

Sanna Visuri

**MINÄTYS! LAPSEN ITSETUNNON TUKEMINEN DRAA-
MALLISIN MENETELMIN**

**Opinnäytetyö
CENTRIA AMMATTIKORKEAKOULU
Esittävän taiteen koulutusohjelma
Huhtikuu 2015**

TIIVISTELMÄ OPINNÄYTETYÖSTÄ

Yksikkö Kokkola-Pietarsaari	Aika Huhtikuu 2015	Tekijä/tekijät Sanna-Maaria Visuri
Koulutusohjelma Esittävä Taide		
Työn nimi Minätys! Lapsen itsetunnon tukeminen draamallisin menetelmin		
Työn ohjaaja Raisa Ekoluoma		Sivumäärä 35
Työelämäohjaaja		
<p>Tutkimuksen tarkoituksena on selvittää miten draamamenetelmillä voi tukea lapsen itsetunnon kehitystä. Opinnäytetyö on tehty yhteistyössä Kokkolan sosiaali- ja terveystoimen alaisen yksikön Isokadun perhepalvelukeskuksen kanssa. Kohderyhmänä oli lastensuojelun tarpeessa olevien perheiden 8-12 vuotiaat lapset.</p> <p>Kokonaisuudessaan työ koostuu toiminnallisesta osuudesta sekä teoriaosuudesta. Tutkimuksen toiminnallisessa osuudessa järjestin draamapainotteisen Minätys- pajan helmikuussa 1.2.14-2.2.14 & 8.2.14-9.2.2014.</p> <p>Minätys on laadullinen tutkimus, jossa aineistona lähdekirjallisuuden ohella käytettiin myös opinnäytetyön tekijän päiväkirjamerkintöjä sekä osallistujilta saatua palautetta. Teoriaosuuteen sisältyy prosessinkuvaus toiminnallisesta osuudesta.</p> <p>Draamamenetelmillä on mahdollista tukea lapsen itsetuntoa kun valitaan käyttöön itsetunnon eri- osa-alueita tukevia harjoitteita. Itsetuntoa tukevien draamamenetelmien tulisi sisältää, etäännyttämisen, rakentavan palautteen, ryhmätyöskentelyn ja työskentelyn yksilönä ryhmässä. Työskentelytilanteen tulisi perustua turvalliseen ilmapiiriin ja vapaaehtoisuuden periaatteeseen, mikä takaa yksilön mahdollisuuden reflektoidaan ja kokemukselliseen oppimiseen. Draamamenetelmistä toimivia ovat prosessidraama, erilaiset keskittymisharjoitteet, roolileikki ja tarinankerronta.</p>		
Asiasanat Itsetunto, heikko itsetunto, draamamenetelmät, perhepalvelukeskus, palautteen antaminen, draamaprosessi.		

ABSTRACT

Unit Kokkola-Pietarsaari	Date April 2015	Author/s Sanna-Maaria Visuri
Degree programme Performing arts		
Name of thesis Minätys! Supporting a child`s self-esteem with drama methods		
Instructor Raisa Ekoluoma		Pages 35
Supervisor		
<p>The objective of the thesiswork was to investigate how drama methods can support the development of a child`s self-esteem. This thesis has been done in cooperation with Kokkola Social and Healthcare unit Isokatu Family Service Center. The target group was children between 8 and 12 years of age from families needing child protection services.</p> <p>This thesiswork consists of a functional part and a theoretical part. In the functional part i organized a drama workshop called Minätys. It took place from February 1st to February 2nd and February 8th to February 9th in 2014.</p> <p>Minätys is a qualitative research where the research material came from literature, the researcher`s diary entries and also from the feedback of the participants. The theoretical part includes a process description of the functional part.</p> <p>It is possible to support the development of a child`s self-esteem with the drama method by choosing exercises that support different areas of self-esteem. Drama methods that support self-esteem should include distancing, constructive feedback, group work and working as an individual in a group.</p> <p>The working situation should be based on the principles of safe atmosphere and volunteering which will guarantee the individuals possibility to learn from experience and to reflect their learning. Process drama, different kinds of concentration exercises, role playing and storytelling are suitable drama methods.</p>		
Key words Self-esteem, low self-esteem, drama methods, Family Service Center, feedback, process drama.		

**TIIVISTELMÄ
ABSTRACT
SISÄLLYS**

1 JOHDANTO	1
2 TUTKIMUSMENETELMÄT	2
2.1 Laadullinen tiedonkeruumenetelmä	2
2.2 Toiminnallinen opinnäytetyö	2
3 PERHEPALVELUKESKUS	4
3.1 Kohderyhmä	4
3.2 Osallistujien keräämisen haasteet	5
4 ITSETUNTO	6
4.1 Minäkuva & Minäkäsitys	6
4.2 Heikko itsetunto	8
4.2.1 Heikon ja hyvän itsetunnon erot	9
4.2.2 Itsetunnon tukeminen	10
5 DRAAMATYÖSKENTELY	12
5.1 Miksi draama työvälineeksi itsetunnon tukemiseen	12
5.2 Draama menetelmien valinta	12
5.2.1 Draamasopimus ja turvallinen ilmapiiri	13
5.2.2 Palautteen antaminen	14
5.2.3 Etäännyttäminen	15
5.2.4 Draamaprosessi	16
5.3 Minätys- pajan rakenteen suunnittelu	17
5.4 Minätys-pajat	19
5.4.1 Kello mikset käy?	19
5.4.2 Afrikan viisaus	22
5.4.3 Onko meillä tänään välipala?	25
5.4.4 Tähti sademetsässä	26
5.5 Mikä toimi ja mikä ei	27
6 TEATTERI-ILMAISUN OHJAAJANA ERITYISRYHMÄSSÄ	29
6.1 Haasteet	29
6.2 Yhteistyö perhepalvelukeskuksen kanssa	30
6.3 Saavutettu oppiminen	31
7 POHDINTA	33
LÄHTEET	35
KUVIO 1. Minäkäsityksen ulottuvuudet ja osa-alueet	7

1. JOHDANTO

Opinnäytetyössäni pohdin, miten draamamenetelmillä on mahdollista tukea lapsen itsetuntoa. Toiminnallisena osuutena toteutin draamapainotteisen Minätys-pajan, johon osallistuivat perhepalvelukeskuksen lastensuojelun tarpeessa olevien perheiden lapsia. Pyrin avaamaan draamatyöskentelyn käsitteitä ja kuvaamaan, kuinka draamaharjoitteet toimivat käytännössä Minätys-pajassa. Keskityn analysoimaan Minätys-pajassa esille tulleita ilmiöitä ja vertailen niitä saamaani palautteeseen. Käytän myös omia muistiinpanoja osana tutkimustuloksen havainnoinnissa. Opinnäytetyöni on laadullinen tutkimus.

Olen henkilökohtaisesti kokenut draaman voimaannuttavan vaikutuksen ja sitä kautta heräsi halu käyttää ja tarjota samaa mahdollisuutta muille ihmisille. Olen kiinnostunut tuomaan draamamenetelmien käyttöä eheyttävänä ja mahdollistajana yhteiskunnassa erityistarpeissa olevien yksilöiden ulottuville. Koen draaman olevan tasapuolista kaikille ja haluan tehdä yhteistyötä yhteiskunnassa toimivien tahojen kanssa.

Toimittuani tukihenkilönä heräsi ajatus hyödyntää oppimiani taitoja Perhepalvelukeskuksen asiakkaille erityisesti 5-12 vuotiailla lapsilla, joiden katsotaan olevan itsetunnon kehityksen muodostumisen iässä. (Aho 1996, 27-28; Aho & Tarkkonen 1999, 2; Ihme 2000, 31-36).

Lastensuojelun tarpeessa olevan lapsen lähtökohdat itsetunnon rakentamiselle määrittyvät omien perheenjäsenten lisäksi ulkopuolisten tahojen kautta kuten sosiaaliviranomaisten. Lapsella on haastavimmat mahdollisuudet rakentaa itsetunnon eri osa-alueita kokonaisvaltaisesti, koska siihen liittyvät ympäristön vaikuttajat toimivat joltain osin puutteellisesti. Puutteellisesti toimiminen voi tarkoittaa sitä, että lapsi ei saa tarpeeksi palautetta tekemisestään tai palautteen antaminen kohdistuu ulkoisesti suoritettuihin tehtäviin, jolloin lapsen omat näkemykset ja mielipiteet jäävät huomiotta. Perheentaustoista riippuen voi lapsi kokea ja vastaanottaa ristiriitaisia signaaleja käyttäytymismalleista ja tunteiden käsittelemisestä. (Granvik, 2013.)

Minulle heräsi kiinnostus löytää juuri ne draamamenetelmät, joilla on mahdollisuus tukea itsetunnon kehitystä.

2 TUTKIMUSMENETELMÄT

Tässä luvussa avaan käyttämiäni tutkimusmenetelmiä. Opinnäytetyöni on tehty toiminnallisena opinnäytetyönä käyttäen laadullista tiedonkeruumenetelmää. Toiminnallisena osuutena toteutin Minätys- pajat, joissa toimin ohjaajana ja tutkijana. Tietoperustana lähdemateriaalin lisäksi käytän Minätys- pajoissa esille tulleita havaintoja ja kokemuksia, perhepalvelukeskuksen työntekijöille tekemääni haastattelua sekä osallistujilta saamaani palautetta.

2.1 Laadullinen tiedonkeruumenetelmä

Opinnäytetyössä on tutkimusmenetelmänä käytetty laadullista eli kvalitatiivista tutkimusmenetelmää. Laadullisen tutkimuksen kohteena on aina ajatteleva ja toimiva ihminen eli lähtökohtana kvalitatiivisessa tutkimuksessa on todellisen elämän kuvaaminen. Tutkimuskysymykseni ”miten draamamenetelmillä on mahdollista tukea lapsen itsetuntoa” antaa laadullisen tutkimuksen kautta mahdollisuuden löytää tai paljastaa tosiasioita tutkittavasta ilmiöstä ja tapahtumista. Laadullinen tiedonkeruumenetelmä tulee kyseeseen kun halutaan ymmärtää millaiset uskomukset, halut, ihanteet ja käsitykset ihmisten toiminnan taustalla vaikuttavat. Tutkijana havainnoin ja analysoin Minätys- pajassa toiminnallisia osuuksia ja osallistujien reflektoinnissa esille tulleita asioita. (Aira 2005; Kylmä & Juvakka 2012; Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2010.) Pidin pajojen ajan päiväkirjaa, johon kirjoitin myös omia kokemuksia Minätys- pajojen ohjaajana

2.2 Toiminnallinen opinnäytetyö

Toiminnallisella opinnäytetyöllä tarkoitetaan toiminnan opastamista, ohjeistamista, toiminnan järjestämistä tai järjeistämistä. Toiminnallisen opinnäytetyön tarkoituksena on aina kehittää jotakin ammatillista toimintaa tai tuottaa jokin konkreettinen tuote. Opinnäytetyössäni pyrin kehittämään ammatillista toimintaa tekemällä yhteistyötä yhteiskunnassa vaikuttavan tahon kanssa edistämällä kulttuuria ja hyvinvointia. Toiminnallisen opinnäytetyön raportoinnissa on keskeistä, että se toimii opiskelijan ammatillisen tiedon, taidon ja

sivistyksen näytteenä konkreettisesta tuotoksesta tai toiminnasta, jota opiskelija on kehittänyt. Toiminnallisessa opinnäytetyössä on tärkeää yhdistää haastatteluista saatu tietoteoriatietoon niin, että se palvelee kohderyhmää. (Vilka & Airaksinen 2003, 9.; Vilka 2006, 76-77.)

3 PERHEPALVELUKESKUS

Perheohjaus on lastensuojelun avoimuuden tukitoimi. Asiakkaat tulevat perheohjaukseen lastensuojelun sosiaalityöntekijöiden kautta. Työskentely toteutetaan työpareittain. Perheohjaus toteutetaan perheen kanssa yhdessä tehdyn perhetyösuunnitelman mukaisesti. Perheohjauksessa lasten hyvinvointi on etusijalla ja työllä halutaan saada myönteistä muutosta lapsen sen hetkiseen tilanteeseen. (Granvik 2013 ; Lasten suojelun keskusliitto 2013).

Olen itse toiminut tukihenkilönä ja sen kautta pääsin tutustumaan perhepalvelun toimintaan. Tukihenkilö toiminnasta vastasi tuolloin sosiaaliohjaaja Anne-Mari Granvik ja otin häneen yhteyttä ja kerroin kiinnostuksestani tehdä opinnäytetyö yhteistyössä perhepalvelukeskuksen kanssa. Pidimme Anne-Marin kanssa suunnittelupalaverin, jossa yhdessä mietimme mahdollisen ryhmänkoon, osallistujien iät ja aikataulut. Samalla sain tietoa minkälaisia itsetuntoon ja sen kehitykseen liittyviä haasteita kohderyhmällä on ilmennyt. Sovimme Anne-Marin kanssa, että Minätys- pajat pidettäisiin helmikuussa, jolloin osallistujien keräämiseen olisi enemmän aikaa ja minulla olisi mahdollisuus tutustua lähdemateriaaliin. Pajojen paikaksi sovittiin Kokkolan kaupungin omistama Koivutupa. Tutkimuslupa myönnettiin 1.12.2013 ja 15.1.2014 esittelin Minätys-pajojen suunnitelman perhepalvelukeskuksen työntekijöille. 16.1.2014 hain avaimen Koivutuvalle ja samalla pääsin tutustumaan työskentelytilaan sekä varmistamaan käytännönasiat. Ennen pajaa 31.1.2014 kävimme yhdessä Anne-Marin kanssa ostamassa lapsille välipalatarvikkeet. Minätys- pajat toteutettiin 1.-2.2.2014 ja 8-9.2.2014. Loppupalaveri yhteistyökumppanin kanssa pidettiin 18.2.2014, jonka jälkeen sain vielä palautteet osallistujilta sähköpostilla.

