, Tampereen ammattikorkeakoulu]. <https://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-202202052140>

Pöllänen, S. (2012). *Käsityö ja psyykinen hyvinvointi käsityön tutkimuskentässä*. Artikkel. AMK-lehti. <https://uasjournal.fi/tutkimus-innovaatiot/kasityo-ja-psyyykinen-hyvinvointi-kasityon-tutkimuskentassa/>

Pöllänen, S. (2017). Käsini tehtyä hyvinvointia: Käsityö psyykkisen hyvinvoinnin tuottajana. Artikkel. verkkojulkaisussa Kivilaakso, A., Luutonen, M., & Marsio, L. (toim), *Itsetekemisen perinne. Käsityöt elävänä kulttuuriperintönä*. Museovirasto. <https://www.museovirasto.fi/uploads/Meista/Julkaisut/itsetekemisen-perinne-v09.pdf>

Sandelin, I. (2014). *Kuntouttava työtoiminta asiakkaiden kokemana. Kirjallisuuskatsaus asiakkaiden toiminnalle antamista merkityksistä*. Terveysten ja hyvinvoinnin laitos. <https://www.julkari.fi/handle/10024/114912>

Sosiaalihuoltolaki 1301/2014. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2014/20141301>

STM. (2015). *Taiteesta ja kulttuurista hyvinvointia. Toimintaohjelman 2010-2014 loppuraportti*. Raportti. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-00-3578-5>

Taikusydän. (n.d.-b) *Maailman terveysjärjestö WHO:n raportti taiteen ja kulttuurin terveysvaikutuksista*. <https://taikusydan.turkuamk.fi/yleinen/maailman-terveysjarjesto-whon-raportti-taiteen-ja-kulttuurin-terveysvaikutuksista/>

Taikusydän. (n.d.-a). *Taikusydän tietopankki*. <https://taikusydan.turkuamk.fi/>

THL. (2023). *Kuntouttava työtoiminta*. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. <https://thl.fi/fi/web/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtaminen/osallisuuden-edistaminen/tyoelamaosallisuus/kuntouttava-tyotoiminta>

Öystilä, S. (2019). *Draaman mahdollisuudet ohjaustyössä*. Teoksessa Karjalainen, A.L. (toim.), *Luovan toiminnan työtavat. Käsikirja sosiaali- ja terveysalalle* (ss. 141-195).

Liite 1. Kysely Kulttureellit-ryhmien ohjaajille vuonna 2020

Vastaajia 3.

1. Mitä Kulttureellit-ryhmiä on vuonna 2020 ollut toiminnassa?
 - Bändi, kuvaamataito, kirjoittajat ja uutena alkanut kirjoittajaryhmä. Näiden lisäksi keväällä oli toiminnassa kulttureellien etäryhmä.
 - Kulttureelleilla on tänä vuonna ollut: Kuvataide, bänditoiminta, kirjoittajaryhmä, kirjallisuusryhmä (erotettu lähiaikoina omaksi ryhmäkseen kirjoittajista), improvisaatio/voimavararyhmä.
 - Etäkulttureellit, Kevyesti kulttuurista, kuvis, bändipaja, kirjoitusryhmä, verkkolehti.
2. Mitä ryhmiä olet itse ohjannut tai mistä ryhmistä olet ollut vastuussa?
 - Etäryhmää sekä kuvaamataidon ryhmää.
 - Kaikista kaikkea, nyt kuvis jäämässä pois.
 - Olen bändipajan ohjaajana.
3. Kuinka usein ja kuinka pitkään ryhmät kokoontuvat?
 - Kuvisryhmä kokoontuu ma-pe klo 10–14 välillä. Jokaisella asiakkaalla on omat sovitut osallistumispäivät. Lähitulevaisuudessa kuvis jakautuu kahteen vuoroon päivän aikana, 8–12 ja 11–15. Etäryhmänä kulttureelleja ei enää ole, vaan keväällä. Silloin he kokoontuivat Discordissa 8.30–12.30 välillä.
 - Kuvis 4 h/pv ja 5 kertaa/vko. Bändi 4 h/pv ja 4 pv/vko (viides päivä tulossa lähiaikoina). Kirjoitusryhmä 1 pv/vko 4 h/pv (Lisäksi yksittäisiä päiviä osalla porukasta). Kirjallisuusryhmä 1 pv/vko ja 4 h/pv. Impro/voimavarat tällä hetkellä tauolla resurssipulan vuoksi.
 - 4 h / päivä, ainakin ma-to ja jotkut käsittääkseni kokoontuvat perjantaisin,
4. Kuka vastaa käytännön toiminnasta?
 - Apuohjaajat sekä valmentaja. Asiakkaat tekevät myös paljon itsenäisesti omia töitään.
 - Minä, toinen valmentaja (kuvis), 1-2 palkkatukilaista, 1-2 vapaaehtoista ja satunnaisesti 1 ktt-apuohjaaja.
 - Omat ”pomoni” ovat valmentajat M.H. ja J.N.

