

KYMENLAAKSON AMMATTIKORKEAKOULU  
Sosiaalian koulutusohjelma / Kasvatus- ja perhetyö

Tiia Hernejärvi ja Sanna Purho

LASTEN ITSETUNNON TUKEMINEN TEATTERI-ILMAISUN AVULLA

Opinnäytetyö 2009

## TIIVISTELMÄ

KYMENLAAKSON AMMATTIKORKEAKOULU

Sosiaalialan koulutusohjelma

HERNEJÄRVI, TIIA

PURHO, SANNA

Opinnäytetyö

Työn ohjaajat

Toimeksiantaja

Lokakuu 2009

Avainsanat

LASTEN ITSETUNNON TUKEMINEN TEATTERI-ILMAISUN AVULLA

38 sivua + 17 liitesivua

Lehtori Paulette Etelävuori ja yliopettaja Minna Veistilä

Kuusankosken seurakunta

itsetunto, minäkäsitys, teatteri-ilmaisu, itseilmaisu, keskilapsuus

Tämä opinnäytetyö tehtiin tarkoituksena kehittää pohja teatterikerholle, joka keskittyy lasten itsetunnon tukemiseen. Kohderyhmänä on 3 - 4-luokkalaiset. Työ käsittelee itsetuntoa, teatteri-ilmaisuja sekä niiden yhteyttä. Työ on toiminnallinen opinnäytetyö, jonka toiminnallinen osuus oli teatterikerho maaliskuusta - toukokuussa 2009. Kerho järjestettiin kaksi kertaa viikossa lukuun ottamatta kirkollisia juhlapäiviä. Työn tilaajana toimi Kuusankosken seurakunta.

Menetelminä työn toiminnallisessa osuudessa käytettiin erilaisia harjoituksia, jotka tukivat itsetuntoa, sekä teatteri-ilmaisuharjoituksia. Teatterikerholla oli positiivinen vaikutus lasten itsetuntoon sekä havaintojen että kerholaisille suoritetun kyselyn mukaan. Kuusankosken seurakunta on halukas jatkamaan kerhoa luodun pohjan mukaan.

Kokonaisuudessaan työ koostuu toiminnallisesta osuudesta sekä teoriaosuudesta. Teoriaosuudessa esitellään työhön liittyvät käsitteet sekä esitellään työn tavoitteet ja tulokset. Teoriaosuuteen sisältyy prosessikuvaus toiminnallisesta osuudesta.

## ABSTRACT

KYMENLAAKSON AMMATTIKORKEAKOULU

University of Applied Sciences

Social Care

HERNEJÄRVI, TIIA

PURHO, SANNA

Bachelor's Thesis

Supervisors

Commissioned by

March 2009

Keywords

SUPPORTING CHILDREN'S SELF-ESTEEM BY  
PERFORMING ARTS

38 pages + 17 pages of appendices

Paulette Etelävuori, Senior Lecturer

Kuusankoski Parish

self-esteem, self-concept, theatrical expression, self-  
expression, middle childhood

This study was created to develop a basis for a theatre club that focuses on supporting children's self esteem. The target group is children on 3<sup>rd</sup> and 4<sup>th</sup> grade. The study is about self esteem, performing arts and the connection between these two. This was a functional study, where the functional part was the theatre club that was realized from March to May, twice a week, apart from Christian holidays. The organization that commissioned the study was Kuusankoski parish.

The methods used in the functional part were various self-esteem supporting exercises. In addition we trained performing arts using small exercises. The theatre club had a positive influence on the children's self-esteem based on both observations and the survey conducted among the children. The Kuusankoski parish was willing to continue to organize the club based on this example.

In whole the study consists of a functional part and a theoretical part. The theoretical part presents the concepts that relate to the study. It also presents the goals and results of the work. The written part also includes a description of the theatre club.

# SISÄLLYS

## TIIVISTELMÄ

## ABSTRACT

1	JOHDANTO	6
2	ITSETUNTO, MINÄKÄSITYS, TEATTERI-ILMAISU, ITSEILMAISU, KESKILAPSUUS	7
2.1	Itsetunto	7
2.1.1	Itsetunnon arvioiminen	8
2.1.2	Hyvän ja heikon itsetunnon erot	8
2.1.3	Itsetunnon kehittyminen	10
2.2	Minäkäsitys	11
2.3	Teatteri-ilmaisu	12
2.3.1	Teatteri-ilmaisun tavoitteet	13
2.3.2	Teatteri-ilmaisun ohjaaminen	13
2.4	Itseilmaisu	15
2.5	Keskilapsuus 8 – 10 vuotta	16
2.6	Hyvä itsetunto on tärkeä kouluikäiselle	17
3	TOIMINNALLINEN OPINNÄYTETYÖ	18
4	KEHITTÄMISHANKE	19
5	TEATTERIKERHO	20
5.1	Kerhon suunnittelu	20
5.2	Prosessikuvaus teatterikerhosta	22
5.2.1	Teatterikerho 3.3.2009 – 24.3.2009	22
5.2.2	Teatterikerhon naamiaiset 24.3.2009	23
5.2.3	Teatterikerho 26.3.2009 – 28.5.2009	24
5.3	Näytelmän rakentaminen ja kerhon päättäjäiset	24
6	OHJAAJIEN TEKEMÄT HUOMIOT PROSESSIN AIKANA	26
6.1	Kerhon ohjaus	26
6.2	Lasten itsetunnon kehittyminen kerhon aikana	27

6.3 Ryhmäprosessi	28
7 TEATTERIKERHON VAIKUTUS ITSETUNTOON	30
7.1 Lapsille tehty itsetuntokysely	30
7.2 Lasten itsetuntoon vaikuttaneet tekijät	33
8 POHDINTA	34
LIITTEET	
Liite 1. Tutkimuslupa	
Liite 2. Havainnointilupa	
Liite 3. Metsäneläinten juhla	
Liite 4. Murha juna-aseamalla	
Liite 5. Itsetuntokysely	
Liite 6. 2. Kerhokerta (esimerkki kerhokerran rungosta)	

## 1 JOHDANTO

Olemme molemmat kiinnostuneita lasten ja nuorten kanssa työskentelystä sekä teatteri-ilmaisusta. Halusimme tehdä jotain toiminnallista, jotain, jonka voisimme toteuttaa yhdessä, joten päädyimme pitämään teatterikerhon, jossa yhdistyisivät mahdollisimman monet kiinnostuksen kohteemme. Kerhossa meillä oli mahdollisuus työskennellä samojen lasten kanssa usean kuukauden ajan, mikä teki työstä mielekäästä. Ehdimme kerhon aikana tutustua lapsiin ja pääsimme samalla toteuttamaan omaa luovuuttamme. Kahdelle ihmiselle kerhossa oli riittävästi tekemistä ja saimme hyödynnettyä molempien osaamista. Teatterikerhon pitämisestä saimme myös hyvää työkokemusta.

Valitsimme teatterikerhon tavaksi toteuttaa opinnäytetyömme myös siksi, että Kuusankoskella ei sillä hetkellä tuntunut olevan juurikaan mahdollisuuksia lapsille päästä kokeilemaan teatteri-ilmaisua. Koimme, että teatterikerhon avulla voisimme tuottaa jotain mahdollisesti jatkossakin toteutettavaa ajanvietettä lapsille.

Pelkkä teatterikerho ei kuitenkaan olisi riittänyt opinnäytetyöksi kahdelle. Niinpä otimme tarkastelun kohteeksi teatteri-ilmaisun vaikutuksen lapsen itsetuntoon. Halusimme selvittää, mitä voimme teatterikerholla saada aikaan. Alkuelämämuksemme oli, että draamalliset kasvatukseen ja teatteri-ilmaisu vaikuttavat myönteisesti lasten itsetuntoon. Alkuelämämuksemme perustui omiin kokemuksiimme teatteri-ilmaisusta. Siitä ei kuitenkaan ollut selvyyttä, miksi se vaikuttaa, joten kiinnostuimme aiheesta. Tutkimuskysymykseksi nousi opettajan kanssa käydyn keskustelun päätteeksi: ”Mitkä tekijät teatteri-ilmaisussa vaikuttavat lapsen itsetuntoon?”.

Pohdimme pitkään, miten kerhon toteuttaisimme: meillä ei ollut varaa vuokrata tilaa tai hankkia materiaaleja. Tarvitsimme yhteistyökumppanin, joka olisi valmis tarjoamaan tilat ja avustamaan materiaaleissa, sillä halusimme kerhon olevan lapsille maksuton. Otimme yhteyttä Kuusankosken seurakuntaan, missä ideamme teatterikerhosta otettiin vastaan. Tilat järjestyivät seurakunnan puolesta ja ne olivat maksutta käytössämme koko kerhon ajan. Seurakunnalta saimme myös tarvittavat materiaalit muun muassa lavasteisiin. Yhteistyötahona seurakunta oli myös hallinnolliselta kannalta todella hyvä valinta sillä Kouvolan kuntauudistus, joka tuli voimaan 1.1.2009, ei vaikuttanut seurakuntien rakenteeseen, eikä näin ollen myöskään opinnäytetyötämme tekemiseen.

Teimme opinnäytetyön kehittämishankkeena. Projektin tavoitteena oli luoda malli teatterikerholle joka tukisi lasten itsetuntoa positiivisella tavalla. Osana projektia tutkimme, onko teatterikerho hyvä tapa tukea lasten itsetuntoa ja mitkä asiat teatterilmaisuissa mahdollisesti vaikuttavat. Kerhossa tavoitteenamme oli esittää lasten tekemä näytelmä yleisölle. Pidettyämme kerhon Kuusankosken seurakunnasta ilmoitettiin, että he olisivat kiinnostuneita jatkamaan kerhoa meidän luomamme mallin pohjalta, mikäli he löytävät halukkaita ohjaajia. Annoimme tähän suostumuksemme.

## 2 ITSETUNTO, MINÄKÄSITYS, TEATTERI-ILMAISU, ITSEILMAISU, KESKILAPSUUS

Tässä osiossa esittelemme työmme kannalta oleelliset käsitteet. Ensimmäisenä kerromme itsetunnosta ja sen osa-alueista sekä ihmisen minäkäsityksestä ja sen suhteesta itsetuntoon. Tämän jälkeen keskitymme teatteri-ilmaisuun, sen tavoitteisiin sekä ohjaamiseen. Näin voimme paremmin selvittää mihin työmme pohjautuu.

### 2.1 Itsetunto

Itsetunnolla tarkoitetaan rohkeutta olla oma itsensä, että uskaltaa toimia, pukeutua, ajatella ja puhua siten, kuin itse tuntee oikeaksi. Itsetunto on ihmisessä oleva tunne tai käsitys omasta itsestä. Itsetuntoon kuuluu myös itsensä hyväksyminen sekä perusvarmuus siitä, että on muidenkin hyväksymä. Itsetunto liittyy omiin kykyihimme sekä siihen, arvostammeko näitä kykyjä. Itsetunto voidaan jakaa kolmeen eri osa-alueeseen: itsetietoisuuteen, itsetuntemukseen ja itsearvostukseen. Itsetietoisuus tarkoittaa neutraalia itsensä havaitsemista ja itsetuntemus yksilön tietoisuutta heikkouksistaan ja vahvuuksistaan. Itsearvostus tarkoittaa sananmukaisesti sitä, miten arvokkaana yksilö pitää itseään. (Aho 1996, 10.)

Itsetunto rakentuu pitkälti sen mukaan, millaisiksi itse koemme itsemme, ja se voi vaihdella elämäntilanteiden mukaan. Itsetunnon muodostumiseen vaikuttavat ihmisen kokemukset, sekä hyvät että huonot, eli se ei ole periytyvä ominaisuus, vaikka geneeillä onkin vaikutusta temperamentin kehitykseen. Itsetunnolla on kaksi puolta, sisäinen, eli se, mitä itse ajattelemme itsestämme, sekä ulkoinen, eli se, mitä näytämme muille. Ulkoinen puoli ilmenee käytöksessä sekä siinä, millaisen kuvan haluamme itsestämme toisille antaa. (Hyvä itsetunto auttaa koulutiellä.)

Cacciatore, Korteniemi-Poikela ja Huovinen vertaavat kirjassaan ”Miten tuen lapsen ja nuoren itsetuntoa” itsetuntoa GPS-paikantimeen (Cacciatore, Korteniemi-Poikela & Huovinen 2008, 13). Samalla tavoin kuin paikantimen, myös itsetunnon tehtävä on vastaanottaa signaaleja, jotka kertovat missä henkilö juuri sillä hetkellä on. Kun GPS-paikannin vastaanottaa signaaleja satelliiteista, lapsi vastaanottaa signaaleja lähimmiltä ihmisiltä. Heidän vaikutuksensa lapsen itsetuntoon voi vaihdella riippuen siitä, miten lähellä lasta he ovat henkisesti. Lapsi suuntaa kulkunsa positiivisten, hyvältä tuntuvien signaalien mukaan ja pyrkii ylläpitämään turvallisuudentunteen. Signaaleista riippuu se, minkä paikan perheessä, koulussa tai yhteisöissä lapsi itselleen ottaa, ja mihin hän pyrkii myös myöhemmin elämässään. Negatiiviset signaalit ohjaavat lapsen henkisesti eksyksiin, niin ettei hän tiedä, minne on kulkemassa ja missä hänen paikkansa on. (Cacciatore ym. 2008, 13.) Lasten kanssa toimivien aikuisten onkin osattava lähettää lapsille nimenomaan positiivisia signaaleja negatiivisten sijaan.

### 2.1.1 Itsetunnon arvioiminen

Itsetunnolle ei ole olemassa mitään mittaria, jonka avulla voitaisiin suoraan sanoa, onko kehitystä tapahtunut. On kuitenkin olemassa joitakin keinoja selvittää ainakin suuntaa antavasti itsetunnon vahvistumista ja kehittymistä. Varsinkin pienten lasten kohdalla itsetunnon arviointi on vaikeaa, sillä erilaiset kyselytestit toimivat heillä huonommin. Aikuisten ja nuorten kanssa kyselytesteillä voidaan saada varmempia tuloksia. (Cacciatore ym. 2008, 12.)

Itsetuntoa voi päätellä ulkoisesti muun muassa siitä, miten lapsi istuu, liikkuu, puhuu, ottaa kontaktia, ja miten muut häneen suhtautuvat. Myös käsien liikkeet, ilmeet ja tapa pitää päätä pystyssä antavat vinkkejä lapsen itsetunnosta. Jopa lapsen siisteys ja ulkoasu kertovat jotakin itsetunnosta. Tämä ei kuitenkaan aina kerro, mikä lapsen oma käsitys itsestään on, joten itsearvioinnilla on tärkeä rooli itsetunnon kehityksen arvioinnissa. (Hyvä itsetunto auttaa koulutiellä.) Aikuisten, jotka työskentelevät lasten kanssa, on osattava tunnistaa nämä piirteet lapsessa, jotta itsetunnon tukeminen onnistuu.

### 2.1.2 Hyvän ja heikon itsetunnon erot

Hyvä itsetunto ei ole sama asia kuin varma esiintyminen, vaikkakin hyvällä itsetunnolla varustetun on helpompi esiintyä yleisölle kuin heikkoitsetuntoisen henkilön. Itsetunto ei aina näy ulospäin, hyvä itsetunto ei siis aina tarkoita sosiaalista rohkeutta,



vaan myös ujo ja syrjäänvetäytyvä voi omata hyvän itsetunnon. Hyvään itsetuntoon liittyy aina myös rakentavaa itsekkyyttä. (Itsetunto; Hyvä itsetunto auttaa koulutiellä.) Rakentavalla itsekkyydellä tarkoitetaan oman itsensä kuuntelemista ja omasta hyvinvoinnistaan huolehtimista, siihen kuuluu myös itsensä arvostaminen ja oikeuksiensa tunnistaminen. Rikkovassa itsekkyydessä ajetaan vain omaa etua muiden kustannuksella, eikä ns. nähdä omaa napaansa pidemmälle. (Itsetunto.) Hyvään itsetuntoon ei kuulu jossittelu, eikä se rakennu omien suoritusten tai omien ja toisten arvostelun vaaraan. Henkilö, jolla on hyvä itsetunto, hyväksyy omat ja toisten voimavarat, heikkoudet sekä erityislahjat. Hyvällä itsetunnolla varustettu ihminen tuntee yhteenkuuluvuutta toisten ihmisten kanssa sekä pystyy ratkomaan teilleen tulevia ongelmia. Hän pysyy myös tarvittaessa ottamaan kunnian itselleen ja ottaa vastuuta omista teoistaan. (Ahonen 1994, 62 - 63.)