3.1 Kohderyhmä

Opinnäytetyöni kohderyhmäksi valitsin 5-12-vuotiaat lapset, koska heidän katsotaan olevan itsetunnon kehityksen muodostumisen iässä. (Aho 1996, 27-28; Aho & Tarkkonen 1999, 2; Ihme 2000, 31-36.) Ryhmä saisi koostua molemmista sukupuolista, jolloin ryhmä olisi tasa-arvoinen. Ryhmän kooksi määrittelin 10 lasta, jolloin ryhmän ohjaaminen ja yksilön huomioiminen on mahdollista. Osallistujia kerättiin perhepalvelukeskuksen eri tukitoimien kautta. Tein perhepalvelukeskukselle Minätys-paja- esitteen ja työntekijät jakoivat niitä

asiakkailleen. Osallistujat ilmoitettiin minulle sähköpostilla tai tekstiviesteillä. Perhepalvelukeskuksen työntekijät myös muistuttivat vanhempia tulevasta pajasta ennen helmikuuta.

Monesti lastensuojelun tarpeessa olevien asiakkaiden lasten osalta itsetunnon tukeminen ilmenee ulkoisten suoritusten kautta. Tämä heijastuu perheissä, joissa vanhempi on oman elämän tilanteensa vuoksi väsynyt tai keskittynyt oman itsensä tilanteen parantamiseen niin, ettei hänellä tai heillä ole voimavaroja antaa lapselle itsetunnon kehityksen osalta merkittävää huomiota. Ulkoisella suorittamisella tarkoitetaan esimerkiksi hyvää numeroa kokeesta tai maalia jalkapallopelissä. Tällöin lapsi helposti kokee saavansa myönteistä ja kannustavaa palautetta ulkoisesti onnistuneesta suorituksesta ja hän saattaa keskittyä suorittamaan kaikkea tekemistä tuloksellisesti hyväksyttävästi. Mikäli lapsi keskittyy suurimmaksi osaksi suoriutumaan tilanteissa ulkoisesti hyväksytyllä tavalla, heikentää se lapsen kykyä tunnistaa ja tuntea itsensä riittäväksi sellaisena kuin on, myös emotionaalisella osa-alueella. Suorittamiseen keskittyminen myös heikentää lapsen kykyä käsitellä pettymyksiä ja tilanteita joissa hän ei onnistukaan samalla tavalla kuin aikaisemmin. Mikäli seuraavasta kokeesta tuleekin alempi numero tai hän ei onnistu tekemään maalia jalkapallopelissä, voi lapsi kokea itsensä riittämättömäksi ja epäonnistuneeksi. Näissä tilanteissa lapsi ei välttämättä kykene hyväksymään tilannetta ja se voi tuottaa ahdistuneisuutta ja ilmetä vihan tunteen purkautumisena. (Granvik, 2013.)

3.2 Osallistujien keräämisen haasteet

Perhepalvelukeskuksen asiakkaiden vanhemmilla on haastavaa sitoutua sovittuihin aikatauluihin, joten pyrimme huomioimaan tämän suunniteltaessa pajoja. Pajojen toteutus päätettiin tehdä kahtena peräkkäisenä viikonloppuna, jolloin ajallisesti se ei sitouttanut pitkälle ajalle. Lisäksi Minätys-pajan tiedote päätettiin jakaa noin kahta kuukautta aikaisemmin ja muistuttaa vanhempia vielä lähempänä ennen pajojen ajankohtaa. Vanhempien sitoutumista vaikeuttavat myös tilanteet, joissa vanhemmat ovat eronneet, koska lapsen tuomiseen vaikuttaa molempien vanhempien aikataulut. Sain osallistujien nimet ja iät vasta lähempänä Minätys-pajan alkamista työntekijöiden vaitiolovelvollisuuden vuoksi.

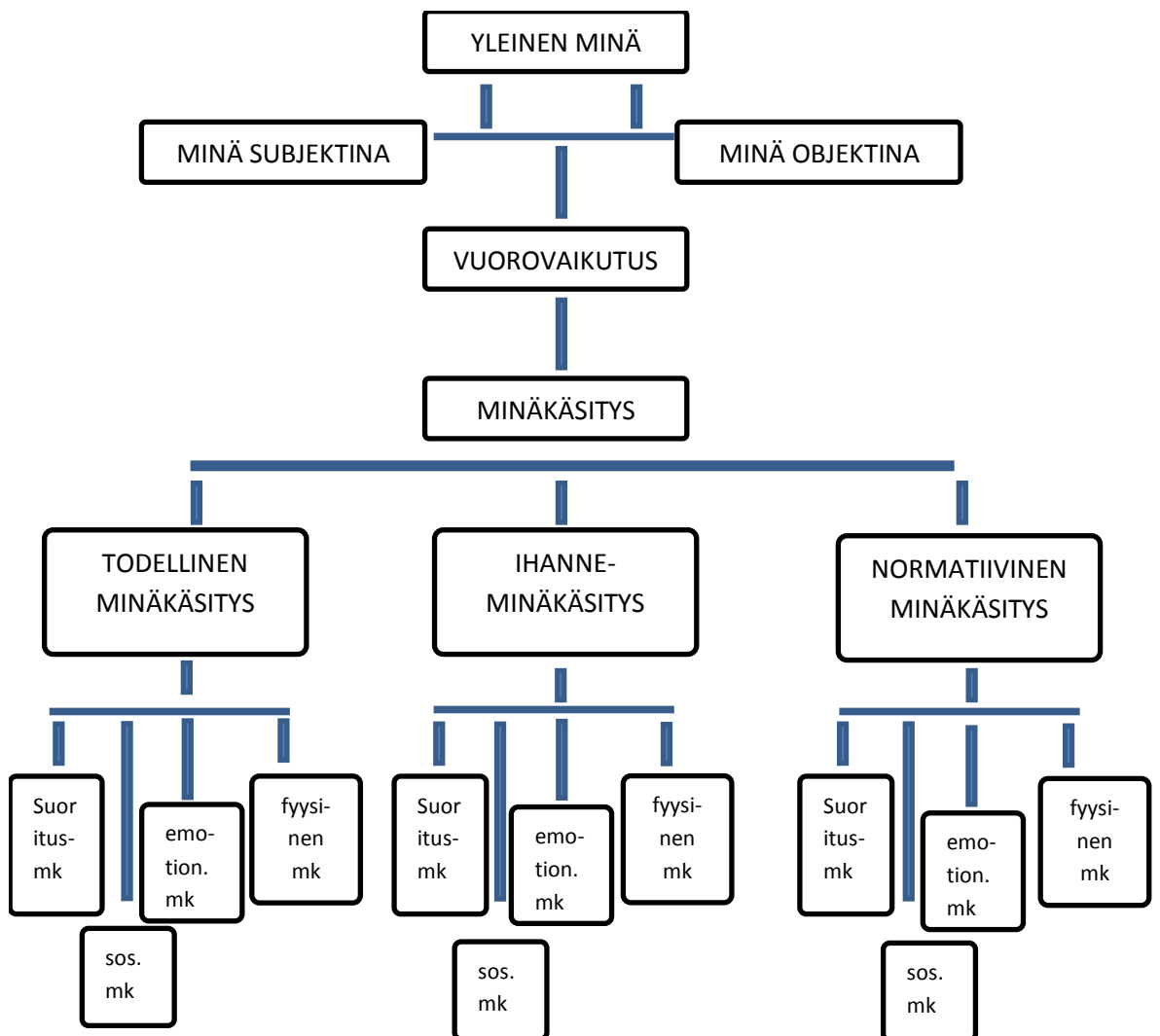
4. ITSETUNTO

Itsetunto on tärkeä ihmisen kehitystä ja elämää määrittelevä tekijä. Itsetunto tarkoittaa sitä, että ihminen tiedostaa ja tuntee itsensä. Itsetunto määrää ihmisen käyttäytymistä ja on kokonaisvaltainen osa ihmisen psykologista ja henkistä osa-aluetta. Itsetunnossa korostuu affektiivinen alue, eli se, miten ihminen arvostaa itseään. (Aho & Tarkkonen 1999, 3-4; Keltikangas-Järvinen 1994, 16.) Itsetunto on myös itsevarmuutta ja itseluottamusta. Itsearvostus tarkoittaa esimerkiksi kykyä olla tyytyväinen omaan tekemiseen ja itsevarmuus esimerkiksi paljonko ihminen uskoo ratkaisuilleen vaikuttavan elämäänsä. (Keltikangas-Järvinen 1994, 18.) Itsetunnon katsotaan kehittyvän lapselle 5-12 vuoden iässä, koska kehityspsykologisesti havainto- ja arviointikyky kehittyy tässä ikäluokassa voimakkaasti. 5-12 vuoden ikäisenä myös elämänpiiri laajenee kodin ulkopuolelle ja lapselle tulee enemmän vertailukohteita (Aho 1996, 27-28). Itsetunto on osa ihmisen minäkuvaa. Itsetunto on hyvä silloin kun ihmisen minäkäsityksessä ovat voitolla positiiviset ominaisuudet. (Keltikangas-Järvinen 1994, 17-18.)

4.1 Minäkuva ja Minäkäsitys

Minäkäsitys on yksilön tiedostama käsitys itsestään. Minä on minäkäsitystä laajempi, sillä minä sisältää lähes aina tiedostamattomia osia. (Aho & Tarkkonen 1999, 3). Minäkäsitykseen kuuluu sekä kognitiivinen alue (tiedot, olettamukset itsestä), että affektiivinen alue (asenneoituminen itse, itsensä arvostus). (Aho & Tarkkonen 1999, 3.) Ihmisellä ei siis ole vain yhtä minäkäsitystä, vaan niitä on useita. Sirkku Ahon mukaan minäkäsitys on eräänlainen hierarkkinen järjestelmä ja yleisminäkuvasta on erotettavissa useita ulottuvuuksia ja osa-alueita. Ahon mukaan nämä kaikki osa-alueet olisi hyvä tiedostaa ennen kuin itsetuntoa voi luotettavasti arvioida. Yleisminäkäsitys jaetaan kolmeen ulottuvuuteen: Todellinen eli reaalinäkäsitys (kuvaa sitä, millaisena yksilö pitää itseään), ihanneminäkäsitys (kuvaa sitä, millainen ihminen haluaisi olla) ja normatiivinen minäkäsitys (kuvaa sitä, millaisena yksilön mielestä muut ihmiset häntä pitävät). Jokainen näistä minäkäsityksen ulottuvuuksista voidaan jakaa neljään osa-alueeseen: 1. Suoritusminäkuva, mikä tarkoittaa sitä, että yksilö arvioi itseään esimerkiksi opiskelijana 2. Sosiaalinen minäkuva, mikä koostuu yksilön käsityksistä omista rooleistaan tai roolistaan erilaisissa sosiaalisissa ryhmittymissä.

3. Emotionaalinen minäkuva, mikä kuvaa yksilön käsitystä omasta henkisestä olemuksestaan, kuten tunteistaan ja luonteestaan. 4. Fyysinen ja motorinen minäkuva, mikä tarkoittaa yksilön näkemystä omasta ulkonäöstään, motoristisista taidoistaan ja terveydestään. Kuviossa 1 esitetään minäkäsityksen ulottuvuudet ja osa-alueet. (Aho 1996, 15- 20.)



KUVIO 1. Minäkäsityksen ulottuvuudet ja osa-alueet (mukailten Aho 1996, 19)

Yksilö havainnoi ja tekee johtopäätöksiä tietyssä tilanteessa ja toimii harkintansa mukaisesti. Tästä toiminnasta saadun palautteen varassa hän rakentaa ja kehittää minäkuvaansa.

Näin yksilö rakentaa vuorovaikutuksesta saadun kokemuksen avulla käsitystään itsestään. Erik H. Eriksonin persoonallisuusteoriaa pidetään minäkäsitystä koskevien teorioiden kulmakivenä. Hänen mukaan persoonallisuuden kehitys jatkuu koko eliniän ajan kahdeksanvaiheisena. Jokainen vaihe on jaettu iän mukaan ja Eriksonin näkemyksen mukaan jokaiseen vaiheeseen voidaan vaikuttaa myönteisesti tai kielteisesti itsetunnon kehityksen osalta. Aina seuraavassa vaiheessa on mahdollista korjata edellisen vaiheen kielteinen kokemus. Lopputulosta ei siis voida ennustaa, mutta kehitysvaiheiden kohdalla näihin voidaan vaikuttaa joko myönteisesti tai kielteisesti. (Ihme 2000, 32–35).

