
Tarinoista kuviksi

Voimaannuttava valokuvakansio kehitysvammatyön menetelmänä



Ammattikorkeakoulun opinnäytetyö

Ohjaustoiminnan koulutusohjelma

Lahdensivu, kevät 2014

Minna Enqvist



Tekijä	Minna Enqvist	Vuosi 2014
Työn nimi	Tarinoista kuviksi	

TIIVISTELMÄ

Opinnäytetyön tarkoituksena oli kehittää voimaannuttavien kansioiden menetelmä kehitysvammatyön tarpeisiin. Opinnäytetyö selvitti, mitä voimaannuttavat kansiot ovat, mihin ne perustuvat ja miten voimaannuttavien kansioiden tekemistä ohjataan kehitysvammaisille. Lähtökohtana työssä on ollut ajatus siitä, että jokainen ihminen on luova.

Opinnäytetyö on toteutettu työpaikallani kehitysvammaisten perhekodissa, minulle ennestään tuttujen asiakkaiden kanssa. Tämä on tuonut sekä haasteita, että mahdollisuuksia uudenaikaiseen kohtaamiseen. Toimintaan osallistui yhteensä viisi henkilöä.

Teoreettisena näkökulmana opinnäytetyössä on käytetty narratiivista identiteettiä teoriaa, voimaantavaa valokuvaa ja taideterapeutista lähestymistapaa. Työ perustuu näiden kolmen osa-alueen luovaan vuorovaikutukseen ja niiden tarjoamiin itseilmaisun mahdollisuuksiin. Aineistoa on kerätty havainnoimalla, asiantuntija- ja ryhmähaastattelulla.

Opinnäytetyön tuloksena voidaan todeta, että voimaannuttavat kansiot soveltuvat hyvin kehitysvammatyöhön. Osallistujat nauttivat työskentelystä ja osallistuvat toimintaan innokkaasti. Voimaannuttavat kansiot on vahvistanut ammatti-identiteettiä ohjaajana ja lisännyt aitoa vuorovaikutusta asiakkaiden kanssa.

Avainsanat Kehitysvammaisuus, voimaantuminen, narratiivisuus, valokuvaus, taide-työskentely

Sivut 39 s.

HÄMEENLINNA
Degree Programme in Crafts and Recreation

Author	Minna Enqvist	Year 2014
Subject of Bachelor's thesis	Empowering Scrapbooking	

ABSTRACT

The aim of this thesis was to create an empowering album method to be used in work with people with intellectual disabilities. The thesis presents what empowering scrapbooking is, what it is based on and how it can be instructed to clients. The baseline in the thesis is that everyone is creative.

The thesis was implemented in a family home, where 5 clients took part in the empowering album workshop. Working with familiar clients was both a challenge and an opportunity for new kind of interaction.

The theoretical basis of the thesis contained narrative identity theory, empowering photography and therapeutic art expression. The thesis examined how these three theories interact with each other and what possibilities of self expression they offer. The research material included observations, interviews and literary sources.

The main result of this thesis is that empowering albums are well adapted for the needs of disabled people. All the participants enjoyed their work and looked forward to the sessions. Empowering albums strengthened the author's professional identity and increased interaction with the clients.

Keywords Empowering, narrative, photography, therapeutic art expression, disability

Pages 39 p.

SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	1
2	TUTKIMUKSEN LÄHTÖKOHDAT JA TAVOITE.....	2
3	TOIMINTAYMPÄRISTÖNÄ KEHITYSVAMMAISTEN HENKILÖIDEN PERHEKOTI.....	2
4	TUTKIMUSAINEISTON HANKINTA JA ANALYYSI.....	3
4.1	Asiantuntijahaastattelu.....	3
4.2	Havainnointi.....	4
4.3	Ryhmähaastattelu.....	4
4.4	Tutkimuspäiväkirja ja valokuvat.....	5
5	SKRÄPPÄYS.....	5
6	YKSILÖKESKEINEN ELÄMÄNSUUNNITTELU.....	7
7	NARRATIIVISET KESKUSTELUT IDENTITEETIN RAKENTAMISEN TUKENA.....	9
8	VALOKUVA IDENTITEETIN TARKASTELUN VÄLINEENÄ.....	12
8.1	Omakuva.....	13
8.2	Voimauttava valokuva.....	14
9	TAITEELLINEN TYÖSKENTELY.....	17
10	VOIMAANNUTTAVAT KANSIOT.....	19
10.1	Ohjauksetojen kulku.....	20
10.2	Aloitutus.....	21
10.3	Virittäytyminen.....	21
10.4	Valokuvaus.....	25
10.5	Kuvien valinta.....	27
10.6	Taiteellinen työstäminen.....	28
10.7	Lopetus.....	33
10.8	Ryhmähaastattelu palautteen keräämisessä.....	34
11	POHDINTAA.....	35
	LÄHTEET.....	38

1 JOHDANTO

Olen työskennellyt kehitysvammaisten parissa koko ikäni. Ensimmäinen kesätyöni oli kehitysvammaisten lasten kesäleirillä ja nykyisessä työssäni kehitysvammaisten ohjaajana olen toiminut jo vuosituhannen vaihteesta saakka.

Opinnäytetyöni on syntynyt omasta kiinnostuksestani luovaan askarteluun, valokuvaukseen ja toisaalta kehitysvammatyössä kohtaamaani ilmiöön, jossa kehitysvammainen henkilö jää helposti sivuosaan omassa elämässään. Olen havainnut valokuvan terapeuttisen voiman oman skrääppäys harrastukseni kautta. Skrääppäys on omaelämäkerrallista työskentelyä, jossa valokuva yhdistetään luovaan askarteluun. Havahduin omia töitä tarkastellessani niiden tuottamiin vahvoihin tuntemuksiin ja uusiin merkityksiin. Koko projekti perustuu siis omakohtaiseen kokemukseen valokuvan ja siihen yhdistetyn taiteellisen työskentelyn voimasta.

Näistä lähtökohdista lähin työstämään ajatusta voimaannuttavista kansioista. Halusin selvittää mitkä ovat ne teoreettiset perustat sille, että koin skrääppäyksen niin voimauttavana ja koskettavana. Mistä työskentelyn merkityksellisyys syntyi? Pohdintojeni ja käytännön kokeilun tuloksena syntyivät voimaannuttavat kansiot.

Opinnäytetyössäni olen lähtenyt selvittämään, miten voimaannuttavia kansioita voidaan ohjata kehitysvammaisille. Mitkä ovat työskentelyssä vaikuttavia ydinprosesseja? Mikä voimaannuttavissa kansioissa on keskeinen sisältö, jonka haluan tarjota omalle asiakaskunnalleni. Halusin työssäni ottaa huomioon myös resurssit, jotka sosiaalialan sektorilla konkreettisesti ovat käytössä. Halusin karsia menetelmästä skrääppäykseen yleensä liittyvän materiaalilähtöisyyden ja korostaa luovaa itseilmaisua. Materiaalikulujen karsiminen mahdollistaa menetelmän soveltamisen eri toimintaympäristöihin.

Tässä työssä pyrin kertomaan käyttämästäni menetelmästä, joiden tavoitteena on antaa kehitysvammaiselle keinoja itseilmaisuuksiin ja oman identiteettinsä ymmärtämiseen ja vahvistamiseen. Olen valinnut menetelmiksi narratiiviset keskustelut, valokuvan ja taiteellisen työskentelyn. Mielestäni nämä kolme osa-aluetta tukevat toisiaan ja auttavat tarkastelemaan aiheita erikuvakulmista, tarjoten vaihtoehtoja ja mahdollisuuksia omien oivallusten tekemiseen.

Olen kehittänyt menetelmää käytännön työssä, ohjaamalla, havainnoimalla, kokeilemalla, ja tuloksista oppien. Oivallukset ohjaajan roolista ovat olleet työni kannalta merkityksellisiä. Opinnäytetyössäni olen joutunut punnitsemaan ja uudelleen arvioimaan tapaan ohjata ja kohdata kehitysvammainen henkilö.

2 TUTKIMUKSEN LÄHTÖKOHDAT JA TAVOITE

Opinnäytetyö pohjaa luomaani Voimauttavan skräppäyksen –menetelmään, jota olen ohjannut sekä perinteisenä kurssina, että verkkokurssina. Voimauttavan skräppäyksen kurssilla olin valmistellut etukäteen työstettävät teemat. Kävimme läpi niin lapsuutta, nykyhetkeä ja tulevaisuutta. Olin miettinyt käsiteltäviä teemoja etukäteen ja tehnyt erilaisia apukysymyksiä, joiden avulla teemoja saattoi lähteä työstämään.

Kurssilla keskityttiin valokuvien ja tarinoiden lisäksi myös askarteluun ja sen tekniikoihin.

Kun lähdin muokkaamaan olemassa olevaa ideaa kehitysvammatyön tarpeisiin ajattelin, että joutuisin yksinkertaistamaan tehtävän antoja ja käytettäviä tekniikoita. Toisin kuitenkin kävi. Työskentelyn edetessä menetelmästä karsiintuivat ylimääräiset elementit ja pääsin enemmän käsiksi siihen, mikä todella muodostui osallistujille merkitykselliseksi.

Opinnäytetyöni tavoitteena on ollut vastata kysymyksiin Mikä on voimaannuttava kansio? Miten ohjaan kehitysvammaisille voimaannuttavien kansioiden tekemistä? Mitä tulee ottaa huomioon ohjattaessa voimaannuttavia kansioita?

Näihin kysymyksiin olen etsinyt vastausta tutkimalla valokuvan terapeutista voimaa, narratiivisten keskusteluiden käyttämisestä kehitysvammatyössä, tarinallisuutta ja taidetyöskentelyä. Olen etsinyt teoriapohjasta vahvistusta omille kokemuksilleni ja työssä tekemilleni havainnoille.

3 TOIMINTAYMPÄRISTÖNÄ KEHITYSVAMMAISTEN HENKILÖIDEN PERHEKOTI

Opinnäytetyö on tehty perhekodissa, jonka tavoitteena on tarjota turvallinen ja kodinomainen asuin- ja työympäristö kehitysvammaisille. Perhekoti sijaitsee maaseudun rauhassa. Tällä hetkellä perhekodissa on viisi asukasta, jonka lisäksi perhekodissa käy perhekodin ulkopuolella asuvia henkilöitä työtoiminnassa. Perhekoti on toiminut vuodesta 1995 ja asiakassuhteet ovat pitkäaikaisia. Olen ohjannut Voimauttavaa skräppäystä osana työtoimintaa.

Työtoiminnassa panostetaan sekä konkreettisen työn tuomaan elämänhallinnan lisääntymiseen, että taiteellisen työn tuomaan itseilmaisun vahvistamiseen. Tavoitteena on lisätä työtoiminnan prosessissa vaikuttavia terapeutisia elementtejä, mutta myös nauttia työntuloksista, oli kyseessä sitten omenahillo, kauniisti kukkiva ruusupenkki tai joulukortti.

Tärkeää on, että jokaisella yhteisön jäsenellä on mahdollisuus vaikuttaa oman työnsä sisältöön. Työntekijät ovat mukana päättämässä tulevien projektien sisällöstä ja yhdessä harjoitellaan sekä päätöksentekoa että päätöksissä pysymistä ja projektien loppuunsaattamista.

Työtoiminta on osa perhekodin toimintaa. Se sisältää kodinhoitoa, ruuanlaittoa, siivousta, puutarhanhoitoa, käsitöitä ja taidetoimintaa. Työtoiminta muuttuu vuodenaikojen mukaan niin, että kesäisin pääpaino on puutarhatoimilla ja talvella kädentaidoissa. Taidetoimintaa perhekodissa on ollut noin kerran viikossa kuvataiteilijan pitämän työpajan muodossa. Opinnäytetyöni myötä taidetoiminta on lisääntynyt perhekodissa.

Perhekodissa asutaan ja työskennellään yhdessä, joka asettaa toiminnalle sekä haasteita että mahdollisuuksia. Koska perhekodissa elämää eivät rytmittä lähtemiset ja tulemiset samassa määrin kuin kodin ulkopuolella työskentelevillä, niin aika voimauttavalle työskentelylle on mahdollista järjestää ja työskentelyä on mahdollista toteuttaa joustavasti asiakkaan ehdoilla. Ryhmät ovat pieniä ja erilaisia taidetarvikkeita on mahdollisuus hankkia tarpeen mukaan. Toisaalta jatkuva yhdessäolo tuo myös haasteita. Erilaiset roolit ryhmässä on vakiintuneita, joten tietynlaisesta rutiinista ja syntyneistä kaavoista on haastavaa irtaantua.

Toimintaan on osallistunut viisi kehitysvammaista henkilöä. Aluksi aloitin kolmen hengen ryhmän kanssa, joka muodostui henkilöistä, joilla on jonkin verran kykyä ilmaista itseään sanallisesti, mutta projektin edetessä halusin ottaa mukaan myös henkilöitä joiden kyky ilmaista itseään tai minun kykyäni ymmärtää heitä oli haasteellisempaa.

Olemme kokoontuneet kummankin ryhmän kanssa kerran viikossa, noin neljä tuntia kerrallaan. Vaikka menetelmä on peruseriaatteiltaan ollut sama, olen muokannut työskentelytapoja vastaamaan yksilöllisesti asiakkaiden tuentarvetta.

4 TUTKIMUSAINEISTON HANKINTA JA ANALYYSI

Olen kerännyt aineistoa opinnäytetyötäni varten asiantuntija- ja ryhmähaastattelulla, havainnoimalla, kirjoittamalla tutkimuspäiväkirjaa ja valokuvamalla toimintaa. Tässä luvussa kerron lisää aineistonhankinta menetelmistä.

4.1 Asiantuntijahaastattelu

Opinnäytetyötäni varten kävin haastattelemassa Vihdissä sijaitsevan Kisälipajan johtajaa Annamari Pajusta, joka omassa opinnäytetyössään on tutkinut narratiivisten keskusteluiden käyttöä kehitysvammatyössä. AnnaMari Pajunen on kehittänyt narratiivisten keskusteluiden käyttöä yhdessä psykoterapeutti Pirjo-Leena Malassun kanssa.

Valitsin teemahaastattelun, sillä narratiivisten keskusteluiden käyttöä kehitysvammatyössä ei ole aiemmin tutkittu ja halusin, että asiantuntija saisi mahdollisuuden kertoa aiheesta laajemmin. Olin miettinyt valmiiksi teemoja ja aiheita, joista halusin lisätietoa.

Asiantuntijahaastattelun toteutin teemahaastatteluna, jonka nauhoitin. Olin lukenut Pajusen tekemän opinnäytetyön ”Narratiivinen keskustelu kehitysvammaatyössä” ja lähdin haastattelemaan häntä työstä heränneiden kysymysten pohjalta.

Haastattelun aikana kokonaiskuvani narratiivisten keskusteluiden käytöstä selkeytyi ja vahvistui. Sain myös omakohtaisen kokemuksen narratiivisten keskusteluiden käytöstä, kun Annamari Pajunen toteutti kanssani esimerkiksi keskustelun narratiivista keskustelua kartta käyttäen. Keskustelu kartta on valmis pohja, jota ohjaaja voi käyttää apunaan keskustelun edetessä. Kartalla on erilaisia apukysymyksiä, joiden avulla ohjaaja voi auttaa asiakasta avaamaan hänen itsensä valitsemaansa teemaa.

4.2 Havainnointi

Tärkein aineistonhankintamenetelmäni on ollut havainnointi. Koska olen työskennellyt henkilöiden parissa, joilla kielellinen kommunikaatio on rajoittunutta, on ollut havainnointi tärkeä tutkimusmenetelmä. Havainnoimalla osallistujia olen saanut tietoa siitä, miten valitsemani menetelmät ovat toimineet. Olen osallistunut toimintaan tutkittavieni ehdoilla, osana ryhmää, joten kyseessä on osallistuva havainnointi (Hirsjärvi, Remes, Sajavaara 2007, 211).