5. Minkälaiset tilat ja tarvikkeet ryhmällä on käytössä? Ovatko ne mielestäsi toimintaan sopivat?
- Kuvisryhmä toimii rivitalokaksiossa. Tilana kaksio on hyvä siinä mielessä, että kylpyhuoneesta ja keittiöstä on helposti saatavilla vettä, samoin säilytystilaa löytyy. Kooltaan se on kuitenkin aika pieni, ja tuulettaminen on vaikeaa. Tarvikkeita on melko monipuolisesti aina lyijykynävälineistä akryyli- ja öljymaalaustarvikkeisiin. Tilasta löytyy myös radio, mikä käytettäessä tuo myös hyvää tunnelmaa.
 - Tilat ovat tällä hetkellä kirjallisuus ja kirjoitusryhmää lukuun ottamatta liian pienet, vaikkakin sinänsä toimintaan sopivat. Bändin ja kuvataiteen osalta tulossa lähiaikoina ratkaisuja lisätilojen suhteen. Saattaa aiheuttaa sen, että Kultturellit jalkautuvat Nauhan eri toimipisteisiin.
 - Meillä on ihan hyvät soittimet bändipajalla, tosin hieman tarvikkeita tarvitsisi hankkia (mm. osa rumpukamoista on vajaakuntoisia). Yleistilanne kuitenkin ok kamojen suhteen.
6. Minkälaiset asiakkaat hakeutuvat juuri tähän / näihin ryhmiin?
- Asiakkailla on usein taustalla mielenterveysongelmia tai matalaa itsetuntoa tai jaksamista. Tietenkin myös taustalla on usein kiinnostus tai osaaminen luovasta työstä.
 - Oman näkemyksen mukaan voimavaroja sekä sosiaalista toimintaa kaipaavat. Yleinen toimintakyky on asiakkailla keskimäärin aika matala, joten toimintaa sovelletaan sen mukaan. Yksi selkeä osa on koulupaikkaa hakevat nuoret, joilla se on toistaiseksi syystä tai toisesta jäänyt saamatta. Monella mipä-ongelmia tai ainakin jompaa kumpaa näistä.
 - Hyvin monenlaisia tapauksia, yleisesti kuitenkin musiikkia harrastavat ihmiset.
7. Kuinka pitkään asiakkaat yleensä ovat ryhmässä / ryhmissä?
- Tämä vaihtelee, mutta useimmin asiakkaat ovat vuodesta pidempään ryhmässä.
 - Asiakasprosessit usein pitkiä, eli vähintään vuoden. Pitkäaikaisimmat jo kolmatta vuotta ryhmissä.
 - Hyvin vaihtelevasti. Toiset ovat pitkän aikaa, tyyliin vuoden ja toiset lyhyitä pätkiä.