Heikko itsetunto näkyy ihmisen käyttäytymisessä. Usein heikkoitsetuntoinen henkilö on arka ja pelokas, mutta joillakin heikko itsetunto voi ilmetä myös tyrannisoivana ja rehentelevänä käytöksenä. Usein luokan pahimmalla häiriköllä onkin heikko itsetunto, jota hän yrittää peitellä häiritsemällä ja kiusaamalla muita. Heikko itsetunto ilmenee myös kyvyttömyytenä tehdä päätöksiä sekä ilmaista omia mielipiteitään. Itsetunnoltaan heikko on riippuvaisempi ympäristönsä palautteesta ja odottaa epäonnistumista kaikessa mitä tekee. Itsetunnoltaan heikolla yksilölläkin on tietty itsearvostuksen tarve, mutta hän pystyy hyväksymään vain sen palautteen, joka on yhteneväinen hänen oman käsityksensä kanssa. Näin hän on jatkuvassa sisäisessä ristiriidassa. Heikkoitsetuntoinen henkilö on ”epävarma, varovainen ihminen, joka haluaa onnistua, mutta pelkää epäonnistumista”. Heikkoon itsetuntoon liittyy myös luottamuksen puute, joustamattomuus, kyvyttömyys tai haluttomuus ilmaista tunteita, sekä pelko kilpailutilanteita kohtaan. (Aho 1996, 21 - 25.)

Vaikka ihminen olisikin varma esiintyjä, se ei tarkoita automaattisesti sitä, että hänellä olisi hyvä itsetunto. Voi olla, että hän hakee esiintymisellään jatkuvaa huomiota ja positiivista palautetta. Varmistaakseen positiivisen palautteen saannin, hän keskittyy esiintymisessään niissä asioissa, joista on ennenkin saanut positiivista palautetta. Jos henkilöllä on heikko itsetunto, hän saattaa kokea kilpailutilanteet uhkaaviksi. Kokemuksiemme mukaan henkilö, joka on varma esiintyjä, mutta itsetunnoltaan heikko, voi jopa suuttua tilanteessa missä hänet ”haastetaan” hänen omimmalla alallaan.

### 2.1.3 Itsetunnon kehittyminen

Itsetunto kehittyy läheisissä ihmissuhteissa ja vuorovaikutuksessa muiden kanssa. Jos lasta rakastetaan, hänestä huolehditaan ja hänet hyväksytään jo pienestä pitäen, itsetunto kehittyy ja antaa suuntaa nuoruudelle ja aikuisuudelle. Moittiminen ja kaikenlainen arvostelu saattaa aiheuttaa myöhemmin huonoa itsetuntoa. (Itsetunto.) Vanhempien sekä lasten kanssa toimivien ammattilaisten rooli itsetunnon kehityksessä on tukea lasta myönteisesti ja kannustaa yrittämään uudestaan, jos jokin asia ei heti onnistu. Myös lapsen hyvien puolien korostaminen sopivassa määrin vahvistaa lapsen itsetuntoa. (Rantanen 2006.) Kasvattajan tulee tuntea lapset sekä kyetä luomaan turvallinen ja luottamusta herättävä ilmapiiri ja olla aidosti kiinnostunut lapsista. On myös tärkeää osata erottaa lapsen persoona ja hänen käyttäytymisensä sekä antaa palautetta ja kritiikkiä oikeista asioista oikealla hetkellä. Kasvattajalla on myös hyvä olla itsellään vahva itsetunto, sillä se heijastuu lapseen. (Aho 1996, 48 - 49.)

On todettu, että liikunnallisilla harrastuksilla on lapsen itsetuntoa tukeva vaikutus. Tyttöillä vaikutus näyttäisi tulevan parhaiten esille yksilölajien kautta, kun taas pojilla joukkuelajit tukevat eniten itsetuntoa. Tämä ei kuitenkaan ole yksiselitteistä, sillä liikunnallisesti lahjakkaat voivat olla myös ylimielisiä muita kohtaan ja toisaalta motorisesti lahjattomammat voivat aivan yhtä hyvin omata hyvän itsetunnon. (Aho 1996, 40.)

Liikunnan lisäksi lapsen kommunikaatiotaidoilla on vahvistava vaikutus itsetuntoon. Kielellisesti lahjakas lapsi on usein suosittu kavereiden keskuudessa ja menestyy hyvin koulussa, sillä hänen sosiaaliset taitonsa ovat hyvät. Kielellisesti lahjakkaat selviytyvät myös paremmin ongelmatilanteista. (Aho 1996, 54 - 55.) Itsetuntoa voi siis vahvistaa myös kehittämällä lapsen kielellistä ilmaisua sekä vahvistamalla hänen kommunikaatiotaitojaan.

Vaikka pohja itsetunnolle luodaan lapsuudessa, voi itsetuntoaan kehittää kaikissa elämänvaiheissa parempaan suuntaan. Eri ihmisille voivat sopia erilaiset tavat kehittää itsetuntoa, mutta yleisesti toimivin keino on omien voimavarojen suuntaaminen siihen missä on hyvä. Näin saadut onnistumisen kokemukset kasvattavat itsetuntoa. Itselleen ei saa olla liian ankara, vaan omat virheet on hyväksyttävä ja mielenmuutokset sallittava. Itsetutkiskelu ja erilaiset ”Pilvettömien päivien päiväkirjat” auttavat kehittämään itsetuntoa. Itsearviointia on syytä opetella, jotta minäkäsitys muodostuisi realistiseksi

ja yksilö oppisi tunnistamaan ja hyväksymään heikkoutensa. Itsearviointi opettaa myös käyttämään niitä voimavaroja ja mahdollisuuksia hyväkseen, joita itsellään on. Kehittääkseen itsetuntoaan on opittava tekemään päätöksiä ja valintoja sekä tahtomaan asioita. Jos ei ole koskaan osannut päättää, eikä uskaltanut tahtoa, voi tämä olla vaikeaa. (Itsetunto; Aho 1996, 50.)

## 2.2 Minäkäsitys

Minäkäsitys on abstrakti, mittaamaton käsite, joka muodostuu useasta minäkuvasta. Minäkuva on niiden erilaisten ominaisuuksien, toimintojen ja päämäärien kokonaisuus, joiden avulla yksilö kuvaa itseään. (Keltikangas-Järvinen 1994, 97.) Minäkäsitys on yksilön kokonaisvaltainen näkemys itsestään, ja itseensä asennoitumista. Minäkäsitystä voi kuvata myös suppeammin, minä-skeeman tiedollisena ulottuvuutena. Minäkäsitykseen kuuluvat kaikki ne ajatukset, tunteet, elämykset, havainnot, tiedot, taidot ja muut vastaavat asiat, mitkä yksilö liittää itseensä, kykyihinsä ja ihmissuhteisiinsa. Minäkäsitys voidaan kuvata myös käsitteillä *minäkuva*, joka kertoo sen, millainen ihminen on, *itsetunto*, joka kertoo sen, miten hyvänä ihminen kokee itsensä ja *identiteetti*, joka kertoo sen, kuka ihminen on. Vahva minäkäsitys näkyy siitä, että ihminen kuvaa itseään positiivisilla ominaisuuksilla ja on tulevaisuuteen suuntautunut. (Minäkäsitys, minäkuva ja identiteetti.)

Persoonallisuuden ydin muodostuu minäkäsityksestä. Tämä tarkoittaa suhteellisen pysyvää käsitystä itsestä. Ihmisen minäkäsitys muodostuu monista tasoista. Näitä tasoja ovat todellinen minä, ihanneminä ja normatiivinen minä. Todellinen minä on se, jollaisena ihminen kokee itsensä ja ihanneminä on se, millainen ihminen haluaisi olla. Normatiivinen minä on ihmisen käsitys siitä, millaisena muut hänet kokevat. Minäkäsitys on ihmiselle tärkeä ominaisuus myös siksi, että se ohjaa hänen käyttäytymistään. Ihminen toimii minäkäsityksensä mukaan kaikissa tilanteissa, eikä todellisten taitojensa mukaan. (Aho 1996, 9 - 11; Minäkäsitys, minäkuva ja identiteetti.) Jos lapsi esimerkiksi on sitä mieltä, että hän ei osaa näytellä, hän todennäköisesti ei osallistu teatterikerhoon, koska olettaa epäonnistuvansa siellä.

Minäkäsitys on tärkeä myös tasapainon ja harmonian ylläpitämisessä. Sen avulla ihminen pitää itsensä ehjänä. Minäkäsitys ylläpitää tarvittavaa sisäistä johdonmukaisuutta ja tasapainoa tunteiden, havaintojen ja ajatusten välillä. Minäkäsityksen avulla

tulkitsemme ympäröivää maailmaa ja annamme kokemuksillemme merkityksen. (Aho 1996, 9 - 11.)

Jokaisen yksilön perimmäinen tarkoitus on tukea, puolustaa ja ylläpitää omaa minäkäsitystään. Tämä vaikuttaa vahvasti siihen, millaista tietoa otamme vastaan ympäristöltämme. Torjumme palautteen, joka ei ole yhteneväinen oman minäkäsityksemme kanssa ja hyväksymme palautteen, joka tukee minäkäsitystämme. Informaation valinnan kautta minäkäsitys vaikuttaa myös siihen, mitä opimme. Minäkäsitys määrää myös sen, mitä odotamme tulevaisuudelta. Minäkäsitys kehittyy sosiaalisessa vuorovaikutuksessa ympäristöön. Erittäin merkittävässä osassa tässä on yksilölle tärkeät ihmiset. Minäkäsitys muodostuu sekä tietoisista että tiedostamattomista osa-alueista, ohjaa ihmisen käyttäytymistä, pitää ihmisen psyykkisesti tasapainossa ja auttaa jopa antamaan merkityksen kokemuksille. Herkin aika minäkäsityksen muodostumiselle on 5 - 12 vuoden iässä. (Aho 1996, 9 - 12, 28; Minäkäsitys, minäkuva ja identiteetti.)

### 2.3 Teatteri-ilmaisu

Teatteri-ilmaisu ja teatteri eivät tarkoita samaa. On tärkeää, että teatteri-ilmaisun ohjaaja ymmärtää ja tiedostaa tämän eron. Toisin kuin teatterissa, teatteri-ilmaisussa tärkeintä ei ole taiteellisesti korkeatasoinen esitys yleisöä varten, vaan kokemuksen tuomisesta esiin tekijälle itselleen. Teatteri-ilmaisu antaa harrastajalle hyvän mahdollisuuden tutkia ja rakentaa itseään. Tämän rakennusprosessin aikana teatteri-ilmaisun harrastaja on avoin ja herkkä ja voi kokea joko paljon positiivisia tai vaihtoehtoisesti ahdistavia tai muita negatiivisia tunteita. Teatteri-ilmaisu voi auttaa löytämään uusia puolia itsestään sekä ymmärtämään ympäröivää maailmaa ja muita ihmisiä. (Vehkalahti 2006, 30 - 31.)

Teatterin ja teatteri-ilmaisun ohjaaminen on erilaista ja näin ollen myös ohjaajilla on erilainen tausta. Teatteriohjaajilla voi olla hyvin samankaltaiset menetelmät teatteri-ilmaisun ohjaajien kanssa, mutta tavoite on aina eri. Teatterissa näytelmä on pääosassa, kun taas teatteri-ilmaisussa prosessi on tärkeämpi. (Vehkalahti 2006, 31.)

Teatteri-ilmaisu on sekä yhteisöllinen että yksilöllinen laji. Työtä tehdään omalla persoonalla, mutta koska ihminen on sosiaalinen olento, suuren osan omasta itsestä muodostaa suhde toisiin sekä ympäristöön. Jokainen kokee teatteri-ilmaisullisissa harjoituksissa asiat omalla tavallaan, jolloin turvallinen ympäristö on harrastukselle erittäin

tärkeä. Teatteri-ilmaisu on sosiaalisuutta ja yhteisyyttä tukevaa. Teatteri-ilmaisussa on mahdollisuus kokeilla jotain uutta ja erilaista, jopa jotain, mitä ei välttämättä valmiiksi osaa. Kun osaamattomuudesta ei seuraa mitään kauheaa, epäonnistumisen pelko ei välttämättä enää ota valtaansa. (Vehkalahti 2006, 33.)

Vuonna 1998 säädettiin uusi laki taiteen perusopetuksesta, tämä laki kumosi aiemman, vuonna 1992 säädetyin lain. Laissa tarkoitettua koulutusta järjestetään musiikkioppilaitoksissa, muissa taiteen perusopetusta antavissa oppilaitoksissa tai muulla tavoin. (Laki taiteen perusopetuksesta, 633/1998.) Yksi taiteen perusopetuksen opetusalueista on teatteri-ilmaisu. Teatteri-ilmaisun perusopetus jakaantuu kolmeen osaan: valmentaviin opintoihin, perusopintoihin ja syventäviin opintoihin. (Liukko 1998, 10; Porna & Väyrynen 1993, 124, 126.)

### 2.3.1 Teatteri-ilmaisun tavoitteet

Teatteri-ilmaisu luetaan nykyään usein osaksi draamapedagogiikkaa, joskus taas erilliseksi alueeksi. Valtakunnallisesti teatteri ja draama luetellaan erillisinä opetusmenetelminä. (Koskiniemi & Ventola 1997, 25.) Teatteri-ilmaisun ohjaajan tulisi tietää, mihin hän työssään pyrkii, mitkä ovat hänen tavoitteensa sekä millä perusteilla tavoitteet asetetaan. Useimmiten ohjaaja kohtaa omien tavoitteidensa lisäksi monilta eri tahoilta tulevia ulkopuolisia tavoitteita. Tällöin ohjaajan on tärkeää osata ymmärtää, mihin hän itse pyrkii ja miksi. (Vehkalahti 2006, 35.)

Teatteri-ilmaisullisten harjoitusten kautta voidaan myös pyrkiä tukemaan lapsen kasvua ja kehitystä sekä luovuutta. Teatteri-ilmaisullisten harjoitusten tavoitteena on harjaannuttaa lasten havainnointi- ja keskittymiskykyä sekä pitkäjännitteisyyttä. Yhtenä tavoitteena on myös yhteistyökyvyn edistäminen. (Halkola & Pettinen 2003, 27 - 28.)

### 2.3.2 Teatteri-ilmaisun ohjaaminen

Teatteri-ilmaisun ohjaaminen on hyvin henkilökohtaista ja vastavuoroista työtä. Ryhmän ja ohjaajan välinen suhde, samoin kuin ryhmäläisten väliset suhteet ovat se pohja jolle toiminta rakentuu. Teatteri-ilmaisun mahdollisuudet ovat laajat, joten sen ohjaaminen voi olla vaativaa. Ohjaaja kantaa vastuun valmistettavasta esityksestä, ryhmästä kokonaisuutena sekä jokaisesta ryhmäläisestä yksilönä. Ohjaajalla täytyy siis olla havaintokykyä, taitoa asettua ohjattaviensa asemaan ja hänen tulee olla aidosti innostu-

nut ja kiinnostunut ohjattavistaan ja heidän kanssaan tehtävästä työstä. Hänen on myös oltava tietoinen omista motiiveistaan tehdä työtä ja antautua siihen intohimoisesti, vilpittömästi ja rakkaudella. Elämäkokemuksesta ja sivistyksestäkään ei ole haittaa. (Vehkalahti 2006, 42.) Teatteri-ilmaisun ohjaajan on luotava itselleen oma näkemyksensä siitä, mihin suuntaan tulisi ohjauksessa kulkea. Yleisiä suunnitelmia voi käyttää mallina ja pohjana suunnittelulle, mutta käytännössä omat työmenetelmät on luotava itse. Näiden menetelmien tulisi olla haastavia, innostavia ja oman persoonallisuuden pohjalta lähteviä. Lasten ja nuorten teatteritoiminnassa tulee edetä systemaattisesti ja tavoitteellisesti. (Stenius 1996, 5 - 8.)

Teatteri-ilmaisun ohjaajan on osattava ymmärtää erilaisia kulttuureja, olivatpa ne suomalaisia tai ulkomaalaisia, sillä teatteri-ilmaisuun voi osallistua ihmisiä hyvin erilaisista lähtökohdista. Hyvä ohjaaja on myös kykenevä vastavuoroisuuteen. Ohjaajan tulee osata kuunnella ryhmää sekä asettua sen käyttöön. Hyvä ohjaaja ei estä ryhmän sisällä tapahtuvaa väreilyä, vaan antaa ryhmäläisille niin sanottua pelivaraa. Ohjaajan tärkeä tehtävä on antaa ryhmälle mahdollisuuksia ja pitää huolta työrauhasta. Ohjaajan tulee tarvittaessa myös osata innostaa, kannustaa, haastaa ja tarjota virikkeitä. (Vehkalahti 2006, 42 - 43.)