Havainnoimalla olen saanut selville, mitä ryhmien aikana tapahtuu, miten ryhmäläisten keskinäinen vuorovaikutus toimii ja miten ohjaajan toiminta vaikuttaa ryhmän toimintaan. Havainnointi on erinomainen menetelmä vuorovaikutuksen tutkimiseen (Hirsjärvi, Remes, Sajavaara 2007, 211). Havainnointia puoltaa myös se, että perhekodin luonteen vuoksi aikaa ja mahdollisuuksia havainnointiin on runsaasti ja asiakkaat ovat tuttuja.

Olen havainnoinut ryhmien aikana sitä, millä mielellä asiakkaat tulevat tapaamisiin ja osallistuvat toimintaan. Olen havainnoinut miten valitsemani työmuodot ovat vaikuttaneet asiakkaisiin, millaiset työskentelytavat on koettu voimaannuttavina ja miten ohjaajan rooli on vaikuttanut tilanteisiin, millainen on ohjaajan rooli voimaannuttavassa työskentelyssä. (Hirsjärvi, Remes, Sajavaara 2007, 211.)

Havaintojen perusteella olen muokannut menetelmää sopivammaksi, muuttanut työntekoa ja valinnut materiaalit taiteellisen työstämiseen. Havaintojeni perusteella olen myös saanut vahvistusta työskentelyn tarpeellisuuteen ja mielekkyyteen.

4.3 Ryhmähaastattelu

Tapaamisten jälkeen olen kerännyt palautetta ryhmähaastattelun keinoin. Valitsin ryhmähaastattelun, koska mielestäni se tukee tapaamistemme teemaa, vuorovaikutuksen ja keskustelun harjoittelua. Ryhmäläisiltä ei voinut pyytää kirjallista palautetta kirjoitustaidottomuuden takia.

Kysymykset jotka kysyin:

- Haluatko jatkaa ryhmässä työskentelyä?
- Mikä sinulle on ollut ryhmätyöskentelyssä mielisintä?
- Mitä haluaisit työskentelyssä muuttaa? Onko jokin asia hankalaa?
- Oletko katsellut tekemäämme kansiota kokoontumisten välissä?

Ryhmähaastattelun tulos tuki havaintojani. Ryhmän jäsenet kokivat toiminnan mielekkäänä ja halusivat jatkaa ryhmän toimintaa.

4.4 Tutkimuspäiväkirja ja valokuvat

Heti opinnäytetyöprosessin alussa aloitin päiväkirjan pitämisen. Kirjoitin ylös tekemäni, ohjauksetojen kulun, mutta myös hajanaisia ajatuksia liittyen aiheeseen, opettajien ja opiskelutovereiden kommentteja ja kirjallisuus vinkkejä. Tutkimuspäiväkirjan avulla minun oli mahdollista palata tapahtumiin ja ymmärtää omaa ajatuksen juoksuani. Ennen kaikkea päiväkirja toimi muistini tukena koko prosessin ajan. Päiväkirjan lisäksi pidin visuaalista päiväkirjaa kuvaamalla työskentelyä asiakkaiden kanssa. Taltioin sekä työvaiheita, että valmiita töitä. Tämä kaikki on auttanut varsinaisen opinnäytetyön kokoamisessa.

5 SKRÄPPÄYS

Skräppäyksestä on ilmestynyt kaksi kirjaa kotimaisilta tekijöiltä. Ensimmäinen aiheesta kirjoitettu kirja on Nyt skräpätään (2007) ja Tee oma leikekirjasi (2007), lisäksi on ilmestynyt muutama käännskirja, esimerkiksi Skräppäyksen käsikirja (2010). Nämä kirjat eivät kuitenkaan edusta modernia, luovaa itsensä ilmaisuun perustuvaa skräppäystä, johon perustan oman menetelmäni.

Skräppäys on muistojen tallettamista askartelun keinoin. Keskeinen rooli on valokuvalla ja sivu rakennetaan tukemaan valokuvaa ja sen kertomaa tarinaa. Skräppäyksessä tarinaa voi kertoa valokuvien, materiaalien, värien ja koristeiden avulla. Se voi toimia itseilmaisun välineenä silloin kun tunteita on vaikeaa muuten sanoittaa. Yleensä sivu koostuu tietyistä perusasioista, jotka ovat valokuva, otsikko, tarinointi ja koristeet. Perinteisesti sivut koostetaan erillisille kartongeille, jotka kootaan yhteen säilytettäväksi muovitaskullisiin kansioihin.

Skräppäys eroaa perinteisistä valokuva-albumeista siinä, että tarinointi korostuu. Tavoitteena on välittää katsojalle kuvaan liittyvät muistot, tunnelmat ja tapahtumat.

Skräppäyksessä ei ole sääntöjä. Aina ei tarvita edes valokuvaa, vaan inspiraatioksi käyvät liput, laput, kirjeet, kortit tai vaikka kauppalista. Skräppäyksessä on kyse itsensä ilmaisemisesta ja siitä millaisena haluaa elää

taltioida. Skräpätä voi monella tavalla ja oma tyyli löytyy vain kokeilemalla. Virheitä ei varsinaisesti voi tehdä, mutta skräppäyksessä, kuten muussakin taiteessa ja käsityössä, kehitys on jatkuvaa ja oma tyyli voi matkanvarrella muuttua. Usein skräpätään yksittäisiä sivuja, mutta mahdollista on myös tehdä minialbumeita, kortteja, tauluja, muistikirjoja - oikeastaan skräppäyksessä vain mielikuvitus on rajana.

Ajatus voimaannuttavista kansioista syntyi kokemukseni kautta. Olen käsitellyt monia itselleni vaikeita asioita skräppäämällä, yhdistämällä valokuvaa ja omaa luovaa itse ilmaisua. Omakuvan kanssa työskentely opetti uudenlaista armollisuutta itseä kohtaan ja työstämällä omakuvaa minun oli mahdollista päästä käsiksi tunteisiin ja tunnetiloihin, joita muutoin oli hankala tavoittaa.

Kiinnostukseni aihetta kohtaan kasvoi, kun aloin tarkastella valmiita sivuja ja nähdä niissä piirteitä itsestäni, joita en ollut aikaisemmin huomannut. Vaikeistakin aiheista tehdyt omaelämäkerralliset sivut antoivat minulle mahdollisuuden palata tarkastelemaan niitä tunteita ja kokemuksia, joita olin käynyt läpi sivua työstäessäni. Värit, tekniikat ja materiaalit toivat käytetylle valokuvalle uudenlaisia merkityksiä.

Tästä kiinnostuksesta ja omakohtaisesta kokemuksesta syntyi voimauttavan skräppäyksen menetelmä. Voimaannuttavat kansiot eroavat perinteisestä skräppäyksestä vain sen taustalla olevasta ajatusmallista. Voimauttavaa skräppäystä tehdään itselle, omia tarkoitusperiä varten, eikä työn tuloksen tarvitse miellyttää muita tai olla muille ymmärrettävä.

Menetelmä tekee näkyväksi omia vahvuuksia ja voimavaroja, sekä vahvistaa positiivista kuvaa itsestä. Voimauttavan skräppäyksen menetelmä perustuu tarinoihin omasta elämästä, valokuvaustehtäviin ja luovaan työskentelyyn, mikä yhdistävää kuvat ja tarinat yhtenäisiksi kokonaisuuksiksi.

Opinnäytetyössäni olen halunnut luoda voimauttavasta skräppäyksestä kehitysvammatyöhön soveltuvan menetelmän. Matkan varrella työstä on karsiutunut pois kaikki ylimääräinen ja ollaan palattu takaisin perusasioiden ääreen - Toisen ihmisen kohtaamiseen. Kun voimauttavasta skräppäyksestä karsittiin pois valmiit koristeet, hankalat tekniikat ja markkinoilla olevat skräppäystuotteet päästiin kiinni omaan ilmaisuun. Ajatus voimaannuttavasta kansiosta syntyi.

Voimaannuttava kansio pakottaa ohjaajan kohtaamaan asiakkaan uudella tavalla, luopumaan arvioinnista ja työskentelemään asiakaslähtöisesti. Uudenlainen lähestymistapa vaatii opettelua ja luottamusta. Kaikkien osapuolten on uskallettava luopua ennakoasetelmista ja niiden tuomasta turvasta ja heittäydyttävä luovaan prosessiin yhdessä, uudenlaisia toimintatapoja etsien.

6 YKSILÖKESKEINEN ELÄMÄNSUUNNITTELU

Koko opinnäytetyö prosessini on lähtenyt liikkeelle halusta lisätä yksilön mahdollisuuksia ilmaista, osallistua ja vaikuttaa omaan elämäänsä. Omassa työssäni olen törmännyt tilanteisiin, jossa asiakkaan oma ääni jää byrokraatian jalkoihin eikä kehitysvammaisella itsellään ole mahdollisuuksia tuoda omia mielipiteitään esille. Tähän on syynä osittain yhteiskunnallinen ajattelu, jossa kehitysvammaisen henkilö nähdään avun kohteena ilman aktiivista roolia omassa elämässään ja toisaalta kehitysvammaisen henkilön tavonomaiset kommunikaation vaikeudet.

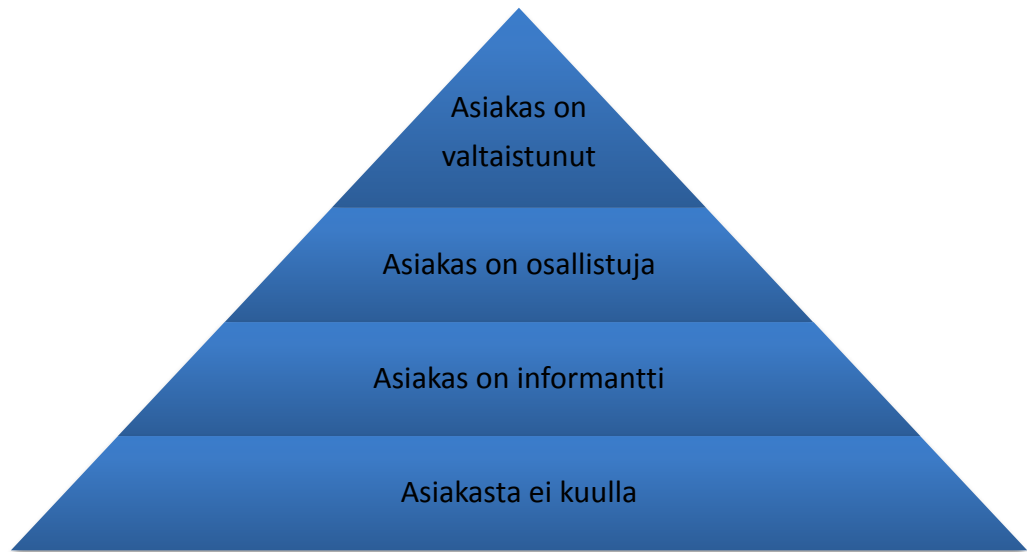
Yksilökeskeistä elämänsuunnittelua on kehitetty Yhdysvalloissa ja Englannissa 1970-luvulta lähtien ja Suomessa sitä alettiin käyttää 1990-luvulla. Yksilökeskeinen elämän suunnittelu on malli, jossa kehitysvammaiselle ymmärrettävällä kielellä ja menetelmillä pyritään tekemään näkyväksi asiakkaan toiveita ja voimavaroja. (Yksilökeskeinen elämänsuunnittelu, 2012.)

Yksilökeskeisen ajattelun ideologia perustuu ajatukseen, että toiminta on lähtöisin henkilöstä itsestään ja hän on itse oman elämänsä asiantuntija. Yhteiskunnan tehtävänä on tarjota tarvittava tuki niin, että kehitysvammaisen henkilö voi osallistua yhteiskuntaan ja olla sen täysivaltainen jäsen. Kaikilla ihmisillä on ihmisarvo erityisinä ja arvokkaina yksilöinä. Jokaisella pitää olla mahdollisuus vaikuttaa oman elämänsä kulkuun. Kehitysvammaisilla henkilöillä pitää olla mahdollisuus oppimiseen ja kehittymiseen. (Hänninen & Kosola 2012, 6.)

Yksilökeskeisen elämänsuunnittelun keskeiset ajatukset voidaan tiivistää viiteen kohtaan:

1. Suunnitelma auttaa tekemään näkyväksi ja toteuttamaan asioita, joita henkilö haluaa elämältään.
2. Suunnitelma auttaa henkilöä olemaan osa tavallista lähiyhteisöä ja auttaa lähiyhteisöä ottamaan henkilön vastaan.
3. Suunnitelma kertoo, mikä on henkilölle tärkeää nyt ja tulevaisuudessa. Se kertoo ihmisen vahvuuksista ja siitä, millaista tukea hän tarvitsee.
4. Perheenjäsenet, ystävät ja läheiset ovat voimavara - ja mukana kumpu-paneina.
5. Suunnittelu on jatkuvaa, osa arkea. Kaikki kuuntelevat ja ottavat opiksi, jotta asioita voidaan tarvittaessa muuttaa. (Yksilökeskeinen elämänsuunnittelu, 2012.)

Yksilökeskeistä elämänsuunnittelua voidaan toteuttaa Kehitysvammaliitosta tilattavien Minun suunnitelmani -kansioiden avulla, jonne asiakkaan toiveita ja tarpeita voidaan kirjata ylös yhdessä työntekijän tai muun tukihenkilön kanssa. Menetelmä lisää kehitysvamma-alan yksilökeskeisyyttä sillä se nostaa asiakkaan keskiöön, erilaisten asiakkaan ympärillä toimivien asiantuntijoiden, lääkäreiden, hoitajien ja terapeuttien sijaan.



Kuvio 1. Kehitysvammaisen henkilön vaikutusmahdollisuuksien tasot (Hintsala, Ainali, Matikka 2004, 11).

Kehitysvammaisen asiakkaan vaikutusmahdollisuudet omaan elämään voidaan jakaa neljään tasoon, kuten kuviossa 1. Tasolla yksi asiakas on valtaistunut ja häntä kuullaan kaikissa hänen elämäänsä liittyvissä asioissa. Hän on mukana suunnittelemassa ja arvioimassa tarvitsemiaan palveluita. Työntekijän rooli on toiminnan avustajana. Toisella tasolla asiakas on osallistuja. Häntä kuullaan ja hän on mukana häntä koskevissa päätöksissä. Kolmannella tasolla asiakas on informantti, jolta kerätään tietoa ja häntä haastatellaan. Viimeisellä tasolla asiakas ei ole osana häntä koskevien palveluiden suunnittelussa, eikä häntä kuulla. (Hintsala, Ainali, Matikka 2004, 11.)

Mielestäni sekä yksilökeskeisen elämänsuunnitelman, että voimaannuttavien kansioiden tavoitteena on lisätä vaikutusmahdollisuuksia omaan elämäänsä ja aktivoita hänen rooliaan suhteessa hänen omaan elämäänsä. Yksilökeskeinen elämänsuunnitelma ei kuitenkaan tarjoa monia keinoja, jolla asiakas pystyisi ilmaisemaan itseään. Keskusteluissa kehitysvammaisten asuntolan henkilökunnan kanssa on myös tullut esille, että yksilöllistä elämänsuunnitelmaa on tehty asiakkaiden kanssa joiden kommunikaatio on selkeämpää ja asiakkaat joiden kanssa kommunikaatio on vaikeaa jäävät helpommin suunnitelman ulkopuolelle. Minun suunnitelmani-kansio sisältää sekä päivittäiseen elämään liittyviä kysymyksiä, joihin on helppo löytää vastauksia, että vaikeita, koko elämää koskevia isoja aiheita. Esimerkiksi kysymykseen ”Kuka minä olen?” voi olla vaikeaa vastata yksiselitteisesti, etenkin henkilöillä, joiden kommunikaatio on rajoittunutta. Samoin kun omien unelmien ja pelkojen sanoittaminen voi olla haasteellista, jopa mahdollonta. Tässä kohtaa taideilmaisu ja valokuvat voivat mielestäni antaa välineitä itseilmaisuun ja oman äänen esille tuomiseen.