8. Minkälaista tukea asiakkaat pääasiassa tarvitsevat? Ohjaatko heitä muihin tukipalveluihin? Jos ohjaat, niin minne?
- Asiakkaat pääasiassa tarvitsevat tukea voimavarallisesti sekä itsetunnon kanssa, varsinkin nuoremmilla. Heille ohjaus Nauhan Improklubiin tai etsivien työntekijöiden pariin on yleistä, samoin Ohjaamo. Moni asiakas kaipaa myös iästä riippumatta kuulluksi ja huomatuksi tulemistä. Tampereen ruoka-apu on yksi palvelu, mihin olen ohjannut ihmisiä, jotka tarvitsevat apua siinä taloudellisen tilanteen takia.
 - Ihan perusasioissa arjenhallinnasta lähtien. Paljon keskitytään arjessa jaksamiseen ja mielenterveyspuolen asioihin, sekä etenkin niissä oikeiden palveluiden pariin pääsemiseen. Ohjausta tapahtuu eniten Ensioon, terveyspalveluihin ja lääkäriin, sekä nuorten kohdalla myös Ohjaamoon. Ohjaus tukipalveluihin on hidasta, sillä asiakkailla on yleensä suuri kynnyksensä tehdä mitään itsenäisesti, eikä omat resurssit oikein riitä esimerkiksi mukaan menemiseen. Nuorten kohdalla tässä on pyritty hyödyntämään myös Nauhan etsiviä.
 - Ohjaan asiakkaita aktivoitumaan musiikin saralla, yksilön taidoista ja suuntauksen mukaan. Yritän kertoa erilaisista mahdollisuuksista toteuttaa musiikillisia juttujaan, ”haistellen” mikä sopisi kenellekin.
9. Mikä mielestäsi toimii ryhmissä hyvin?
- Ryhmässä on hyvä yhteishenki, ja yhteisissä keskusteluissa on vertaistuen henkeä asiakkaiden kesken. Ryhmässä on myös vahvaa itsenäistä toimintaa, ja myös toiveita ja ideoita tuodaan paljon esiin.
 - Ryhmät toimivat etenkin vertaismielessä hyvin ja toisiaan kannustavasti. Niissä asiakkaat saavat myös usein onnistumisen kokemuksia.
 - Keskustelu, sosiaalisuus, tunteista ja arjen haasteista ja asioista puhuminen. Vertaistukea ja kohtaamista.
10. Mitä asioita haluaisit kehittää toiminnassa?
- Tällä hetkellä näkisin kehitettävänä paremman kommunikaation koko ryhmän välillä, jotta ryhmähenkeä saadaan vielä paremmaksi. Myös yhteinen

säännöllinen koko ryhmän toiminta esim. kerran kuussa olisi hyvä ryhmäytymisen ja kommunikaation väline.

- Omalta kohdaltani toivoisin mahdollisuutta parempaan läsnäoloon ja siihen, että asiakkaat tuntisivat minun olevan paremmin tavoitettavissa. Sillä on usein aika suora yhteys asiakkaan eteenpäin menemiseen. Rauhalliset ja riittävät tilat olisi myös hyvä juttu.
- Tavoitteellinen toiminta, että olisi jotain konkretiaa. Esim. konsertteja, ylipäättänsä esiintymistä. Tätä olen myös oma-alotteisesti toteuttanut, esim. olen nauhoittanut bändipajalla asiakkaiden kappaleita ja yhden asiakkaan niistä olen tehnyt CD:n.

11. Avoin sana, mitä haluaisit vielä ryhmistä ja taidelähtöisestä toiminnasta sanoa?

- Monelle asiakkaalle matalan kynnyksen taide/luova ilmaisulähtöinen ryhmä on todella tarpeen, ja ne myös tukevat toisiaan hyvin. Moni asiakkaista hyötyy siitä, että pystyy ilmaisemaan ja toteuttamaan itseään monimuotoisesti.
- Toiminta on parhaimmillaan innostavaa ja vie asiakkaita oikeasti hyvään suuntaan. Kultturellit on ihan huippu ryhmä, mutta avuksi kaivattaisiin lisää sosiaalipuolen osaamista.
- Loistavaa, rentoa tunnelmaa ja yhdessäoloa. Nauhalla on hyvä ilmapiiri, myös erityisen mukavat työkaverit!

Liite 2. Kysely luovien menetelmien käytöstä kuntouttavassa työtoiminnassa vuonna 2020

Vastaajina 6 kuntouttavan työtoiminnan valmentajaa.

1. Miten määrittelet kuntouttavan työtoiminnan yleiset tavoitteet?

- Vahvistaa asiakkaan henkisiä-, sosiaalisia- ja toiminnallisia valmiuksia työelämään, opiskelemaan tai muuten eteenpäin pääsemiseksi.
- Pitää yllä ja kehittää asiakkaan toimintakykyä, aktivoida asiakasta ja luoda hänen elämäänsä asioita mitkä kantavat häntä eteenpäin, vahvistaa toimintakykyä, parantaa/palauttaa työkykyä.
- Kuntouttava työtoiminta on sosiaalihuoltolain mukainen sosiaalipalvelu. Kuntouttavan työtoiminnan tavoitteena on vahvistaa asiakkaan elämän- ja arjenhallintaa sekä työ- ja toimintakykyä ja parantaa asiakkaan arjenhallintaa sekä voimavaroja ja samalla ehkäistään syrjäytymistä. Toiminta on aina tavoitteellista.
- Työtoiminnan tavoitteena on ehkäistä työttömyyden aiheuttamia kielteisiä vaikutuksia ja vahvistaa asiakkaan elämän- ja arjenhallintaa.
- Työ- ja toimintakyvyn parantaminen, arjenhallinnan ja elämänrytmin tukeminen, syrjäytymisen ehkäiseminen, yksilöllinen ohjaaminen eri palveluiden piiriin.
- Kuntouttavan työtoiminnan tavoitteena on parantaa henkilön elämänhallintaa ja toimintakykyä, jotta hän voisi työllistyä, hakeutua koulutukseen tai osallistua TE-hallinnon työllistymistä edistäviin palveluihin.