Minäkäsitys eli asennoitumisen itseään kohtaan katsotaan muodostuvan lapselle 7-11 vuoden iässä. Tässä vaiheessa identiteetti muodostuu ja lapsuus jää taakse. Minäkäsityksen kehittymiseen alkavat vaikuttamaan lapselle tärkeät ihmissuhteet kuten vanhemmat, opettajat sekä kaverit. Toisilta ihmisiltä saatu palaute on keskeisessä osassa minäkäsityksen rakentumista (Aho 1996, 9-12; Ihme 2000, 34–36.)

4.2 Heikko itsetunto

Heikko itsetunto tarkoittaa sitä, että ihminen ei tunne itseään, jolloin hänen on vaikea tiedostaa ja toteuttaa itseään. Heikko itsetunto myös tarkoittaa sitä, että yksilö on jatkuvasti epävarma tekemisistään ja tunteistaan. (Aho 1996, 21-23.) Tunteiden käsittely ja niiden tunnistaminen on vaikeutunut, mikä puolestaan heikentää tietoisuutta omasta minästä sekä omista voimavaroista. Heikko itsetunto heijastuu käyttäytymisen osa-alueille kuten ihmissuhteisiin, empatiaan, asenteisiin, tunne-elämään ja oppimiseen. (Aho & Tarkkonen 1999, 1-3.) Heikko itsetunto myös ilmenee yksilön käyttämisessä vuorovaikutustilanteissa sekä yksilön omaa elämää koskettavissa päätöksissä. Heikon itsetunnon omaava yksilö ei mielellään ota riskejä ja on haluton tekemään muutoksia. Hän ei vapaaehtoisesti ilmaise mielipiteitään ja kokee päätöksen tekemisen vaikeaksi. Heikon itsetunnon omaava yksilö on arka ja pelokas tai vastavuoroisesti hän saattaa ulkoisesti toimia häirikkönä peitelläkseen omaa epävarmuuttaan. Arkuus ja epäluuloisuus johtuvat epäluuloista muita ihmisiä kohtaan, jolloin heikolla itsetunnolla varastuettu yksilö kokee voimattomuutta muita ihmisiä kohtaan. Hän pelkää hylätyksi ja nöyryytetyksi tulemistä. Nöyryytetyksi tulemisen pelko myös saa yksilön pelkäämään kilpailutilanteita. Heikolla itsetunnolla varustettu yksilö ei siis luota muihin ihmisiin. Opetustilanteet ovat haastavia heikon itsetunnon omaavalle yksilölle,

koska hän kiinnittää huomion epäolennaisiin asioihin. Hän saattaa myös häiritä opetustilannetta omalla käytöksellään. Häiriökäyttäytymisen syy on yleensä heikon itsetunnon peittäminen. (Aho 1996, 43-47; Keltikangas- Järvinen 1994, 36-39).

Mikäli lapsella ei ole mahdollisuutta rakentaa omaa tunnekasitustaan tarkoittaa se käytännössä sitä, että hänellä on vaikeuksia käsitellä ja nimetä tunteita. Tämä puolestaan voi vaikuttaa heikentyneeseen empatian tuntemiseen ja heikkoon itsetuntoon. Samaistuminen muiden ihmisten asemaan heikentyy, mikä puolestaan tuottaa ulkopuolisuuden tunnetta, jolloin heikon itsetunnon omaava lapsi ei tunne olevansa hyväksytty omana itsenään. (Aho 1996, 21-25; Aho & Tarkkonen 1999, 60-61.)

4.2.1 Hyvän ja heikon itsetunnon erot

Heikon ja hyvän itsetunnon eroja on mahdollista huomata ulkoisessa käyttäytymisessä. Eroavaisuuksia on myös mahdollista huomata erityisesti ryhmätyöskentelyssä, jolloin yksilö joutuu itsensä lisäksi ottamaan huomioon muut ryhmän jäsenet. Ryhmätyöskentely sisältää valintojen tekemisen yksilönä sekä yksilönä ryhmässä.

Mikäli lapsen itsetunnon rakentamisessa on jokin minäkuvan osa-alue jäänyt kehittymättä tai se on saanut vääränlaisia signaaleja, heijastuu se vuorovaikutustilanteissa muihin ihmisiin. Heikon itsetunnon omaavan saattaa olla vaikea tehdä päätöksiä ja hän voi olla haluton tuomaan omia mielipiteitään esille, mikä näkyy ryhmätyöskentelyssä lähinnä myöntymisenä muiden mielipiteiden ja ideoiden toteuttamiseen. Hyvän itsetunnon omaava puolestaan uskaltaa tuoda omia mielipiteitään ja ideoitaan esille pelkäämättä sitä, että ryhmä ei niitä hyväksy. Hyvän itsetunnon omaava on tietoinen omista heikkouksistaan ja kykenee hyväksymään heikkoudet osana omaa minäkuvaa. Hän kykenee vastaanottamaan ja kestämaan pettymyksiä ja vastoinkäymisiä ilman, että ne horjuttavat omaa itsetuntoa. (Aho 1996, 21-25; Keltikangas- Järvinen 1994, 36-39). Heikon itsetunnon omaava puolestaan pyrkii vastustamaan muutoksia, koska hän pyrkii välttämään vastoinkäymisiä. Lisäksi heikon itsetunnon omaava lapsi kokee kilpailutilanteet ahdistavina kun taas itsetunnoltaan vahva kokee kilpailutilanteet haasteellisiksi ja mielenkiintoisiksi. Itsetunnoltaan vahva selviytyy vaikeistakin tilanteista itsetunnoltaan heikkoa paremmin. (Aho 1996, 43.)

Mikäli lapsella on ongelmia tai puutteita itsetunnon eri osa-alueilla, se vaikeuttaa hänen suhtautumistaan muihin ihmisiin ja erityisesti koulu ja oppimisympäristössä nämä seikat saattavat korostua, koska siellä koetaan kilpailutilanteita useammin kuin vapaa-ajalla. Hyvä itsetunto mahdollistaa sosiaalisesti aktiivisen elämän ja kehittää myötätuntoa ja ymmärrystä muista ihmisistä kohtaan. Kun hyvällä itsetunnolla varustettu yksilö kykenee samaistumaan ja kokemaan empatiaa on heikon itsetunnon omaavalla vaikeuksia ymmärtää toisen ihmisen kokemuksia. (Aho 1996, 42-47 ; Keltikangas- Järvinen 1994, 40-43; Ihme 2000, 55-59).

4.2.2 Itsetunnon tukeminen

Itsetunto ja sen osa-alueet määrittelevät ihmisen oman minäkäsityksen ja minäkuvan. Itsetunnon kehittymisen myötä ihminen oppii ja omaksuu erilaisia toimintamalleja, joita hän toistaa eliniänajan. Jokainen ihminen on yksilö ja terveen itsetunnon rakentuminen antaa mahdollisuudet tasapainoiseen elämään itsensä ja muiden ihmisten kanssa. Itsetunto on tärkeä ihmisen kehitystä ja elämää määrittävä tekijä. (Aho 1996, 9-12; Aho & Tarkkonen 1999, 1-5).

Itsetunnon kehittymistä voi tukea antamalla rakentavaa palautetta lapsen toiminnasta konkreettisella ja henkisellä tasolla. Lapsen yksilöllisiä ominaisuuksia on mahdollista korostaa kiinnittämällä huomiota lapsen omaan päättelykykyyn sekä viettämällä aikaa lapsen kanssa. Vuorovaikutussuhteessa tulee pyrkiä oikeudenmukaisuuteen, jolloin lapsi kykenee hyväksymään rajat ja säännöt tietäen niiden syy- ja seuraussuhteet. Lapsen tulisi saada kokeilla ja tehdä hänelle mieluisia asioita, joiden kautta hän voi vahvistaa tunteita omista mieltymyksistään. Konfliktitilanteissa lapselle on mahdollista opettaa tilanteiden käsitteleminen oman esimerkin kautta. (Aho 1996, 51-55).

Erik H.Eriksonin persoonallisuusteorian mukaisesti itsetuntoa voidaan tukea sen kehityksen eri vaiheissa myönteisellä palautteella. (Ihme 2000, 32–36). Myös muut kuten Aho ja Keltikangas-Järvinen painottavat myönteisen palautteen vaikutusta myönteisen itsetunnon rakentumisen kannalta ehdottoman tärkeäksi. (Aho 1996, 51-52; Keltikangas-Järvinen 1994, 132-135.)

Itsetunnon tukemista myös edesauttaa turvallinen ympäristö, vuorovaikutussuhteet sekä onnistumisen kokemukset. Ihminen on kokonaisvaltainen yksilö ja siksi sekä fyysisen tekemisen että henkisen ajatusmaailman tukeminen on minäkäsityksen ja itsetunnon osalta tärkeää. (Aho 1996; Aho & Tarkkonen 1999.)

5. DRAAMATYÖSKENTELY

Tässä luvussa kerron miksi ja miten draama toimii työvälineenä ja miten Minätys-pajan kokonaisuus on suunniteltu ja toteutettu.

5.1 Miksi draama työvälineenä?

Mielestäni draama työvälineenä on tasapuolinen kaikille osallistujille, eikä sen päämääränä ole kertoa lopullista totuutta, vaan se pyrkii havainnollistamisen ja kokemuksellisen oppimisen ja jakamisen kautta tunnistamaan ja havainnollistamaan ihmisen omaa elinympäristöä ja omaa minuutta. Draama ikään kuin tuo tietoisuutta maailmassa olevista ilmiöistä ja asioista. Draaman maailma voi olla fiktiivinen, mutta se voi kuvastaa elämässä todellisuudessa tapahtuvia tapahtumia. Draaman keinoin on mahdollista käsitellä ja kokea asioita turvallisessa ympäristössä. Itsetunnon tukemisen osalta draama siis mahdollistaa erilaisten toimintamallien kokeilemista, ilman ulkoisen suorittamisen pakkoa tai siihen keskittymistä. Turvallinen ilmapiiri myös vähentää epäonnistumisen ja nolatuksi tulemisen pelkoa, joiden katsotaan ilmenevät heikon itsetunnon omaavalla (Aho 1996, 59-60; Keltikangas- Järvinen 1994, 36-39). Draamatyövälineenä antaa myös mahdollisuuden toteuttaa ihmisen omaa luovuutta ajattelun ja toiminnan osa-alueilla. Draama toimii vuorovaikutussuhteessa, mikä osaltaan mahdollistaa itsetunnon kehittämisen, koska se perustuu osallistujan kokemukselliseen oppimiseen. Kokemuksellinen oppiminen tapahtuu osallistujan ollessa draamamenetelmien tekijänä, yksilönä ryhmässä ja ryhmän jäsenenä. Oppiminen tapahtuu myös yksilötasolla havainnoitsemisen ja ilmaisun kautta. Itsetunnon kehitys myös rakentuu vuorovaikutuksesta muihin ihmisiin jolloin yhtenä itsetunnon tukemisen keinona voi käyttää draamamenetelmiä. (Aho 1996, 56-70; Heikkinen 2004, 125-153; Ihme 2000, 24-25; Eskola & Jauhiainen 1994; Owens & Barber 2010, 10-18).

5.2 Draamamenetelmät

Draaman työtavat ja tekniikat ovat peräisin eri lähteistä: teatterista, kirjallisuudesta, psykologiasta, terapiasta, taiteesta ja muista taidetta tai ihmisen psykologiaa käsittelevistä ai-

healueista. (Owens & Barber 2010, 22). Erilaiset leikit myös liittyvät draamatyöskentelyyn. Heikkinen määrittelee myös draamakasvatusta vakavaksi leikillisyydeksi. Draamamenetelmiä on mahdollista jakaa osallistavan-, esittävän- ja soveltavan draaman genreihin. Työpajatoiminnassa yleensä nämä genret yhdistyvät, kuten prosessidraamassa liikutaan fiktiivisessä maailmassa yhdessä osallistujien kanssa, mutta muuten työtavat vastaavat suurimmaksi osaksi esittävää draamaa/taidetta. Itsetunnon tukemisen näkökulmasta draamamenetelmät tarjoavat yksilölle mahdollisuuden oppia ja tarkastella itseään (ajatuksiaan, tunteitaan), itsestään suhteessa muihin ihmisiin (ryhmätyöskentelystä), itsetunnon kohottamiseen (erilaisten taitojen kehittäminen), ja itsensä hyväksymistä sellaisena kuin on (omien ajatusten ja ideoiden toteuttaminen). (Aho & Tarkkonen 1999; Heikkinen 2004; Owens & Barber 2010; Koskenniemi 2007)

5.2.1 Draamasopimus ja turvallinen ilmapiiri

Heikon itsetunnon omaava ei luota muihin ihmisiin, jonka vuoksi turvallisen ilmapiirin rakentaminen ryhmätyöskentelyyn on ehdottoman tärkeää. (Aho 1996, 59-65; Aho & Tarkkonen 1999, 6-10; Owens & Barber 2010, 13). Itsetunnon tärkein alue on turvallisuuden tunne, koska tällöin yksilön on helpompi omaksua ja vastaanottaa häneen itseensä kohdistuvat odotukset ja rajoitukset. (Aho 1996, 59.) Draamatyöskentely sisältää paljon luottamusharjoitteita, joiden hyödyntäminen Minätys-pajassa nousi tärkeäksi lähtökohdaksi.