7 NARRATIIVISET KESKUSTELUT IDENTITEETIN RAKENTAMISEN TUKENA

Tässä opinnäytetyössä identiteetillä tarkoitetaan ihmisen kokemusta itsestään yksilönä ja osana jotakin yhteisöä tai kulttuuria. Identiteetti ei ole yksiselitteisesti vain pysyvä tai muuttuva, vaan näiden kahden keskinäisen suhteen jatkuvaa jäsentämistä. Toisaalta pysymme kokemuksellisesti monin tavoin samana ihmisenä, mutta samaan aikaan muutumme vähitellen. Identiteetti rakentuu suhteessa merkityksellisiin ihmisiin, se kehittyy ja muuttuu suhteessa siihen, millä tavoin meitä kohdellaan ja miten kulttuuriset sekä sosiaaliset olosuhteet meitä määrittävät. (Sava & Katainen 2004, 22–24.)

Identiteettiä määritellessä voidaan kysyä seuraavanlaisia kysymyksiä: kuka olen, mistä tulen ja mihin kuulun. Voimaannuttavassa kansiossa näihin kysymyksiin etsitään vastausta omaelämäkerrallisen luovan toiminnan kautta. Valokuvien ja taiteellisen työskentelyn kautta hajanaiset ja unohtuneet tai kenties traumaattisetkin tunteet ja kokemukset elävöitetään. Tämä tapahtuu turvallisessa terapeutisessa tilassa, joka tukee minäkokemuksen eheyttä. Työskentelyn avulla elämämme tapahtumille ja niistä tekemillemme tulkinnoille muodostuu keskinäinen yhteys. (Sava & Katainen 2004, 22–24.)

Kehitysvamma-huollon palveluiden piirissä olevat asiakkaat ovat yhä useammin moniongelmaisia henkilöitä, joilla ei välttämättä ole taustalla kehitysvammadiagnoosia ollenkaan. Osa on saattanut käydä osan koulua perusopetuksessa ja siirtyneet vasta yläasteikäisinä erityistuen piiriin. Kun koulussa ei ole pärjätty, on hyväksyntää haettu muilla keinoin. Monilla kehitysvammaisilla on tarve miellyttää ja tulla sitä kautta hyväksytyiksi. Kehitysvammaisilla on myös ongelmia seksuaali-identiteetin kanssa. Kun asioista ei ole puhuttu nuorten kanssa, saattavat ne vaikuttaa traumatisoivasti aikuisuuteen.

Kehitysvammaisten arjessa elämä pyörii monesti perustoimintojen äärellä, huolehditaan syömisestä, hygieniasta ja nukkumisesta. Identiteetin pohtiminen jää arkisten asioiden alle. Häiriökäyttäytyminen herättää henkilökunnan hetkellisesti pohtimaan pahanolon syytä, mutta usein miten vastauksia haetaan lääkkeistä. Harva kehitysvammaisen saa traumaattisten kokemusten jälkeen apua terapiasta.

Ajattelen kuitenkin, että sisäisen tasapainon löytämisen kannalta oman identiteetin tutkiminen ja tunnistaminen on oleellista. Oman identiteetin tutkiminen ei kuitenkaan ole koskaan liian myöhäistä. Voimaannuttavat kansiot on kehitetty oman identiteetin tutkimisen välineeksi.

Alkuinnostuksena opinnäytetyölleni on oma harrastukseni skräppäyksen parissa. Kun ensimmäistä kertaa aloin tutkia töitäni ja niiden terapeutista arvoa tekijälleen, minulle itselleni, törmäsin ajatukseen narratiivisuudesta.

Ajatus siitä, kuinka omakuvamme muodostuu itselle ja muille kertomistamme tarinoista itsestämme ja ympäristöstämme. Se tuntui heti tärkeältä. Jos itse uskon olevani jotain, se on minulle totta, riippumatta sen objektiivisesta totuudesta. Narratiivinen identiteetikäsitys antaa meille mahdollisuuden uudelleen arvioida vallitsevia tarinoita ja sitä kautta käsitystä itsestämme. Minusta tämä on lohdullinen ajatus ja antoi paljon ajateltavaa työhöni.

Latinankielinen sana narraatio tarkoittaa kertomusta ja narrate kertomista. Narratiivisuudella ei ole vakiintunutta suomenkielistä vastinetta, kirjassa ”Taiteeksi tarinoitu oma elämä”, narratiivisuus on käännetty kertomuksellisuudeksi. (Sava & Katainen 2004, 38.)

Narratiivinen identiteetti on ihmisen itsensä rakentama kertomus siitä, kuka hän on. Persoonallisuutemme rakentuu suhteessa toisiin ihmisiin olematta kuitenkaan pelkkä sosiaalisen keskustelun tuote. Persoonallisuutemme on sosiaalisessa vuorovaikutuksessa syntynyt oma tulkintamme itsestämme ja elämästämme. (Sava & Katainen 2004, 22–25.)

Kehitysvammaisilla tämä vuorovaikutuksessa syntynyt omakuva voi olla vääristynyt tai heikko sosiaalisen vuorovaikutuksen vähyyden tai sen negatiivisuuden vuoksi. Toisilta saatu palaute saattaa olla jatkuvan negatiivisuuden värittämää tai toisaalta henkilöllä saattaa olla tunne, ettei häntä ole koskaan todella kohdattu.

Narratiivisten keskusteluiden käyttöä kehitysvammatyössä tutkinut Anna-Mari Pajunen (2013) kertoo, että kehitysvammaisilla henkilöillä on usein heikko itsetunto, joka on muodostunut, kun he ovat heijastaneet itseään ympärillä olevasta maailmasta. Monella kehitysvammaisella on negatiivinen, vääristynyt kuva itsestään, joka on muodostunut lapsuudesta asti saadun palautteen kautta. Heillä on voi olla moninaisia minäkäsityksiä osaamattomasta, huonosta ja vammaisesta ihmisestä. Kehitysvammaiset jäävät helposti alisuorittajiksi negatiivisen palautteen pelossa. He myös refleктоivat ympäristöönsä niin, ettei palautetta aina edes tarvita, vaan he itse vertaavat taitojaan muihin. Erityisesti lievästi kehitysvammaiset henkilöt kärsivät huonosta itsetunnosta, sillä he vertaavat suoritustaan muihin ja näkevät helposti vain sen, missä he suoriutuvat heikommin kuin esimerkiksi ohjaaja.

Narratiivisuus tarkastelee ja tutkii asioita uusista näkökulmista, eikä niinkään tarjoa valmista ongelmanratkaisua. Narratiivinen lähestymistapa tunnistaa vallalla olevia tarinoita, esimerkiksi käsitystä itsestä, suhdetta läheisiin ihmisiin ja omaan menneisyyteen. Narratiivisten keskusteluiden avulla voidaan etsiä uusia tapoja katsoa omaa elämää etenkin silloin jos vallitsevat tarinat ovat kielteisiä tai ongelmakeskeisiä. Narratiivisuudessa on kyse minäkäsityksen vahvistamisesta. (Narratiiviset työmuotomme N.d.)

Narratiivisissa keskusteluissa tarkoituksena on siis löytää uudenlaisia näkökulmia vallalla oleviin tarinoihin. On tärkeää, että asiakas saa itse määrittellä hänelle merkitykselliset tarinat ja lähteä työstämään niitä.

Pajusen mukaan (2013) jokaisella meillä on tapamme katsoa ja selittää ympärillä olevaa maailmaa. Se miten määritämme kokemaamme, vaikuttaa siihen millaisena näemme itsemme. Narratiivisessa identiteettiteoriassa ihminen rakentuu kertomuksellisesti. Ihmisen identiteetti ymmärretään muuntuvana ja kehittyvänä, johon kertomukset omasta itsestä vaikuttavat. Suomessa narratiivista keskustelumenetelmää on kehittänyt Pirjo-Leena Malassu.

Narratiivinen työskentely turvallisessa ryhmässä saattaa olla tärkeä tie oman elämäntarinan rakentamiseen ja elämänhistorian vähittäiseen tiedostamiseen. Erityisen tärkeää ajattelu tarinallisesta minuudesta on henkilöille, joiden itseys ja identiteetti ovat turvattomissa olosuhteissa kehittynyt hauraksi tai kokemus itsestä on jopa arvoton. (Sava & Katainen 2004, 25.)

Pajusen (2013) mukaan keskusteluiden avulla vallitsevia tarinoita voidaan muokata ja omia vahvuuksia sekä voimavaroja voidaan nimetä uudelleen ja vahvistaa. Keskustelussa ohjattavalla on mahdollisuus nostaa esille mikä tahansa hänelle ajankohtainen asia. Aiheita ei arvoteta eikä ole olemassa hyvää tai huonoa aihetta. Keskusteluissa on tärkeää vuorovaikutus ja vastavuoroisuuden ymmärtäminen. Keskeistä on arvostaa keskustelukumppania ja hänelle tärkeitä asioita, haaveita ja tarpeita. Keskusteluiden avulla aihetta tutkitaan ja itsestäänselvyyksiä pyritään avaamaan. Keskustelun avulla aihetta voidaan sanoittaa ja antaa sille merkityksiä. Esille tulevat aiheet voivat olla ratkaisua etsiviä ongelmia ja haasteita, mutta myös asioita, joista ohjattava on innostunut tai kiinnostunut tai jotka tuovat positiivista energiaa.

Keskusteluissa ei edetä minkään edeltä määritellyn kaavan mukaisesti, vaan tarkoituksena on luonnollinen, polveileva keskustelu, jota asiakas johdattaa ja ohjaaja tukee erilaisilla tarkentavilla kysymyksillä syventääkseen ja rikastuttaakseen asiakkaan tarinaa. Asiakas itse päättää, mitä hän haluaa kertoa tai jättää kertomatta. (Pajunen 2013, 17.)

Narratiivisen keskustelun peruslähtökohta on, että ihminen ei ole ongelma vaan ongelma on ongelma. Ulkoistamisen takia on tärkeää, että asiakas itse määrittelee ongelmansa ja nimeää sen. Häntä voidaan auttaa nimeämisessä tarjoamalla ehdotuksia, mutta on tärkeää varmistaa, että ehdotus vastaa henkilön omaa käsitystä ja että sanat vastaavat hänen kokemustaan. Keskustelun avulla aihetta tutkitaan lähemmin ja pohditaan miten se toimii ja vaikuttaa henkilön elämässä. Tiedostetaan aiheen merkitys asiakkaalle ja arvioidaan yhdessä sen vaikutuksia. (Malassu 2006)

Keskustelun aikana voidaan miettiä yhdessä myös sitä, mikä olisi mahdollista. Asiakkaan oman elämän tilanteita voidaan käydä läpi hyvin konkreettisella tasolla ja miettiä miten jokapäiväinen elämä konkreettisesti olisi helpompaa, mikäli arkea ja elämää hankaloittavaa asiaa ei olisi. Mitkä asiat olisivat hausempia ja mukavampia? Tutkitaan asiakkaan kanssa vaihtoehtoja tulevaisuutta ja kuvitellaan yhdessä millaista elämä olisi ilman tuota asiaa. (Malassu 2006)

Pajunen kertoo, että on tärkeää, että yhdessä katsotaan mitä muuta elämässä on kuin keskustelussa esille tullut asia. Ihmisen identiteetti rakentuu suhteissa merkityksellisiin ihmisiin. Keskusteluissa voidaan pohtia läheisten ihmisten positiivista vaikutusta ja sitä, miten he näkevät asiakkaan ja voivat auttaa häntä hänen haasteissaan.

Asiakasta voidaan pyytää kuvailemaan tilannetta jossa ongelma on tuntunut helpoimmalta kohdata. Keitä silloin on ollut paikalla ja miten ongelmasta huolimatta ollaan onnistuttu saavuttamaan haluttu päämäärä? Mitkä asiat saavat asiakkaan tuntemaan itsensä hyväksi ja arvokkaaksi? Tärkeää on myös nostaa esille asiakkaan taitoja. Miten asiakas voisi parhaalla mahdollisella tavalla hyödyntää olemassa olevia taitojaan? (Malassu 2006)

Ohjaaja voi tehdä keskustelun aikana muistiinpanoja ja keskustelun lopuksi lukea ääneen sen mitä hän on ymmärtänyt asiakkaan tarkoittaneen. Asiakkaalla on tässä vaiheessa vielä mahdollisuus korjata asiaa. Kun tarina on käyty läpi voidaan aloittaa sen visualisointi.

8 VALOKUVA IDENTITEETIN TARKASTELUN VÄLINEENÄ

Kiinnostukseni omakuvalliseen työskentelyyn on moninainen. Sitä on vaikea määritellä ja välillä se on tuntunut jopa itseriittoiselta. Omakuva sekä kiehtoo että ahdistaa. Oman prosessini alussa kävin katsomassa Suomen valokuvataiteen museossa Helsingissä, Turun ammattikorkeakoulun 2000 & 11 OMAKUVAA -näyttelyä, josta ostin itselleni kirjan *Omakuva on jokaisen kuva* (2011). Kirjasta on muodostunut kimmoke joka kannusti tarttumaan aiheeseen vielä syvemmin ja se on myös jollakin tapaa oikeuttanut kiinnostukseni omakuvaa kohtaan.

Kirja koostuu artikkeleista, joissa pohditaan kirjoittajan suhdetta omaan kuvaan ja sen terapeuttilaiseen vaikutukseen. Valokuvaaja Vesa Aaltonen kirjoittaa kirjassa olevassa artikkelissaan *Kun sanat eivät riitä* (2011, 76–79), että oma kuva voi olla muuttuvan identiteetin tarkastelun väline. Tämä ajatus kiteytti sen, mitä olin kokenut omia sivuja työstäessäni ja antoi uudenlaista näkökulmaa skrappäystöiden tutkimiseen.

Ilona Tanskanen on Turun AMK:n Taideakatemian suomen kielen ja viestinnän opettaja, joka kertoo artikkelissaan *Oman elämänsä taiteilija* (2011, 47–57) omaelämäkerrallisesta kirjoittamisesta. Hän määrittelee päiväkirjaamisessa merkittäväksi sen, että kirjoittaja päättää kirjoittaa vaan itselleen. Hänen mukaansa luovaa työskentelyä estää ja hankaloittaa usein pyrkimys tehdä jotakin, joka on katsojan tai lukijan silmissä mahdollisimman hyvää. Kun päiväkirjataan vain itseä varten, ovat ilmaisutavat vapaasti käytettävissä. Tässä yhteydessä Tanskanen myös kirjoittaa siitä, kuinka päiväkirjaaminen voi olla muutakin kuin kirjoittamista. Se voi tapahtua myös kuvin, valokuvin tai leikekirjaa koostaen. Hänen mukaansa myös päiväkirjaamisen säännöllisyys on tärkeää.

Voimaannuttavia kansioita kehittäessäni olen kokenut tärkeäksi päiväkirjaimaisen itseilmaisun ja toiminnan säännöllisyyden. Muiden odotuksista vapautuminen ja toiminnalliseen menetelmään totuttelemisen vie aikaa ja tapahtuu vähitellen.