Teatterikerhossa kerhokerran aluksi kokosimme lapset istumaan joko pöydän ääreen tai lattialle ja kerroimme alkavan kerhokerran ohjelman. Sitten siirryimme alkulämmittelyleikkeihin jännityksen poistamiseksi ja tunnelman luomiseksi. Leikimme erilaisia musiikkileikkejä ja tutustumis- sekä luottamusleikkejä. Esimerkiksi hassut kävelyt, jossa kävellään hassusti musiikin tahdissa ja aina, kun musiikki loppuu, pysähdytään. Musiikin alkaessa soida uudestaan vaihdetaan kävelytyyliä entistä hassumpaan. Toinen meistä oli harjoituksissa mukana ja näytti esimerkkiä, toinen havainnoi ja piti silmällä yleistä järjestystä sekä hoiti musiikin.

Alkuleikkien jälkeen siirryimme itse toimintaan. Tässä vaiheessa kerhokertaa puhuimme näyttelemisestä sekä itsetunnosta ja ohjasimme näihin liittyviä harjoituksia. Lapset saivat myös itse toivoa harjoituksia ja leikkejä. Toteutimme näitä toiveita mahdollisuuksien mukaan. Toiminta oli organisoidumpaa kuin alkuleikit, ja näissä tilanteissa molemmat meistä olivat havainnoijina lasten harjoittellessa. Joskus intouduimme itsekin mukaan teatteri-ilmaisu harjoituksiin, esimerkiksi sketsien esittämiseen lasten

toiveesta. Tekemällä harjoituksia itsekkin annoimme lapsille samalla hyvän esimerkin siitä, että harjoituksiin voi heittäytyä täysillä, häpeilemättä.

Kerhon alkuvaiheissa toimintaosuuden jälkeen pidimme aina pienen rentoutuksen. Se oli esimerkiksi mielikuvamatkailua tai tarinan kuuntelua musiikin soidessa. Muutamalla kerralla pidimme rauhallisia, keskittymistä vaativia leikkejä lopetukseksi. Näytelmää harjoitellessamme pidimme lopetuksena ”hahmosta irtautumisen”. Tämä toimi konkreettisenä vedenjakajana roolin ja oman itsen välillä. Ohjaajina loimme lopetukseen turvallisen tunnelman ja kuuntelimme lasten tuntemuksia päivän tapahtumista.

## 2.4 Itseilmaisu

Itseilmaisu on ihmisen tarve tulla ymmärretyksi. Tämä toiminta edellyttää avoimuutta, mutta se on samalla taito, jota voi opetella. Olemalla avoin ihminen kykenee ilmaisemaan ajatuksiaan ja tunteitaan sen verran kuin hän pitää hyvänä. Kaikkea puhetta ei kuitenkaan voi laskea avoimuudeksi. Avoimeen itseilmaisuun kuuluu tunteiden kanssa yhdenmukainen ilmaisu, eikä avoimen ihmisen tarvitse nähdä vaivaa salatakseen tai peittääkseen jotain osaa itsestään. Itseilmaisun osa-alueita on omien ajatustensa ja tulkintojensa tiedostaminen sekä ilmaisu, havaintojen tiedostaminen sekä ilmaiseminen. Myös tunteiden sekä toiminnan tiedostaminen sekä ilmaisu kuuluvat tähän, aivan kuten omasta puolestaan puhuminenkin. Itseilmaisusta on hyötyä silloin, kun ei halua jäädä arvoitukseksi toisille. Tämän avulla voi myös oppia arvostamaan sekä itseään että muita. Itseilmaisua voi estää pelko, ettei tule ymmärretyksi. Myös epätietoisuus siitä, mitä haluaisi ilmaista, voi heikentää itseilmaisua. Esteenä voi toimia myös se, ettei henkilö tunnista omia ristiriitaisuuksiaan. (Vuorovaikutustaidot.)

Itseilmaisu on tekemällä oppimista, joten se on luonnollinen tapa oppia lapselle. Itseilmaisu voi olla myös taidemuoto ja opettaa elämää taiteen kautta. Itseilmaisua opitaan muun muassa ilmaisutaidon avulla. Ilmaisutaito on yhdessä oppimista ja siinä opitaan itsestä ja toisista, joten se edistää lasten sosiaalisuutta. (Severikangas 2000.)

Teatteri-ilmaisussa kyky ilmaista itseään on omien kokemustemme mukaan tärkeää. Mielestämme teatteri-ilmaisua voidaan myös pitää itseilmaisuna, sillä se on taidemuoto, joka opettaa elämää taiteen kautta. Koska itseilmaisussa osa-alueina on omien ajatusten ja tunteiden tiedostaminen sekä ilmaisu, on se näkemyksemme mukaan vahvasti kytköksissä ihmisen minäkäsitykseen. On vaikeaa ilmaista itseään, jos minäkäsitys

on pahasti vääristynyt. Itseilmaisuuksiin kuuluu myös omasta puolestaan puhuminen, mikä on yhteys hyvään itsetuntoon. Itseilmaisun avulla voi oppia arvostamaan sekä itseään että muita, mikä mielestämme kohottaa ihmisen omaa itsetuntoa.

## 2.5 Keskilapsuus 8 – 10 vuotta

Ikävuosia 8 – 10 pidetään niin sanotusti onnellisina vuosina, jolloin lapsi on kouluikää edeltäneen itsenäistymiskauden ja murrosiän välissä. Hän on sekä fyysisesti että psyykkisesti elinvoimainen ja tasapainoinen. Hän on jo sopeutunut koululaisen elämään, eikä vaadi enää jatkuvaa huolenpitoa ja valvontaa. Esipuberteetti on alkamassa, ja kotona käydään tiukkoja keskusteluja vanhempien kanssa. Lapsi kokeilee rajojaan uhmakkaasti, ja ystävät ovat usein vanhempia tärkeämpiä. (Jarasto & Sinervo 1998, 39.)

8 - 10-vuotiaat lapset ovat siirtymässä leikki-ikästä varhaisnuoruuteen. He osaavat jo ottaa vastuuta ja ovat itsenäisempiä kuin aiemmin. He ovat myös rauhallisempia ja pystyvät keskittymään aiempaa paremmin sekä heidän itsekritiikkinsä alkaa kehittyä. Lapset tarvitsevat kuitenkin edelleen säännöllisen päivärytmin ja jonkin verran aikuisen valvontaa. Fyysisessä kehityksessään he ovat siirtymässä lapsuudesta esipuberteettiin, ja kehossa voi alkaa jo tapahtua muutoksia, varsinkin tytöillä joilla murrosikä alkaa yleensä poikia aiemmin. (Pajanan 2006a; Pajanan 2006b.) 8 - 10-vuotiaan ajattelu ja kielelliset taidot kehittyvät, ja hän alkaa tunnistaa omia ja toisten tunteita, eli myös hänen empatiakykynsä kehittyi. (Jarasto & Sinervo 1998, 40.)

8 - 10-vuotiaiden lasten leikit ovat erilaisia pelejä ja mielikuvaleikkejä ja tytöt ja pojat leikkivät yleensä erikseen. Mielikuvaleikeissä lapsi haluaa olla sankari tai joku muu ihailemansa henkilö. Tämän ikäisellä lapsella on usein vilkas ja rikas mielikuvitus, ja he ovat kykeneviä hyvinkin luovaan ajatteluun. (Pajanan 2006a; Pajanan 2006b.)

Tämän ikäluokan lapsille vertaisryhmät ja kaverisuhteet ovat todella tärkeitä, sillä heidän on tärkeää tuntea kuuluvansa johonkin, ja tuntea itsensä hyväksytyksi. Lapset ovat yksilöllisiä siinä, miten he ottavat kontaktia toisiin lapsiin, sopeutuvat ryhmään ja käsittelevät ristiriitoja. Lapset haluavat auttaa muita, ja yhteistyö on heille tärkeämpää kuin ennen. Yhdessä toimiminen on tämän ikäisille lapsille tärkeää myös siksi, että ryhmässä he oppivat sosiaalisia taitoja ja vertaisryhmä tukee heidän kehitystään. Myös itsetunnon kehittyminen vaatii kuulumista johonkin ja sitä, että tuntee itsensä hyväk-



sytyksi itselleen tärkeässä ryhmässä. Suhteet opettajiin, ohjaajiin ja tovereihin ovat tärkeitä, ja opettaja/ohjaaja saattaa olla tämän ikäiselle jopa suurempi auktoriteetti kuin vanhempi. Oman identiteetin ja persoonallisuuden kehityksessä vuorovaikutuksella on merkittävä rooli etenkin lapsilla, jotka peilaavat koko ajan itseään kavereihinsa. Varhaisnuoruudessa alkaa myös lapsen sosiaalistuminen yhteiskuntaan, ja heidän sosiaaliset taitonsa karttuvat. Ilman vuorovaikutusta jonkin ryhmän kanssa nämä taidot jäävät puutteellisiksi. (Pajanen 2006a; Pajanen 2006b; Aho 1996, 29.)

Ihmisen itsetunto kehittyy aina viidestä ikävuodesta kahteentoista ikävuoteen asti, joten 9 - 10-vuotiaat ovat tässä kehityksessä jo niin sanotusti loppusuoralla. He osaavat jo arvioida itseään, he osaavat verrata itseään toisiin sekä he testaavat omaa pätevyytään. Oman osaaminen testaaminen on heille tärkeää, joten pelko nöyryytyksestä voi jonkin verran määrätä käyttäytymistä. Lapset saavat tässä iässä myös entistä enemmän systemaattista palautetta, ja hänelle osoitetaan lähes joka päivä joko suoraan tai välillisesti, millainen hän on. (Aho 1996, 28 - 29.)

## 2.6 Hyvä itsetunto on tärkeä kouluikäiselle

Itsetunnon kehittäminen ja vahvistaminen lapsuudessa on ensiarvoisen tärkeää muun muassa siksi, että terve itsetunto edesauttaa kasvua tasapainoiseksi ihmiseksi. Itsetunto on kuin puunrunko, joka kannattelee lasta maailman tuulissa. (Cacciatore ym. 2008, 8.)

Lapsella, jolla on hyvä itsetunto, on totuudenmukainen minäkuva. Hän osaa sietää pettymyksiä sekä arvostaa muita ihmisiä ja itseään. Hän on tyytyväinen sosiaalisiin suhteisiinsa ja tuntee hallitsevansa omaa elämäänsä. Hyvään itsetuntoon liittyy tavoitteita, jotka voi saavuttaa, kyky suunnitella tulevaisuutta, tyytyväisyys elämään sekä luottamus siihen, että voi itse vaikuttaa elämänsä kulkuun. Lapsella, jolla on hyvä itsetunto, ei ole tarvetta loukata muita, ja hän on itsenäinen päätöksissään sekä luottaa itseensä (Itsetunto). Hyvä itsetunto kannattelee koululaista, kun vastaan tulee pettymyksiä, eikä hyvän itsetunnon omaava koululainen tunne tarvetta kiusata muita ja on harvoin itse kiusattu. Hyvän itsetunnon omaava lapsi osaa myös sanoa ”Ei” ja kertoo tarvittaessa avoimesti omat mielipiteensä. (Hyvä itsetunto auttaa koulutiellä.) Näin ollen, jos lapselle rakentuu jo ala-asteella hyvä ja terve itsetunto, on paljon todennäköisempää, että hän osaa yläasteellakin kieltäytyä häntä itseään vahingoittavista asioista.

Henkilöt, joilla on hyvä itsetunto, selviytyvät haasteista ja heillä on usein hyvät ongelmanratkaisutaidot. He pystyvät myös kantamaan vastuuta, viihtyvät ryhmässä ja tulevat toimeen muiden ihmisten kanssa. Kaikki nämä taidot ovat koululaiselle varsin tärkeitä. Kouluikässä lapsen oma identiteetti alkaa muodostua, ja he itsenäistyvät, hyvä itsetunto on tämän kehityksen kannalta erittäin tärkeä. (Rantanen 2006.)

Hyvän itsetunnon merkitys koululaiselle on tiedostettu ja huomioitu päättäviä tahoja myöten; Opetushallitus selvitti vuonna 1997, miten ensisijaisesti tervettä itsetuntoa ja kouluviihtyvyyttä voidaan lisätä erilaisin keinoin. Selvityksen perusteella opetushallitus käynnisti vuonna 1998 Terve itsetunto -projektin, jonka tavoitteena oli oppilaan tervettä itsetuntoa tukevien toimintakäytäntöjen kehittäminen ja levittäminen, sekä syrjäytymisen ehkäiseminen kouluissa. (Scheinin 2003.) Tässä opinnäytetyössä selvitämme, onko teatterikerho toimiva käytäntö itsetunnon tukemiseen. Vaikka teatterikerho ei kouluun sopisikaan sellaisenaan, niin kouluissa sitä voidaan soveltaa esimerkiksi järjestämällä lapsille ilmaisutaidon kursseja.

### 3 TOIMINNALLINEN OPINNÄYTETYÖ

Toiminnallinen opinnäytetyö on ammattikorkeakouluissa toteutettu opinnäytetyö, jossa opiskelija osoittaa ammatillista tietoa, taitoa ja sivistystä. Opiskelija tuottaa esimerkiksi esineen, tapahtuman, toiminnan tai tuotteen ja kirjoittaa aiheesta raportin. Opiskelija tai opiskelijat sisällyttävät toiminnalliseen työhön tarvittaessa tutkimuksen. (Toiminnallinen opinnäytetyö.)

Toiminnallinen opinnäytetyö tehdään työelämän kanssa yhteistyössä kehittämistyönä, jonka tavoitteena on käytännön toiminnan ohjeistaminen, järjestäminen ja järjeistäminen ammatillisessa kentässä. Työn toteutustapana voi olla kohderyhmän mukaan esimerkiksi kirja, cd-rom tai muu tuote. Se voi olla myös jonkin tilaisuuden tai tapahtuman suunnitteleminen ja järjestäminen. Toiminnallisen opinnäytetyön kohderyhmä valitaan siten, että toiminnallisen osuuden kokonaisilmeestä voi tunnistaa työn tavoitteen ja päämäärän. (Airaksinen 2003.)

Toiminnallinen opinnäytetyö sisältää toiminnallisen osuuden lisäksi teoreettisen osuuden, opinnäytetyöprosessin dokumentoinnin ja arvioinnin. Toiminnallisen opinnäytetyön tekijältä edellytetään tutkivaa ja kehittävää otetta. Tämä näkyy opinnäytetyössä teoreettisen lähestymistavan valintana, opinnäytetyöprosessissa tehtyjen valintojen ja

ratkaisujen perusteluina sekä pohtivana, kriittisenä suhtautumisena omaan tekemiseen ja kirjoittamiseen. Opinnäytetyöraportissa opiskelija vetoaa aiempaan tietoon sekä tutkimus- ja työaineistoonsa ja määrittelee keskeiset käsitteet. Raportissa käytetään lähteitä tietoperustan takaamiseksi, sekä viitekehysten rakentamiseksi. Toiminnallisen osuuden raportoinnissa tulee ottaa huomioon kohderyhmän piirteet, toiminnan käyttötarkoitus sekä sen erityisluonne. Toiminnallisen opinnäytetyön tekijä pohtii ja arvioi raportissaan sekä toiminnallista osuutta että koko opinnäytetyöprosessia. (Airaksinen 2003.)

Opinnäytetyömme toiminnallinen osuus oli teatterikerho, jonka tilaajana oli Kuusankosken seurakunta. Ohjasimme kerhoa, jossa oli kuusi - yhdeksän 9 – 10-vuotiasta lasta. Kerhossa ohjasimme erilaisia teatteri-ilmaisuun ja itsetuntoon liittyviä harjoituksia, sekä valmistelimme kerholaisten kanssa näytelmiä. Tuotoksena kerhosta tuli itsetuntokyselyn vastaukset ja niistä tekemämme analyysi, sekä itsetuntoa tukevalle teatterikerholle kehittämämme pohja.

#### 4 KEHITTÄMISHANKE

Kehittämishankkeilla pyritään yleensä parantamaan jonkin olemassa olevan toiminnan tasoa, tai luomaan edellytykset uusien palveluiden ja tuotannon kehittämiseen. Kehittämishankkeella voidaan pyrkiä myös parantamaan ympäristön tilaa. Kehitysprojekteilla pyritään saavuttamaan pitkäaikaisia vaikutuksia. Näin ollen projektin sisällöksi usein muodostuu olemassa olevan tai uuden toiminnan parantaminen. Pitkän ajan muutoksia, joihin pyritään, kutsutaan kehittämistavoitteiksi. Usein projektin lopullinen vaikutus näkyy vasta pitkän kehitysprosessin jälkeen. Jotta kehitystavoitteet voidaan saavuttaa, tulee projektille asettaa myös välittömiä tavoitteita. Välittömät tavoitteet tarkoittavat niitä muutoksia, jotka pitäisi saavuttaa välittömästi kyseessä olevan projektivaiheen jälkeen. Onnistuessaan projekti johtaa toiminnan itsenäiseen kehitykseen projektin päätyttyä. (Silfverberg 2001, 11, 50.)