Draamasopimus on osallistujien kanssa yhdessä neuvoteltu sopimus yhteisestä pelisääntöistä pajojen työskentelyn ajan. Draamasopimuksessa on tärkeää antaa osallistujien itse määrittellä sopimuksen sisältö, jolloin se herättää omistajuutta. Omistajuus puolestaan edesauttaa sitoutumista, jolloin osallistujat kokevat säännöt merkityksellisiksi. (Owens & Barber 2010, 12-13; Heikkinen 2004, 90–96). Kuten Aho kirjoittaa lapsi kokee turvallisuutta kun rajat ja säännöt ovat selkeät ja kaikille yhteiset. Draamasopimuksen sääntöjen noudattaminen sitoo koko ryhmää eli osallistujia sekä ohjaajaa. Turvallisuutta tukevat myös rutiinit, jolloin osallistuja tietää, mitä seuraavaksi tehdään. (Owens & Barber 2010; Eskola & Jauhiainen 1994). Otin Minätys- pajassa käyttöön samanlaisen aloitusringin joka tapauksella, jotta pajassa olisi tuttu rutiini, mikä auttaisi lapsia keskittymään.

Teimme Minätys- pajassa yhteisen draamasopimuksen paperille, jonka kiinnitin seinälle, jotta kaikki osallistujat näkevät sen. Lapset kävivät myös itse lisäämässä uusia sääntöjä, mikäli pajan aikana ilmeni jokin epäkohta, johon jouduin ohjaajana puuttumaan.

5.2.2 Palautteen antaminen

Itsetunnon rakentamiseen vaikuttavat lapsen ympäristö ja läheiset ihmissuhteet. Lapsi siis kokeilee ja kehittää omia toimintamalleja ympäristöltä saadun palautteen mukaisesti. Palautteen antaminen on erityisessä asemassa kun lapsi rakentaa omaa minäkuvaan. (Aho 1996, 51-54; Aho & Tarkkonen 1999, 8-10.) Myös Draaman maailmassa painotetaan palautteen tärkeyttä (Heikkinen 2004; Owens & Barber 2010; Koskenniemi 2007). Palautteen katsotaan olevan yksi tärkeimmistä edistäjistä kokemuksellisen oppimisen kannalta, jonka vuoksi halusin painottaa palautteen antamista Minätys- pajassa

Palautetta on mahdollista antaa koko ryhmälle sekä yksilölle, mikä puolestaan mahdollistaa yksilön tarpeiden huomioimisen vaikka työskennellään ryhmässä. Palautteen antaminen koko ryhmälle korostaa yhteenkuuluvuuden tunnetta. (Eskola & Jauhiainen 1994, 20-24; Heikkinen 2004, 160-165). Itsetunnon rakentamisen osalta lapsi myös tarvitsee samaistumisen ja yhteenkuuluvuuden tunnetta. Samaistumisen ja yhteenkuuluvuuden kautta voidaan puhua hyväksytyksi tulemisen kokemuksesta. Mikäli yksilö kokee ryhmässä hyväksytyksi tulemisen omana itsenään tukee se itsetuntoa. (Aho 1996, 48-49; Aho & Tarkkonen 1999, 6; Owens & Barber 2010, 10-22; Keltikangas- Järvinen 1994, 156.)

Draaman maailmassa palautteen antaminen lähtee positiivisten asioiden kautta siirtyen kehityskohteisiin, mikäli niitä on. (Heikkinen 2004, 155-184.) Mikäli lapsi saa palautetta pääsääntöisesti ulkoisista suorituksista, se vaikeuttaa hänen kykyä hahmottaa omia sisäisiä ominaisuuksia, kuten luonteenpiirteitä. Ulkoisella suorittamisella tarkoitetaan esimerkiksi lapsen tekemään piirustusta tai maalia jalkapallo pelissä, jonkinlaista onnistumista, mikä on näkyvää. Mikäli lapselle korostetaan ulkoisia suorituksia voi se vaikuttaa lapsen itsetunnon kehittymiseen niin, että lapsi kokee tarpeelliseksi suorittaa tuloksellisesti asioita. Tällöin lapsi ei piirrä oman mielikuvituksen tai tuntemusten varassa, vaan keskittyy piirtämään samankaltaisia kuvia joista on saanut positiivista palautetta. Lapsen ulkoisien suoritusten huomioiminen on myös kehityksen kannalta tärkeää, mutta palaute ei saa ainoastaan kes-

kittyä ulkoiseen tekemiseen. Lapsi tulisi huomioida kokonaisvaltaisesti, jolloin lapsen itsetunnolla ja minäkuvalla on mahdollisuus muodostua terveellä tavalla. (Heikkinen 2004, 126-146; Aho 1996, 52-23; Aho & Tarkkonen 1999, 7-10; Ihme 2000, 85-107; Keltikangas-Järvinen 1994, 165-166).

Minätys- pajassa päädyin painottamaan palautteen antamista ryhmä ja yksilötasolla suullisesti sekä kirjallisesti. Suullista palautetta pyrin antamaan jokaisen harjoitteen aikana ja sen jälkeen. Lisäksi osallistujat saivat kirjallisen palautteen Minätys- pajoissa käytössä oleviin vihkoihin. Yksilöpalautteessa pyrin huomioimaan yksityiskohtia osallistujan tekemisestä, jolloin yksilö kokisi tuleensa nähdyksi ja kuulluksi omana itsenään. Pyrin myös huomioimaan ryhmätyöskentelyn ja antamaan palautetta koko ryhmälle.

5.2.3 Etäännyttäminen

Yksi draaman maailman turvallisimmista ja opettavaisimmista menetelmistä on etäännyttäminen. Etäännyttäminen mahdollistaa asioiden ja tunteiden käsittelemisen roolin kautta, jolloin osallistujan ei tarvitse perustella valintojaan omana itsenään. Etäännyttämisen kautta osallistujalla on mahdollisuus kokeilla oikeita arjessa tapahtuvia tilanteita ja toimintamalleja turvallisesti. Etäännyttämisessä siis osallistuja voi valita itselleen roolihenkilön, jona hän kokeilee erilaisia toimintamalleja. Tämän jälkeen tapahtunutta voidaan purkaa keskustelemalla. (Aho & Tarkkonen 1999, 86; Heikkinen 2004, 128-135; Owens & Barber 2010, 52-55). Esimerkiksi Minätys- pajassa lapset pääsivät kokeilemaan erilaisia toimintamalleja Sadekausi-draamaprosessissa. Yhtenä tehtävänä oli ratkaista, miten pieni orava saisi piikkisian pois pesästään. Oravan pesä oli korkealla puun onkalossa ja alhaalla metsä oli veden peitossa. Esitin itse piikkisikaa ja lapset saivat vuorotellen kokeilla oravan roolia. Oravan roolihenkilö kokeili erilaisia keinoja piikkisian häätämiseksi ja ohjaajana otin kaikki ehdotukset huomioon. Keskustelimme myös yhdessä esille tulevista ehdotuksista ja toimintamalleista. Näiden keskusteluiden ja kokeilujen kautta löysimme kaikkia tyydyttävän ratkaisun tilanteeseen.

Roolissa voi siis ajatella ja toimia itsensä kautta, mutta rooli toimii ikään kuin suojana muiden arvostelun kohteeksi joutumiselta. Roolityöskentelyn kautta omien mielipiteiden ja tuntemusten ääneen sanominen on havaittu turvallisiksi tavaksi ilmaista itseään. Tällöin

myös nolatuksi tulemisen tunteen riski vähenee, jolloin se voi toimia itsetunnon tukemisen välineenä. (Aho 1996, 48-49; Aho & Tarkkonen 1999, 86; Heikkinen 2004, 143-153; Owens & Barber 2010, 36-40.)

Minätys- pajoissa päätin toimia etäännyttämisen kautta, jolloin lapsilla olisi mahdollisuus kokea erivaihtoehtoja ja toimintamalleja turvallisessa ympäristössä. Eri vaihtoehtojen kokeileminen on opettavaista ja tuolloin oppiminen tapahtuu käytännössä ja tunnetasolla kun osallistujille annetaan tehtäväksi reflektoida tapahtunutta syy- ja seuraussuhdetta. Etäännyttämisen käyttäminen ryhmätilanteissa mahdollistaa saada kaikkien osallistujien äänen kuuluviin. Ryhmässä kaikkien ryhmäläisten mielipiteiden ja ajatusten esille tuominen voi olla rakentavaa itsetunnon kehityksen osalta. Tällöin osallistuja saa erilaisia toimintamalleja ja näkökulmia ympärillä tapahtuviin asioihin ja ilmiöihin. Kokeilleessaan näitä elämässä tapahtuvia asioita draamatyöskentelyn kautta hän kykenee omaksumaan ja havainnoimaan itselleen tyydyttävimmät vaihtoehdot ja toimintamallit. (Eskola & Jauhiainen 1994; Owens & Barber 2010).

5.2.4 Draamaprosessi

Draamaprosessissa osallistujat pääsevät osaksi kerrottua tarinaa roolien kautta. Draamaprosessi siis käyttää etäännyttämistä, jonka vuoksi valitsin draamaprosessin yhden Minätyspajan- työskentelymuodoksi. Draamaprosessissa osallistujan on mahdollista oppia itsestään tutkimuksen, leikin ja luomisen kautta. Draamaprosessi siis koostuu ohjaajan kertoman tarinan ympärille ja työskenteleminen tarinan sisällä tapahtuu erilaisia draamaharjoitteita käyttäen. Ohjaaja voi valita valmiin draamaprosessin, jota soveltaa tai kehittää itse oman. Valitsin Allan Owensin ja Keith Baberin teoksesta Draamakompassi Simon Jamsin tarinan Ystäväni valas, koska se käsittelee aiheita ystävyys, yksinäisyys, päätöksen tekeminen ja rohkaiseminen. Katsoin niiden olevan merkityksellisiä itsetunnon tukemisen kannalta (Aho 1996, 48-58; Aho & Tarkkonen 1999, 98-102). Ystäväni valas- prosessidraamassa osallistujilla on mahdollisuus oppia draamatyöskentelystä, ryhmätyöstä, empatiasta ja tuoda esille omia ideoita. (Owens & Barber 2010, 71-76).

Ensimmäisen paja päivän jälkeen päätin vaihtaa valitsemani draamaprosessin Inno Sorcyn kertomaan ghanalaiseen tarinaan Sadekausi (Owens & Barber 2010, 56-69). Tein muutok-

sen sen vuoksi, että havaitsin lapsilla olevan jonkin verran keskittymisvaikeuksia ja käytössä oleva tilamme oli liian avara. Olen tehnyt työharjoittelun Afrikassa Tansaniassa ja minulla oli värikkäitä afrikkalaisia kankaita, joiden ajattelin kiinnittävän lasten huomion paremmin kuin Ystäväni valas- draamaprosessin, johon minulla ei ollut mitään lavastusta. Rajasin työskentelytilan puoliksi ja koristelin sen värikkäillä kankailla. Lisäksi toin roolivaatteita. Pyrin tuomaan osallistujille ajatuksen jo erilaiseen maailmaan astumisesta kun he saapuvat työskentelytilaan. Lisäksi minulla oli henkilökohtaista kokemusta olemisesta ja elämisestä Afrikassa, jolloin pystyin kertomaan lapsille enemmänkin tietoa tarinan maailmasta.

Sadekaudessa tulkitsin teemaksi päätöksen tekemisen ja omatunto. Mahdollisina oppimisalueina tarina tarjoaa henkilökohtaiset tavat käsitellä aiheita: rehellisyys, oikeus, myötätunto, sorto, asioista sopiminen ja draamatyöskentely. (Owens & Barber 2010, 56-69.) Heikon itsetunnon omaavan kokee valintojen ja päätösten tekemisen haastavaksi ja Sadekausi-draamaprosessi tarjoaa useita mahdollisuuksia kehittää päätöksen ja valintojen tekemistä, toimimista ryhmässä ja tuoda esille omia ideoita. (Aho 1996, 21-25; Aho & Tarkkonen 1999, 98-99).

5.3 Minätys-pajojen rakenteen suunnittelu

Aloitin Minätys-pajojen suunnittelun kun yhteistyökumppani oli löytynyt. Tutustuin ja kertosin oppimiani draamamenetelmiä sekä perehdyin osallistavan- ja esittävän taiteen kirjallisuuteen. Lähdemateriaalina käytin myös itsetuntoa käsittelevää kirjallisuutta. Tutkijana havainnoin ja analysoin pajassa toiminnallisia osuuksia ja osallistujien reflektoinnissa esille tulleita asioita.

Minätys-pajojen draamallisiksi työskentelytavoiksi valitsin Forum-teatterin, tarinankerronnan, keskustelupiirin, improvisaation, roolileikin, draamasopimuksen, draamaprosessin, askartelun ja ryhmässä toimimisen. Osassa draamallisista harjoitteista käytin etäännyttämistä. Ryhmäharjoitteissa ja draamasopimuksella pyrittiin turvallisen ilmapiirin luomiseen. Pajoissa mahdollisina oppimis- ja kehitysalueina: ryhmässä toimiminen, itsensä ilmaisu ja omien tunteiden tunnistaminen. Jaoin jokaiselle pajakerralle oman draamaharjoite teeman ja aikataulun. (Owens & Barber 2010; Eskola & Jauhiainen 1994; Heikkinen 2004; Koskeniemi 2007). Jokaisella pajakerralla myös pidimme välipalan ja lapset saivat itse osallistua

välipalan laittamiseen.