2. Minkälaisia yksilöllisiä tavoitteita asiakkaila on? Kerro muutama esimerkki.

- Sosiaalisten taitojensa vahvistaminen, työkykynsä kartoittaminen, vahvuuksiensa löytäminen, arjen rutiinien vahvistaminen.
- Parhaimmassa tapauksessa saada työpaikka, muita tavoitteita selvitä arjessa eteenpäin, kuntouttaa kehoa ja mieltä ja samalla käydä kuntouttavassa työtoiminnassa, päästä eroon päihteistä.
- Asiakkaillani on tavoitteena esimerkiksi kehittää omia voimavaroja ja ylläpitää niitä. Löytää oma suuntansa elämässä, parantaa itsetuntoa ja sosiaalisia taitoja, päästä irti päihde ongelmista ja löytää elämässä tasapaino.

- Joillekin asiakkaista sosiaaliset kontaktit ovat tärkeitä, varsinkin yksin asuville. Jotkut haluavat säännöllistä arkirytmää, univaikeudet monella haittana. Moni nuoremista asiakkaista haluaa työmarkkinoille, eräät haluavat työkokemusta oman kuntouttavan ryhmänsä työtehtävien myötä. Sitten on myös niitä, jotka etsivät mielekästä tekemistä päiviinsä.
 - Esimerkiksi itsetunnon vahvistaminen, sosiaalisten pelkojen kohtaaminen ja voittaminen, eri alojen työtehtäviin tutustuminen, voimavarojen löytäminen arkeen, oman työkyvyn selvittäminen jne.
 - Parantaa vuorokausirytmää, vähentää päihteiden käyttöä, parantaa arjenhallintaa, päästä kotoa liikkeelle.
3. Mitä mielestäsi ovat luovat ja/tai toiminnalliset menetelmät?
- Kädentaitojen opettelu, piirtäminen, liikkuminen luonnossa, erilaisten tehtävien antaminen, henkisen kasvun tukeminen.
 - Olisiko luovien/kuva/ääni taiteiden ja erilaisten kuuntelun vastakohtana itse tehtävien toiminnallisten harjoitteiden tekeminen.
 - Tämä on laaja käsite, mutta lyhyesti se voisi olla: Luovat ja toiminnalliset menetelmissä hyödynnetään yhdessä asiakkaiden kanssa erilaisilla toiminnallisilla tehtävillä taidetta, visuaalisuutta, kehollista ilmaisua, teatteria, kirjallisuutta, musiikkia tai poikkitaiteellisuutta luovasti inspiroivasti. Sen avulla voidaan käsitellä erilaisia kipeitä aiheita tai tunnetiloja ja samalla parantaa työntekijä ja asiakkaan tai ryhmän välistä kommunikointia ja yhteyttä.
 - *(Tyhjä vastaus.)*
 - Itsestäänselviä luovia menetelmiä ovat tietysti mm. kuvataide, musiikkitoiminta, kirjoittaminen, improaminen jne.
 - Kädentaidot, musiikki, ilmaisu, erilaiset toiminnalliset harjoitukset ryhmissä.
4. Minkälaisia luovia ja/tai toiminnallisia menetelmiä käytät tai olet käyttänyt työssäsi?
- Ainakin kaikkia edellä mainittuja. *(Ed. kysymyksen ylin vastaus.)*
 - Kirjoitusharjoituksia, joissa asiakas saa purkaa omaa elämäänsä. Kirjoitustehtävät voivat olla hyvin erilaisia. Korttiharjoituksia, joissa asiakkaat valitsevat kortteja ja niiden perusteella joko esittelevät itsensä, kertovat itsestään tai tilanteista. Taiteiden tekeminen ja kuluttaminen, mm. kuvaamataito, musiikki.