Tavoitteena kehittämishankkeilla on toimia alullepanijoina uudelle toiminnalle, ei tuottaa itse niitä palveluita joihin projektilla pyritään vaikuttamaan. (Silfverberg 2001, 12.) Hankkeen kohderyhmällä tarkoitetaan sitä ryhmää, johon hankkeen hyöty pyritään kohdentamaan. He ovat yleensä toiminnan lopullinen kohde, loppukäyttäjät tai asiakkaat. Kohderyhmä on myös hyödynsaaja. Hankkeella voi kuitenkin olla myös

muita hyödynsääjiä, esimerkiksi kehityksen kohteena olevan organisaation henkilöstö. (Silfverberg 2001, 49.)

Kaikille hankkeille on luotava hankesuunnitelma, jonka pohjalta projekti toteutetaan. Hankesuunnitelmaan kuuluu kolme osaa jotka ovat: miksi, mitä ja miten? Ensimmäisessä osassa mietitään, miksi hake toteutetaan ja mihin sillä pyritään, eli asetetaan kehitystavoitteet ja välittömät tavoitteet. Tämän jälkeen mietitään, mitä tuotoksia projektin tulisi tuottaa. Kun nämä ovat valmiit, voidaan keskittyä suunnittelemaan hankkeen toteutusta. Toteutukseen kuuluu työsuunnitelman ja aikataulun laatiminen sekä organisaation ja budjetin päättäminen. (Silfverberg 2007, 74 – 75.)

Meidän kehittämishankkeemme oli luoda pohja itsetuntoa tukevalle teatterikerholle. Omien havaintojemme mukaan Kuusankoskella ei tällaista mallia vielä ollut, vaikka sille olikin kysyntää. Toteutimme teatterikerhon opinnäytetyömme toiminnallisena osuutena. Pidimme kerhoa kolmen kuukauden ajan kaksi kertaa viikossa. Jokainen kerhokerta kesti kaksi tuntia. Tutustuimme yhteen valmiina olevaan kerhon malliin jotta sovelsimme omaan tarkoitukseemme sopivaksi. Suunnittelun pohjalla olivat myös omat teatteriin liittyvät harrastuksemme.

## 5 TEATTERIKERHO

### 5.1 Kerhon suunnittelu

Koska olimme kiinnostuneita lapsuuden eri vaiheista, päätimme valita ikäluokan varhaislapsuuden ja teini-iän väliltä. Mietimme myös, millä ikäluokalla ala-asteella olisi eniten tarvetta ja vähiten tarjontaa harrastustoiminnalle. Päädyimme tässä pohdinnassa 3 - 4-luokkalaisiin omien havaintojemme pohjalta. Teatterikerho ja sen kautta itsetunnon tukeminen tuntui hyvältä idealta tämänikäisten lasten kohdalla. 3 - 4-luokkalaiset eivät enää ole ihan pieniä, mutta eivät aivan vielä isojakaan. Heidän itsetuntonsa ja minäkäsityksensä ovat vielä kehittymässä ja heidän kehityksessään on muillakin osaluilla tapahtumassa suuria muutoksia. Hyvä itsetunto auttaa heitä selviytymään murrosiän haasteista.

Aloitimme kerhon suunnittelun jo kesällä 2008. Kesällä 2008 etsimme tietoa itsetunnon, teatteri-ilmaisusta ja kerhon pitämisestä. Alusta asti idea oli osallistaa lapset kerhossa mahdollisimman tehokkaasti, jotta he voisivat kokea itsensä tärkeiksi ja

merkittäväksi osaksi ryhmää. Päätimme myös keskittyä harjoituksiin, jotka kohottavat ja tukevat itsetuntoa. Tavoitteenamme oli saada kerhon aikana tehtyä kokonainen näytelmä, mutta emme halunneet ottaa jotakin valmista käsikirjoitusta, joten päätimme käyttää sadutusta työväliseinä näytelmän luomisessa. Näin lapsilla olisi mahdollisuus tehdä näytelmästä juuri sellainen kuin he haluavat. Suunnittelimme näytelmän esitettäväksi pienelle yleisölle kerhon päättyessä.

Elokuussa aloimme suunnitella kerhokertoja tarkemmin keräämämme tiedon ja omien kokemustemme pohjalta. Syksyllä 2008 meillä oli valmiit suunnitelmat muutamille kerhokerroille. Päätimme pitää kerhon heti seuraavana keväänä, mikäli saisimme yhteistyökumppanin ja aiheemme vahvistettua. Kerhon edetessä suunnittelimme kertoja yksi kerrallaan lasten ehdoilla ja aina edellisen tapaamisen pohjalta esiin nousseiden ideoiden ja tarpeiden mukaan.

Koulun puolesta saimme työn aiheen vahvistetuksi syyskuussa 2008 ja samoihin aikoihin työelämän yhteistyötahoksi varmistui Kuusankosken seurakunta. Heiltä anoimme ja saimme tutkimusluvan (ks. liite 1). Seurakunta myös mainosti kerhoamme omassa julkaisussaan. Kerhotilaksi saimme Kuusankosken kirkon kerhotilat. Seurakunnalta saimme kaksi työnhajaaja käytännön järjestelyjen helpottamiseksi. Olimme suunnitelleet mainostavamme kerhoa Kuusankosken alueen kouluilla joului- ja tammi-kuun aikana. Tavoitteena oli saada n. 16 - 20 lasta kerhoon. Veimme mainoksia muutamien koulun ilmoitustaululle ja loppuihin kouluista laitoimme mainoksen sähköpostilla rehtoreille, joita pyysimme laittamaan mainoksen koulussa esille. Erään kerholaisen äiti vei kerhon jo alettua mainoksia koululle, jossa oli töissä.

Ilmoittautuneita tuli kuusi, mikä oli meille pieni pettymys, sillä olimme toivoneet huomattavasti suurempaa osanottajamäärää. Näistä viisi oli tyttöjä, ja joukossa oli vain yksi poika. Kaikki ilmoittautuneet olivat samalla luokalla, joten päätimme, että muissa kouluissa mainostus ei ollut yhtä tehokasta. Vaikka olimme odottaneet suurempaa osallistujamäärää, pohdittuamme asiaa totesimme, että pienempi osallistujamäärä helpottaa sekä kerhon ohjaamista että osallistujien havainnoimista. Lasten itsetunnon kehittymistä on helpompi seurata, kun tarkkailtavia ei ole liian montaa. Kaikilta kerhoon osallistuneiden vanhemmilta haimme havainnointilupaa (ks. liite 2) ja kaikki antoivat tähän luvan.

## 5.2 Prosessikuvaus teatterikerhosta

Kerhoa pidettiin tiistaisin ja torstaisin kolmen kuukauden ajan, maaliskuusta toukokuuhun. Jokainen kerhokerta kesti kaksi tuntia. Kerhokertoja oli yhteensä 23. Kerhokertojen runko oli seuraavanlainen: aloitus, toiminta, tauko, toiminta, lopetus. Aloitukseen kuuluu innostavat ja ryhmäyttävät harjoitukset sekä leikit. Toimintaosuus koostui teatteri-ilmaisullisista sekä itsetuntoa tukevista harjoituksista. Tähän osuuteen sisällytimme myös aiheisiin liittyviä keskusteluja, jotka käytiin yleensä tauon jälkeen. Tauon aikana lapsilla oli mahdollisuus rauhoittua ja juoda mehua tai vettä sekä nauttia välipalaa. Lopetus koostui loppupuinnista sekä rentoutumisesta tai rauhoittumisesta. (Ks. liite 6.)

### 5.2.1 Teatterikerho 3.3.2009 – 24.3.2009

Ensimmäiset kerhokerrat käytimme tutustumiseen, esiintymisharjoituksiin ja itsetuntoa kohottaviin leikkeihin. Noudatimme kerhossa tiettyä runkoa, jonka olimme soveltaneet valmiista pohjasta ja joka kerralla oli oma teemansa. (Severikangas 2000. ; Ks. liite 6.) Aloitimme aina alkuleikeillä, jotta jännitys hälvenisi ja energisyys pääsisi pintaan. Alkuleikeillä oli myös toinen tarkoitus. Valitsimme monia luottamusta tai itsetuntoa kasvattavia leikkejä, jotta ryhmän sisäinen luottamus ja jokaisen oma itsetunto kasvasi. Sen jälkeen siirryimme teatteriharjoituksiin. Teatteriharjoituksissa tavoitteina oli esiintymisvarmuuden lisääminen sekä näyttelemiseen totuttautuminen. Harjoitukset olivat usein pieniä sketsejä, joihin me annoimme aiheen ja lapset näyttelivät kohtauksen oman tulkintansa mukaan. Tähän kohtaan kuuluivat myös improvisaatioharjoitukset, joita toisinaan pidimme koko kerhokerran. Lähes jokainen kerhokerta päättyi rentoutukseen. Rentoutuksissa lapset pääsivät muun muassa kokeilemaan mielikuvamatkailua tai heille luettiin tarinaa. Välillä rentouduimme myös ihan vain makamalla ja kuuntelemalla rauhallista musiikkia, joillakin kerroilla pidimme keskittymistä vaativan leikin, joka rauhoitti ryhmän.

Harjoitimme lasten improvisaatiokykyä pienillä ja helpoilla harjoituksilla, joita varten jaoinme lapset kolmeen tai kahteen ryhmään. Kun varmuus esiintymistä kohtaan kasvoi, annoimme jokaiselle myös yksilöharjoituksia, jolloin jokainen pääsi esiintymään yksin muulle ryhmälle. Harjoitukset tehtiin leikin pohjalta, jotta lapset saisivat positiivisen kokemuksen esiintymisestä. Kannustimme jokaista yrittämään parhaansa ja auttoimme, jos lapset kokivat siihen tarvetta. Emme auttaneet, jos lapsi itse koki osaa-

vansa asian. Emme halunneet antaa hänelle kuvaa, että hän olisi huono meidän mielestämme. Ohjasimme myös esimerkin kautta, eli teimme itse myös kaikki harjoitukset. Pyrimme saamaan lapset ”ulos kuorestaan”. Kolmannen kerhokerran aikoihin saimme kerhoon uuden jäsenen, ja kerhossa oli nyt kuusi tyttöä ja yksi poika.

Keskustelimme alustavasti tulevasta näytelmästä lasten kanssa viidennellä kerhokerralla, ja jaoimme työt (ohjaaja, maskeeraaja, lavastaja ja niin edelleen). Työnjako oli enemmänkin suuntaa antava kuin lopullinen, sillä tarkoituksena oli että kaikki osallistuivat kaikkeen.

Lapset olivat pääasiassa alusta asti hyvin mukana. He olivat innoissaan ja halusivat kokeilla kaikkea uutta. Ryhmässä näyttelemine sujuu kaikilta suhteellisen helposti jo alusta asti, mutta yksin esiintyminen jännitti joitakin. Jännitys ilmeni esimerkiksi kikkamiseksi sekä lukkoon menemisenä. Emme ottaneet kielteistä asennetta tähän reaktioon, vaan kannustimme jatkamaan ja yrittämään uudestaan. Kiinnitimme esiintyjien huomion positiivisiin asioihin negatiivisten sijaan ja purimme jännitystilanteita myös keskustelemalla.

### 5.2.2 Teatterikerhon naamiaiset 24.3.2009

Halusimme antaa lapsille mahdollisuuden pitää hauskaa ja leikkiä rooleilla. Kysyimme lapsilta, olisiko heidän mielestään hauskaa pitää naamiaiset. He pitivät ideasta, joten päätimme järjestää kerhossa naamiaisjuhlat. Tarkoituksena oli valita asu ja pystyä omaksumaan sen mukainen rooli. Jokainen sai valita asunsa itse, oman mielenkiintonsa mukaan. Pidimme muutamia leikkejä ja leikkimielisiä kilpailuja naamiaisissa lasten kanssa, jotta kaikki pääsisivät toteuttamaan itseään. Esimerkkeinä näistä leikeistä mainittakoon ”paras asu” -kilpailu ja improvisoidut kohtaukset repliikkilappuja käyttäen. Improvisaatiossa kohtaukset liittyivät jotenkin kerholaisten valitsemiin hahmoihin.

Naamiaisten aikaan kerhoomme tuli kaksi uutta osallistujaa. He sopeutuivat hyvin joukkoon alusta asti. Osasyynä helppoon alkuun oli varmasti se, että myös nämä kaksi uutta olivat samalta luokalta muiden kanssa. Kerhomme lopullinen osanottajamäärä oli näin ollen yhdeksän, joista kolme oli poikia ja kuusi tyttöjä.

### 5.2.3 Teatterikerho 26.3.2009 – 28.5.2009

Naamiaisten jälkeen kävimme valmistelemaan näytelmää. Ensin kävimme harjoittelemaan sadutusta, mikä oli lapsille jo entuudestaan tuttua. Teimme sadutuksen pohjalta pienen näytelmän nimeltään ”Metsäneläinten juhlat”. Koska sadutus menetelmänä oli lapsille tuttu, teimme sen hieman eri tavalla. Päätimme yhdessä lasten kanssa aiheen, josta jokainen sai kirjoittaa lyhyen tarinan. Kokosimme tarinat yhteen ja muokkasimme niistä käsikirjoituksen (ks. liite 3). Tätä harjoiteltiin muutaman kerran, jotta lapset tottuisivat esiintymiseen ja muiden ohjaamiseen sekä ohjeiden vastaanottamiseen ikätovereiltaan.

Kun näytelmää oli harjoiteltu muutaman kerhokerran ajan, kokoonnuimme yhteen ja keskustelimme kerholaisten kanssa näyttelemisestä ja jännittämisestä. Noin kerhon puolessa välissä (21.4.2009) suoritimme lapsilla kyselyn heidän itsetunnostaan (ks. liite 5). Tätä ennen kävimme lasten kanssa keskustelun siitä, mitä itsetunto on. Apuna keskustelussa käytimme esimerkkejä koulumaailmasta ja jokapäiväisestä elämästä. Alkutilanteen kartoitusta emme tehneet, sillä kysely oli subjektiivinen ja perustui lasten omaan kokemukseen. Tarkoituksena oli saada ymmärrystä siitä, millainen muutos heidän mielestään on tapahtunut. Jos olisimme tehneet alkukartoituksen, se olisi saattanut haitata työskentelyämme, kun lapset olisivat tiedostaneet liikaa kerhon liittyvän itsetunnon tukemiseen. Oლისimme myös saattaneet keskittyä liikaa kyselyn vastauksiin jolloin meidän ohjaamistyylimme olisi saattanut olla kankeampaa. Ilman alkukartoitusta toiminta oli vapaata ja lasten oma mielipide tuli kuuluviin. Keskustelimme myös siitä, miltä palautteen antaminen ja vastaanottaminen tuntui. Tämän jälkeen kävimme työstämään isoa näytelmää, joka esitettäisiin kerhon päättäjäisissä. Osaa lapsista jännitti näytelmän tekeminen, sillä he tiesivät, että se esitettäisiin yleisölle. Kaikki olivat kuitenkin asiasta innoissaan ja ideoita syntyi nopeasti.

### 5.3 Näytelmän rakentaminen ja kerhon päättäjäiset

Keskustelimme ensin siitä, millaisen näytelmän lapset haluaisivat tehdä, eli annoimme lasten itse ehdottaa tyyliä, ideoita ja juonta. Kun olimme saaneet idean sovittua, aloitimme saduttamisen. Sadutimme lapsia kohtaus kohtaukselta käyttäen yhteen kohtaukseen aina yhden kerhokerran. Sadutus tapahtui siten, että istuimme pöydän ääressä ringissä ja jokainen kerholainen sanoi vuorollaan yhden lauseen ja toinen meistä ohjaajista kirjoitti ne ylös. Muut saivat tietenkin auttaa keksimään jatkoa, jos joku ryh-



mäläisistä ei millään itse keksinyt. Välillä jouduimme puuttumaan tarinan kulkuun ja ohjaamaan sitä toiseen suuntaan, esimerkiksi silloin, kun tarina alkoi mennä liian raa'aksi, tai muistuttaa liikaa jotain tiettyä televisio-ohjelmaa. Muuten lapset keksivät tarinan ryhmässä ja jokaisella oli oikeus sanoa mielipiteensä siitä sekä tuoda oma ”kädenjälkensä” näkyville tarinassa. Lapset päättivät myös itse roolihahmonsensa, eikä niistä tullut riitaa. Jokainen lapsi valitsi roolikseen tarinaan itse keksimänsä hahmon.