Minätys-pajojen aikatauluksi suunnittelin kaksi toiminnallista viikonloppua, lauantai ja sunnuntai, jotta työskentely pysyisi mahdollisimman tuoreessa muistissa ja vanhempien olisi helpompi sitoutua tiiviiseen aikatauluun. Ensimmäiselle pajakerralla pyrin luomaan luottavaisen ja turvallisen ilmapiirin sekä tutustuttamaan osallistujat draamatyöskentelyyn. Toisella pajakerralla pyrin ryhmäyttämiseen ja luovaan työskentelyyn draamaprosessin avulla. Kolmannella kerralla tarkoituksena oli tehdä esitys ja keskittyä osallistujien unelmiin. Minätys-pajan viimeisellä kerralla lapset esittäisivät näytelmän, johon vanhemmat saisivat tulla katsojiksi. Tarkoituksena olisi myös antaa yksilölle rohkaisevaa palautetta sekä laittaisimme lapsien kanssa kahvit vanhemmille. Jokaisella pajakerralla pyrkisin positiivisen palautteen antamiseen.

Suunnittelin jaettavaksi jokaiselle osallistujalle vihkot, joita käytetään pajojen ajan. Ensimmäisellä pajakerralla osallistujat kokoisivat vihkoon erilaisista materiaaleista oman nimen sekä kuvia, jotka kuvastavat heitä itseään. Vihkot esiteltäisiin kaikille. Tehtävän tarkoituksena oli saada jokainen ryhmäläinen hyväksymään toisensa (Aho & Tarkkonen 1999, 93-94). Seuraavalla kerralla vihkoihin kirjoitettaisiin omia ajatuksia prosessidraaman aiheesta ystävyys ja he saisivat kotitehtäväksi kirjoittaa seuraavalle kerralle kaksi tapahtumaa, joissa on viikon aikana onnistunut ja yksi tapahtuma, jossa ei onnistunut tai on käynyt odottamattomalla tavalla.

Kolmannella kerralla kotitehtävät käytäisiin läpi ja näyteltäisiin toisille tapahtuneita sattumuksia. Lisäksi tunneneliö- harjoitteen jälkeen lapset kirjoittaisivat vihkoon, milloin tai millaisissa tilanteissa he ovat itse tunteneet samoja tunteita kuin harjoitteessa. Viimeisellä kerralla ohjaaja kirjoittaa jokaisen vihkoon positiivisen ja kannustavan palautteen osallistujasta. Palautteessa ohjaaja pyrkii huomioimaan lapsen yksilöllisiä onnistumisia pajojen aikana, koska myönteisen palautteen katsotaan tukevan itsetunnon kehitystä. (Aho 1996, 52-53; Aho & Tarkkonen 1999, 6-10; Ihme 2000, 35). Tämän jälkeen tehtäisiin rakkautenateria- työskentely, jossa jokainen osallistuja kirjoittaa toisten vihkoihin jonkun positiivisen asian. Osallistujat myös saisivat kirjoittaa vihkoon jokaisella pajakerralla omat onnistumisen paikkansa. Jokaisen pajakerran kantavana aiheena oli tukea lapsien omia näkemyksiä luovuuden kautta ja antaa jokaiselle lapselle mahdollisuus toteuttaa ja kokeilla omia valintoja turvallisessa ilmapiirissä. Pyrin myös ohjaajana kannustamaan omien aja-

tusten esille tuomista ja antamaan positiivista palautetta. Päätin myös kerätä pajojen jälkeen osallistujilta vapaamuotoista palautetta perhepalvelukeskuksen kautta.

5.4 Minätys-pajat

Minätys-pajat toteutettiin Kokkolassa Koivutuvalla kahtena toiminnallisena viikonloppuna 1-2.2.2014 ja 8-9.2.2014. Minätys-pajoissa toimin ohjaajana ja osallistujana. Tein muistiinpanoja pajojen ajan. Osallistujia Minätys-pajassa oli neljä lasta; kaksi poikaa ja kaksi tyttöä. Iältään osallistujat olivat 9-12-vuotiaita. Minätys-pajojen kuvauksissa osallistujat on salassapitosopimuksen mukaisesti nimetty seuraavalla tavalla: Poika 1, Poika 2, Tyttö 1 ja Tyttö 2.

Minätys-pajat alkoivat yhteisellä infotilaisuudessa vanhempien ja lasten kanssa. Tarkoituksena oli kertoa Minätys-pajojen aikatauluista ja sisällöistä ennen toiminnan aloittamista sekä samalla sitouttaa vanhemmat kannustamaan ja tuomaan lapset kokoontumiskerroille. Aloituksessa tarjosin lapsille mahdollisuutta nähdä muita osallistujia, tutustua ohjaajaan ja tehdä valinta, haluavatko he osallistua pajaan. Päätös perustuu draaman vapaaehtoisuuden periaatteeseen, jonka mukaan kaiken osallistavan ja esittävän taiteen tekemisen tulisi perustua vapaaehtoisuuteen (Heikkinen 2004, 132-133; Owens & Barber 2010, 12-13).

5.4.1 Miksei kello käy?

Olin valmistanut Koivutuvalla kahvituksen, tyhjentänyt käytössä olevan salin ylimääräisistä tuoleista ja odottelin jännittyneenä osallistujia paikalle. Yllätyin suuresti kun paikalle tulikin vain neljä lasta. Ymmärsin siinä hetkessä, että suunnittelemani pajan aika kello 12–17.00 tulisi olemaan liian pitkä. Kerroin paikalle tulleille pajojen sisällöstä, joimme kahvit ja ilmoitin, että ensimmäinen paja päättyy jo kello 15.30. Vaihdoin myös vanhempien kanssa yhteystiedot, mikäli jotakin ilmoitettavaa ilmaantuisi.

Aloitin pajan lasten kanssa tekemällä draamasopimuksen (Owens & Barber 2010, 13; Heikkinen 2004, 90-97.) Kiinnitin sovitut säännöt seinälle ja yllätyksekseni lapset kävivät lisäämässä sääntöjä lisää aina kun heistä tuntui, että joku käyttäytyi sopimattomasti.

Työskentelyn aloittamisessa havaitsin, että huomion tarve osallistujilla oli todella suuri. Jokainen halusi tulla kuulluksi ja nähdyksi. Välillä osallistujat eivät välittäneet edes siitä, että he puhuivat tai huusivat yhtä aikaa. Päätin, että teemme muutamia luottamusharjoitteita, joissa työskennellään pareina ja sitten koko ryhmänä. Tyttö 2 ja Poika 1 halusivat olla pari jokaisessa harjoitteessa, koska tunsivat ennalta toisensa. Teimme keskittymisharjoitteen, jossa parin kanssa lasketaan vuorotellen 1-3. Harjoituksesta tulee haastava kun numeroita aletaan vaihtaa liikkeiksi. Harjoituksen tarkoituksena on lisätä luottamusta paria kohtaan sekä harjoittaa keskittymistä. Poika 2 ja Tyttö 1 oli hankaluuksia onnistua harjoitteessa ja Poika 2 lopetti harjoitteen tekemisen ja rupesi pelleilemään. Tämä vaikutti niin, että myös toinen pari lopetti työskentelemisen. Havaitsin vastaavanlaista nopeaa periksi antamista muissakin hieman haastetta sisältävissä harjoitteissa.

Toiseksi luottamusharjoitteeksi olin valinnut Bussit - harjoitteen, jossa ensin työskennellään pareittain ja sen jälkeen koko ryhmän kanssa. Pareista toinen on kuljettaja ja toinen auto. Lopulta koko ryhmä on osa linja-autoa ja yksi osallistuja on kuljettaja. Leikin tarkoituksena on siis ohjata autoa sovituilla kosketuksilla, kuten taputus pään päälle tai taputus selkään. Harjoitteessa ei käytetä ääntä vaan pyritään toimimaan ryhmässä ja ottamaan vastuuta ajamisesta. Linja-auto ei pitkälle päässyt, koska kukaan osallistujista ei kuunnellut toisiaan vaan jokainen olisi halunnut ohjata liikkeen suuntaa. Tämän seurauksena osallistujat suutuivat ja kärjistyivät leikin niin, että siihen oli pakko puuttua, ettei kukaan loukkaantuisi. Epäonnistumisen tunteiden käsittelyssä oli haasteita ja ryhmässä ei valinnut tarpeeksi luottavainen ilmapiiri.

Ensimmäisen pajan osalta olin varannut liian pitkän ajan. Osallistujat kerkesivät menettää mielenkiintoaan ja heistä tuli levottomia. Liian avara tila myös aiheutti osaltaan levottomuutta. Levottomuus aiheutti sovittujen sääntöjen rikkomista ja puhumista ohjaajan päälle. Siinä vaiheessa, kun Tyttö 2 kysyi, paljoko kello on, ymmärsin, että nyt tulisi keksiä jotain mielekästä tekemistä sekä rauhoittaa tilannetta. Jaoin jokaiselle osallistujalle vihon, jota he saisivat käyttää Minätys-pajojen ajan. Annoin tehtäväksi koota vihon aukeamalle kuvia, jotka heidän mielestään ovat hienoja tai jotka kuvastavat heitä. Samalla söisimme välipalaa. Jokainen osallistuja innostui tehtävästä ja askarteleminen rauhoitti heitä.

Yhteisten tavaroiden jakamisessa oli kuitenkin puutteita. Kukaan osallistujista ei olisi ha-

lunnut lainata toiselle käytössä olevia saksia ja värikyniä yritettiin pitää vain itsellään. Samanlainen ilmiö tapahtui kun tehtävänä oli rakentaa oma maja. Tarkoituksena oli, että kaikki vierailisivat toisten majoissa ja majan omistaja esittelisi oman vihkonsa. Kun kaikki olivat rakentaneet majansa kerroin, että seuraavaksi vierailemme jokaisen majassa vuorotellen. Osallistujat eivät olisi halunneet vierailla toisten majoissa vaan he odottivat, että kaikki muut tulisivat heidän omaan majaan käymään. Olin ohjaajana todellisen ongelman edessä. Keskustelin asiasta pitkään lasten kanssa ja pyrin saamaan selville, miksi he eivät suostuneet vierailemaan toisten majoissa. Vastauksista sain käsityksen, että lapset pelkäsivät, että ensimmäisen majan vierailun jälkeen muissa majoissa ei käytäisi. Kerroin jokaisen majan olevan yhtä hieno ja persoonallinen ja pyrin luomaan luottamusta siihen, että kaikkien majoissa vieraillaan. Poika 2 suostui vierailemaan ainoastaan Tyttö 1 majassa ja omassaan. Muuten kaikki osallistujat lopulta kiersivät toistensa majoissa.

Huomasin myös, että oma-aloitteisuus ja valintojen tekeminen oli osallistujien kohdalla vaikeaa. Ihminen, joka kokee päätöksien tekemisen vaikeaksi, on usein itsetunnon heikko. (Aho 1996, 21.) Maja tehtävän alussa Tyttö 1 olisi mennyt tekemään majaa toisen osallistujan kanssa, koska ei pystynyt päättämään minne ja mistä oman majan rakentaisi. Puutuin tilanteeseen ja annoin Tyttö 1:lle erilaisia vaihtoehtoja paikoista, minne majan voisi rakentaa. Kannustamisen jälkeen hän lopulta rakensi oman majan.

Mielestäni tässä majan luomistehtävässä kuvastui selkeästi epävarmuus omasta itsestään ja pelko siitä, että jonkun toisen maja olisi parempi kuin oma. Osallistujat eivät kyenneet antamaan positiivista palautetta toisten majoista vaan he pyrkivät tässäkin tilanteessa kiinnittämään huomion itseensä tekemällä erilaisia temppuja tullessaan toisen majaan.

Lapset ehdottivat, että leikkisimme heille tuttua leikkiä, rikkinäinen puhelin ja annoin heidän ohjata leikin kulkua. Kaikki osallistujat istuimme rivissä ja ensimmäinen kuiskasi seuraavalle jonkin lauseen. Rivin viimeinen henkilö sanoi lauseen lopulta ääneen, sellaisena kuin sen oli kuullut. Yleensä viesti muuttui kuiskausten aikana, mikä teki leikistä hauskan. Vaihdoin aina rivin viimeistä, jotta jokainen pääsee myös keksimään yhden lauseen. Kun Tyttö 1 oli viimeisenä, hän ei kyennyt sanomaan kuulemaansa lausetta ääneen. Tyttö pelkäsi sanovansa jotain väärin. Yllätyksekseni ryhmässä muut osallistujat rupesivatkin kannustamaan Tyttöä ja Poika 1 ehdotti, että lauseen voisi kuiskata ohjaajan korvaan. Lopulta pitkän suostuttelun jälkeen Tyttö 1 uskalsi sanoa lauseen ääneen ja kaikki olivat siitä

hyvillään. Tyttö 1 selkeästi voitti lopulta pelkonsa ja jatkoi leikkiä huomatessaan, että mitään väärää tai oikeaa ei ollut.