Kirjassa Omakuva on jokaisen kuva, puhutaan kuvataiteesta, joka on valokuvan nykytaidetta. Itse koen määrittelyä tärkeämmäksi tekemisen. On tärkeää päästää irti arvioinnista ja syyllisyydestä ja heittäytyä luovan prosessin vietäväksi.

8.1 Omakuva

Omakuvilla tarkoitetaan kaikkia ihmistä itseään konkreettisesti esittäviä tai hänen sisäistä maailmaansa symbolisesti kuvaavia valokuvia, joista hän tunnistaa jotain olennaista itsestään ja jotka hän haluaa omakuvaksi lukea. Omakuvien katseleminen on vaikeaa, mutta samalla kiehtovaa. Mitä näen omassa kuvassani, kertoo paljon siitä, millainen suhde minulla on itseni.

Yksi kiehtovimmista asioista ihmisen elämässä on suhde omaan itseen. Se on elämämme tärkein ihmissuhde. Se on jotain mitä emme voi paeta tai vältellä. Se on vain opittava hyväksymään. Suhde itseen on jatkuvan kehityksen ja oppimisen polku. Se ei ole koskaan valmis, mutta ratkaisee suhteemme kaikkeen muuhun. (Aaltonen 2011, 76–78.)

Omakuva saattaa aluksi olla paljastavuudessaan järkyttävä ja kuvan katsoamiseen saattaa liittyä paljon haasteita. Omakuvassa on vaikeaa katsoa itseään hyväksyvästi. Keskeistä onkin antaa lupa siihen, että omasta kuvastaan saa pitää, jokaisella ihmisellä on oikeus nähdä itsensä merkityksellisenä ja arvokkaana. Omakuvan hyväksymisen salaisuus on toisto. Kuvat, jotka ovat itselle vieraita tai hajottavia, on lupa hylätä. Vähitellen oman vajavaisuuden sietokyky kasvaa ja voi tulla tietoinen oman identiteetin tarkastelun väline. Lupa myönteiselle itseen keskittymiselle synnyttää monesti myös oman luovuuden heräämisen. (Savolainen 2009, 220.)

Vesa Aaltosen artikkelissa Kun sanat eivät riitä (2011, 76–79) kirjoitetaan siitä, kuinka omakuva eroaa toisen ottamasta kuvasta. Nykyisin, kun kamera on suurimmalla osalla ihmisistä aina mukana, olemme tottuneita kuvaajia. Taltioimme automaattisesti arkea ja juhlaa. Monesti kuitenkin joutuessamme itse kuvattavaksi koemme olomme kiusaantuneeksi ja tilanne koetaan epämiellyttäväksi. Omakuvassa tilanteen hallinta on itsellä. Tilanne on usein stressittömämpi ja verrattuna toisten ottamiin kuviin. Omakuvasta puuttuu usein suorittamisen paine.

Valokuvan avulla meillä on mahdollisuus tarkastella itseämme ulkopäin, fyysisenä objektina, paperinpalana. Voimme muokata kuvaa, monistaa sitä, repiä ja liittää takaisin yhteen. Voimme irrottaa kuvan taustastaan ja luoda sille uuden ympäristön. Valokuva vahvistaa olemassa olemisen kokemusta. Valokuva liikkuu ajassa ja yhteyksissä. Valokuvista voi etsiä itselleen tärkeitä asioita ja eri aikojen omakuvia voi rinnastaa toisiinsa. (Erävaara 2011, 34.)

Voimaannuttava kansio hyödyntää omakuvan moninaisuutta. Yhdistämällä luovaa taideilmaisua omakuvaan, on meillä mahdollisuus päästä käsiksi sisäiseen maailmaamme aivan uudella tavalla. Omakuvaa työstämällä meillä on mahdollisuus löytää uudenlaisia merkityksiä ja arvoja koetulle asioille. Ajattelen, että tässä kohtaa olemme myös tasa-arvoisia ja esimerkiksi keskustelutilanteessa esille tuleva epätasa-arvoisuus väistyy. Vaikka ohjaaja monesti pystyy sanallistamaan ajatuksiaan, on hän kameran edessä yhtä epävarma kuin asiakaskin. Itsensä hyväksymisen tiellä kommunikaatio kyvyt ja akateemiset taidot eivät auta. Jokainen kulkee omaa polkuaan riippumatta ulkoisista tekijöistä.

Omakuva haastaa myös ohjaajan. Voidakseen ohjata kuvaamista asiakaille, on pystyttävä olemaan kameran edessä itse.

Valokuvaustilanteeseen liittyy aina voima- ja valtasuhteita. Valokuvaustilanne on kuvaajan ja kuvattavan välistä vuoropuhelua ja sen epäonnistuessa voi kuvattava tuntea kameran edessä ahdistusta ja pelkoa. Luonteva ja rehellinen kameran edessä oleminen vaatii luottamuksellista ilmapiiriä, jossa perinteiset valta-asetat on murrettu. Omakuvassa tällainen asetelma puuttuu kokonaan. Kuvanottaja on samalla kuvansa kohde. (Aaltonen 2011, 76–78). Tähän samaan voimasuhteiden purkamiseen perustuu myös myöhemmin esittelemäni voimaantuttavan valokuvauksen menetelmä.

8.2 Voimaantuttava valokuva

Voimaantuttava valokuva on Miina Savolaisen kehittämä terapeuttisesti suuntautunut sosiaalipedagoginen menetelmä, jota voidaan käyttää yksilön tai erilaisten ryhmien voimaantumiseen. Voimaantuttavassa valokuvassa valokuvaa ja kuvaamista käytetään välineinä vuorovaikutussuhteiden parantamiseen, abstraktien, hajanaisten ja tunnepitoisten asioiden selventämiseen, oman minän tai yhteisön reflektointiin ja kehittämiseen sekä voimavarojen vahvistamiseen. (Savolainen 2009, 211.)

Valokuva yksinään ei välttämättä ole voimaantuttava, vaan sen vaikutukset riippuvat siitä, täyttääkö soveltamistilanne voimaantumisen ehdot. ”Terapeuttisen ja pedagogisen valokuvan käytön ehto on valokuvauksen valta-asetelmien purkamisen.” Menetelmää voidaan soveltaa vain silloin kun voimaantumisen käsitteeseen sisältyvät edellytykset vallankäytön purkamisesta, tasavertaisuudesta ja itsemäärättyyn oikeuteen toteutuvat. (Savolainen 2009, 211.)

Valokuvaustilanteen vuorovaikutus on erityinen. Siinä on kyse luottamuksesta ja dialogista. Voimaantuttavassa kuvaustilanteessa voimasuhteet kääntyvät pääläelle ja kuvattavalla on oikeus määrittellä ja rajata, millaisena hän haluaa itsensä nähdä. Omakuvien ja valokuvaustilanteen vaikutustapa liittyy nähdäksi tuleminen tarpeeseen. Keskeinen ajatus on, että kuvaustilanne auttaa kuvaajaa näkemään kuvattavan hyvänä ja erityisenä. (Savolainen 2009, 218.)

Mielestäni yksi edellytys valokuvaustilanteen vuorovaikutukselle on ohjaajan ja ryhmän välinen luottamuksellinen suhde. Valokuvaustilannetta edeltävässä keskustelussa kunnioitetaan ja arvostetaan kunkin ryhmäläisen mielipidettä ja esille nousevaa aihetta. Omassa toiminnassani pyrin purkamaan valta-asemia sillä, että ryhmäläiset pääasiassa kuvaavat toisiaan niin, että ohjaaja pyrkii tietoisesti astumaan tarkkailijan ja tukijan rooliin kuvaustilanteessa ja jättämään mahdollisimman paljon vastuuta kuvan toteutuksesta ryhmäläisille itselleen. Jokainen ryhmäläinen saa itse valita kuvauspaikan ja kertoa, miten kuvassa haluaa tulevansa nähdyksi. Vaikka tosilla kommunikaatio voi olla rajoittunutta, on ryhmän sisällä kuitenkin keskinäinen tasiarvo, jolloin itsemääritys voi olla helpompaa kuin ohjaaja – ohjattava asetelmassa. Erityisen tärkeää ohjaajalle on kiinnittää huomiota kunnioittavaan tapaan ohjata ryhmäläisiä toteuttamaan omaa ajatustaan. Ryhmän jäsenille voidaan antaa ideoita toteuttamistavoista, mutta varsinaista ajatusta tulee kunnioittaa.

Käsite voimaantuminen korostaa yksilön subjektiivista ja valtaa omaan elämänsä. Se on käänös englanninkielisestä termistä empowerment. Käsitteellä ei ole vakiintunutta suomennosta. Siitä voidaan käyttää muun muassa käsitteitä valtauttaminen, toimintakyvyn lisääminen tai voimauttaminen. Savolaisen (2009) mukaan voimautuminen merkitsee ihmisestä itsestään lähtevää sisäisen voimantunteen kasvuprosessia, joka vapauttaa ihmisen voimavaroja ja synnyttää yhteisöllisesti vastuullista luovuutta. Voimaantumisen keskeinen lähtökohta on, ettei toista voi voimauttaa vaan voimaantuminen lähtee aina yksilöstä itsestään. Kun toiset ihmiset, olosuhteet tai sosiaaliset rakenteet eivät uhkaa ihmisen tasavertaisuutta tai itsemääritysoikeutta, on voimautuminen mahdollista. Yksilön itsemääritysoikeutta on valita, mitkä kuvat ovat niin tosia, että ne kelpaavat määrittelemään omaa elämäntarinaa tai identiteettiä. Ohjaajalla ei ole oikeutta tehdä valintaa asiakkaan puolesta, vaikka hänellä onkin oikeus olla läsnä keskustelemassa omista kuviin liittyvistä ajatuksistaan terapeuttisesti mielekkäällä tavalla. (Savolainen 2009, 212.)

Voimautuminen tapahtuu sosiaalisessa vuorovaikutuksessa. Valokuvamista ja valokuvien merkityksellistämistä ohjaavat tarve jakaa omaa sisäistä maailmaa ja tulla ymmärretyksi. (Savolainen 2009, 227.)

Mielestäni voimauttavassa työskentelyssä haasteellista ohjaajan kannalta on päästää irti valmiista suunnitelmista, päämääristä ja keinoista ja antaa ryhmän jäsenille vapaus toteuttaa omanlaistaan polkua kohti voimaantumista ja omien sisäisten voimavarojen tunnistamista. Tämä näkyy hyvin tilanteessa, jossa ohjattava valitsee ottamistaan kuvista ne, jotka hän kokee merkityksellisimmiksi. Kuvien valinnassa ohjaajan voi olla vaikeaa päästä yli siitä, minkä itse kokee hyväksi kuvaksi. On kuitenkin ehdottoman tärkeää, ettei ohjaaja sanallisesti tai sanattomasti arvota yksilön valintoja, vaan tukee ja kannustaa häntä kuuntelemaan omaa sisäistä ääntään.

Valokuvista heijastuu ihmisen arvomaailma. Tärkeinä pidettyjä asioita ja henkilöitä kuvataan, ja periaate jolla perhe- tai muussa yhteisössä valikoidaan kuvaamisen arvoiset tilanteet ja esille päätyvät kuvat, muistuttavatkin

usein tapaa, jolla yhteisössä säännöstellään hyväksyntää ja rakkautta. Kuvilla rakennetaan yhteisöllisyyttä ja niihin liittyy ylisukupolvinen ajattelu. Kuvat kertovat elämästämme tuleville sukupolville. Kaikkea valokuvauksesta, mutta erityisesti perhekuvaamisesta määrittää oletus siitä, että se mikä on arvokasta, päätyy kuvattavaksi ja se, mitä ei kuvata, ei ole arvokasta. (Savolainen 2009, 213.)

Valokuvakäytäntöjen yhteisöllisyyteen liittyy paljon tiedostamatonta valokuvauksen käyttöä. Kuvaaja tai perhealbumin kokoaja nostaa esille aina ne palaset, jotka kokevat itselleen merkityksellisimmiksi tai, joiden hän olettaa olevan merkityksellisiä myös muille perheenjäsenille. Lapsuusalbumiin voi sisältyä paljon kipua, jos ristiriita oman kokemuksen ja albuminrakentajan havaintojen ja toiveiden välillä on kovin suuri. Pahimmillaan valokuvat esittävät perheen ainoan sallitun totuuden. (Savolainen 2009, 213.)

Työssäni kehitysvammaisten parissa olen monesti törmännyt siihen, että heillä ei ole juurikaan kuvia omasta lapsuudestaan tai ylipäätään heidän menneisyydestään. Erityisesti henkilöillä, joilla on laitostausta, ei välttämättä ole lainkaan valokuvia. Voimaannuttavan kansion tavoitteena on koota valokuva-albumi, joka kokoaa yhteen juuri ne kuvat ja asiat, jotka ohjattava itse kokee tärkeiksi ja haluaa nostaa esille. Tavoitteena on luoda yhdessä albumi, joka kuvaa henkilö juuri sellaisena kuin hän haluaa tulla nähdyksi.

Valokuvan terapeuttinen vaikuttavuus perustuu kuvaustilanteen ja valokuvien herättämiin kehollisiin reaktioihin ja valokuvalle ominaiseen tapaan jäljentää todellisuutta. Valokuvassa on voimakas toden ja ei-toden jännite, jota voimaannuttavassa valokuvassa hyödynnetään tekemällä konkreettisesti näkyväksi asioita, jotka ovat liian abstrakteja, hauraita tai tunnepitoisia tulkakseen näkyväksi arkitodellisuudessa. (Savolainen 2009, 214–216.)

Voimaannuttavassa kansiossa olen hyödyntänyt tätä näkyväksi tekemisen mahdollisuutta. Asioiden tarkastelu on usein helpompaa, kun niitä pääsee katsomaan etäämmältä. Valokuva antaa meille mahdollisuuden katsoa itseämme ulkoapäin. Valokuvan avulla meillä on myös mahdollisuus näyttää muille jotakin, mitä emme osaa tai pysty sanallistamaan.

Voimaannuttavassa valokuvassa hyödynnetään neljää keskeistä näkökulmaa: albumikuvat, valokuvaustilanteen vuorovaikutus, omakuva sekä arkielämän teemojen kuvaaminen. Albumikuvilla tarkoitetaan kaikkea elämän varrella kertynyttä kuvamateriaalia. Tässä kuvatyöskentelyssä valokuviiin sisältyvät limittäiset tunteet, muistot ja mielikuvat saavat rakenteen tekijän tekemistä valinnoista ja tulkinnoista. Järjestäminen auttaa erottamaan rakentavat asiat voimavarojakuluttavista asioista. (Savolainen 2009, 217–218.) Voimaannuttavassa kansiossa olen ottanut kaikki nämä keskeiset näkökulmat huomioon ja pyrkinyt muokkaamaan voimaannuttavan valokuvan menetelmää erityisryhmien tarpeita huomioon ottavaksi työskentelytavaksi.

9 TAITEELLINEN TYÖSKENTELY

Taide on minusta ollut aina vaikeasti lähestyttävä käsite, se herättää epäluulon ja kysymyksiä. Mitä on taide, kuka tekee taidetta, millaista on taide? Työssäni kehitysvammaisten ohjaajana olen käynyt asiakkaitteni kanssa taidenäyttelyissä ja osallistunut projekteihin, jossa asiakkaamme ovat tehneet taidetta kuvataiteilijoiden opastuksella. Asiakastyöskentelyn kautta myös oma suhteeni taiteeseen on muuttunut mutkattommaksi. En enää yritä ymmärtää taidetta, vaan annan sen joko vaikuttaa minuun tai olla vaikuttamatta. Sama ajatus pätee myös itse tekemääni taidetyöskentelyyn. Sitä ei tarvitse ymmärtää eikä selittää. Riittää, että se on tekijälle merkityksellistä.