Kun olimme saaneet sadutuksen tehtyä, muokkasimme syntyneestä tarinasta näytelmälle käsikirjoituksen. Jouduimme muuttamaan joitakin kohtia ja lisäämään muutamia tapahtumia saadaksemme tarinasta johdonmukaisemman. Tarkistimme kuitenkin kerholaisilta, ettemme olleet muuttaneet tarinaa liikaa ja että se edelleen noudatti heidän alkuperäistä kertomustaan. Näytelmän nimeksi tuli ”Murha juna-asemalla” (ks. liite 4). Keskustelimme paljon oikeudesta ja rikoksista sekä leikimme näytelmän teeman mukaisesti erilaisia murhaaja- ja salapoliisileikkejä. Teimme lapsille selväksi, että rikoksiin ei voi suhtautua kevyesti ja että lain rikkominen on aina väärin, vaikka nyt siitä näytelmää teemmekin.

Harjoittelimme näytelmää ensin kerhotiloissa kohtaus kerrallaan. Kun kohtaukset alkoivat sujua, yhdistimme ne. Tässä vaiheessa pääsimme myös tarkastamaan esiintymistilan, eli Kuusankosken kirkon seurakuntasalin, ensimmäistä kertaa. Kun olimme nähneet paikan missä esiinnyimme, aloimme valmistaa lavasteita. Lavasteiden tekoon ja suunnitteluun osallistuivat kaikki. Lavasteita teimme noin kolmen kerhokerran ajan ja samalla harjoittelimme mahdollisimman paljon. Lapset alkoivat myös kerätä itselleen rooliasuja kotoa löytämistään vaatteista.

Kun lavasteet ja rooliasut olivat valmiit, siirryimme esiintymistilaan harjoittelemaan. Harjoittelimme näytelmää lavasteiden kanssa noin kahdeksan kertaa. Jokaisen kerhokerran aluksi pidimme lämmittelyleikkejä ja keskustelimme lasten kanssa. Keskustelimme lasten kanssa koko prosessin ajan itsetunnosta ja siihen liittyvistä kysymyksistä. Lapsille oli kerhon alussa epäselvää se, mitä itsetunnolla tarkoitetaan. Avasimme käsitettä lapsille ymmärrettävään muotoon. Käytimme esimerkkeinä lapsille tuttuja tilanteita, kuten koulun ja kodin tapahtumia. Keskustelu herätti lapsissa paljon kysymyksiä, joihin pyrimme vastaamaan selkeästi. Teatterikerhon päättäjäisiä edeltävällä kerhokerralla söimme lasten kanssa pizaa ja keskustelimme kerhosta kokonaisuutena. Jokaiselle oli jäänyt hyviä muistoja.

Teatterikerhon päättäjäiset olivat 28.5.2009. Kerhokerta alkoi aikaisemmin kuin aiemmilla kerroilla, jotta saisimme lavasteet ajoissa paikoilleen. Ehtisimme myös harjoitella näytelmän kokonaan vielä läpi viimeisen kerran ennen esitystä. Lapset saivat ennen yleisön saapumista kahvia tai mehua ja pullaa. Samalla meillä oli hetki jutella vielä kerran pöydän ääressä esiintymisestä ja kannustaa lapsia. Jokainen lapsi sai kutsua viisi henkilöä seuraamaan näytelmän esitystä ja kutsutuille jaettiin liput esitykseen. He kutsuivat paikalle pääasiassa perheenjäseniä ja ystäviä. Paikalle tuli kutsuttamme Kuusankosken seurakunnan edustaja. Ennen näytelmää yleisölle oli tarjolla kahvia ja pullaa seurakunnan puolesta. Kerholaiset olivat valinneet keskuudestaan ”lippumyyjät”. He tarkistivat kaikilla olevan lipun, jota ilman ei näytelmää pääsyt seuraamaan. Tämä oli osittain keinomme varmistaa, ettei paikalle tule kutsumattomia vieraita, mutta samalla se loi oikean teatterin tunnelmaa. Yhden kerholaisen sisko taltioi näytelmän videolle. Kaikilta kerholaisilta ja heidän vanhemmiltaan oli pyydetty videomiseen lupa. Meidän roolimme näytelmässä olivat statisteina ja lavastehenkilöinä. Esityksen jälkeen jokainen lapsista sai viedä haluamansa lavasteet kotiin muistoksi kerhosta.

## 6 OHJAAJIEN TEKEMÄT HUOMIOT PROSESSIN AIKANA

### 6.1 Kerhon ohjaus

Koko teatterikerhon ajan pyrimme ohjaajina kuulemaan lasten omia näkemyksiä ja ottamaan sen huomioon tulevia kertoja suunniteltaessa. Tutustuimme jokaiseen lapseen ja saimme sitä kautta pohjan, jolle perustaa havaintomme. Ohjasimme lapsia nauttimaan esiintymisestä ja näytelmän työstämisestä olemalla itsekin positiivisella mielellä mukana. Ohjaajina me pyrimme olemaan kannustavia ja turvallisia aikuisia, joihin lapset voivat luottaa. Tavoitteena oli antaa lapsille onnistumisen kokemuksia, mutta toisaalta opettaa heitä vastaanottamaan myös kritiikkiä. Ohjaustyyliimme oli demokraattinen, eli kuuntelimme lasten mielipiteitä ja ideoita tulevia kerhokertoja varten. Osallistuimme molemmat kaikkiin harjoituksiin niin paljon kuin pystyimme. Toinen meistä oli aina mukana leikkimässä ja tekemässä harjoituksia kerholaisten kanssa toisen ohjatessa.

Kun kerhoa oli kulunut pidemmän aikaa, kerholaiset eivät enää totelleet meitä samalla tavalla kuin alussa, mikä toisaalta viestii jännityksen yleisestä häviämisestä. He tekivät edelleen loppujen lopuksi sen, mitä pyysimme, mutta jouduimme erikseen istu-

maan alas heidän kanssaan ja keskustelemaan siitä, miten kerhossa olisi sopivaa toimia. Kun olimme saaneet lapset rauhoitettua, he kyllä ymmärsivät ja useimmiten jaksivat kuunnella sen, mitä meillä oli sanottavaa. Joskus jouduimme muistuttamaan joi-takin siitä, että puheenvuoro oli ohjaajilla. Pyrimme pitämään kerhossa yllä rentoa mutta organisoitua ilmapiiriä. Tämä näkyi pääasiassa siinä, että kerholaiset pääsivät nauttimaan harjoituksista, leikeistä sekä näytelmän kokonaisvaltaisesta luomisesta luovassa ja turvallisessa ympäristössä.

Saimme lapsilta hyvää palautetta ohjaustaidoistamme ja itse kerhosta sekä sen sisäl-löstä. Saimme kiitosta myös seurakunnan taholta kerhomme pidosta sekä ohjaustai-doistamme.

## 6.2 Lasten itsetunnon kehittyminen kerhon aikana

Havainnoidessamme itsetunnon kehitystä meidän piti ottaa huomioon se, että usealla kerholaisella oli jo itsetuntoa tukevia harrastuksia. Olimme keskustelleet lasten kanssa heidän muista harrastuksistaan tutustumisvaiheessa ensimmäisellä kerhokerralla. He myös tunsivat toisensa entuudestaan, sillä kaikki olivat samalla luokalla. Tämä toisaal-ta helpotti ja toisaalta hankaloitti tilannetta, sillä emme saaneet selville miten kerholai-set olisivat reagoineet tuntemattomiin ikävereihin ja heidän läsnäoloonsa harjoitus-ten aikana. Alkutilanne olisi tällöin ollut aivan toinen.

Havaitsimme nopeasti, ettei hyvä itsetunto aina näy ulospäin. Eräs kerholaisista vai-kutti alussa erittäin itsevarmalta, sillä hänellä oli paljon kokemusta esiintymisestä. Hänellä oli lahjoja myös teatteri-ilmaisussa, mutta kerhon edetessä kävi ilmi, että hän haki kovasti hyväksyntää ja vakuuttelua taidoistaan. Eräs toinen kerholaisista oli päin-vastoin aluksi ujo ja syrjäänvetäytyvä. Kerhon edetessä hän kuitenkin alkoi tulla pikku hiljaa ulos kuorestaan ja alkoi jopa antaa ohjeita muulle ryhmälle. Muut ryhmäläiset tuntuivat kunnioittavan hänen mielipiteitään ja myös kuuntelevan niitä. Ryhmän ainut poika nautti olostaan, ja oli selvästi ryhmän suosituin jäsen. Hänet haluttiin aina jokai-seen ryhmään, jos lapset saivat ne itse valita. Muut tuntuivat pitävän häntä hyvänä näyttelijänä ja arvostavan hänen mielipidettään. Hänellä vaikutti olevan hyvä itsetunto jo heti alussa.

Harjoittelemalla kerholaiset oppivat antamaan ja vastaanottamaan rakentavaa kritiik-kiä sekä kehuaan itseään. Itsensä kehuminen oli joillekin aluksi todella vaikeaa,

useimmiten kehut kohdistuivat ulkoisiin tekijöihin, kuten harrastuksiin ja kouluaineisiin. Koska myönteisten piirteiden löytäminen itsestä oli kerholaisille haastavaa, teimme paljon töitä tämän asian muuttamiseksi. Harjoittelun avulla asia alkoi käydä helpommaksi. Teimme kerholaisten kanssa sekä suullisia että kirjallisia harjoituksia. Kirjalliset harjoitukset vaikuttivat menevän helpommin, koska kaikkea ei tarvinnut heti sanoa ääneen. Kukaan ei suullisissakaan harjoituksissa vähätellyt tai yrittänyt tyrmätä toisten mielipiteitä itsestään. Päinvastoin, useat saattoivat pyytää lupaa lisätä joitain positiivisia asioita kerhotoverinsa listaan. Yhdessä itsetuntoharjoituksessa pyysimme jokaista ottamaan vessapaperirullasta niin monta palaa vessapaperia, kuin he kuvittelivat tarvitsevansa kerhon aikana. Olimme sanoneet heille kerhon alussa, että vessapaperia ei ole sillä kerralla käytettävissä enempää kuin yksi rulla. Istuimme pöydän ääressä, ja jokainen vuorollaan otti tarvitsemansa määrän vessapaperia. Kun he olivat valmiita, kerroimme, että kyllä paperia on ihan tarpeeksi. Ja sen sijaan, että kerholaisten tarvitsisi säästää paperit, heidän tulisi kirjoittaa jokaiseen palaan vähintään yksi positiivinen asia itsestään. Aluksi tämä tuntui tuottavan hankaluuksia ja osa kerholaisista ei tuntunut keksivän mitään. Vaikeuksista huolimatta jokainen sai paperinsa täytettyä. Harjoituksen tarkoitus oli auttaa lapsia näkemään omat positiiviset puolensa sekä kehuaan itseään. Hyvien puolien korostaminen sopivassa määrin vahvistaa itsetuntoa (Rantanen 2006). Lapset kertoivat kerhon lopussa olevansa varmempia näyttelijöinä ja surivat kerhon päättymistä. Monet heistä olisivat halunneet vielä jatkaa.

### 6.3 Ryhmäprosessi

Ryhmää ohjatessa meidän oli myös tärkeää huomata ryhmäprosessi ja sen vaiheet. Ryhmäprosessin muodostavat ryhmän jäsenet ja ohjaajat sekä yksilöinä että tietyn ryhmän jäseninä. Ohjaajina mekin olimme siis ryhmän jäseniä, meillä vain oli eri rooli kyseisessä ryhmässä kuin kerholaisilla. Olimme jokainen silti mukana toiminnassa omalla persoonallamme, eli omina yksilöinä. Jokaisella ryhmällä on omanlaisensa elinkaari. Nuorten Akatemian ohjaajan kansiossa Ryhmäprosessi on jaettu viiteen eri vaiheeseen: aloitusvaihe, liittoutumis- ja vastustusvaihe, sitoutumisvaihe, tehokkaan työskentelyn vaihe ja päätös vaihe. (Ryhmäprosessi.) Teatterikerhon prosessista on havaittavissa kaikki ryhmäprosessin vaiheet, vaikka osa niistä ilmenikin melko lievästi.

Aloitusvaiheessa ryhmän rajat ovat vielä muotoutumatta ja jäsenet ovat epävarmoja, mutta uteliaita. Kaikki tarkkailevat toisiaan, ja yrittävät löytää paikkaansa muiden joukossa. Alkuvaiheessa jokaisella ryhmän jäsenellä on myös alkuoletuksia ja odotuksia ryhmästä ja sen toiminnasta. Tässä vaiheessa ohjaajalla on tärkeä rooli ryhmän tehtävän selkeyttäjänä. Hänen on myös osattava luoda ilmapiiri, jossa ryhmän ujoinkin uskaltaa sanoa mielipiteensä. (Ryhmäprosessi.) Kerhon alkaessa osalla lapsista jännitys tuntui purkautuvan levottomuutena ja naurunpuuskina. He kuitenkin rauhoittuvat kerhon myötä huomattavasti. Myöhemmässä vaiheessa he eivät tuntuneet jännittävän enää niin paljoa. Ryhmänä kerholaiset osasivat alusta asti toimia hyvin yhdessä.

Liittoutumis- ja vastustamisvaiheessa ryhmäläiset ovat jo tulleet keskenään tutuksi ja mielipiteiden vaihto on kiivasta. Jokainen uskaltaa paremmin sanoa ääneen omat mielipiteensä, ja välillä saatetaan käydä kiivaitakin keskusteluja. Ristiriitoja syntyy tässä vaiheessa, mutta konflikteja pyritään välttelemään. Ryhmäläiset saattavat etsiä myös joukostaan syntipukin, tai jättää huomioimatta joitakin ryhmän jäseniä kokonaan. Tässä vaiheessa ohjaajan tulee pitää huoli siitä, että ryhmässä säilyy tasapuolisuus. (Ryhmäprosessi.) Tämä vaihe ilmeni hyvin lievänä teatterikerhossa. Jotakin pientä syytelyä yhtä kerholaista kohtaan esiintyi, mutta se meni ohi nopeasti, eikä syntipukin rooli ollut pysyvä. Ohjaajina meidän oli helppo pitää yllä tasapuolisuutta, sillä lapset pitivät itsekin huolen siitä, ettei kukaan jäänyt ulkopuolelle. Huomasimme kerholaisten käytöksessä muutoksen kahden viimeisen osallistujan tulon jälkeen. He tuntuivat levottomammilta ja tyttöjen puheessa alkoi tulla esiin ”kuka tykkää kenestä” -juttuja. Tämä meni ohi kuitenkin itsestään siinä vaiheessa, kun kävimme työskentelemään ison näytelmän parissa.

Sitoutumisvaiheessa ryhmä löytää yhteisen työskentelytavan, ja yhteistyö alkaa sujua hyvin. Ryhmän ”me -henki” muodostuu, ja kommunikaatio on entistä syvempää. Myös ristiriitatilanteista selvittää aiempaa sujuvammin, ja tunnekokemukset ovat suurimmaksi osaksi positiivisia. Tehokkaan työskentelyn vaiheessa ryhmä työskentelee tehokkaasti tavoitteiden ja yhteisen päämäärän saavuttamiseksi. Kritiikkiä osataan ottaa vastaan sekä antaa toisille ja ryhmän sisäinen luottamus on vahva. Päätökset tehdään ryhmän kesken, ja kaikkien ideat otetaan huomioon ja niitä käytetään hyväksi. (Ryhmäprosessi.) Kerholaiset kykenivät työskentelemään pienryhmissä sekä pareittain ja toteuttamaan sketsejä, improvisoituja kohtauksia sekä annettuja harjoituksia. Kukaan ei nälvinyt toista eikä häirinnyt muiden työskentelyä. Kiusaamista ryhmässä ei

ollut. Tytöt ja pojat toimivat näytelmän parissa sekä harjoituksissa hienosti yhdessä, eikä ketään jätetty ulkopuolelle.

Ryhmän päätösvaiheessa ilmapiiri on surullinen ja haikea, mutta myös helpottunut. Tulevia tapaamisia suunnitellaan, jottei ryhmän päättyminen tuntuisi niin lopulliselta. Ohjaajan tehtävä on antaa jokaiselle mahdollisuus sanoa, mitä haluaa muille vielä loppuksi sanoa, sekä ylläpitää turvallista ilmapiiriä. (Ryhmäprosessi.) Teatterikerhon loppu oli myös haikea ja surullinen tilanne, lapset olisivat halunneet vielä jatkaa kerhossa. Toisiaan kerholaiset eivät onneksi joutuneet hyvästelemään, sillä he olivat kaikki samassa koulussa. Tämä helpotti kerhon päättymistä. Kerholaiset kyselivät, voisimmeko me tulla pitämään kerhoa vielä joskus muulloinkin ja että näemmekö vielä jossain heidän kanssaan.