Yksi ensimmäisen pajan toimivimmista harjoitteista oli keskittymisharjoite, jossa toimitaan yksilönä ryhmässä. Osallistujat kävelevät tilassa ja toimivat ohjaajalta saatujen käskyjen mukaisesti. Käskyinä on mene (liikkumista eteenpäin), pysähdy (pysähdy/seiso paikallaan), hyppy (hyppy), taputus (taputetaan käsiä kerran yhteen), oma nimi (huudetaan oma nimi ääneen). Harjoite etenee niin, että ohjaaja antaa pari käskyä kerrallaan ja käskyjen merkitykset vaihtavat paikkaa. Esimerkiksi mene tarkoittaakin pysähdy ja pysähdy tarkoittaa mene. Tässä siis osallistujan tulee olla tarkkana, jotta toteuttaa annetut käskyt oikein. Lapset suoriutuivat tästä harjoitteesta todella mallikkaasti. Koko ryhmä kuunteli ohjaajaa. Havaittiin, että osallistujat keskittyivät kun harjoitteessa oli tarpeeksi haastetta, mutta haastavuutta lisättiin vaiheittain.

5.4.2 Afrikan viisaus

Minätys-pajan toisena päivänä aiheena oli tehdä prosessidraama sadekausi. Rajasin työskentelytilan puoliksi ja koristelin sen Afrikasta tuomillani värikkäillä kankailla. Pysin tuomaan osallistujille ajatuksen jo erilaiseen maailmaan astumisesta kun he saapuvat työskentelytilaan. Toin myös tilaan roolivaatteita, jotta lasten omat toiveet huomioidaan. Lapset toivoivat jo ensimmäisellä kerralla, että saisivat pukeutua roolivaatteisiin.

Tilan rajaaminen pienemmäksi ja värikkäät Afrikan kankaat kiinnittivät lapsien huomion ja ilmapiiri oli innostunut. Lapset jaksoivat myös odottaa lupaa roolivaatteiden käyttämiseen.

Sadekausi on Afrikkalainen tarina, mikä päättyy ristiriitaan. Tarina kertoo eläimistä, jotka valmistautuvat tulevaan sadekauteen rakentamalla pesän ja ruokavarastot. Päähenkilönä on orava, joka pelastaa piikkisian vedenvarasta ja ottaa hänet pesäänsä. Piikkisika kuitenkin on kiittämätön, syö oravan ruokavarastoja ja pistelee yöllä piikeillään niin, ettei orava voi nukkua. Sademetsän tapaan vieraasta on huolehdittava kolme vuorokautta. Kolmen vuorokauden kuluttua piikkisika ei suostu lähtemään ja orava joutuu hankalien valintojen eteen. Draamaprosessissa näitä erilaisia tilanteita harjoitellaan roolileikkien ja forum- teatterin keinoin. Lopulta piikkisika putoaa vedenvaraan ja tämän seurauksena orava joutuu eläin-

neuvoston eteen. Neuvostossa päätetään, onko piikkisika hukkunut ja onko orava syyllinen vai syytön. Eläinneuvoston tapahtumat toteutetaan osallistujien kanssa roolileikin keinoin. Osallistujat siis lopulta päättävät, mikä on piikkisian kohtalo ja miten oravalle käy. (Owens & Barber 2010, 56-57).

Aloitimme pajan fiilisringillä ja huomasin, että kolmelle lapselle oli tärkeää antaa aikaa kertoa, miksi he olivat tulleet myöhässä pajaan. Tämän jälkeen teimme venyttelyringin, jossa jokainen sai vuorollaan näyttää venyttelyliikkeen. Havainnoin, että osallistujat antoivat toisilleen tilaa ja aikaa keksiä liike. Liikkeistä syntyi myös jonkinlainen kilpailutilanne siitä, että kuka keksii vaikeimman venytyksen. Tämän jälkeen menimme tiiviiseen piiriin ja teimme keskittymisharjoitteen, jossa lasketaan vuorotellen satunnaisessa järjestyksessä 1-10 saakka. Harjoitus edesauttoi lapsia rauhoittumaan ja keskittymään. Harjoituksen tarkoituksena on opettaa osallistujia kuuntelemaan toisiaan. (Owens & Barber, 2010, 19-22).

Teimme liikepainotteisen mielikuvitusharjoituksen, jossa lapset pääsivät fyysisesti kokeilemaan ja esittämään valitsemaansa viidakon eläintä. Eläimen luominen aloitettiin perusliikkumisella sademetsässä, jonka jälkeen eläinhahmoa luotiin erilaisin liikenopeuksin ja äänin. Lopulta tehtiin pieniä kohtauksia, joissa eläimet saalistivat itselleen ruokaa ja väijyivät saalista. Kaikki osallistujat olivat yhtä aikaa tekemässä eläinhahmoa ja jokainen heistä toimi aktiivisesti ja keskittyneesti. Kun jokin antamani uusi ohje jäi yhtä osallistujaa mietittämään, innostui hän hetken kuluttua kokeilemaan kun huomasi, että kaikki muut jo kokeilivat ääniä ja liikkeitä, välittämättä siitä toimivatko oikein. Havaitsin, että ryhmätyöskentely toimi toisena pajakertana ammentavana voimavarana ja tekemisen tukena.

Tämän jälkeen jokainen lapsi sai valita oman kankaan, johon he saivat asettua. Aloitin kertomaan Sadekauden tarinaa ja lapset keskittyivät kuuntelemaan. Havaitsin, että tarinan kuuntelu rauhoitti lapsia ja he olivat keskittyneitä. Tarinan kuuntelu tilanteessa lasten ei odotettu tekevän mitään, mikä antoi heille yhtä aikaa suuren vapauden, mutta samalla se tarjosi turvallisen tilanteen ja mahdollisuuden olla läsnä. Tarinan edetessä esittäessäni jatkokysymyksiä Poika 2 ja Poika 1 toivat omia ideoitaan esille. Tilanteessa ei syntynyt minäkäänlaista kilpailutilannetta ja ohjaajana otin kaikki ideat huomioon kommentoimalla niitä. Kysyin myös oliko muu ryhmä tyytyväinen näihin ehdotuksiin? tarkoituksena oli antaa Poika 1 ja Poika 2 hyväksynnän kokemus ja samalla rohkaista tyttöjäkin kertomaan omia ideoitaan. Pyrin myös tuomaan osallistujille mahdollisuuden havainnoida omien ideoiden

esille tuomisen helppouden. Mikäli jokin idea ei tukenut tarinaa, keskusteltiin siitä ja lopulta ehdottaja itse halusi vaihtaa sen. (Owens & Barber 2010, 65). Tässä tilanteessa siis lapsen ei tarvinnut kokea huonommuutta vaikka ensimmäinen idea ei toiminutkaan.

Havaitsin, että harjoitteet, joissa lasten ei välttämättä tarvitse toimia itse antaa myös mahdollisuuden oppia jotain itsestään, käyttämällä ainoastaan kuuloaistia.

Kun olimme päässeet tarinan loppuun, oli lasten vuoro valita omat roolihahmot ja heille vaatteet. Tämä oli selvästi lapsille mieluisinta koko pajassa, mutta ei täysin ongelmatonta. Kaikilla osallistujilla oli vaikeuksia tehdä päätöstä siitä, minkälaisen roolivaatteen he ottavat. Havainnoin, että keskittymiskyky ja päätöksen tekeminen oli lapsille vaikeaa. Tyttö 1 ei kyennyt päättämään edes vaatteita joita kokeilisi, joten menin auttamaan häntä antaen erilaisia ehdotuksia. En halunnut suoranaisesti vaikuttaa hänen päätökseen, mutta halusin tuoda esille erilaisia vaihtoehtoja. Siirryimmekin tarinasta toteutukseen ja lapset loivat oikeussalin, jossa jokaisella oli tärkeä rooli. Jokainen lapsi otti oman roolihahmonsensa tosissaan ja improvisaatiota käyttäen näyttelivät eläinten oikeuden käynnin. Lapset päätyivät antamaan tarinan päähenkilölle ankaran tuomion vankilassa.

Innokkaasta näyttelemisestä huolimatta samanlainen helposti luovuttaminen näkyi tässäkin harjoitteessa. Poika 2 yritti saada tuomarilta eli Poika 1:ltä puheenvuoroa ja kun hän ei sitä heti saanut lopetti Poika 2 näyttelemisen. Hän yritti häiriköidä käytöksellään muita osallistujia puhumalla päälle tai paukuttamalla tuolin jalkoja lattiaan. Rehentelevän ja häiritsevän käyttäytymisen syy voi olla heikossa itsetunnossa, ja häiritsevällä käyttäytymisellä yksilö peittää pelkoaan tai heikkouttaan (Aho 1996, 21). Kun muiden osallistujien häiritsemistä tapahtui, tarjosin osallistujalle mahdollisuutta tulla viereeni seuraamaan kun muut tekevät harjoitetta. Vaihtoehtoisesti hän voi jatkaa harjoitteen tekemistä, mikäli lopettaa muiden häiritsemisen. Yleensä tämä rauhoitti Poika 2:sta ja hän valitsi aina mieluummin harjoitteeseen osallistumisen. Yllätyin itsekini siitä, miten hyvin tällainen rauhallinen tilanteeseen puuttuminen toimi. Ilmeisesti osallistujalle tuli kuitenkin sellainen olo, ettei hän halunnut menettää mahdollisuuttaan olla mukana tekemässä harjoitetta. Ehkä muiden tekemisen katsominen olisi harmittanut kun ei itse voinutkaan olla mukana. Koin, että tällaisessa tilanteessa osallistuja joutui miettimään itsensä kanssa, oliko tärkeämpää yrittää kuin luovuttaa.

5.4.3 Onko meillä tänään välipala?

Kolmanteen Minätys-pajaan ei saapunut kuin kaksi osallistujaa Poika 2 ja Tyttö 1. Ymmärsin, että tekemääni suunnitelmaa ei voisi käyttää sellaisenaan. Tein pikaisia muutoksia pajan rakenteen toteutukseen poistaen sieltä harjoitteet, jotka olisivat vaatineet enemmän osallistujia.

Kumpikaan osallistujista ei ollut tehnyt kotitehtävää, joten aikaisemmin suunnittelemani harjoitetta ei voitu sellaisenaan toteuttaa. Kävimme kotitehtävän läpi yhteisesti ääneen pohtien, missä asiassa viikon aikana osallistujat olivat kokeneet onnistuneensa ja missä taas tapahtui jotakin yllättävää. Tyttö 1 ei ollut kovinkaan varma onnistumisestaan, mutta kertoi piirtävänsä paljon. Poika 2 kertoi läpäisseensä jossakin konsolipelissä vaikean tason. Kirjasimme nämä tapahtumat vihkoihin.

Tunteiden tunnistamisen ja näyttämisen katsotaan olevan haastavaa heikon itsetunnon omaavalle lapselle, joten olin suunnitellut pajaan esittävän taiteen keinoin toteutettavan tunteiden arvausleikin (Aho 1996, 42-47; Aho & Tarkkonen 1999, 60-69, Ihme 2000, 144-155). Jaoin lapsille kasan erilaisia pyöreitä pahveja, joissa jokaisessa oli jonkinlaista tunnetta kuvaava hymiö. Tarkoituksena oli, että vuorotellen lapset esittävät pahvissa olevaa tunnetta ja toiset yrittävät arvata, mikä tunne on kyseessä. Teimme tämän harjoitteen ja lapset saivat vuorotellen esittää tunnetiloja. Tyttö 1 hymyili ja Poika 2 tunnisti kyseessä olevan ”iloinen”. Seuraavan hymiön kohdalla hän näytti samanlaista hymyä, mikä hämmensi Poika 2:sta. Kun Poika 2 arveli, oliko lapussa sama hymiö, ei Tyttö 1 enää suostunut näyttämään muita ilmeitä. Tämän jälkeen Tyttö 1 sanoi, ettei kyennyt erottamaan lapuissa olevien hymiöiden tarkoittamaa tunnetilaa. Yritin kannustaa häntä jatkamaan, mutta lopulta katsoin parhaaksi vaihtaa vuorostaan Poika 2:n näyttelemään tunteita. Arvuuttelin Tyttö 1 kanssa yhdessä tunnetiloja, kunnes hän uskalsi tehdä sitä yksinkin. Poika 2 myös lisäsi tunteiden näyttelemiseen äänen ja kertoi nopeasti hänen mielestään oikean vastauksen, jos Tyttö 1 ei sitä heti arvannut.

Havaitsin, että näillä kahdella osallistujalla oli hyvin erilaiset tavat käsitellä asioita, mutta silti he viihtyivät todella hyvin yhdessä. Poika 2:lla oli selkeästi puutteita pitkäjänteisyyden kanssa ja hän haki huomiota kokoajan itseensä. Tyttö 1 oli arka ja mielellään ei halunnut olla

huomion keskipisteenä vaan ennemminkin ahdistui siitä. Silti Poika 2 kannusti ja piti huolta Tyttö 1:stä. Tyttö 1 puolestaan otti useasti Poika 2:n tarjoaman avun vastaan ja nauroi pojan vitsailuille. Ohjaajana kuitenkin seurailin tarkkaavaisesti näiden kahden toimintaa, koska he eivät tunteneet toisiaan ennalta.