Lähtökohtani voimaannuttavassa kansiossa on se, että taiteen teossa olemme kaikki tasavertaisia. Asiakkaan vammaisuus ei ole esteenä hänen luovuudelleen eikä hänen kyvyilleen aistia tai tuottaa taidetta.

Lukiessani Mimmu Rankasen (2010, 35–50) artikkelia Taideterapiassa vaikuttavia ydinprosesseja, kiinnostuin hänen ajatuksistaan sanattomasta kokemuksesta ja kehollisuudesta. Rankanen kirjoittaa artikkelissaan taideterapian mahdollisuuksista esittää kokemuksia kuvin. Kuvia meidän ei tarvitse selittää sanoin, vaan ne vaikuttavat meihin suoraan omalla kielellään. Taide tuo mahdollisuuden sanattomien kokemusten ilmaisuun, käsittelyyn ja jakamiseen.

Olen itse kokenut tärkeäksi ilmaista taiteen keinoin sitä, mitä en ole osannut vielä sanoittaa tai ehkä edes tunnistanut – saati ymmärtänyt itsessäni. Taiteellinen työskentely on jäsentänyt asioita ja auttanut saamaan kiinni tunteista ja ajatuksista, joita muuten on ollut vaikea tavoittaa. Tämän kokemuksen haluan tarjota menetelmän avulla myös kehitysvammaisille henkilöille.

Taiteen parantava ja korjaava merkitys syntyy sen kyvystä pitää mielen liikkeessä. Omaelämäkerrallisessa taideprosessissa tapahtuu liikettä itsestä ulospäin, sisäinen tehdään näkyväksi itselle ja toiselle. Työskentely antaa kokemukselle muodon. Teoksen on mahdollista rakentaa uudelleen maailmaa ja itseä. Taiteellisen työskentelyn avulla meillä on mahdollisuus tavoittaa sellaista, joka muuten olisi paennut kokemuspöyrästä tai toisaalta tarinallisen mielikuvituksen avulla meillä kokonaan mahdollista muuntaa kokemuksiamme menneestä. Esimerkiksi jokin vaikea tapahtuma menneisyydessä voi saada keskeisen merkityksen tai näkökulman todellisuuteen. Taiteellisen työskentelyn avulla voidaan löytää oman elämän kunnioitus ja sen arvon näkeminen ainutlaatuisena kulttuurisena kertomuksena. (Sava & Kattainen 2004, 30.)

Työstettävät kokemukset saattavat olla säilöttyinä ainoastaan visuaalisina muistikuvina ja kehollisina aistimuksina. Ne ovat kehoomme kiinnittynyttä sanatonta tietoa, joiden käsittely ja tietoisuuteen tuominen voi onnistua vain kuvallisen työskentelyn avulla. Työskentelyn aikana tai kuvia katsottaessa saattaa käydä niin, että muistoja nousee esiin tai niille löytyy sanallista ilmaisua. Toisaalta kuvien sisältämiä merkityksiä on mahdollista jäsentää ja

käsitellä sanoittamattakin ainoastaan taiteen keinoin. Jälkeenpäin taidetyöskentelyä voidaan reflektoida niin, että aisti- ja tunnekokemusten tuoma tieto yhdistyy tietoihin havaintoihin ja ajatteluun. (Rankanen 2010, 42–43)

Taidetyöskentely vaatii yksityisyyttä ja rauhaa keskittyä omaan tekemiseen. Tarvitaan tilaa, jotta voidaan olla yhtä aikaisesti menneisyydessä ja tässä hetkessä ja maalata menneisyys tähän päivään. Kuvaa työstettäessä annetaan tilaa luovalle flowlle. Silloin meidän on mahdollista muistaa eikä vain muistella. (Vesänen-Laukkanen 2004, 65).

Erityisen tärkeää taiteellinen työskentely on henkilöille, joilla on muutoin rajalliset mahdollisuudet tehdä kokemuksiaan ja ajatuksiaan näkyväksi. Taiteen keinoin heillä voi olla mahdollisuus vuorovaikutukseen läheisten ihmisten ja ympäristön kanssa.

Taideterapiaa on käytetty kehityshäiriöiden ja vammojen hoidossa jo pitkään. Lähestymistapa voi olla joko kehityksellinen tai taideprosessin terapeuttisuuksi korostava. Kehityksellisessä näkökulmassa asiakkaan aistitoimintaa, havainnointia ja kuvallista ilmaisua tuetaan normaalien lapsuuden kuvallisten kehitysvaiheiden mukaisesti. Taideprosessiin keskittyvässä työskentelyssä korostetaan sosiaalisten taitojen kehittymistä, häiriökäyttäytymisen vähentämistä, tunteiden ilmaisua ja käsittelyä. Taideterapialla voidaan vaikuttaa myös tunteiden tunnistamiseen sekä niiden rakentavien ilmaisutapojen oppimiseen. Taideterapia tuo erityisiä mahdollisuuksia oman toiminnan järjestelyyn, oppimiseen ja muistin apuvälineeksi kinesteettisten ja visuaalisten aistien kautta vaikuttavan luonteensa vuoksi. (Rankanen 2010, 62).

Kun taiteellinen työskentely aloitetaan, on syytä käydä läpi luottamuksellisuuden periaatteet. Ryhmässä jaetut asiat kuuluvat ryhmän sisälle ja jokainen saa kertoa ulkopuolisille vain omista asioistaan. On tärkeää korostaa myös ryhmässä vallitsevaa positiivista henkeä ja muiden valintojen kunnioittamista. Ohjaajan ehdotuksia saa kuunnella, mutta niitä ei ole pakko noudattaa. Tärkeintä on kuunnella itseään. Ohjaajan tehtävänä on kuunnella ja rohkaista asiakasta vahvistamaan omaa näkemystään. (Hentinen & Rankanen 2010, 100–101).

Mielestäni ohjaajan tehtävänä on painottaa, ettei töitä arvostella kaunisruma tai hieno–huono akselilla, vaan niiden merkitys nousee tekijästä, hänen tunteistaan ja ajatuksistaan. Tärkeintä on pysähtyä syntyneiden töiden äärelle. Ohjaajan tehtävänä on valita materiaaleja ja ohjata asiakasta niiden käyttöön sen verran kuin on tarpeellista. Asiakasryhmän huomioon ottaen ohjaajan kannattaa antaa asiakkaalle maltillisesti vaihtoehtoja, jotta taidetyöskentelyn aika ei mene materiaalivalintoihin. Joskus on riittävää, että asiakas saa valita värin.

Ohjaajan tehtävänä on hallita ajankäyttöä. On kuitenkin tärkeää rohkaista asiakasta itse määrittelemään, kuinka paljon aikaa hän tarvitsee kuvan tekemiseen ja koska työ on valmis. Taidetyöskentely on lähtökohtaisesti sot-

kuista ja tärkeä osa taidetyöskentelyä onkin materiaaleista, välineistä ja tilasta huolehtiminen. Asiakas osallistuu itse käyttämiensä välineiden huoltoon ja puhdistukseen. (Hentinen & Rankanen 2010, 100–101.)

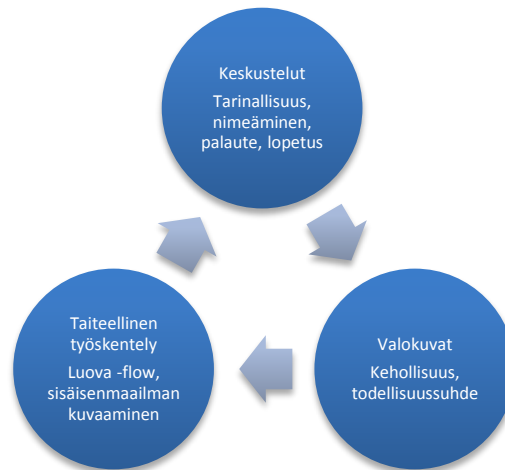
Valmiita töitä tutkitaan arvostaen ja kunnioittaen. Jokaisella on mahdollisuus kertoa tekemästään työstä juuri niin paljon tai vähän kuin kokee tarpeelliseksi. Asiakas saa myös halutessaan olla näyttämättä valmista työtä muille ryhmän jäsenille. Toisten töitä ei analysoida, vaan niistä puhutaan ”minä”-kielellä, eli se mitä minä tunnen kuvaa katsoessani, on minun kokemukseni eikä kuvan tekijän kokemus.

10 VOIMAANNUTTAVA KANSIO

Havainnoinnin ja haastatteluiden perusteella kehitin voimaannuttavan kansion –menetelmää kehitysvammatyön tarpeisiin. Ehkä suurin muutos alkuperäiseen voimaannuttavan skräppäyksen kurssiin oli, että olin ajatellut että työstäisimme ryhmässä etukäteen suunnittelemani teemoja, joita olivat tulevaisuuden haaveet, lapsuus ja asiakkaan tämän hetkinen elämäntilanne. Kuitenkin, melko pian aloittamisen jälkeen, havaitsin, että tärkeintä oli antaa ryhmäläisten itse päättää työstettävistä teemoista.

Voimaannuttavan kansion tavoitteena on oman identiteetin ymmärtäminen ja selkeyttäminen sekä omien voimavarojen tunnistaminen. Työskentelyn tavoitteena on antaa kehitysvammaiselle oikeus tulla nähdyksi haluamallaan tavalla. Menetelmä antaa välineitä itseilmaisuun ja tarjoaa osallistujille tilan, jossa heillä on mahdollisuus tehdä näkyväksi omia haaveitaan, tarpeitaan ja kokemuksiaan ilman ympäristöstä tulevia vaatimuksia ja arvostelua.

Menetelmässä keskitytään kolmeen eri osa-alueeseen (kuvio 1), keskusteluihin, valokuviin ja taiteelliseen työskentelyyn. Keskusteluiden tavoitteena on nimetä omia ajatuksia ja tunteita, nimeäminen auttaa järjestämään ja tunnistamaan asioita ja helpottaa niiden jakamista. Valokuvat sitovat ajatukset nykyisyyteen ja tekevät niistä totta. Valokuvan ominaisuuksiin kuuluu sen suhde todellisuuteen, valokuvassa näkyviä asioita pidetään totena, sillä ne ovat silmännähtävissä ja toisaalta se mahdollistaa ajassa liikkumisen. Taiteellisen työskentelyn tehtävänä on tehdä näkyväksi omaa sisäistä maailmaamme, heittäytyä luovaan flow -tilaan, jossa työskentely on heittäytymistä tuntemattomaan. Nämä kolme osa-aluetta tukevat toisiaan ja antavat erilaisia mahdollisuuksia yhden aiheen käsittelyyn ja esille tuomiseen.



Kaavio 2. Voimaannuttavan kansion osa-alueet

Opinnäytetyön yhteydessä havaitsin, että aiheesta riippuen jokin osa-alue kosketti osallistujaa enemmän kuin toinen. Toisinaan asiakkaan piti läpikäydä kaikki kolme vaihetta pystyäkseen lopussa sanallistamaan omat ajatuksensa. Joskus asioiden sanallistaminen on pitkä prosessi ja saattaa vaatia useampia kierroksia valokuvausta ja taidetyöskentelyä. Voimaannuttavien kansioden tekeminen on jatkuva prosessi, jonka ei tarvitse tulla valmiiksi yhdellä kerralla.

Olen ohjannut menetelmää viidelle kehitysvammaiselle henkilölle. Olemme kokoontuneet kahden ja kolmen hengen ryhmissä. Kahden hengen ryhmässä on ollut vaikea asteisista kommunikaatio ongelmista kärsiviä henkilöitä. Kummankin ryhmän kanssa on toimittu samojen periaatteiden pohjalta, mutta menetelmää on sovellettu vastaamaan asiakkaiden tarpeita. Kokoontumiset ovat kestäneet noin neljä tuntia, niin, että kuhunkin tapaamiseen on sisällytetty kahvitauko. Kokoontumisia on ollut viisi kertaa.

Ohjauskertojen yhteydessä ja tapaamisten välillä olen pyrkinyt havainnoimaan niitä hetkiä, kun asiakas on ilmaissut tullessa nähdyksi ja hän on kokenut onnistumisen hetkiä. Olen myös pohtinut ohjaajan roolin merkitystä voimaannuttavien kansioden työstämisessä. Millaista tukea kehitysvammaisen henkilö tarvitsee ja mikä on ohjaajan rooli? Olen koonnut havaintojani tekstin lomaan esimerkkeinä.

10.1 Ohjauskertojen kulku

Käytännössä ohjauskerrat voidaan jakaa kuuteen keskenään vuorovaikutuksessa olevaan ja limittäin kulkevaan vaiheeseen: aloitukseen, virittäytymiseen, taidetyöskentelyyn, jakamiseen, liittämiseen ja lopetukseen. Samalla jaottelulla voidaan myös katsoa kokonaista terapeutista projektia, jolloin ensimmäiset kerrat usein keskittyvät lähinnä aloittamiseen ja virittäytymiseen, lopun painottuessa liittämiseen ja lopetukseen. (Rankanen 2010, 92 - 93.)

Ohjaajan on tärkeää jäsenellä työskentelyn erivaiheet, sillä hänen roolinsa vaihtelee suuresti vaiheesta riippuen. Jaottelusta on myös hyötyä ajankäytön suunnittelussa. Taidetyöskentely, työvälineiden ja materiaalien valinta vievät aikaa ja ovat itsestään selvä osa prosessia. On kuitenkin tärkeää jättää aikaa myös jakamiselle, liittämiseksi ja lopetukselle. (Rankanen 2010, 93.)

Olen huomannut, että kokematon ryhmän ohjaaja tekee helposti sen virheen, että lopetukselle ei jätetä riittävästi aikaa. Alkuun kannattaakin kiinnittää huomiota erityisesti juuri ajankäyttöön. Rankasen (2010, 93) mukaan huono ajankäytönhallinta johtaa siihen, että taidetyöskentelyyn käytettävä aika jää lyhyeksi, eikä kokemusta syvästä luovasta prosessista ehdi syntyämään. Lopun kiire pakottaa etsimään työstä merkityksiä sen sijaan, että voisi rauhassa antaa työn vaikuttaa omassa tahdissa.

10.2 Aloitus

Työskentelyn alussa uteliaisuus herää ja asiakas herkistyy erilaisille, usein ristiriitaisille ja vastakohtaisille vaikutteille. Sen jälkeen ei ulkoisesti näytä tapahtuvan juuri mitään, mutta tiedostamatta asiat ja ideat törmäilevät ja yhdistyvät. Tämä vaatii sekä asiakkaalta että ohjaajalta kykyä antaa tilaa käynnistyneelle prosessille ilman liian aikaisia vaatimuksia päämäärätietoisesta toiminnasta. (Rankanen 2010, 91–92.)

Aluksi ryhmässä kuunneltiin rauhoittavaa musiikkia ja keskityttiin siihen hetkeen. Alussa pyritään karistamaan muut mielessä olevat asiat ja keskittymään läsnäoloon. Tärkeintä on pyhittää hetki oman itsen kuuntelulle ja tarkastelulle. Tilanteen aluksi pysähtyminen on tärkeää, jotta voimme saada kosketuksen itseemme ja kohdata toisen (Rankanen 2010, 93). Pysähtyminen voi toisille olla hankalaa, mutta helpottuu tapaamiskertojen myötä kun siitä tulee osa rutiinia. Olen kokenut, että saman aloitus rutiinin toistaminen ohjaukskertojen alussa on helpottanut kaikkien osapuolten rauhoittumista ja orientoitumista tilanteeseen.