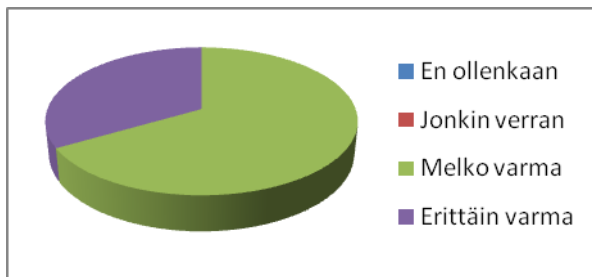
## 7 TEATTERIKERHON VAIKUTUS ITSETUNTOON

Päätelmämme teatteri-ilmaisun vaikutuksesta kerholaisten itsetuntoon pohjautuvat omiin havaintoihimme, lukemaamme teorian tietoon teatteri-ilmaisusta ja itsetunnosta, sekä lapsille suoritettuun itsetunto-kyselyyn (ks. liite 5). Kyselyn tarkoituksena oli saada selville lasten oma mielipide heidän itsetunnostaan sekä selvittää, mikä heidän mielestään teatterikerhossa vaikutti heidän itsetuntoonsa. Tärkeää meille oli myös saada tietää, vaikuttiko kerho heidän mielestään millään tavalla. Kysely oli subjektiivinen ja perustui lasten omaan kokemukseen heidän itsetunnostaan. Ensin esittelemme kyselyn tulokset sekä sanallisesti että kuvina.

### 7.1 Lapsille tehty itsetuntokysely

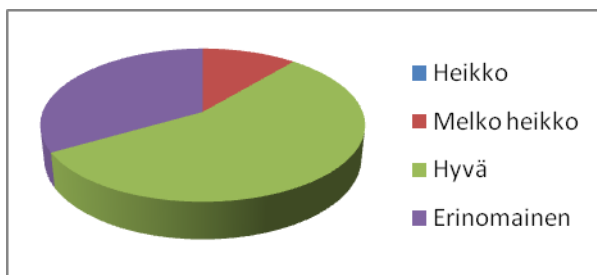
Kysely koski lasten esiintymisvarmuutta sekä heidän itsetuntoaan. Ennen kyselyn suorittamista keskustelimme pitkään lasten kanssa siitä, mitä itsetunto ja esiintymisvarmuus tarkoittavat. Näin varmistimme, että he osaavat vastata kyselyymme. Kysely sisälsi suoria kysymyksiä sekä numerollista itsearviointia. Kysely suoritettiin nimettömästi huhtikuussa kerhon puolella välissä. Kyselyssä lapset toivat esille oman näkemyksensä itsetunnostaan ja sen kehityksestä kerhon aikana. Kyselyn tarkoituksena oli auttaa meitä arvioimaan kerhon vaikutusta. Kerholaisilla oli vastatessa oma rauha, eivätkä he päässeet juttelemaan vastauksista keskenään, jotta kaverin mielipide ei vaikuttaisi omaan arviointiin. Lapset saivat tehdä meille ohjaajille tarkentavia kysymyksiä koskien itsetuntoa ja esiintymistä. Monet kerholaiset tarkistivatkin vielä, olivatko

ymmärtäneet, mitä nämä käsitteet tarkoittavat. Kyselyyn vastasivat kaikki yhdeksän kerholaista.



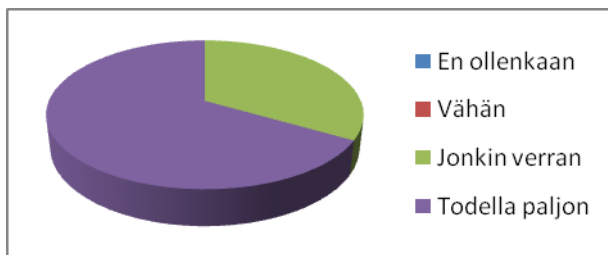
Kuva 1. Oletko mielestäsi varma esiintyjä?

Kaikki kerholaiset arvioivat olevansa melko varmoja tai erittäin varmoja esiintyjä. (Kuva 1.) Ennen kyselyn suorittamista olimme harjoitelleet esiintymistä. Osalla lapsista oli myös entuudestaan esiintymisvarmuutta lisääviä harrastuksia, esimerkiksi tanssi ja paini, joissa ollaan paljon esillä. Omat havaintomme lapsista olivat samansuuntaisia vastausten kanssa.



Kuva 2. Millaiseksi arvioisit itse oman itsetuntosi?

Suurin osa kerholaistista arvioi itsetuntonsa olevan hyvä. (Kuva 2.) Hajontaa tässä kysymyksessä oli enemmän kuin muissa. Havaintomme olivat tässäkin kysymyksessä samoilla linjoilla kerholaisten omien vastausten kanssa. Osalla heistä näytti olevan erittäin vahva itsetunto, toisilla se taas tuntui olevan heikompi. Havaitimme kuitenkin, että hyvä itsetunto ei aina näy ulospäin. Kerhon aikana itsetuntonsa heikoksi arvioineiden itsetunto vahvistui. Sen sijaan itsetuntonsa hyväksi tai erinomaiseksi arvioineilla ei tapahtunut näkyvää muutosta.



Kuva 3. Oletko saanut omasta mielestäsi teatterikerhossa lisää varmuutta?

Selitimme lapsille, että kyse on esiintymisvarmuudesta ja kerroimme, että se tarkoittaa sitä, miten hyvin uskaltaa esiintyä yleisölle. Kyselyn mukaan teatterikerho vaikutti positiivisesti lasten varmuuteen esiintyä, mikä vaikuttaa itsetuntoa tukevasti. (Kuva 3.) Myös omien havaintojemme mukaan lasten esiintymisvarmuus kasvoi, samoin kuin heidän kykynsä vastaanottaa haasteita ja kritiikkiä. Tämän huomasimme harjoituksia tehdessämme. Ensi alkuun vaikeammat harjoitukset tuntuivat epämieluisilta ja jopa ahdistavilta. Kerhon lopussa kerholaiset uskalsivat osallistua paremmin harjoituksiin, joita eivät välttämättä osanneet täydellisesti. Esiintymisvarmuutta lisäsi myös innostus näyttelemistä kohtaan ja tekemisen ilo. Kysyimme lisäksi, mikä heidän mielestään on vaikuttanut varmuuden lisääntymiseen. Alla ovat vastaukset lasten omin sanoin:

”Kerhon ohjaajat ovat auttaneet minua edistymään hyvin paljon.”

”Kun teemme erilaisia harjoituksia.”

”Näytteleminen.”

”Näytelmät.”

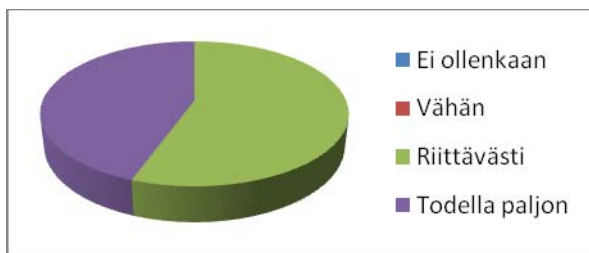
”Esiintyminen tai harjoittelu.”

”Kerhossa olen parantunut näyttelemisessä.”

”Harjoittelu.”

”Olen varmempi näyttelemään.”





Kuva 4. Onko teatterikerho mielestäsi vahvistanut itsetuntoasi?

Jokaisen kerholaisen mielestä teatterikerho vahvisti heidän itsetuntoaan. (Kuva 4.) Tulosta osasimme odottaa, sillä valitsimme harjoitukset ja tehtävät tätä tarkoitusta varten. Myös aiemman kokemuksemme mukaan teatteri-ilmaisu vahvistaa itsetuntoa. Kysyimme kerholaisilta lisäksi miten itsetunnon vahvistuminen näkyy. Alla heidän vastauksensa lasten omin sanoin:

”Se näkyy silloin, kun näyttelen koulussa.”

”Esiintymisessä.”

”Esiintyminen ei jännitä niin paljon.”

”Minusta on tullut parempi näyttelijä.”

”Se on auttanut esiintymään.”

”Uskallan esiintyä paremmin.”

”Olen todennut, että olen oppinut kerhossa näyttelyä.”

”Itsetunnon kautta.”

”No esiinnyn paremmin koulussa ja muuallakin.”

## 7.2 Lasten itsetuntoon vaikuttaneet tekijät

Sekä kyselyn että omien havaintojemme mukaan kerholaisten itsetuntoon vaikutti eniten itse näytteleminen. Tämä kävi ilmi avoimesta kysymyksestä, johon lapset vastasivat omin sanoin (mikä heidän mielestään on vaikuttanut varmuuden lisääntymiseen).

Teatterikerhossa itsetuntoa vahvasti myös se, että jokainen pääsi osallistumaan eikä ketään jätetty ulkopuolelle. Kaikki saivat ilmaista omat ajatuksensa ja mielipiteensä. Myös vertaisryhmän kannustus edisti itsetuntoa. Teatterikerhossa lapset oppivat vastaanottamaan palautetta omasta esiintymisestään, mikä osoittaa sen, että heidän itsetuntonsa kehittyi. (Ahonen 1994, 62 - 63.) He olivat sekä kritiikin antajina että vastaanottajina. Näin he oppivat, että kritiikki kohdistuu tekoihin ja toimintoihin, eikä yksilön persoonaan. Näytelmää valmisteltaessa lasten oli luotettava toisiinsa ja heidän kykyihinsä. Vertaisryhmässä muiden osoittama luottamus kasvatti lasten itsetuntoa.

Teatteri-ilmaisussa itsetuntoa tukevasti vaikuttavat oman kokemuksemme ja lasten vastausten mukaan näyttelemisen ja näytelmien harjoittelu. Teatteri-ilmaisun kautta lapset kokivat saaneensa esiintymisvarmuutta, mikä puolestaan tukee heidän itsetuntoaan. Jos kasvattajalla on hyvä itsetunto, se heijastuu lapseen. (Aho 1996, 48 - 49; Itsetunto.) Tästä voi vetää sen johtopäätöksen, että koska meillä ohjaajilla on hyvä itsetunto, oli myös sillä vaikutusta kerholaisten itsetunnon kehittymiseen.

## 8 POHDINTA

Kerhon tarkoituksena oli luoda pohja toiminnalle, joka on lapsille hauskaa ja johon kaikki voivat osallistua. Kohderyhmänä oli erityisesti 9 – 10-vuotiaat, joille kokemuksemme mukaan oli kaikista vähiten tällaista toimintaa tarjolla. Kehittämishankkeena loimme rungon itsetuntoa tukevalle teatterikerholle. Kerhon päätavoite oli tukea lasten itsetunnon kehittymistä positiivisella tavalla. Mielestämme pääsimme tähän tavoitteeseen.

Prosessin aikana tutkimme, mitkä tekijät teatteri-ilmaisussa vaikuttavat lasten itsetuntoon myönteisesti. Havaintojemme ja lasten vastausten mukaan näyttelemisen ja näytelmien harjoittelu vaikuttivat teatteri-ilmaisussa eniten. Teatteri-ilmaisusta lapset saivat esiintymisvarmuutta, mikä tukee heidän itsetuntoaan. He oppivat myös vastaanottamaan ja antamaan palautetta, sillä teatteri-ilmaisuuun kuuluu olennaisena osana muiden ohjaaminen ja ohjeiden vastaanottaminen. Tämäkin kehitti lasten itsetuntoa myönteisesti.

Myös ryhmätyöskentely ja kaikkien tasa-arvoinen huomioiminen kerhon aikana vaikuttivat myönteisesti, samoin kuin itsetunto- ja luottamusharjoitukset. Kerhossa itsetuntoon vaikutti kaiken muun ohella myös työskentely yhteisen tavoitteen eteen. Ker-

holaiset tuntuivat kehittyvän huomattavasti näytelmän työstämisen aikana. He uskalsivat olla eri mieltä toistensa kanssa, mutta oppivat tekemään kompromisseja, jotka sopivat kaikille osapuolille. Päädyimme siihen tulokseen, että teatterikerho on toimiva tapa tukea lasten itsetuntoa, sillä siinä yhdistyvät teatteri-ilmaisun sekä ryhmätyöskentelyn hyvät puolet.

Tulevaisuudessa voi olla mahdollista, että luomamme mallin mukaan teatterikerhojen pitämistä jatketaan seurakunnan toimesta. Lupasimme toimittaa valmiin opinnäytetyömme seurakunnalle, jotta he voivat hyödyntää sitä jatkossa.

## LÄHTEET

- Aho, S. 1996. Lapsen minäkäsitys ja itsetunto. Helsinki: Oy Edita Ab.
- Ahonen, H. & Kirjayhtymä Oy 1994. Löytöretki itseen. Tampere: Tammer-Paino Oy.
- Cacciatore, R., Korteniemi-Poikela, E. & Huovinen, M. 2008. Miten tuen lapsen ja nuoren itsetuntoa. Juva: WS Bookwell Oy.
- Halkola, H. & Pettinen, K. 2000. Teatterikasvatus päiväkotikäisen itsetunnon ja minäkäsityksen tukijana. Proseminarityö. Helsingin yliopisto
- Jarasto, P. & Sinervo, N. 1998. Elämää varten - Kouluikäisen lapsen maailma. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Keltikangas-Järvinen, L. 1994. Hyvä itsetunto. Juva: WSOY
- Koskiniemi, M. & Ventola, M-R. 1999. Pilottiseuranta teatteri-ilmaisun perusopetuksesta. Helsinki: Kuntaliiton painatuskeskus.
- Liukko, S. 1998. Ilmaisua ipanoille. Helsinki: Kirjayhtymä.
- Porna, I. & Väyrynen, P. 1993. Taiteen perusopetuksen käsikirja. Helsinki: Suomen kuntaliitto.
- Severikangas, T. 2000. Ilmaisutaidon seikkailuja.
- Silfverberg, P. 2001. Ideasta projektiksi - Projektisuunnittelun käsikirja. Helsinki: Edita
- Silfverberg, P. 2007. Ideasta projektiksi - Projektinvetäjän käsikirja. Helsinki: Edita
- Stenius, N. 1996. Muodonmuutoksia - Lapsi- ja nuorisoteatteriohjaajan opas. Rovaniemi: Vapaan Sivistystoimen liitto.
- Vehkalahti, R. 2006. Leikkivä teatteri. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

## Internetlähteet

Airaksinen, T. 2003. Toiminnallinen oppinäytetyö. Abstrakti. AFinLA. 2003. Syys-symposium. Mie ja kielitiede - soveltajan arki. Joensuu: 7.- 8.11.2003. Saatavissa: <http://www.joensuu.fi/fld/afinla2003/abstracts.pdf> . [Viitattu 30.8.2009.]

Vuorovaikutustaidot. Suomen nuorisoyhteistyö Allianssin kotisivut. Saatavissa: [http://www.alli.fi/tieto/polycult/3\\_1.html](http://www.alli.fi/tieto/polycult/3_1.html). [Viitattu 11.9.2009.]

Minäkäsitys, minäkuva ja identiteetti. Uusien kasvojen kaista JuuretON - internetsivusto. Saatavissa: <http://www.juureton.fi/?sid=101>. [Viitattu 7.9.2009.]

Itsetunto. Opiskelijoiden tukikeskus Nyyti Ry:n kotisivut. Saatavissa: [http://www.nyyti.fi/linkit\\_ja\\_artikkelit/artikkelit/itsetunto.htm](http://www.nyyti.fi/linkit_ja_artikkelit/artikkelit/itsetunto.htm). [Viitattu 11.7.2009.]

Hyvä itsetunto auttaa koulutiellä. Kaksplus -lehden kotisivut. Saatavissa: <http://kaksplus.fi/koululainen-ja-nuori/kouluun/hyva-itsetunto-auttaa-koulutiella>. [Viitattu 11.7.2009.]

Pajanan, H. 2006a. 8 - 9 -vuotias. Tunne-elämä ja vuorovaikutus 8-9v. Ryhmässä olo 8 - 9v. Moraalinen kehitys 8 - 9v. Saatavissa: <http://www.nettineuvo.fi/index.asp>. [Viitattu 11.7.2009]

Pajanan, H. 2006b. 10 - 12-vuotias. Tunne-elämä ja vuorovaikutus 10 - 12v. Nuoren itsetunto 10 - 12v. Sosiaalinen kehitys 10 - 12v. Kaverit 10 - 12v. Saatavissa: <http://www.nettineuvo.fi/index.asp>. [Viitattu 11.7.2009]

Rantanen, T. 2006. Hyvä itsetunto. Saatavissa: <http://www.nettineuvo.fi/index.asp>. [Viitattu 11.7.2009.]