- Käytän paljon työssäni luovia ja toiminnallisia menetelmiä. Käytän esimerkiksi liikuntaa, improa, rentoutumisharjoituksia, luovaa kirjoittamista sekä maalaamista näitä yhdistettynä tai erikseen esimerkiksi musiikin kanssa ryhmätyöskentelyssä. Esimerkiksi: Muovailuvahalla tunnetilojen näyttäminen ja niistä keskustelu.
 - *(Tyhjä vastaus.)*
 - Monenlaisia kirjoittamisesta askarteluun. Luovaa ja toiminnallista toimintaa voi lisäksi järjestää esimerkiksi luonnossa eri keinoin. Tärkeä juttu on myös innostaa asiakkaita kokeilemaan itselle uusia asioita ja rohkaista siihen, vaikka osaamista siltä alalta ei olekaan.
 - Kirjoittamista, toiminnallisia harjoituksia ryhmissä.
5. Mitä hyötyjä koet olevan luovien ja/tai toiminnallisten menetelmien käyttämisestä asiakastyössä?
- Vahvistaa oppimiskykyä, itsetuntoa, sosiaalisia taitoja, ongelmanratkaisukykyä ym.
 - Ne irrottavat monesti ihmiset itse ajattelemaan asioita ja elämäänsä, ne toimivat työkaluna asiakkaan oman ajatusprosessin tuomisessa hänelle näkyväksi.
 - Niistä on todella paljon hyötyä ja auttaa paljon asiakkaan ja ohjaajan välistä kommunikointia sekä asiakkaan omien tunteiden ja ajatusten purkamista. Monesti myös sellaisten asiakkaiden kanssa jolla on sosiaalisten tilanteiden pelkoa, niin toiminnallisuus voi rentouttaa omaa oloa. Ryhmytymisen peruspilari.
 - *(Tyhjä vastaus.)*
 - Asiakkaiden itsetunnon ja itseluottamuksen kohentuminen on isoin juttu ja siitä on tullut myös ihan konkreettista palautetta ja näyttöä. Yleisesti usjon eri asioiden kokeilemisen ja etenkin yhdessä ryhmässä tekemisen olevan erittäin tärkeä juttu kaikille.
 - Toimii hyvin esimerkiksi asiakkailla, joille puhuminen on hankala tapa kommunikoida. Ihmiset löytävät erilaisia vahvuuksiaan luovien ja toiminnallisten menetelmien avulla.
6. Mitä esteitä koet luovien ja/tai toiminnallisten menetelmien käyttämisessä asiakastyössä?

- En mitään.
 - Luovat ja toiminnalliset tavat eivät sovellu joka tilanteeseen. Niille on kyllä paikkansa. Lisäksi jos asiakkaan itse pitäisi luoda tai keksiä jotain, yksi haaste on se osa asiakaskunnasta, joka ”ei vain keksi mitään”.
 - Haasteena ryhmien suuri koko tai asiakkaiden haluttomuus.
 - *(Tyhjä vastaus.)*
 - En koe hirveästi ulkopuolisia esteitä tähän. Suurin este saattaakin olla oman ajattelun suppeus. Luovaa ja toiminnallista toimintaa voi kuitenkin järjestää käytännössä missä vain ja erittäin pienellä budjetilla. Asiakkaiden motivointi tosin voi ottaa aikaa, mutta en näe sitä esteenä vaan mielenkiintoisena haasteena.
 - Joillakin asiakkailla on voimakas asenne tai pelko ko. menetelmiin ja myös valmentajilla saattaa olla sama tilanne. Osaamisen puute voi olla myös este ko. menetelmien käyttämiseen.
7. Minkälaista tietoa ja koulutusta haluaisit saada luovien ja toiminnallisten menetelmien käyttämisestä asiakastyössä sosiaalialalla?
- Mielestäni minulla on jo aika paljon koulutusta ja taitoja niiden käyttämiseksi.
 - Esimerkiksi sellainen noin 10 sivun tiivistetty PDF tiedosto parhaista metodeista ja parhaista tuloksista liittyen luoviin ja toiminnallisiin menetelmiin – sellaisen voisin lukea mielelläni 😊
 - Haluaisin saada erilaisia menetelmiä omaan ammatilliseen työkalupakkiin, eli siis lisää ideoita ja tavallaan mitkä tehtävien syvin tarkoitus on.
 - *(Tyhjä vastaus.)*
 - Kaikki tieto ja uudet ajatukset kiinnostavat. Myös koulutukset niihin.
 - Avoin kaikelle. Mutta koen, että koska en omaa esimerkiksi kuvataiteisiin osaamista ja oppimisen kyky/aika on rajallinen, niin en usko, että vaikka kävisin koulutuksen em. luoviin menetelmiin liittyen, en kokisi ammatti-eettisesti olevan oikein ohjata.