Molemmissa osallistujissa oli myös epävarmuutta, mikä puolestaan saattoi vaikuttaa joidenkin harjoitusten toteutukseen negatiivisesti. Kun jokin harjoitus ei heti onnistunut osallistujien toivomalla tavalla Poika 2 rupesi pelleilemään ja Tyttö 1 unohti koko tehtävän ja seurasi pojan tekemisiä.

Jokaisessa pajassa pidimme välipalan, mikä oli lasten mielestä kiva tilanne. Lapset saivat auttaa välipalan laittamisessa. Lapset myös monesti odottivat välipalalle pääsyä. Poika 2 kävi pajan aikana taas rauhattomaksi ja kyseli minkälaisia jugurteja tänään on välipalalla ja onko meillä tänään välipalaa? Sainkin hänet rauhoittumaan pyytämällä molempia auttamaan välipalan laittamisessa. Välipalalla keskustelimme kaikesta, mitä lasten mieleen juolahti. Kyselin myös heidän lempikouluaineista ja harrastuksista. Välipalan jälkeen lapset taas jaksoivat keskittyä draamaharjoitteisiin.

5.4.4 Tähti sademetsässä

Viimeiselle Minätys-pajakerralle saapui ainoastaan yksi osallistuja. Jälleen kerran sain muuttaa tekemääni suunnitelmarunkoa, mikä tällä kertaa tarkoitti kaikkien suunniteltujen harjoitteiden hylkäämistä. Päätin keskittyä tähän yhteen osallistujaan ja viettää hänen kanssa aikaa kuunnellen ja keskustellen. Samalla piirsimme ja väritimme kuvia. Olin jo valmistautunut ilmoittamaan hänen huoltajilleen, että esitystä ei olekaan kunnes Tyttö 1 ilmoitti jännittävänsä esiintymistä yksin. Hän sanoi useampaan kertaan, että "minua kyllä jännittää, että jos esitän yksin koko näytelmän!". Ymmärsin siinä tilanteessa, että ehkä tämä lapsi haluaakin esiintyä siitä huolimatta, että on yksin. Päätin rohkaista häntä ja niin me rupesimme harjoittelemaan esitystä yhdessä. Toimin ohjaajana ja avustajana. Päädyimme korvaamaan puuttuvat näyttelijät eläinpehmoleluilla, joita avustajana nostin esille lavalle. Tyttö 1 esitti Minätys-pajassa syntyneen Sadekausi-prosessidraama tarinan. Hän halusi muuttaa loppukohtauksen niin, ettei oravaa tuomita vankilaan vaan hän selviää pienemmällä rangaistuksella. Tyttö 1:lle oli jäänyt pahamieli kun prosessidraamaa tehtäessä hänet oli

tuomittu vankilaan (esitti siis oravaa tuolloin).

Harjoittelimme ja suunnittelimme näytelmän kulkua yhdessä. Tyttö 1 näytteli oravaa, joka kokosi pesäänsä ruokaa ja muita tarvikkeita. Vuorosanoillaan hän myös toimi tarinan kertojana. Heitin lavalle pehmolelun, mikä oli sidottu naruun ja se edusti villisikaa, joka oli hukkumaisillaan. Orava pelasti pehmolelun ja näytteli taitavasti monologissaan ristiriitaista tilannetta, kun villisika koetteli oravan vieraanvaraisuutta. Tyttö 1 myös näytteli käyttäen fyysistä ilmaisua, kun villisian piikit pistelivät häntä. Lopulta orava ajoi villisian veden varaan. Viimeisessä kohtauksessa orava joutuu eläinneuvoston eteen, jossa avustajana näyttelin nukeilla eläinneuvoston jäseniä. Orava vastasi eläinten tekemiin kysymyksiin ja puolusti itseään. Tarina loppui eläinneuvoston päätökseen. Tämän jälkeen siirryimme kahvipöytään, jonka olimme yhdessä Tyttö 1:n kanssa laittaneet. Ohjaajana palkitsevaa oli kuulla kun Tyttö 1 kertoi isona perustavansa kahvilan ja sinne saa ilmaiseksi tulla eräs Minätys- pajan ohjaaja. Lisäksi hän aikoi isona näyttelijäksi.

Ei siis pidä aliarvioida yksilön mahdollisuuksia ja vahvuuksia. Koin, että olin saavuttanut Tyttö 1:n luottamuksen niin, että hän halusi esiintyä vaikeasta tilanteesta huolimatta. Tyttö 1:n kohdalla innostuneisuus ja esiintymishalu voittivat pelot ja ennakkoluulot. Koin, että ryhmän ujoimmasta osallistujasta kuoriutui rohkea itsensä ilmaisija. Samalla opin itse teatteri-ilmaisun ohjaajana ymmärtämään kuuntelemisen ja hetkeen tarttumisen tarkoituksen mukaisuuden.

5.5. Mikä toimi ja mikä ei?

Olin tehnyt jokaista Minätys-paja kertaa kohden suunnitelman pajan sisällöstä. Tilanteiden muutosten ja osallistujamäärien vaihtelevuuden vuoksi jouduin muuttamaan tekemiäni suunnitelmia jokaisella pajakerralla. Olen kuitenkin sitä mieltä, että toteutin suunnitelmiani teemoja ja käsitteimme valitsemiani aiheita, vain vähän eri harjoitteilla kuin olin alun perin suunnitellut. Lyhensin myös ensimmäisen pajakerran jälkeen pajojen keston 1,5 tuntiin, mikä myös poikkesi alkuperäisestä suunnitelmastani. Lisäksi koin työskentelytilan olevan liian avara, mikä lisäsi levottomuutta ja aiheutti keskittymisvaikeuksia. Rajasin tilan seuraaville pajakerroille, mikä mielestäni rauhoitti osallistujia.

Koin tehneeni oikean päätöksen vaihtaa Ystäväni Valas draamaprosessin Sadekauteen kun näin lasten aidon innostuneisuuden ja mielenkiinnon sadekausi tarinaa ja näyttelemistä kohtaan. Työskentelytilan rajaaminen ja koristelemine rauhoitti lapsia ja auttoi heitä keskittymään draaman maailmaan. Tein huomiota siitä, että lapset kuuntelivat tarinaa keskittyneesti ja hiljaa. Lasten ei tarvinnut tehdä mitään, vaan he saivat vain kuunnella. Huomasin, miten tärkeää oli antaa heidän vain olla läsnä ilman minkäänlaista erityistä tekemistä.

Lapset keskustelivat hyvinkin intensiivisesti ja mielenkiinnolla pajoissa käsiteltävistä aiheista. Pajoihin olisi kannattanut suunnitella enemmän keskustelemaa työskentelyä sekä antaa aikaa lapsen omien mielipiteiden esille tuomiselle. Jokaisella pajassa olleella lapsella oli halu tulla kuulluksi ja nähdyksi, joten olisi voinut olla rakentavaa antaa jokaisen kirjata mietteitään vihkoon ja olisimme sitä kautta voineet lähteä toteuttamaan jotakin draamallista harjoitetta.

Lapsien palautteesta nousi voimakkaasti esille, että he olisivat halunneet enemmän ja pukeutua roolivaatteisiin. Minätys-pajaan olisi voinut lisätä enemmän roolivaatteilla työskentelyä. Roolivaatteet olisi voinut ottaa osaksi erilaisia draamaharjoitteita. Esimerkiksi oman majan rakentajat olisivat voineet luoda majanrakentaja hahmon erilaisia pähineitä käyttäen. Roolileikki olisi myös voinut edesauttaa siihen, että kaikki olisivat vierailleet toistensa majoissa.

Lapset tykkäsivät koristella ja kirjoittaa omaan vihkoonsa. Muuten vihkojen käyttö ei palvellut tarkoitustaan, koska suurin osa ei tehnyt annettua kotitehtävää. Rakkaudenateriaa ei voinut tehdä ollenkaan, koska osallistujia tuli vain yksi viimeiselle kerralle. Ohjaajan palautteen kirjasin Tyttö 1:n ja Poika 2:n vihkoihin, koska sain ne heiltä kolmannen pajan jälkeen. Tyttö 2:n ja Poika 1:n palautteen laitoin perhepalvelukeskuksen kautta, joten myöskään tässä kohdin vihko ei palvellut tarkoitustaan kaikkien osallistujien kohdalla.

Ryhmätyöskentely toimi alkuvaikeuksien jälkeen mielestäni kannustavana ja rohkaisevana työskentelymuotona. Haasteena oli parityöskentely, koska osa osallistujista Poika 1 ja Tyttö 2 eivät suostuneet vaihtamaan paria. Kerran tytöt olivat keskenään pari, mutta pojat eivät suostuneet tekemään harjoitusta loppuun yhdessä.

6. TEATTERI-ILMAISUN OHJAAJANA ERITYISRYHMÄSSÄ

Tässä luvussa avaan minkälaista oli työskennellä teatteri-ilmaisun ohjaajana erityisryhmässä ja mitä opin Minätys-pajoista ohjaajana ammatillisesti.

6.1 Haasteet

Minätys-pajan osallistujien kerääminen osoittautui haastavammaksi kuin olin varautunut. Osallistujien haastava sitouttaminen sovittuun aikatauluun oli jo aikaisemmin tiedossa pajoja suunniteltaessa ja pyrimme tiedottamaan perheitä Minätyksestä ajoissa. Perheitä tiedotettiin pari kuukautta aikaisemmin ja muistutettiin vielä lähempänä pajojen alkamista. Tästä huolimatta puolet ilmoittautuneista jätti tulematta paikalle. Alun perin osallistujia oli ilmoittautunut noin kahdeksan, mutta lopullinen osallistujia määrä oli neljä. Viimeisellä pajakerralla oli vain yksi osallistuja.

Osallistujia kerättiin eri puolilta Perhepalvelukeskuksen tukitoimien kautta, joten ilmoittautuneet tiedotettiin minulle sähköpostilla tai soittamalla. En siis ollut itse ohjaajana yhteydessä osallistujien vanhempiin, joten minulle ei myöskään välittynyt tietoa mikäli osallistuminen peruutettiin. Osaksi näistä peruutuksista ei myöskään ilmoitettu perhepalvelukeskuksen työntekijöille. Mahdollisesti tulevaisuudessa ohjaaja voisi olla myös itse jossain määrin yhteydessä osallistujien vanhempiin, jolloin heillä olisi mahdollisuus tutustua ohjaajaan. Tämä voisi puolestaan edesauttaa sitoutumisessa.

Ohjaajana olisi ollut tarpeellista tietää osallistuvien lasten taustoista, jolloin olisi ollut helppompaa huomata tilanteita, joihin ohjaajana tulee puuttua. Yhden lapsen palautteesta ilmeni, että pajoissa häntä lähinnä häiritsi yksi osallistuja, jonka hän tunsi ennalta. Ohjaajana tilanteissa joissa tämä osallistuja hermostui toiselle osallistujalle saatoinkin luulla, että tilanne johtui annetusta tehtävästä. Taustojen tietämisestä olisi myös ollut hyötyä ajatellen osallistujan koko perhettä. Koin muutaman haastavan tilanteen kahden vanhemman kanssa. Jokaisen pajan päättymisen jälkeen jäin aina odottamaan, että jokainen lapsi tultiin hakemaan kotiin. Yhden pajan jälkeen Poika 2 ja hänen äitinsä eivät jostain syystä meinanneet poistua tilasta. Olin jo siirtynyt keittiöön siivoamaan kun he vuorotellen tulivat keskustelemaan kanssani. Tilan käyttö oli minun vastuullani ja mietin, mitä ihmettä tässä tilanteessa tulisi

tehdä. Kuulin Poika 2:n huutavan, että äiti lähdetään jo. Päätin mennä ohjaamaan heidät ulos. Jouduin saattelemaan äidin ovelle ja sanomaan, että teidän täytyy nyt lähteä, koska joudun laittamaan ovet lukkoon.

Toisella pajakerralla olin juuri kokoamassa lapsia yhteiseen lopetukseen, kun kesken kaiken saliin käveli minulle tuntematon aikuinen. En kerinnyt käydä häneltä kysymässä, oliko hän mahdollisesti jonkun osallistujan vanhempi, kun lapset villiintyivät täysin. Lapset heittelivät roolivaatteita, siirteli tilassa olevia tavaroita ja kaikki tietysti huusivat yhteen ääneen. Tilanne ikään kuin räjähti käsiin ja kaikki huomioni meni siihen, että yritin saada lapset rauhoittumaan. Emme saaneet aikaiseksi yhteistä lopetusta, koska tilassa oleva aikuinen selvästi vaikutti lapsien keskittymiseen. Lapset lähtivät sitä mukaan kun heitä tultiin hakemaan ja lopulta yksi osallistujista meni tämän salissa olevan aikuisen luokse, ja ymmärsin, että hän oli osallistujan vanhempi.