Ryhmäprosessi. Nuorten Akatemian kotisivut. Ohjaajan kansio. Osa 3. s. 11 – 13, 15. Saatavissa: [www.nuortenakatemia.fi](http://www.nuortenakatemia.fi). [Viitattu 23.10.2009]

Scheinin, P. 2003. Onnistuuko itsetunnon vahvistaminen ja syrjäytymisen ehkäisy kouluissa?. Loppuraportti. Koulutuksen arviointikeskus. Saatavissa:

[http://www.oph.fi/instancedata/prime\\_product\\_julkaisu/oph/embeds/48932\\_Terveisetunto\\_loppuraportti2.pdf](http://www.oph.fi/instancedata/prime_product_julkaisu/oph/embeds/48932_Terveisetunto_loppuraportti2.pdf). [Viitattu 11.7.2009.]

Toiminnallinen opinnäytetyö. Nettisanakirja Wikipedia. Saatavissa:

[http://fi.wikipedia.org/wiki/Toiminnallinen\\_opinn%C3%A4yte](http://fi.wikipedia.org/wiki/Toiminnallinen_opinn%C3%A4yte). [Viitattu 30.8.2009.]

## TUTKIMUSLUPA

Olemme sosionomi (AMK) -opiskelijoita Kymenlaakson Ammattikorkeakoulusta. Teemme opinnäyte-työnämme tutkimuksen teatteri-ilmaisun vaikutuksesta lapsen itsetuntoon. Toteutamme tutkimuksen pi-tämällä teatterikerhoa tilaajanamme Kuusankosken seurakunta. Opinnäytetyömme aihe on ”Lapsen it-setunnon tukeminen teatteri-ilmaisun avulla”.

Pyydämme lupaa saada tehdä tutkimustyötä aiheesta.

Päiväys ja allekirjoitus

---

Sanna Purho

---

Tiia Hernejärvi

Lupa myönnetty

Lupa evätty

Päiväys ja allekirjoitus

---

Riitta Tilus-Lohman

Liite 2.

Hyvät Vanhemmat!

Olemme kaksi sosionomiopiskelijaa Kymenlaakson ammattikorkeakoulusta. Teemme opinnäytetyötä aiheesta lapsen itsetunnon tukeminen teatteri-ilmaisun avulla. Aineiston keräämme 2009 kevään aikana. Opinnäytetyössämme havainnoimme lapsia teatterikerhon toiminnassa ja vuorovaikutuksessa muiden lasten ja ohjaajien (meidän) kanssa. Keskustelemme myös lasten kanssa itsetunnosta ja teatteri-ilmaisusta. Havainnointimme kohdistuu koko ryhmään sekä jokaisen lapsen yksilölliseen toimintaan.

Havainnointi tapahtuu maaliskuu-toukokuun aikana. Havainnointi tulee noudattamaan eettisiä periaatteita ja näin ollen käsittelemme aineistoa luottamuksellisesti eikä opinnäytetyössämme mainita lasten nimiä. Toivomme, että palauttaisitte ohessa olevan havainnointiluvan meille mahdollisimman pian.

Kiitos ja yhteistyöterveisin,

Kuusankoskella 3.3.2009

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Sanna Purho

Tiia Hernejärvi



\_\_\_\_\_

Havainnointilupa

Lapsen nimi \_\_\_\_\_

Lupa havainnoida lastani

Annan luvan havainnointiin

En anna lupaa havainnointiin

Päiväys ja allekirjoitus \_\_\_\_\_

Nimen selvennys \_\_\_\_\_



Liite 3.

## METSÄNELÄINTEN JUHLAT

Hahmot: Jänis Orava  
Kettu Mäyrä  
Susi Karhu  
Pöllö Siili  
Kertoja

Kertoja: Olipa kerran pieni metsä, jossa asui puhuvia eläimiä. Joka kevät eläimet järjestivät suuret juhlat koulun loppumisen kunniaksi. Niinpä myös tänäkin keväänä he kerääntyivät iki-vanhan suuren kuusen juurelle kuuntelemaan viisaan pöllön sanoja.

Pöllö: Olemme kokoontuneet tänne tänään sopimaan suuren juhlan järjestelyistä. Kuten tiedätte, on joka kevät määrä juhlia koulun päättymistä ja eläinten sopua. Koska niin kuin Suures-sa Kirjassa sanotaan: Älköön kukaan metsän eläin kiusatko toista metsän eläintä, tai muu-ten lankeaa kirous metsän ylle.

Kaikki: Aivan! Viisas pöllö on oikeassa!

Pöllö: Juhlapaikka pitää tietenkin koristella, kuka tähän ryhtyy?

Orava: Minä haluan koristella! Osaan tehdä hienoja käpykransseja!

Jänis: Minä myös! Osaan tehdä hienoja porkkanaruusukkeita!

Pöllö: Selvä. Koristelun hoitavat Orava ja Jänis. Kuka hoitaa ruuat?

Karhu: Minä voin hoitaa sen, minulla on vielä paljon hunajaa ja marjoja jäljellä.

Siili: Minäkin haluan osallistua juhlien järjestelyyn, onko minulle mitään hommaa?

Pöllö: Sinä pikkuinen voisit jakaa mainokset vikkelillä jaloillasi.

Siili: Sopii, voin myös kirjoittaa ne lehtiin terävillä piikeilläni!

Pöllö: Hyvä, nyt kun olemme sopineet juhlien järjestelyistä, on aika ryhtyä töihin!

Kertoja: Eläimet alkoivat touhuta kukin omia töitään, Karhu leipoi piirakoita ja keitteli kiisseliä, Siili kirjoitti mainoksia, ja Orava ja Jänis alkoivat valmistella koristeita.

Kun juhlapäivä koitti, kaikki oli valmista. Lumoava tuoksu ja kauniit koristeet täyttivät juhla-aukean. Eläimet saapuivat paikalle täynnä juhلاميeltä.

Mäyrä ja Susi juttelivat kauempana muista eläimistä.

Susi: Kylläpä täällä on kaunista, melkein vierähtää kyynel jopa minulta, vanhalta hopea turkilta.

Mäyrä: Aivan, kuomaseni. Olen kanssasi samaa mieltä, ja tuoksu on myös mitä ihanin, karhu on taas ylittänyt itsensä.

Susi: Herahtaa ihan vesi kielelle. Siitä puheen ollen, mahtaako Kettu maltaa pitää kypälänsä erossa Jäniksestä tänä vuonna?

Mäyrä: Parempi olisi, muistathan kirouksen...

Kertoja: Mutta ketulla oli jo muuta mielessä, se suunnitteli nappaavansa Jäniksen kun kukaan ei katso. Kettu hiippaili Jäniksen kannoilla, yrittäen näyttää mahdollisimman viattomalta. Se odotti sopivaa hetkeä hyökätä.

Kettu: (mumisee itsekseen) Tänä vuonna minä kyllä nappaan tuon ristihuulen paistikseni... (Nuolee suupieliään)

Kertoja: Orava, joka istui kuusen oksalla, näki kuinka Kettu tuijotti Jänistä ahnaasti, ja huolestui. Hän meni viisaan Pöllön puheille, ja kertoi näkemästään.

Orava: Näin kuinka Kettu repolainen tuijotti Jänis –raukkaa. Sillä on ihan varmasti pahat mielessä!

Pöllö: Hyvä kun tulit kertomaan minulle, asialle täytyy tehdä jotakin. Kutsu Susi ja Karhu paikalle.

Orava: Oitis, oi viisas Pöllö!

Kertoja: Orava lähti tohkeissaan hakemaan Sutta ja Karhua Pöllön luo. Se kipitti minkä pienistä jaloistaan pääsi, mutta ei aivan ehtinyt. Kettu syöksi Jäniksen kimppuun, ja hetkessä juhlapaikan täytti kauhea mekkala.

Karhu ja Susi, jolta roikkui suupielestä marjapiirakkaa, havahtuivat, ja ampaisivat hätiin.

Kettu: Irti! Paisti on MINUN, MINUN!!!

Karhu: Kettu, päästä irti siitä Jäniksestä! Se ei ole kenenkään paisti, vaan meidän ystävämme, kai muistat kirouksen?

Kertoja: Kuullessaan kirouksesta, Kettu luimisti korviaan ja päästi Jäniksestä irti häpeissään.  
Hän murisi tyytymättömänä.

Kettu: Hyvä on sitten... Sitkeää se olisi kuitenkin ollut.

Jänis: Kiitos Karhu, Kiitos Susi. Ilman teitä olisin nyt padassa... Hrrr....

Karhu ja Susi: Eipä kestä pikkuinen, pääasia, että olet turvassa.

Pöllö: Ja samoin on turvassa koko metsä. Kai ymmärrät, Kettu, että olit juuri vaarassa langettaa kirouksen meidän kaikkien ylle, myös itsesi?

Kettu: Olen pahoillani. Jänis, voitko mitenkään antaa minulle anteeksi? Olen vain niin hurjan nälkäinen.

Jänis: Toki, kuhan et tee tuota uudestaan.

Kertoja: Ja niin rauha palasi puhuvien eläinten metsään. Kettu sai syödäkseen niin paljon piirakkaa, kuin hänen mahaansa mahtui, ja Jänis puputti tyytyväisenä tekemiään koristeruusukkeita. Juhlat jatkuivat myöhään yöhön, kunnes kaikki eläimet väsähtivät ja nukahtivat niille sijoilleen. Kaikki paitsi vanha, viisas Pöllö.

Liite 4.

## MURHA JUNA-ASEMALLA

### KÄSIKIRJOITUS

Kohtaus 1.

(Mies kävelee juna-asemalle kantaen matkalaukkuja. Hän katsoo kelloaan ja mutisee itsekseen.)

Niklas: Olen aivan liian aikaisessa. Junan tuloonhan on vielä puoli tuntia... Eikä kahvilakaan ole vielä tähän aikaan auki.

(Nurkan takana seisoo musta hahmo. Hän kohottaa aseensa ja ampuu miestä kohti. PAM! Mies tuupertuu kuolleen maahan.)

Izma: SIITÄS SAIT! (Naurua.) (Kumartuu uhrin ylle, nostaa tätä hieman. Repäisee Niklaksen kaulalta korun, samalla paidasta repeää pala kangasta, missä on nappi.) Ja TÄMÄN minä otan mukaani... (Lähtee kävelemään pois asemalta. Törmää matkalla asemalle saapuvaan Anna Aurinkoon.)

Anna: HEI, varo vähän! (Itselleen) Olipas siinä töykeä tyyppi... (Kävelee asemalaiturille, huomaa uhrin. KILJAISU!)

Anna: (Soittaa hätänumeroon) Apua! Täällä on tapahtunut murha! (Kuuntelee) Kouvolan Matkakakeskuksella! Täällä makaa mies kuolleen, laiturilla 1. (Kuuntelee) No kyllä olen varma että hän on kuollut. (Kuuntelee) No siitä tiedän, että hänellä on iso reikä selässä! (Kuuntelee) Anna Aurinko. (Kuuntelee) Selvä, odotan. (Sulkee puhelimen)

(Poliisi Harald Vuorinen ja etsivä Vilen saapuvat paikalle koirien kanssa. Etsivä Vilen menee kuulustelemaan Annaa, Vuorinen etsii koirien kanssa todisteita)

Vilen: Olitko paikalla kun murha tapahtui?

Anna: En, mutta kuulin kovan pamauksen tunneliin. Luulin sitä auton renkaaksi... Kun nousin asemalle, joku kiireisen oloinen tyyppi melkein kaatoi minut.

Vilen: Miltä tämä henkilö näytti, pystytkö kuvailemaan häntä? Esimerkiksi mitä hänellä oli yllään, tai minkä väriset hiukset hänellä oli?

Anna: Kyllä... Hänellä oli mustat vaatteet ja vaaleat hiukset. Taisi olla huppari.

Vilen: Oliko hän mies vai nainen?

Anna: En tiedä, en nähnyt niin tarkasti.

Vilen: Selvä, kiitos tästä. Saisinko yhteystietonne, saatamme tarvita niitä vielä myöhemmin.

Anna: Toki. (Kirjoittaa lapulle yhteystiedot ja antaa sen etsivä Vilenille ja poistuu paikalta.)

(Samassa poliisikoirat alkoivat haukkua uhrin lähellä. Kun Vuorinen meni tarkistamaan, mikä koirille tuli, hän löysi maasta palan revennyttä kangasta. Hän tutki palaa hetken, ja huomasi siinä olevassa nappissa sormenjäljen.)

Vuorinen: (etsivä Vilenille) HEI! Löysin sormenjäljen! Se on kyllä vain osittainen, mutta uskon, että sitä voi käyttää. (Näyttää nappia etsivälle)

Vilen: Hienoa. Viedään se poliisiasemalle. (Kävelevät pois päin) (Uhri kannetaan pois)

(Aseman edustalla Ossi Marjanpää on saapumassa junalta bussipysäkillä. Matkalla hän kaatuu, ja hänen paitansa repeää. Izma, joka epätoivoisesti yrittää piilottaa huppariaan, huomaa tämän ja näkee tilaisuutensa tulleen. )

Ossi: (sadattelee itsekseen) Pitipä tämänkin nyt vielä sattua. (Izma saapuu Ossin luokse)

Izma: Hei! Näin kun kaaduit ja rikoit paitasi. Kävikö pahasti?

Ossi: Ei tässä nyt niin pahasti käynyt, paita vain harmittaa. Ei ole muuta mukana.

Izma: Haluaisitko ostaa minun hupparini? Saat sen eurolla.

Ossi: (Valmiiksi kiireisenä suostuu tarjoukseen) Joo, mikä ettei. Tuossa. Tasan euro.

Izma: Joo, kiitos. Minulla on hyvin kiire. Hei hei.

(Izma huomaa poliisin tulevan lähemmäs ja säntää karkuun. Ossi laittaa hupparin päälleen ja lähtee juoksemaan bussille.)

(Poliisit näkevät vaaleahiuksisen Ossin, joka juoksee bussille musta huppari päällään, ja lähtevät perään. Bussi ehtii kuitenkin lähteä Ossi kyydissään. Poliisi soittaa bussikuskille.)

Vuorinen: Poliisista päivää. Jahtaamme mahdollista murhaajaa, ja uskomme hänen olevan bussissa. Ei kuitenkaan ole syytä paniikkiin. Voisitteko kertoa minne bussiin viimeisenä tullut mies on matkalla?

Bussikuski: Tottahan toki, autan mielelläni. Hän osti lipun Voikkaalle.

## 2. Kohtaus

(Linja-auto saapuu Voikkaan bussipysäkille. Vuorinen ja Vilen odottavat Ossia.)

(Ossi poistuu bussista)

Vuorinen: Tulkaa mukaamme. Teidät on pidätetty epäiltynä Niklas Pyöriläisen murhasta.

Ossi: Mitä? Kenen? Okei...? Onko tämä joku vitsi?

Vuorinen: Ei ole. Lähdetäänpä asemalle.

(Ossi talutetaan poliisiautoon.)

(Saapuvat poliisiaseman kuulusteluhuoneeseen. Ossi katselee hämillään poliiseja.)

Vuorinen: Missä olit tänään aamulla kello kuusi?

Ossi: Kotona, juuri lähdössä asemalle bussia odottamaan.

Vilen: Olitko yksin kotona? Voiko kukaan todistaa tätä?

Ossi: Olin, en tiedä näkikö kukaan naapureista minun lähtevän.

Vuorinen: Tunsitko uhrin, Niklas Pyöriläisen?

Ossi: En.

Vilen: Tapauksella on yksi silminnäkijä, ja te sovitte hänen kuvaukseensa mahdollisesta murhaajasta.

Ossi: Kuulkaas nyt, en ole tappanut ketään! Olin lähdössä töihin, ja siellä minun pitäisi olla tänäkin hetkellä!

Vuorinen: Jos ette kerran ole tappaneet ketään, niin miksi teillä on murhaajan vaatteet yllänne?

Ossi: Mitkä? Tämän hupparin ostin asemalla joltakin naiselta, kun rikoin oman paitani. Katso-kaa vaikka. (Näyttää omaa paitaansa.)

Vilen: Tuo ei todista vielä mitään.

Ossi: Se nainen vaikutti aika kiireiseltä, lähti juoksemaan heti kun oli saanut rahat käteen. (Turhautuneena) Menkää vaikka kysymään joltakin, olihan siellä ihmisiä! Se yksi mies ainakin näki, ja varmasti odottelee siellä vieläkin.