Kokoontumisen alussa on tärkeää määritellä yhteiset säännöt. Alussa kerrotaan, että tapaamisten aikana saa tehdä sitä, mikä itsestä tuntuu hyvältä. Antamiani ideoita voi hyödyntää tai olla hyödyntämättä. Se, mitä tapaamisten aikana tuotetaan, on henkilökohtaista ja sen voi halutessaan jakaa muiden kanssa tai pitää itsellään. Olen muistuttanut ryhmän säännöistä jokaisen ohjaukskerran aluksi.

10.3 Virittäytyminen

Varsinainen työskentely aloitetaan virittäytymällä luovaan prosessiin narratiivisten keskusteluiden avulla. Keskusteluiden avulla pyritään löytämään kullekin osallistujalle ajankohtainen teema, jota lähdetään työstämään. Keskusteluissa tärkeää on korostaa avoimuutta, luottamuksellisuutta ja rohkaista ryhmäläisiä heittäytymään omaan teemaan. Olen tehnyt muistiinpanoja keskustelun aikana ja lopuksi lukenut ääneen yhteenvedon keskustelussa. Tarkoitus on, että asiakas saa mahdollisuuden vielä korjata, mikäli

ohjaaja on ymmärtänyt jonkun asian väärin. Oman teeman tarkentamisella luodaan myös motivaatio tarttua tehtävään ja suunnitellaan kuvausta.

Keskustelut olivat aluksi työläisiä ja ryhmän jäsenillä oli vaikeuksia tuoda esille mitään teemoja. Keskustelun herättämisessä käytin apuna erilaisia menetelmiä.

Olemme käyttäneet keskustelun herättäjänä esimerkiksi esineitä, joita olen pyytänyt ryhmäläisiä tuomaan mukanaan. Erilaisten esineiden avulla ryhmäläiset saivat helpommin kiinni omasta aiheestaan, kuin ilman apuvälineitä. Minulla oli käytössäni muun muassa kuvakortit (kuva1). Yhdellä kerralla pyysin jokaista valitsemaan kortin, joka puhutteli syystä tai toisesta juuri nyt.

Esimerkki 1.

Asiakas tulee ryhmään kiroillen ja uhoten, ettei halunnut osallistua. Selvitin hänelle, että ryhmämme perustui täydelliseen vapaaehtoisuuteen ja hän voisi mennä hetkeksi pihatöihin ja palata halutessaan ryhmään.

Asiakas päättää jäädä ryhmään, mutta jatkaa kiroilua ja aggressiivista elehtimistä. Otin esille kuvakortit ja pyysin jokaista etsimään kuvista sellaisen, joka kuvaisi hänen tämän hetkistä tunnettaan. Asiakas valitsee kaksi korttia, talven töröttäjiä ja halloween kurpitsan.

Valitsin myös itse kuvan ja aloitin kertomaan miksi olin ottanut juuri kyseisen kuvan. Asiakas puhuu raivoa ja kertoo kaiken olevan huonosti, kiroilee ja sanoo olevansa vihainen. Lähdän kysymysten avulla selvittämään miksi hän on vihainen ja nopeasti selviää, että asiakkaan kännykkä on hävinnyt ja se on tällä hetkellä tutun taksikuskin hallussa. Kun asia oli puhuttu ja ongelma saanut nimen, on asiakaskin jo hieman rauhoittunut.

Jatkamme keskustelua pohtimalla miten puhelimen saisi takaisin, mitä asiakas voi tehdä sillä välin, jos hänen ehdottomasti pitäisi soittaa tai kuinka häneen voi saada yhteyden. Keskustelemme myös siitä, miten puhelin on hävinnyt ja miten vastaavia tilanteita voi ennalta ehkäistä tulevaisuudessa.

Keskustelun tuloksena nousee esille, että on hyvä ettei puhelin ole varsinaisesti kadonnut, vaan että se oli tipahtanut tuttuun taksiin ja asiakas saisi puhelimen takaisin seuraavana päivänä.



Kuva 1. Virittäytymisessä apuna käytettäviä kuvakortteja

Projektiin on osallistunut kaksi keskenään erilaista ryhmää, joiden erot juuri keskusteluosuudessa ovat suurimmat. Kahden hengen ryhmän jäsenillä on ongelmia puheen tuottamisessa ja keskusteluita on ollut haasteellista käydä. Tästä syystä olen käyttänyt keskusteluiden tukena tukiviittomia. Keskusteluissa olen kummassakin ryhmässä pitänyt oleellisena sitä, että kukin ryhmän jäsen saa tilan ja mahdollisuuden tulla kuulluksi riippumatta hänen kyvystään tuottaa puhetta. Olen pyrkinyt tukemaan keskustelua asiakkaan omalla tasolla. Kysymällä, tarkentamalla ja olettamatta mitään. Yksinkertaisimmillaan keskustelu on edennyt kuten esimerkissä 2.

Esimerkki 2

- Asiakas: Mulla on ikävä
Ohjaaja: Ketä sulla on ikävä?
Asiakas: Ikävä isää
Ohjaaja: Sulla on ikävä isää, haluaistko sä ottaa sen aiheeksi tänään?
Asiakas: Ikävä isää

Toisen ryhmän kanssa keskustelut olivat pidempiä ja asioiden sanottaminen oli helpompaa, kuten seuraavasta esimerkistä käy ilmi.

Esimerkki 3

- Ohjaaja: Onko sulla jokin asia tänään mielessä, mistä haluaisit kertoa?
Asiakas: Mä haluaisin oman kodin.
Ohjaaja: Oletko sä ajatellut mitä se oma koti sulle merkitsisi?
Asiakas: Joo, mä saisin niin ku omaa rauhaa ja saisin tehdä mitä haluan
Ohjaaja: Mitä sä sitten haluaisit tehdä kun sulla olisi se oma koti?

- Asiakas: Kutsuisin kavereita ja tyttöystävän kylään
Ohjaaja: Voisitko sä nyt kutsua niitä kylään?
Asiakas: Voisin, mut sit mä olisin niin kuin itsenäinen aikuinen
Ohjaaja: Eli ymmärsinkö mä oikein, toi itsenäinen aikuinen on se tärkeä juttu nyt?
Asiakas: joo

Keskusteluissa on tärkeää olla tuomitsematta asiakkaan näkökulmaa. Vaikka omasta mielestäni asiakkaan haave omasta kodista on mahdoton, voin silti keskusteluiden avulla selvittää sekä asiakkaalle itselleen että minulle, mikä omassa kodissa on asiakkaalle merkityksellistä, mitä se edustaa ja millaisia arvoja siihen liittyy. Sitä kautta meillä oli mahdollisuus etsiä tapoja lisätä näitä elementtejä asiakkaan elämään. Asiakkaan haaveet ja unelmat voivat olla mahdottomia toteuttaa, mutta tärkeää on kuunnella hyväksyvästi.

Esimerkki 5.

Asiakkaan aiheena on oma koti. Hän kertoo, että olisi kiva, jos olisi oma koti, jossa tekisi ruokaa ja kaikkia kotihommia. Asiakkaan mukaan haasteita toisi se, että pitäisi maksaa vuokrat ja sähkölaskut ja kaikki. Hän ei ole vielä tarkemmin ajatellut, missä kävisi töissä. Ehkä hän jatkaisi nykyisessä työpaikassaan. Oman kodin hyviä ja huonoja puolia punnittaessa tuli esille ajatus omasta rauhasta. Huonoja puolia asiakas ei tunnistanut. Hänestä tuntuisi hyvältä olla itsenäinen aikuinen. Ystävyysuhteiden hoitaminen omassa kodissa tuntui ajatuksena helpommalta.

Haasteeksi muodostui, että näkemyksemme itsenäisestä asumisesta ja sen mukanaan tuomista haasteista poikkesi suuresti. Ajattelen kuitenkin, että menetelmän tarkoituksena on nimenomaan antaa tilaa asiakkaiden haaveille ja unelmille ilman ohjaajan myötä vaikuttamista. Niinpä en lytänyt asiakkaan haaveita, vaan yritin konkretisoimalla tarkentaa asiakkaan kantaa. Esimerkiksi juuri tiedustelemalla, miten hän elättäisi itsensä, millaista työtä hän kuvittelisi tekevänsä jne. Tuomalla haave omasta kodista konkretiaan. Mitä muuta oma koti pitäisi sisältää kuin kynttilä illallisia tyttöystävän kanssa? Asiakkaalla kuitenkin on oikeus haaveeseen omasta kodista ja mielestäni on hyvä tunnistaa tavoite, jota kohti pyrkiä. Asiakkaan haave omasta kodista konkretisoidaan ottamalla hänestä sellainen kuva, joka hänen mielestään kuvaa häntä itsenäisenä aikuisena.

Ohjaajan rooli virittäytymisessä on aktiivinen. Hänen tehtävänsä on luoda luottamuksellinen ilmapiiri ja tukea ohjattavaa keskustelun etenemisessä. Aikaa keskusteluihin kului kolmen hengen ryhmässä noin 40 minuuttia, mutta kahden hengen ryhmässä aikaa kului hieman vähemmän.

10.4 Valokuvaus

Keskustelun perusteella lähdimme rakentamaan ryhmäläisille mieluisia kuvia. Kuvien aiheet eivät aluksi innostaneet minua. Oli vaikeaa nähdä voimaannuttava elementti tilanteessa, jossa asiakas halusi kuvan itsestään kun hän katsoo formuloita telkkarista. (Kuva 2) On kuitenkin tärkeää antaa asiakkaiden itse valita haluamansa kuvaus tilanteet. Mikäli mahdollista, ryhmäläiset kuvaavat toisiaan siten, että kuvassa oleva henkilö määrittää, millaisia kuvia hän haluaa itsestään otettavan. Kuvaustilanne vaatii kuvaajan ja kuvattavan välistä kommunikaatiota. Kuvaajan on herkistytävä kuuntelemaan kuvattavan toiveita.



Kuva 2. Asiakas halusi kuvan itsestään, jossa hän katsoo formuloita

Valokuvaus on ollut yllättävän voimallinen kokemus sekä ryhmäläisille että minulle. Osa ryhmän jäsenistä ei ole koskaan ollut tilanteessa, jossa heittä olisi varta vasten kuvattu. Kuvattavana oleminen voi olla vaikeaa, sillä kuvassa on pysähdyttävä hetkeksi ja kyettävä olemaan läsnä niin kauan, että toinen voi ottaa kuvan. On tultava sinuiksi sen ajatuksen kanssa, että minä olen niin tärkeä, että minusta halutaan ottaa kuvia. Toisen ihmisen hyväksyvä katse kameran takana voi olla hankalaa kohdata.

Esimerkki 6.

Asiakkaalle kameran eteen meneminen oli vaikeaa ja hän oli silmin nähden vaivaantunut. Näin, että asiakas yritti miettiä, mikä olisi ”oikea” tapa olla kuvissa. Päätinkin aika nopeasti, että vaihdan Jannen kanssa paikkoja ja yritän rentouttaa tilannetta entisestään.

Menin siis itse kuvattavan paikalle ja pelleilin kameralle niitä näitä tarkoitukseni näyttää, ettei kameran edessä voisi olla

väärin. Pyrkimyksenäni oli, että asiakkaan pelko itsensä no-laamisesta poistuisi. Kun ohjaaja on tehnyt tilanteessa kaikki mahdolliset ”virheet”, poistuvat ohjattavilta paineet onnistumisesta. Tämä toikin toivotun vaikutuksen, sillä kun taas vaihdoin paikkoja, oli Janne silmin nähden rentoutunut. Hän aloitti kuvausession uudella tarmolla, aluksi pelleillen, mutta uskaltautui myöhemmin ottamaan myös muunlaisia kuvia.

On tärkeää, että kuvaustilanteessa ohjattavien tukena on ohjaaja, mutta mikäli mahdollista kuvien ottaminen kannattaa jättää ohjattavien tehtäväksi. Kuvauksen voi myös toteuttaa niin, että kuvaajana toimii ohjaaja. Tärkeää on, että kuvaustilanteessa edetään kuvattavan ehdoilla. Kuvattavaa ei saisi hoputtaa eikä painostaa ja kiireen tuntua pitäisi välttää. Ohjaajana koin, että tilanteessa, jossa asiakkaat kuvasivat toisiaan, riitti kun kannustin, kehuin ja ihailin työparin toimintaa.

Kehitysvammaisilla henkilöillä on tapana kommunikoida ensisijaisesti ohjaajalle ja sitten vasta toisilleen. Valokuvaustilanne lisää selvästi vuorovaikutusta ryhmäläisten kesken. Ohjaajan tehtävä on olla hyväksyvä katse sekä kuvaajalle että kuvattavalle. Ohjaajan tulee rohkaista kumpaakin, neuvoa tarvittaessa kameran kanssa ja tukea muutoin kuvaushetken aikana.

Esimerkki 7. Asiakkaalle kameran edessä oleminen on vaikeaa. Hänen on vaikea pysähtyä niin pitkäksi aikaa, että hänestä ehditään ottaa kuva. Asiakas ei katso kameraan eikä tunnu ottavan kontaktia ohjaajaan. Kun kuvaajana on toinen ryhmäläinen, hän kehottaa tätä ottamaan kuvia itsestään eri tilanteissa. Asiakas ei edelleenkään katso kameraa, eikä pysy paikoillaan kovin pitkiä aikoja, mutta hänen on helpompaa sanoa toiselle ryhmäläiselle kuin ohjaajalle toiveitaan.

Otimme kuvia sekä sisällä, että ulkona. Oleellista ei mielestäni ole se, missä kuvia otetaan vaan se, kuinka niitä otetaan. Aluksi otimme kuvia itse itseltämme kaukolaukaisimen avulla, mutta aika nopeasti projektin edetessä siirryimme kuvaamaan Voimauttavan valokuvan oppien mukaisesti, sillä mielestäni se tukee positiivista identiteetin kehitystä, perustuen ajatukseen siitä kuinka identiteetti kehittyy suhteessa toisiin merkityksellisiin ihmisiin.

Esimerkki 8.

Olin kahden enemmän tukea tarvitsevan asiakkaan kanssa metsässä kävelyllä ja valo siivilöityi puiden välistä tehden metsään erittäin kauniit ja pehmeät värit. Koko metsä tuntui muuttuneen silmiemme edessä satumetsäksi. Ihastelin valon kauneutta ääneen kun otin kuvia ryhmäläisistä. Toinen heistä, alkoi toistaa itsekseen ”Minä olen ihana prinsessa”. Hän nautti silminnähdyn tilanteesta, jossa häntä katsottiin kauniina ja ainutlaatuisena kameran ollessa tilanteessa toissijainen.

Teimme myös kummankin ryhmän kanssa yhden pidemmän kuvausretken (kuvassa 3) joka toi mukavaa vaihtelua arkeen. Ryhmäläiset olivat retkistä

silmin nähden innoissaan ja niitä toivottiin lisää. Kuvausretkillä asiakkaiden oli helpompaa heittäytyä kuvaustilanteisiin.



Kuva 3. Kuvausretkellä otettu kuva

Kuvausvaiheessa ei henkilön kehitysvammaisuudella ole merkitystä. Kameran edessä oleminen helppous tai vaikeus ei riipu asiakkaan kehitysvammasta tai sen tasosta, vaan kyse on enemmän siitä, kuinka sinut hän on itsensä kanssa. Näin ollen kummassakin ryhmässä oli sekä henkilö, jolle kameran edessä oleminen oli mitä luonnollisinta ja toisaalta taas henkilö, joka koki kuvattavana oleminen lähes mahdottoman vaikeana.

Kehitysvammaisilla ei ole monesti mahdollisuutta taltioida omaa elämänsä, sillä harvalla on kamera. Projektin aikana annoin ryhmäläisille kameran käyttöönsä ja heidän piti taltioida omaa arkeaan ja itselleen merkityksellisiä asioita. Käytimme myös näitä kuvia työskentelyssä. Sivutuotteena syntyi mielenkiintoinen kuvamateriaali siitä, mikä asukkaiden mielestä perhekodissa on arvokasta ja merkityksellistä.