Minätys- pajassa osallistujilla oli suuri tarve saada huomiota ja olla huomion keskipisteenä. Huomiota haettiin ulkoisella käyttäytymisellä. Myös keskittymisvaikeuksia sekä lyhyt jännitteisyyttä oli ryhmäläisissä paljon. Mikäli en antanut heti huomiota, lapsen sitä pyytäessä saattoi tämä lapsi ruveta käyttäytymään häiritsevästi ja lopetti draamaleikin siihen. Keskeytin aina tilanteen ja annoin lapselle vaihtoehtoina tulla viereeni seuraamaan harjoitetta tai jatkaa harjoitetta häiritsemättä muita, kuten aikaisemmassa paja kuvauksessa kerroin. Tämä toimi hyvänä rauhoittavana ja rajoja asettavana mallina.

6.2 Yhteistyö perhepalvelukeskuksen kanssa

Koin opinnäytetyön tekijänä, että valitsemani aihe, miten draamamenetelmillä voi tukea lapsen itsetuntoa, oli yhteistyökumppanin osalta merkityksellinen. Koen, että perhepalvelukeskuksella on edelleen kasvava tarve tehdä yhteistyötä teatteri- ilmaisun ohjaajien kanssa, joilla on taitoja opastaa draamamenetelmien käyttöä. Tämä kävi myös ilmi loppukeskustelussa perhepalvelukeskuksen työntekijöiden kanssa, lasten palautteista ja omista kokemuksista Minätys- pajan ohjaajana. Lapset olivat pääsääntöisesti pitäneet Minätys- pajasta ja kokeneet harjoitteet mukaviksi. Enemmän he olisivat toivoneet juuri roolivaatteiden käyttöä ja vähemmän ringissä istumista.

Mietimme yhdessä perhepalvelukeskuksen työntekijöiden kanssa, että vastaavanlaisen toiminnan osalta voisi olla hyödyllistä toimia työparin kanssa, jolloin toinen voisi keskittyä ryhmän ohjaamiseen ja toinen voisi huolehtia käytännön asioista. Työparihan voisi mahdollisuuksien mukaan olla perhepalvelukeskuksen työntekijä. Tämä voisi osaltaan ennalta ehkäistä pajassa käyneet tilanteet niin, ettei ryhmän työskentelyä keskeytetäisi. Draama-harjoitteita voisi myös ottaa käyttöön koko perheelle suunnatuissa tapahtumissa, jolloin sitoutuminen koko perheenä voisi olla parempaa ja jatkuvampaa. Perhepalvelukeskuksen kanssa oli mielenkiintoista ja palkitsevaa tehdä yhteistyötä.

6.3 Saavutettu oppiminen

Uskon, että jokaisessa ryhmässä syntyy jossain vaiheessa tilanne, johon ohjaajan tulee puuttua. Tällaista tilannetta myös kuvataan ryhmän kuohuntavaiheeksi (Eskola & Jauhainen, 1994). Erityisryhmän kanssa työskennellessä tuo kuohunta voi olla voimakkaampaa kuin muunlaisen ryhmän kanssa, koska tilanteessa reagoidaan usein fyysisesti. Opin, että toimivin tapa on puuttua tilanteeseen heti keskeyttämällä toiminta ja keskustelemalla rauhallisesti, mutta määrätietoisesti. Kun ohjaaja katsoo osallistujaa silmiin ja antaa kaksi vaihtoehtoa, tilanteen selvittämiseksi, ohjaaja osoittaa huomioivansa osallistujan. Ohjaaja toimii tilanteessa reilusti ja avoimesti, jolloin lopullisen päätöksen tekee osallistuja itse. Tässä toimintamallissa vallitsee edelleen vapaaehtoisuuden periaate ja turvallinen työskentely ympäristö. Muille osallistujille tilanne viestittää, että ohjaaja ottaa vastuun ja noudattaa omalta osaltaan sovittuja sääntöjä.

Teatteri-ilmaisun ohjaajan on kyettävä kestäämään keskeneräisyyttä ja olemaan valmis tarvittaessa tekemään muutoksia ennalta tehtyihin suunnitelmiin (Heikkinen 2004, 122-123). Minätys-pajan kautta opin, että myös ryhmässä oppiminen tapahtuu itse tilanteessa eikä siis kaikkia ennalta suunniteltuja harjoitteita ole hyödyllistä käyttää. Harjoitteita kannattaa muokata ryhmässä esille tulleiden tapahtumien ja havaintojen pohjalta, jolloin ne palvelevat ryhmää sekä tarkoitustaan paremmin.

Ohjaajan kannattaa valita selkeitä ja yksinkertaisia tavoitteita ajatellen tutkimusta ja kohderyhmää. Olen aina ollut ”kaikki mulle heti ja nyt”- tyylinen ihminen, joten kärsivällisyys, armollisuus itseään ja osallistujia kohtaan korostui Minätys-pajassa tärkeäksi. Ensimmäisen

pajakerran jälkeen olin hämmentynyt ja koin epäonnistuneeni, koska emme kerinneet tehdä kaikkia suunnittelemani harjoitteita ja osa harjoitteista ei toiminut ryhmän kanssa. Lisäksi osallistujia tuli vähemmän mihin olin varautunut ja jouduin myös pitämään järjestystä yllä luultuani enemmän. Todella paljon energiaani meni siihen, että sain ryhmän kaikki osallistujat tehtäviin mukaan ja kuuntelemaan toisiaan. Kun pohdin pajaa jälkikäteen, ymmärsin, että tavoitteita on tämän ryhmän kanssa selkeytettävä ja yksinkertaistettava. Mitä yksinkertaisempi päämäärä on, sitä helpompi on edetä sitä kohti, ottaen huomioon Minä-tys-pajojen ajan rajallisuuden ja osallistujien määrän. Lisäksi tekeminen on miellyttävämpää, kun aikataulua ei ole kokonaan suunniteltu vaan tapahtumiin ja harjoitteisiin annetaan niiden vaatima aika. Näin ollen harjoitteisiin päästään pintaa syvemmälle, mikä vaatii osallistujien henkilökohtaisen pohdinnan ja tällöin harjoite palvelee tarkoitustaan.

Koin itse oppineeni viimeiseltä pajakerralta eniten ammatillisesti kuten myös henkilökohtaisella tasolla. Ammatillisesti opin, että vastaavanlaisessa tilanteessa on hedelmällisempää keskittyä ja kuunnella osallistujaa kuin kehittää jotakin toimintaa. Koin myös onnistuneeni luomaan luottamussuhteen Tyttö 1:seen kun hän halusi ja uskalsi esiintyä yksin.

Vaikka kyseessä on erityisryhmä, se ei karsi pois sitä tosiasiaa, että lapset haluavat leikkiä ja heillä on vilkas mielikuvitus. Ohjaajana opin sen, että tulevaisuudessa kannattaa antaa enemmän tilaa esittävän taiteen tekemiseen, mitä kautta lapset pääsevät yksilöinä toteuttamaan itseään. Erityisryhmässä työskentelyssä tärkeäksi koin turvallisen ilmapiirin niin osallistujien kuin ohjaajankin osalta. Draamasopimus edesauttaa turvallisuuden rakentamista kun pelisäännöistä sovitaan yhdessä. Ohjaajan on myös pidettävä säännöistä kiinni ja huolehdittava, ettei ketään osallistujaa loukata tai jätetä yksin.

7. Pohdinta

Minätys-pajan toteutuspaikka tulisi valita mahdollisimman selkeästä ja tutusta paikasta, jonne vanhempien olisi helppo tuoda lapset. Lisäksi paja kannattaisi tehdä yhteistyössä jonkun toisen perhepalvelukeskuksessa jo toimivan tahon kanssa, kuten tukihenkilöiden. Tukihenkilöt voisivat tuoda lapsia Minätys-pajaan ja osallistua siihen itsekkin. Vanhempien sitoutumista voisi edistää se, että ohjaaja on itsekkin heihin yhteydessä. Lisäksi ohjaajan on tärkeää kerätä palautetta osallistujilta, jotta hän voi kehittyä pajojen suunnittelijana.

Draamallisilla menetelmillä on myönteisiä vaikutuksia itsetunnon tukemisessa, erityisesti toimivia ovat prosessidraama, erilaiset keskittymisharjoitteet, roolileikki ja tarinankerronta. Harjoitteita tulee valita kohderyhmän ja tavoiteltavan teeman mukaisesti. Erityisesti roolissa tekeminen ja omien ideoiden esitleminen tuo varmuutta itsensä ilmaisuun, kuten Minätys-pajassa Tyttö 1:sen kohdalla.

Draamamenetelmien avulla lapsella on mahdollisuus kokeilla turvallisessa ympäristössä elämään kuuluvia tapahtumia ja toimintatapoja, kuten Minätys-pajassa toteuttamamme Sadekausi-draamaprosessi. Sadekausi-draamaprosessissa lapset saivat itse ratkaista ristiriitaisentilanteen ja he pääsivät kokeilemaan erilaisia ratkaisumalleja käytännössä. Tällöin siis lapsella on mahdollisuus kehittää omaa päättelykykyä ja toimimista vuorovaikutustilanteissa. Kun draamaprosessin aikana joku osallistujista teki ehdotuksen, tarkistin hyväksyisikö koko ryhmä sen ja tämän jälkeen keskustelimme esille tulleesta ehdotuksesta tai kokeilimme sitä käytännössä. Näin siis jokaisen ehdotus huomioitiin ja annettiin sille mahdollisuus. Tällöin osallistujan ei tarvinnut pelätä tyrmätyksi tulemista.

Palautteen antamiseen painottuvissa draamaharjoitteissa lapsilla on mahdollisuus saada palautetta omasta toiminnastaan sekä antaa palautetta muille osallistujille. Ohjaajana annoin myönteistä palautetta osallistujille ja pyrin antamaan palautetta kaikille osallistujille. Minätys-pajan aikana myönteisen palautteen antaminen näkyi osallistujissa siinä, että he olivat innostuneita ja halukkaita onnistumaan uudelleen. Lopullisessa kirjallisessa palautteessa annoin jokaisesta osallistujasta tarkkoja henkilökohtaisia palautteita. Pyrin nostaman esiin konkreettisia tilanteita, jolloin osallistuja huomaisi tulleen kuulluksi ja nähdyksi sekä hyväksytyksi omana itsenään.

Improvisaation sisältämä johtojatus "mokaaminen on lahja" toimii myös äärimmäisen opastavana nuorana itsetunnon tukemiseen, erityisesti tunteiden tasolla. Kun toimitaan draamanmaailmassa, on erittäin tärkeää, että osallistuja ei pelkää tekevänsä jotakin väärin vaan pyrkii kokeilemaan ja löytämään erilaisia toimintamalleja. Joidenkin harjoitteiden kohdalla huomasin, että osallistujat pyrkivät vastaamaan tai tekemään harjoitetta oikein eli suorittamaan annettua tehtävää. Puutuin näihin tilanteeseen antamalla esimerkkejä eri vaihtoehdoista ja kertomalla, että oikeaa tai väärää vastausta ei ole. Tärkeää on vain luoda ja osallistua tehtävään. Mielestäni tämä vapautti osallistuja niin, että he olivat rennompia. Samanlaisen rennon ja kuuntelevaisen ilmapiirin koin kun luin sadekauden tarinaa. Itsetunnon tukemisen osalta on siis tärkeää olla ohjaajana läsnä hetkessä, kuunnellen ja antaen osallistujille mahdollisuus olla vapaa minkäänlaisista kriteereistä tai ulkopuolisista tekijöistä.

Vakavasti leikkien on mahdollista oppia kokemuksellisesti itsestään ja ympärillään olevista ihmisistä ja tapahtumista turvallisesti.

LÄHTEET

Aho, S.1996. Lapsen minä käsitys ja itsetunto. Helsinki: Oy Edita Ab ja Aho Sirkku

Aho, S.,Tarkkonen, H.1999.Itsetuntoharjoituksia esi- ja alkukasvatusikäisille.Turku:Painosalma Oy.

Aira, M.2005.Laadullisen tutkimuksen arviointi. Duodecim 2005:121

Eskola, M.,Jauhiainen, R.1994. Ryhmäilmiöitä. WSOY

Granvik, A. Henkilökohtainen tiedonanto, keskustelu 26.11.2013.

http://www.lskl.fi/keskusliitto/mita_teenme/lapsi-ja_perhekohtainen_lastensuojelu.28.10.2013 klo:18:50.

Ihme,I.2009.Arviointi työvälineenä Lasten ja nuorten kasvun tukeminen. Jyväskylä: PS-kustannus Opetus 2000.

Keltikangas-Järvinen, L.1994. Hyvä itsetunto. Juva: WSOY

Koskenniemi,P.2007.Osallistuva teatteri, devising ja muita merkillisyyksiä.Opintokeskus kansalaisfoorumi

Kylmä, J. & Juvakka T. 2012. Laadullinen terveystutkimus. 1.-2. painos. Helsinki: Edita Prima Oy.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2010. Tutki ja kirjoita. 15., uudistettu painos. Helsinki: Tammi.

Owens, A.,Barber, K.2010.Draamakompassi. Uudistettu painos. Helsinki: TMI Raija Airaksinen/Draamatyö

Perhepalvelukeskuksen työntekijät. Haastattelu 15.1.2014.

Vilka, H. & Airaksinen, T. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki: Tammi.

Vilka, H. 2006. Tutki ja havainnoi. Helsinki: Tammi.