Vuorinen: Hyvä on. Mutta sinä joudut kuitenkin jäämään tänne.

Ossi: (Tuhauttaa ja levittää kätensä.) Minun pitää sitten soittaa töihin.

Vilen: Me soitamme puolestanne.

(Vuorinen ja Vilen poistuvat.)

(Takaisin matkakeskuksella.)

Vilen: Tuon miehen täytyy olla se, ketä herra Marjanpää tarkoitti. (Huikkaa miehelle) Päivää. Olitteko täällä noin tunti sitten?

Eetu: Juu, täällähän minä.

Vuorinen: Satuitteko näkemään ostiko tämän näköinen mies mustan hupparin joltain täällä asemalla? (Näyttää kuvaa Ossista.)

Eetu: Jep, ostihan se. En kyllä nähnyt että oliko se huppari, mutta jotain mustaa kangasta se nainen sille kauppasi.

Vilen: Kuvailisitko tätä naista?

Eetu: Joku blondi se oli, en katsonut sen tarkempaa.

Vuorinen: (Vilenille) Todistajamme ei tosiaan osannut sanoa oliko murhaaja mies vai nainen...

Vilen: (Vuoriselle) Aivan. Tällä hetkellä näyttäisi siltä että murhaajamme onkin nainen.

Vuorinen: Kiitos yhteistyöstänne. Ottaisimme vielä yhteystietonne.

(Eetu kirjoittaa lapulle.)

Vuorinen: Hyvää päivänjatkoa.

Eetu: Kiitti, samoin.

(Vuorinen ja Vilen palaavat poliisiasemalle.)

Vilen: Katsotaanpa nyt sitä löytämäsi sormenjälkeä. Jos se täsmää epäilyyn, tapaus on ratkaisu. Jos ei, lähdemme sen naisen perään.

(Tutkivat napista löytynyttä sormenjälkeä ja vertaavat sitä Ossilta saamiinsa.)

Vuorinen: Ei täsmää. Meillä on väärä kaveri.

(Päästävät Ossin vapaaksi.)

Vilen: Pahoittelemme tätä vaivaa. Korvaamme kyllä menettämämme ansiotulon. Tästä ei jää mitään merkintää rekisteriinne.

Ossi: Eipä tuo mitään, onneksi asia selvisi.

Vuorinen: Parempaa jatkoa päivälle.

Ossi: Kiitos, sitä samaa. Ottakaa se tyyppi kiinni.

(Ossi lähtee.)

### 3. Kohtaus

(Vuorinen ja Vilen tulevat takaisin juna-asemalle. Tutkivat maata ja murhapaikkaa muutenkin. Huomaavat vähän matkan päässä epäilyttävän tyyppin. Tyyppi vilkuilee poliiseja hermostuneesti ja lähtee karkuun.)

Vuorinen: HEI! Sinä siellä! Pysähdy!

Tyyppi: Älkää! En tehnyt sitä tahallani! Unohdin!

Vilen: Mistä te puhutte? Mitä unohditte?

Tyyppi: Maksaa autoveron! Ettekös te sen takia minua jahdanneet?

(Vuorinen ja Vilen katsovat toisiaan ja tuhahtavat.)

Vuorinen: Ala mennä siitä, täällä on rikostutkinta kesken. Ja maksa se vero heti kun pystyt.

Tyyppi: Kiitos, kiitos. Tämä ei tule toistumaan. (Tyyppi lähtee.)

(Koirat huomaavat jotakin mielenkiintoista ja alkavat haukkua. Vuorinen ja Vilen menevät katsomaan. Maassa on oudon näköinen, kurainen kengänjälki. )



Vilen: Kengänjälki! Tuo saattaa kuulua murhaajalle. Odota, haen kameran.

(Vuorinen katselee hetken kengänjälkeä ja tajuaa, että tunnistaa sen jostakin. )

Vuorinen: No mutta minähän tunnistan tämän kengänjäljen! Tällaisia kenkiä ei ole kuin yhdellä henkilöllä. Sillä naisella on kyllä turhan tulinen luonne. Vähän väliä tappeluissa. (Vilen tulee takaisin.)

Vuorinen: Katsoppa tarkemmin tätä kengänjälkeä. Tunnistatko sen jostakin?

Vilen: (Katsoo jälkeä ja ottaa siitä kuvan. Katsoo yläviistoon mietteliäänä.) Izma... Tapaamme jälleen.

(Poistuvat asemalta etsimään Izmaa.)

Vilen: Hei! Katsoppa tuonne terassille! Eikös meidän pikku ystävämme olekin siellä?

Vuorinen: No mutta, niinpä onkin! Tämähän kävi helposti..

(Lähestyvät terassia, Izma huomaa heidät ja yrittää karkuun.)

(Koirat lähtevät Izman perään haukkuen, ja saavatkin hänet nopeasti kiinni, ja kaadettua maahan.)

Izma: Viekää nuo rakit muualle!!!

Vilen: Olette pidätetty Niklas Pyöriläisen murhasta. Onko teillä jotakin sanottavaa?

Izma: Se ääliö ansaitsi sen...

(Lähtevät poliisiasemalle.)

Vuorinen: Kerro omin sanoin, mitä tapahtui?

Izma: No minäpä kerron... (Muistelee)

(valaistus vaihtuu, Niklas astuu näyttämölle.)

Niklas: Izma, tämä oli tässä. Olen löytänyt uuden.

Izma: Sinä senkin! Kuinka voit tehdä minulle näin?

Niklas: Oikeastaan aika helposti. Olet äkkipikainen, ja kyllästyin toilailuihisi.

Izma: Kuka se akka on?!

Niklas: Et tunne häntä. Hän on aivan erilainen kuin sinä. Ole hyvä ja poistu asunnostani!

Izma: Tämän saat vielä maksaa!!

Niklas: (naurua...)

(paluu poliisiasemalle, valot vaihtuvat, Niklas poistuu näyttämöltä.)

Izma: Joten odotin sopivaa hetkeä, jotta pääsisin eroon siitä miehestä. Lopullisesti... Jos minä en saa häntä, ei saa kukaan muukaan!

Vilen: Tunnustat siis murhanneesi uhrin?

Izma: Sanotaan, että poistin ongelman päiväjärjestyksestä.

Vilen: Tästä tulee sinulle pitkä kakku. Vuorinen, laitapa rouvalle helyt ranteisiin!

Vuorinen: Ilomielin. Lähdetäänpä Izma vesi ja leipä -ravintolaan. Siellä saatkin tapella ihan sydämesi kyllyydestä betoniseiniä kanssa.

(Kaikki poistuvat paikalta.)

(Koirat saapuvat näyttämölle. Puhuvat toisilleen.)

Rex: Taas yksi pahantekijä on saatu lukkojen taakse.

Rix: En ymmärrä, miten jotkut ihmiset voivat tehdä jotain niin paha, kuten tappaa toisen ihmisen.

Rex: Tiedän mitä tarkoitat.

Rex: (Kääntyy puhumaan yleisölle.) Tähän tarinaan sisältyi opetus. Kuten näitte, rikos ei ikinä kannata.

Rix: Siitä koituu harmia myös viattomille ohikulkijoille. Eikä kenelläkään ole oikeutta vahingoittaa toista, oli syy mikä hyvänsä.

Rex: Onneksi on olemassa poliisit, jotka huolehtivat turvallisuudestamme.

(Koirat poistuvat näyttämöltä, kumarrukset yms.)

Liite 5.

KYSELY ITSETUNNOSTA

21.4.2009

1. Oletko mielestäsi varma esiintyjä?

1	2	3	4
En ollenkaan			Erittäin varma

2. Millaiseksi arvioisit itse oman itsetuntosi?

1	2	3	4
Heikko			Erinomainen

3. Oletko saanut omasta mielestäsi teatterikerhossa lisää varmuutta?

1	2	3	4
En ollenkaan			Todella paljon

Mikä kerhossa on vaikuttanut tähän? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

4. Onko teatterikerho mielestäsi vahvistanut itsetuntoasi?

1	2	3	4
Ei ollenkaan			Todella paljon

Miten se näkyy? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Liite 6.

## **2. KERHOKERTA**

Tämän kerran teemana on luottamus ja ryhmäytyminen. Lapset oppivat tekemään yhteistyötä leikkien kautta, sekä luottamaan toisiinsa sekä meihin ohjaajina erilaisten harjoitusten avulla. (Harjoituksina mm. ohjaajien käsien varaan pudottautuminen.) Luottamus harjoituksiin ja muihin leikkeihin käytämme kerhokerran alusta n. 45 min.

Toisen puolikkaan käytämme erilaisiin teatteri-ilmaisullisiin leikkeihin ja harjoituksiin, jotta lapset pääsevät kokeilemaan omaa luovuuttaan ja esiintymistä.

Lopussa pidämme rentoutuksen.

### **Alkuleikit**

#### **Monenlaiset ihmiset**

Kerhonohjaaja kertoo ja näyttää esimerkkiä, muut tekevät perässä.

On olemassa monenlaisia ihmisiä. Toiset ovat hyvin pitkiä (seistään varpaillaan, kädet ylhäällä), tai erikoisen pitkiä (nostetaan käsiä vieläkin ylemmäksi), monet kasvavat koko ajan lisää pituutta (venytetään sormetkin suoriksi ja kurotetaan ne niin ylös kuin saadaan).

Toiset ihmiset ovat pikkuisia (rojahdetaan velttona lattialle), niin pikkuisia että he ovat aivan jyvän kokoisia (kyyristytään lattialle vielä pienempään tilaan).

Monet ovat lihavia (pullistetaan maha ulospäin), niin lihavia, että vatsa aivan roikkuu (työnnetään vatsaa kaarelle eteenpäin). Useat urheilevat (hyppy haara-asentoon).

Hyvässä kunnossa pysyminen edellyttää jatkuvaa liikkumista ja treenaamista (hyppyjä perus- ja haara-asentoon, samalla kädet sivukautta suorana pään ylle ja reisiin. Reipasta liikettä ainakin puoli minuuttia).

Myös lepo on ihmiselle hyväksi (lysähdetään lattialle makaamaan nukkuma-asentoon)

Unen jälkeen monet venyttelevät ja haukoott...televaat (venyttelyä ja haukottelua, silmien hieromista).

Jotkut ihmiset ovat levottomia kuin tuuliviirit (kädet sivuille, edestakaisin liikettä ylävartalo pyörien), toiset liikkuvat hätäisesti paikasta toiseen ja miettivät ehtivätkö joka paikkaan (pompitaan paikalla tansahyppelyä).

Vanhukset ovat joskus kovin koukkuselkäisiä ( seisotaan jalat suorassa, kumarrutaan eteenpäin ja asetetaan sormet/kämmenet lattiaan). Lapset sen sijaan ovat vikkeliä ja villejä ( hullunkurista discoliikeh-dintää)

Lopuksi kaikki voivat hieman venytellä ja istahtaa lepäämään.

### **Aaltoilu**

Leikkijät muodostavat piirin. Leikinohjaaja kääntyy oikealle 90 astetta niin, että hän seisoo oikealla puolella olevaa leikkijää kohti. Seuraava leikkijä hänen vasemmalla puolellaan kääntyy myös 90 astetta ja katsoo leikinohjaajaan päin. Samoin kolmas leikkijä jne. Kaikki piirissä olevat tekevät saman. Heti kun leikinohjaaja huomaa, että liike on kulkenut piirin ympäri, hän aloittaa uuden liikkeen, esimerkiksi nostaa käden ylös. "Suuri aalto" toteutuu taas. Kun leikinohjaaja taas huomaa liikkeen kulkeneen piirin ympäri, hän alkaa uuden liikkeen (nojaa, kumartuu tms.).

### **Hymyn heitto**

Istutaan tiiviissä piirissä siten, että jokainen voi nähdä toisensa. Leikin aloittaja hymyilee avoimesti ja katsoo toista leikkijää silmiin. Sitten hän pyyhkäisee hymynsä kädellään kasvoiltaan ja heittää sen valitsemalleen leikkijälle. Tämä ottaa hymyn "kiinni" ja levittää sen hetkeksi kasvoilleen. Sitten hän pyyhkii oman hymynsä pois ja heittää sen seuraavalle. Kenenkään muun ei tule hymyillä ja heittäjän kasvoille ei saa jäädä jälkeäkään siinä olleesta hymystä. Tämä leikki onnistuu tietysti silloinkin, kun se epäonnistuu.

### **Tuntotaulu**

Leikkijät seisovat jonossa. Jokaisella on kynä kädessään ja paperi selässään. Jonon viimeinen piirtää edessään seisovan selkään haluamansa kuvion, numeron tai kirjaimen. Tämä puolestaan yrittää piirtää saman kuvion edessään olevan selkään. Näin kuvio etenee selästä toiseen, kunnes jonon etummainen piirtää sen paperille tai liitutaululle. Lopuksi katsotaan, muuttuiko kuvio matkalla.

### **Syy ja seuraukset**

Leikkijät muodostavat piirin. Ensimmäinen leikkijä keksii yksinkertaisen lauseen, kuten "Minulla on nälkä." Seuraava leikkijä kertoo, miksi. Esimerkiksi: "Koska jääkaappi on tyhjä." Kolmas leikkijä jatkaa seuraavalla selityksellä "...koska olemme palanneet lomalta." Seuraava leikkijä keksii uuden alun ja toiset kaksi jatkavat, kunnes syiden ja seurausten ketjussa on kolme tasoa.

## **Seläkkäin pystyyn**

Kaksi leikkijää istuu lattialla selätysten siten, että heidän polvensa ovat koukussa. Tästä asennosta he yrittävät päästä seisaalleen työntämällä selkiään vastakkain jalkojaan liikuttamatta. Pystyyn päästyään leikkijät voivat yrittää istuutua selätysten takaisin maahan.

## **Hahaha!**

Leikkijöille jaetaan numerot. He käyvät lattialle selälleen numerojärjestykseen siten, että seuraavan pää on edellisen vatsan päällä. Kun kaikki ovat lattialla selällään, pää toisen vatsalla, aloittaa ensimmäinen sanalla "ha", toinen jatkaa "haha", kolmas "hahaha", aina jokaisen saaman numeron mukaan. Leikin kestäessä kaikki saavat nauraa paitsi se, kenen vuoro on sanoa "ha". Leikki loppuu yleensä yhteiseen naurunremakkaan.

## **Teatteriharjoitukset**

### **Jähmettyneet tunteet**

Leikkijät kävelevät rauhallisesti ympäri leikkitilaa, taustalla soi hiljainen musiikki. Musiikki pysäytetään ja leikinohjaaja sanoo jonkin tunnetilan (viha, kateus, ilo, tyytyväisyys jne.). Leikkijät jähmettyvät tunnetta esittäväksi patsaaksi. Muihin leikkijöihin ei saa koskea, tarkoituksena on kuvata tunnetta omalla vartalolla ja ilmeellä.

### **Hassut kävelyt**

Lapset kävelevät "hassusti" musiikin soidessa valitsemaansa paikkaan. Saavuttuaan valitsemaansa pisteeseen he vaihtavat kävelytyyliä.

### **Perhe lähtee matkalle**

Leikkijät jaetaan 5-6 hengen ryhmiin. Jokaiselle ryhmälle annetaan sama aihe: perhe lähtee kesälomalle omalla autolla. 10-15 minuutin valmistautumisen jälkeen kukin ryhmä esittää vuorollaan oman toteutuksensa. Niistä voidaan keskustella: miltä tuntui esittää aihetta ja omaa roolia, mikä oli helppoa tai vaikeaa jne. Rekvisiittana käytetään ainoastaan tilassa olevia materiaaleja ja välineitä.

## **Loppuleikit**

### **Katseet kohtaavat**

Leikkijät seisovat piirissä. Jokainen kääntyy katsomaan vasemmalla puolellaan olevaa. Katsottuaan hetken hän siirtää katseensa seuraavaan ja taas seuraavaan jne. Katseen pitää pysähtyä hetkeksi jokaiseen piirissä seisovaan. Jos kaksi ihmistä huomaa katsovansa toisiaan suoraan silmiin, eivät he siirräkään katsettaan eteenpäin vaan vaihtavat hiljaa paikkoja keskenään. Uudella paikalla aloitetaan taas katsominen vasemmalla puolella seisovasta. Leikin aikana ei puhuta.

### **Keskittymisleikki**

Leikkijät muodostavat pareja. Parit seisovat selätysten vastakkain silmät kiinni. Parit kääntyvät hitaasti ympäri ja yrittävät löytää toistensa sormenpäät. Leikkiä voi jatkaa etsimällä seuraavaksi esimerkiksi parin kyynärpäät jne.