Valokuvaaminen koettiin ryhmän sisällä hauskaksi ja kuvaustilanteisiin lähdettiin mielellään, vaikka kameran edessä oleminen tuntuikin aluksi vaikealta. Yhteinen tekeminen oli kaikista osallistujista kuitenkin aina niin houkuttelevaa, ettei kuvaustilanteen hankaluuden annettu tulla esteeksi. Itse asiassa erityisesti ne henkilöt, jotka ovat kokeneet kameran edessä oleminen vaikeimpana, olivat projektista eniten innoissaan.

10.5 Kuvien valinta

Jokainen valitsee otetuista kuvista sen, jonka kokee parhaiten kuvaavan häntä ja visualisoivan haluttua teemaa. Asiakkaalle annetaan valta rakentaa oman näköistään valokuva albumia. Kuvia voidaan käydä läpi joko tietokoneen näytöltä tai sitten voidaan kerralla teettää isompi määrä asiakkaan ku-

via ja tarkastella niitä yhdessä asiakkaan kanssa. Valinta tilanteessa ohjaajan on syytä tunnustella tarkkaan kuinka paljon hänen kommenttinsa kuvista vaikuttavat asiakkaiden valintaan.

Esimerkki 9.

Kun kaikista oli otettu tarvittava määrä kuvia keitimme kahvit ja ryhdyimme käymään läpi otettuja kuvia. Toimimme kuten edellisellä kerralla, eli katsoimme ensin kaikki kuvat hitaasti läpi, jonka jälkeen katsoimme kuvat uudestaan ja jokainen sai valita omasta mielestään merkittävimmän kuvan.

Tässä vaiheessa ymmärsin, että puuttumiseni kuvausten kulkuun oli tarpeetonta. Yksikään ryhmäläisistä ei valinnut minun ottamaani ”hyvää” kuvaa.

Itse huomasin nopeasti, ettei kukaan asiakkaista valinnut samoja kuvia kuin mitä itse olisin valinnut. Tässä tilanteessa on tärkeää tiedostaa se, että kukaan muu kuin henkilö itse ei voi valita mikä kuva on hänen omakuvansa. Ohjaajana huomasin, että olisin valinnut kaikista ryhmänjäsenistä sellaisen valokuvan, jossa hän mielestäni näytti mahdollisimman vähän kehitysvammaiselta.

Kuvien valintahetkellä on tärkeää sopia, että kuvia katsotaan kunnioittavassa hengessä, kaikki negatiivinen kritiikki on kiellettyä. Kuvia katsoessa harjoitellaan myös oman itsen katsomista hyväksyvästi ja arvostaen. Tämä koskee myös ohjaajia.

10.6 Taiteellinen työstäminen

Valokuvien ottamisen ja valinnan jälkeen tehdään albumiin omaa näkemystä tukeva sivu taiteen keinoin. Ohjaaja rajaa mahdollisuuksia, niin että asiakas pystyy keskittymään itseilmaisun prosesseihin materiaalivalintojen sijaan. Tämä on tarkoittanut sitä, että olen luopunut kaikesta ylimääräisestä ja palannut perusasioiden äärelle. Skräppäyksessä on perinteisesti käytetty paljon erilaisia valmiina ostettavia koristeita ja kuviopapereita, mutta olen luopunut niistä kokonaan projektin aikana. Yksi syy on ollut, jotta menetelmää voisi käyttää sosiaalialalla yleisesti, ei se voi vaatia kohtuuttomia rahallisia satsauksia tarvikkeisiin.

Toisaalta, kun halutaan todella työstää omaa sisäistä maailmaa näkyväksi, sitoo valmis materiaali meitä tietynlaiseen suuntaan tai tyyliin. Huomasin, että asiakkaiden oma luovuus pääsee paremmin esille, kun työskentely ei ole sidoksissa valmiisiin tuotteisiin. Lisäksi aikaa ja energiaa ei mene tarvikkeiden valintaan. Kuvassa 4 näkyy asiakkaan yksinkertaisilla välineillä syntynyt upea tausta.



Kuva 4. Akryylimaaleilla ja Pan Pastels väreillä tehty tausta

Yleisesti ottaen puollan valmiiden tarvikkeiden osittaista käyttöä siksi, että se vapauttaa osittain epäonnistumisen pelosta. Valmiit, kauniit materiaalit takaavat, että työstä tulee upea. Kun valmiita materiaaleja ei ole käytössä, tarvitaan luovuuden vapauttamiseen muita keinoja. Olemme esimerkiksi maalanneet sormin, silmät sidottuina, vasemmalla kädellä. Oikeastaan mikä tahansa keino voidaan ottaa käyttöön, mikä auttaa vapauttamaan maalaamisen.

Aluksi näytin muutamia erilaisia tekniikoita, miten sivua voisi alkaa työstämään, jotta erilaiset materiaalit tulisivat kaikille tutuiksi. Huomasin kuitenkin hyvin nopeasti, että esimerkkini ohjasivat työskentelyä vahvasti ja luovuin muutaman kerran jälkeen tarkempien ohjeiden antamisesta.

Taiteellisessa työskentelyssä tapahtuu psyykkistä työskentelyä yhdessä fyysisen ja aistitoiminnan kanssa. Työtä tehdään itsenäisesti oman työn parissa, mutta kuitenkin samassa tilassa muiden kanssa. (Rankanen 2010, 94–95.) Keskustelusta ja valokuvista saaduista tunnelmista ja teemoista käsin lähdetään työstämään omaa sivua. Ohjaaja voi ehdottaa erilaisia lähestymistapoja, mutta ehdotus voi tulla myös asiakkaalta itseltään. Erityisesti kun koontumisia on takana useampia ja asiakas tuntee työvälit, on hänellä helpommin omia ajatuksia teemansa visualisoinnista.

Oivallusvaihe on luovanprosessin kiitollisin osa. Siihen liittyy taianomainen kokemus palasten yhteen liittymisestä ja asioiden järjestymisestä. Parhaimmillaan oivallusvaiheeseen liittyy vapautumisen ja puhdistautumisen kokemus, joka aiheutuu tunteiden osuvasta ilmaisusta taiteen keinoin. (Ran-kanen 2010, 91–92.)



Kuva 5. Sivuu, jonka inspiraationa on ollut asiakkaalle tärkeä lapsuuden esine

Asiakas saa itse valita käyttämänsä värit ja materiaalit, mutta ohjaajan tehtävä on auttaa valinnassa. Kuvassa 5 näkyy esimerkki asiakkaan valitsemista väreistä. Asiakkaasta riippuen olen kysynyt hyvin konkreettisesti näyttäen, vesivärit vai akryylimaalit? Sininen vai keltainen?

Olen rajannut väri vaihtoehtoja, sillä olen törmännyt siihen, että vapaassa värien käytössä henkilö valitsee usein sinistä, punaista ja keltaista ja lopputulos on ruskea, vaikka teoksen tekijä olisi halunnut puhtaita perusvärejä. Olemmekin lähestyneet väri valintaa niin, että asiakas on valinnut yhden värin, jolla on aloittanut. Olen kysynyt häneltä lisätietoja valitsemastaan väristä, selvittääkseni oikeaa sävyä. Esimerkiksi sinisestä olen voinut kysyä,

että tarkoittaako hän taivaan sinistä, vai enemmän turkoosiin päin menevää, meren sinistä? Vai kenties mustikan väristä, lilaan kallistuvaa? Eli olemme mielikuvien avulla tarkentaneet väriä. Sen jälkeen ryhmäläinen on saanut omalle paletilleen värejä, jotka hän on voinut itse sekoittaa tai poimia penseliin haluamassaan suhteessa. Näin värisävyistä on tullut eläviä ja asiakas on itse saanut vaikuttaa värien syntyymiseen.

Ruskeaa ja mustaa on saanut käyttää omassa työssään silloin kun se on ollut tietoinen ratkaisu, eli ryhmän jäsen on nimenomaisesti toivonut näitä värejä. Töissä on saanut käyttää useampaa kuin yhtä väriä, mutta olemme aloittaneet päävärillä, sillä joka omaa teemaa on siinä hetkessä kuvannut parhaiten ja sen jälkeen olemme jatkaneet seuraavalla asiakkaan valitsemalla värillä.

Esimerkki 10.

Asiakas ei pysty keskustelussa tuomaan esille mitään itselleen tärkeää aihetta. Lähemme kuitenkin ottamaan kuvia hänestä läheiseen metsään. Asiakkaalle on vaikeaa olla kuvattavana ja rentoutuminen on mahdotonta. Lopulta hän alkaa keräämään maasta oksia ja haluaa tulla kuvatuksi niiden kanssa. Takaisin tullessa kuvia katsellaan yhdessä ja Asiakas kommentoi kuvia positiivisessa hengessä. Yritän tulkita häntä niin, että saamme tulostettua oikeat kuvat. Varmuudelta tulostan muutaman kuvan joiden kohdalla asiakas on kommentoinut. Tulostetuista kuvista hän valitsee yhden, jota alkaa työstämään. Asiakkaan on hankalaa tehdä valintoja, joten hän saa valita kolmesta väristä ja maalata sillä. Hän ei osaa sanallistaa tarinaansa, mutta hän maalaa upean sivun käyttäen valkoista ja kahta eri keltaisen sävyä. Hän vaikuttaa sivuun tyytyväiseltä ja kysyy koska seuraavan kerran kuvataan ja maalataan.

Asiakas on tehnyt päätöksen omasta itsestään käsin, mutta ohjaajan tukeamana. Kaikki osallistuneet henkilöt pystyivät tekemään päätökset käytettävien värien suhteen ja kokivat valinnan mieluisana.

Työskentelyssä on käytetty perustarvikkeita, kuten akryylimaaleja ja vesivärejä. Olen pyrkinyt käyttämään hyvälaatuisia taidetarvikkeita, mutta työskentely ei ole välineistä riippuvaista. Yhtä hyvin voidaan käyttää peitevärejä, vesivärejä tai öljypastelleja. Tärkeintä on tarjota erilaisia mahdollisuuksia itseilmaisun tueksi.

Töiden tekemistä on jatkettu siihen asti kunnes asiakas koki olevansa valmis. Tässä vaiheessa myös nimesimme työt.

Ohjaajan tehtävänä on kannustaa asiakasta työskentelemään itseään kuunnellen ja antaa riittävästi aikaa ja tilaa itsenäiselle työskentelylle. Ohjaajan ei kannata keskeyttää luovaa prosessia tai tarjota apua, ellei asiakas sitä erikseen toivo. Hänen tulee kuitenkin olla läsnä ja tavoitettavissa. (Rankanen 2010, 95.)

Työskentelyn loppuvaiheessa olemme lisänneet työhön asiakkaan kuvan ja sen jälkeen työn on voinut tehdä valmiiksi ja nimetä mahdollisesti uudestaan. Usein työ on saanut uuden nimen tässä vaiheessa. Aihe on tarkentunut ja saanut uusia merkityksiä. ”Viininpunainen meri” – ”Korppi”, ”Auringon nousu” – ”Marko taksin kyydissä” ja ”Vituttaa niin vitusti” – ”Puhelin kadoksissa”. Kuva 6. Olen myös huomannut, että työn ensin saama nimi on monesti annettu ohjaajaa varten, eli työ on nimetty kuten ryhmäläinen voisi ajatella ohjaajan haluavan sen kuulla. Toinen nimi oli usein aidompi, asiakkaasta itsestään lähtevä nimi.



Kuva 6. Vituttaa niin vitusti

Työn nimeäminen on ollut työskentelyn kannalta mielekästä, se on auttanut osallistujia selkeyttämään ajatuksiaan ja tuonut työlle merkityksiä.

Esimerkki 11.

Aloitimme laittamalla silmät kiinni ja tunnustelemalla paperin reunoja. Sen jälkeen maalasimme sormin.

Katsoimme kaikkien työt yhdessä ja jokainen sai nimetä oman työnsä. Jokainen sai halutessaan kertoa mitä kuvassa näki ja millaisia ajatuksia se herätti.

Tauon jälkeen katsoimme teoksia uusin silmin. Kysyin mitä kuvaan voisi lisätä, jotta se tulisi valmiiksi. Yksi asiakas valitsi värikseen viininpunaisen, mutta ei tiedä mitä lähtisi kuvaan tekemään. Ehdotin, että hän palaa hakemaan inspiraatiota aluksi valitsemastaan kuvasta ja hetkessä hänelle syntyi ajatus siitä, että maalaisi kuvaan auton.

Kuvien valmistuttua ryhmän jäsenet lisäävät omakuvan siihen kohtaan teosta, johon se kuuluu. Lopuksi töitä katsotaan yhdessä ja jokainen saa uudelleen nimetä teoksensa.

Ryhmän jäsenet kertovat nyt enemmän töistään ja kommentoivat myös toistensa töitä. Asiakkaita ilahdutti selvästi toisten kommentit heidän töistään.

Erityisesti yhden osallistujan olemuksessa on työskentelyn aikana näkyvissä muutos. Määrittelemätön viha joka hallitsi hänen käytöstään on väistynyt ja hän pystyy nyt kertomaan syyn harmistumiselleen. Toisaalta myös toisen asiakkaan näennäisesti kevyt aihe autosta, poiki pohdiskelevan tarinan omasta lapsuudesta.

10.7 Lopetus

Lopuksi jokaisella on mahdollisuus jakaa omaa prosessiaan ja kertoa mitä on tehnyt ja miltä tekeminen tuntui. Jakamisella tarkoitetaan kuvien katsomista ja oman kokemuksen jakamista muille ryhmän jäsenille. Jakaminen voi olla sanallista tai toiminnallista. Syntyneitä töitä voidaan tutkia taiteen keinoin tekemällä niiden sisältöä tai niissä esiintyviä elementtejä näkyväksi eri taidemuodoilla. Töitä voidaan jatkaa yhdistämällä niihin ääntä, tekemällä uusia kuvia jo tehtyihin kuviin perustuen, niihin vastaten tai niitä jatkaen. Omia töitä ei tarvitse analysoida tai ymmärtää, vaan tarkoitus on jakaa niitä tehdessä heränneitä ajatuksia, tunteita, muistoja ja kokemuksia. (Ran-kanen 2010, 95.)

Töistä voidaan tehdä pieni taidenäyttely, jonka kaikki kiertävät ja jokainen pysähtyy katsomaan jokaisen työtä. Osallistujat antavat palautetta toistensa töistä. Palautteessa ei arvostella tehtyä työtä vaan keskitytään kuuntelemaan miltä tekeminen on tuntunut. Töitä ei pyritä selittämään tai analysoimaan, vaan tärkeintä on antaa jokaiselle ryhmän jäsenelle nähdä tuloksen kokemus.

Ryhmäläiset odottavat selkeästi palautetta muilta ja muutamien kertojen jälkeen kommentoivat myös toistensa töitä. Lopetuksessa alussa määritelty aihe on saattanut muuttua ja elää. Tämä on monesti merkinnyt sitä, että vaikka valittu aihe on mielestäni ollut pinnallinen ja omasta näkökulmastani katsottuna sopimaton aihe voimauttavaan työskentelyyn, on se lopulta nostanut pintaan aiheita, joita en ikinä olisi osannut itse valita tai aavistaa aiheen sisältävän niin paljon merkityksellisyyttä. Lopetus on ollut se kohta työskentelyä, joka on nivonut yhteen alun keskustelun, valokuvauksen ja taidetyöskentelyn ja nostanut esille niitä merkityksiä, miksi projektini on ollut osallistujille tärkeää.

Taideterapeuttisessa työskentelyssä arviointi voi olla työläs vaihe ja se vaatii itsekritiikkiä ja tietoista ideoiden sekä ajatusten punnitsemista. Arviointi vaiheessa tehtyjä töitä ja tekemisen herättämiä tunteita ja kokemuksia tut-

kitaan sekä jäsenellään etsien niistä itselle merkityksiä, jolloin omien vahvuuksien ja heikkouksien tunnistaminen sekä itsetuntemuksen kasvu tulevat mahdollisiksi. Vaikka arviointivaihe ei työläyden vuoksi houkuttele yhtä paljon kuin luovaosuus, on taiteellisessa työskentelyssä esille nousseiden asioiden työstäminen ja loppuun käsittely kuitenkin tarpeellista, että asiat voidaan liittää omiin toimintatapoihin ja todellisuuteen. (Rankanen 2010, 91–92.)

Jokainen tapaamiskerta lopetetaan yhteisellä katselmuksella, mutta se ei ole tarkoittanut sitä, että esille nousut asia olisi loppuun käsitelty. Toiset aiheet voivat tarvita useamman kerran käsittelyä tai ne voivat nousta pintaan yhä uudestaan ja uudestaan, kunnes ne on käsitelty. Tärkeää on pitää kaikessa työskentelyssä voimavaralähtöinen ote ja katse tulevaisuuteen.

Lopussa eheytyksen ja ymmärryksen lisääntymisen kokemukset ovat mahdollisia. Päätösvaiheessa katsotaan prosessia kokonaisuutena loppuunsaattamisen kokemuksen syntyneeksi. (Rankanen 2010, 91–92.)

Taideterapeuttinen prosessi ei kulje lineaarisesti vaan tyypillistä on aaltomainen liike, jossa palataan luovan prosessin eri vaiheisiin. Jotta kokemus ankkuroituisi arkielämän toimintaan, on tärkeää, että kaikki vaiheet käydään läpi. (Rankanen 2010, 92.)

10.8 Ryhmähaastattelu palautteen keräämisessä

Työskentelyn päätteeksi keräsin asiakkailta palautetta ryhmähaastattelun avulla. Olin miettinyt valmiiksi kysymykset ja istuimme työskentelyn loppuksi ringissä.

Asiakkaat osallistuivat haastatteluun innokkaasti. Kaikki halusivat jatkaa työskentelyä ja kokivat työskentelyn mieluisana ja mielekkäänä. Henkilöstä riippuen parasta ryhmän toiminnassa oli valokuvaus, maalaaminen tai kaikki. Yksi osallistuja sanoi, että oli kivaa, että jos potuttaa, saa purettua sen tunteen. Kukaan ei kokenut työskentelyä hankalaksi, eikä osannut sanoa mitään, minkä haluaisi tehtävän toisin. Kaikki kokivat, että oli tärkeää, että olin paikalla valokuvaustilanteessa, vaikka he itse halusivatkin olla vastuussa kuvauksesta. Ne henkilöt, jotka eivät suoraan pysty vastaamaan kysymyksiin, ovat kuitenkin tulleet paikalle mielellään ja kyselevät pitkin viikkoa, koska saavat tulla seuraavan kerran kanssani maalaamaan. Työskentely on saanut positiivisen vastaanoton kaikilta toimintaan osallistuneilta ja sitä odotetaan innokkaasti.

11 POHDINTAA

Olen opinnäytetyössäni kuvannut tutkimukseni lähtötilanteen, sekä sen millaisia ratkaisuja olen tehnyt ja miten olen ohjannut voimaannuttavien kansioiden tekemistä kehitysvammaisille. Projekti on mielestäni onnistunut hyvin ja tätä mieltä ovat olleet myös asiakkaat. Olen onnistunut löytämään voimaannuttavasta kansiosta ne asiat, jotka työskentelyn kannalta ovat oleellisia ja perustelevaan valitsemani menetelmät.

Ryhmään osallistuttiin mielellään ja sitä odotettiin. Keskusteluille ja omien mielipiteiden ilmaisulle koettiin olevan tarvetta. Tämä ilmeni sekä niin, että osallistujat joko miettivät aiheita etukäteen ja saapuivat paikalle intoa puhuen, mutta toisaalta myös osa odotti, että pääsisi purkamaan sisällä kyteviä isompia tunteita. Toimintaan osallistuneet henkilöt ovat olleet projektissa mukana innokkaasti ja ovat kokeneet sen itselleen voimauttavana. Tähän johtopäätökseen olen tullut havainnoimalla osallistujia sekä kokoontumisen aikana, että niiden välillä. Tätä johtopäätöstä tukee myös ryhmähaastattelusta saamani vastaukset.

Havainnot myös osoittivat tärkeäksi kaikkien kolmen menetelmän, keskustelut, valokuvaus ja taiteellinen työstäminen, käyttämistä, sillä aiheesta ja päivästä riippuen jokin osa-alue muodostui ryhmäläiselle merkityksellisemmäksi. Merkityksellisyys vaihteli ryhmän jäsenten välillä, mutta myös yksilö tasolla.

Osallistujien kyky ja halu keskustella omista asioistaan on prosessin myötä kasvanut. Toisaalta työskentely on harjoittanut asiakkaiden roolia kuuntelijana. Omien kuvien katsominen on helpottunut ja itselle tärkeiden teemojen esille tuominen on ollut projektin kuluessa helpompaa sekä syventynyt prosessin kuluessa.

Työskentelyn kannalta on ollut mielekästä, että jokainen ryhmän jäsen on työstänyt itselleen tärkeitä teemoja. Tämä on tukenut osallistujien oman identiteetin tutkimista ja selkeyttämistä.

Osa ryhmäläisistä esittelee tekemiään kansioita innokkaasti kaikille mahdollisille ihmisille, mutta osa pitää kansion itsellään. Osa myös miettii aiheita jo etukäteen ja saattaa esimerkiksi sanoa, että haluan huomenna tehdä siitä ja siitä aiheesta tai että voitaisiinko ottaa minusta tietynlainen kuva.

Kehitysvammatyössä voimaannuttavia kansioita voidaan käyttää osana yksilöllistä elämänsuunnitelmaa. Se soveltuu hyvin menetelmäksi silloin, kun asiakastyössä tarvitaan keinoja puheen tueksi. Menetelmän avulla voidaan entistä paremmin huomioida niiden henkilöiden mielipiteet, joilla on haasteita tuoda itseään esille puheen avulla. Taidelähtöinen työskentely ei vaadi ympäristöltä eikä materiaaleilta kalliita investointeja, eikä suuria henkilöresursseja; kyse on tavasta suhtautua asiakastyöhön ja kohdata jokainen asiakas yksilötasolla.

Voimaannuttava kansio on kehitetty kehitysvammatyön tarpeisiin, mutta sitä voi soveltaa myös muiden ryhmien tarpeisiin. Päiväkodissa menetelmää voisi käyttää esimerkiksi niin, että lasta tai lapsiryhmää sadutetaan. Aikuisen kirjoittaa sadun ylös ja se luetaan ääneen. Kukin lapsi saa päättää, minäkälaisen kuvan hän haluaa itsestään otettavan liittyen sadun teemoihin. Tämän jälkeen lapsi saa maalata sadun inspiroimana ja liittää oman kuvansa maalaukseen. Lopuksi satu voidaan kirjoittaa teokseen tai liittää esimerkiksi nurjalle puolelle. Näin lapsen kertoma satu on visualisoitu ja liitetty nykyyhetkeen kuvan avulla.

Vanhusten kanssa voimaannuttavaa kansiota voidaan käyttää muistelun välineenä. Lähtökohdaksi voidaan ottaa jokin asiakkaan kertoma muisto tai tarina. Asiakkaasta otetaan kuva ja hän saa maalata muistojensa maailman paperille ja liittää oman kuvansa siihen.

Voimaannuttavia kansioita voidaan soveltaa myös erilaisille vertaistukiryhmille, jossa osallistujat jakavat saman elämäntilanteen. Erityisen voimaannuttavaa saattaa olla vertaisryhmäläisen hyväksyvä katse.

Merkittävin oivallukseni projektin aikana on ollut ohjaajan roolini uudelleen arviointi. Voimaannuttavat kansiot perustuvat siihen ajatukseen, ettei kukaan ulkopuolinen voi määrittää mikä minua voimauttaa ja mikä minulle on merkityksellistä. Ohjaajana on pystyttävä luopumaan omasta roolistaan asiantuntijana ja herkistytävä kuuntelemaan asiakasta. Samaan aikaan kun ohjaaja luopuu vallastaan, on hänen kuunneltava asiakkaitaan entistä enemmän voidakseen tarjota heille juuri sellaista tukea, mitä he tarvitsevat. Lopujen lopuksi menetelmässä on vain kyse ihmisten kohtaamisesta. Kun ohjaajalla on aito halu kohdata asiakas, on tämän helpompaa uskaltaa tuoda esille omaa sisäistä maailmaansa ja luopua epäonnistumisen pelosta. Koska samalla kun ohjaaja luopuu vallastaan ja asiantuntijuudestaan, tulee hänestä samalla tavalla haavoittuvainen ja epävarma kuin asiakaskin.

Uuteen rooliin astuminen on haasteellista sekä ohjaajalle että asiakkaalle. Asiakas joutuu ottamaan enemmän vastuuta omasta itsestään, kun ohjaaja ei enää olekaan kertomassa, mitä tehdään ja millä tavoin. Asiakas kohtaa itsensä uudella tavalla, kun ohjaaja asettautuu rinnalla kulkijaksi sen sijaan, että kertoisi mikä on oikein. Uudenlaisiin rooleihin totuttautuminen vie aikaa ja asiakkaan voi olla aluksi vaikeaa tottua uuteen tilanteeseen. Tapausmiskertojen yhdessä sovitut säännöt ja rajat auttavat turvallisuuden tunteen lisäämisessä.

Ohjaajan tehtävänä on tukea osallistujia oman ilmaisunsa etsimisessä ja auttaa heitä ylittämään esteitä, joita prosessin eri vaiheissa esiin tulee. Ohjaaja mahdollistaa eri menetelmien käytön ja tukee ohjattavaa niiden käytössä sen verran kuin on tarpeellista. Voimaannuttavien kansioiden tekemisessä on kyse asiakaslähtöisyydestä, jossa ohjaaja joutuu laittamaan omat tavoitteensa työn kulusta hetkeksi sivuun ja toimimaan asiakkaan ehdoilla, hänen tahdissaan.

Voimaannuttavien kansioden tekeminen on ollut mielenkiintoinen matka siihen, mikä ohjaajan työssä oikeastaan on tärkeää. Olen joutunut punnitsemaan ja arvioimaan omaa ammattiani ja tapaani työskennellä. Voimauttavan skräppäyksen ohjaaminen on vienyt minut elämän peruskysymysten äärelle, mikä elämässä lopulta on oleellista ja mikä määrittää hyvän elämän. Ja kuinka voimme mahdollistaa hyvän elämän kehitysvammaisille henkilöille. Olen huomannut, että työmme perustuu helposti olettamuksiin. Luulemme tietävämmekä toiselle ihmiselle on hyväksi, vaikka olisi kenties aiheellista kyseenalaistaa omaa toimintaa ja hyväksyä se, ettemme koskaan voi olla täysin varmoja siitä, mikä toisen ihmisen näkökulmasta merkityksellinen asia on.

Toisaalta ohjaajana tehtäväni on opastaa ja ohjata henkilöitä, jotka ilman tukea eivät selviytyisi päivittäisestä elämästä. On tilanteita, joissa joudun tekemään asiakkaan tahdonvastaisia päätöksiä. Se, mitä voimaannuttavat kansiot ovat minulle opettaneet on, että vaikka päätöksiä joudutaan tekemään ja kaikki toimintatavat eivät ole henkilön oman tahdon mukaisia, voidaan silti pysähtyä kuuntelemaan asiakkaan mielipidettä ja todeta yhdessä, että hänellä on oikeus myös omaan eriävään mielipiteeseensä.

Olen jo aikaisemmin todennut, että pohjimmiltaan kyse on toisen ihmisen kohtaamisesta. Mielestäni siinä piilee kaiken toiminnan ydin, sen helppous ja haasteet. Vaikka projekti on omalla tavallaan ollut haastava, on se myös avannut silmiäni näkemään asiakkaamme uudessa valossa ja sitä kautta tuonut työhön motivaatiota ja uudenlaista sisältöä.

LÄHTEET

- Aaltonen, V. 2011. Kun sanat eivät riitä. Teoksessa Tanskanen, I. (toim.) *Omakuva on jokaisen kuva*. Turku: Turun ammattikorkeakoulu, 75–87.
- Erävaara, T. 2011. Intohimona omakuvat. Teoksessa Tanskanen, I. (toim.) *Omakuva on jokaisen kuva*. Turku: Turun ammattikorkeakoulu, 29–46.
- Hentinen, H. & Rankanen, M. 2010. Uuden terapia suhteen aloitus. Teoksessa Rankanen, M., Hentinen, H. & Mantere M-H. *Taideterapian perusteet*. Helsinki: Duodecim, 99–102.
- Hintsala, S. Ainali, I. Matikka, L. 2004. Voimavarat vaikuttaviksi. Kehitysvammaliitto. Viitattu 25.3.2014. http://www.kehitysvammaliitto.fi/wp-content/uploads/kotunet_4_voimavarat_vaikuttaviksi.pdf
- Hirsjärvi, S., Remes, P., Sajavaara, P. Tutki ja Kirjoita, 2007. Keuruu: Otavan kirjapaino Oy
- Hänninen, K. & Kosola, M. 2012. Yksilökeskeinen elämänsuunnittelu. Kehitysvammaisten palvelusäätiö. Viitattu 23.3.2014. <http://www.pshp.fi/download.aspx?ID=27538&GUID=%7BBCDB1BA8-F65A-4C6A-B8B0-A37705FEDD5A%7D>.
- Malassu, P-L. 2006. Narratiivisuus työotteena II. Diat koulutuksesta: Lähihoitaja, vammaistyönkoulutusohjelma, kehitysvamma-alan uudistuvaan ammattitaitoon ESR Helsingin diakoniaopisto
- Pajunen, A. 2013. Narratiivinen keskustelu kehitysvammatyössä. Helsinki: Diakonia-Ammattikorkeakoulu.
- Pajunen, A. 2013. Toiminnanjohtaja. Kisälli. Haastattelu 9.10.2013. Haastattelija Minna Enqvist.
- Rankanen, M. 2010. Taideterapiassa vaikuttavia ydinprosesseja. Teoksessa Rankanen, M., Hentinen, H. & Mantere M-H. *Taideterapian perusteet*. Helsinki: Duodecim, 35–50.
- Rankanen, M. 2010. Työskentelyn eteneminen taideterapiassa. Teoksessa Rankanen, M., Hentinen, H. & Mantere M-H. *Taideterapian perusteet*. Helsinki: Duodecim, 91–97.
- Sava, I. & Katainen, A. 2004. Taide ja tarinallisuus itsen ja toisen kohtaamisen tilana. Teoksessa Sava, I. & Vesanen-Laukkanen, V. (toim.) *Taideeksi tarinoitu oma elämä*. Porvoo: WS Bookwell Oy, 22–40.
- Savolainen, M. 2009. Voimauttava valokuva. Teoksessa Halkola, U., Mannermaa, L., Koffert, T., & Koulu, L (toim.) *Valokuvan terapeuttinen voima*. Helsinki: Duodecim, 211–228.

Tanskanen, I . 2011. Oman elämänsä taiteilija. Teoksessa Tanskanen, I. (toim.) Omakuva on jokaisen kuva. Turku: Turun ammattikorkeakoulu, 47–64.

Vesänen-Laukkanen, V. 2004. Katson ulos kuvastani. Teoksessa Sava, I. & Vesänen-Laukkanen, V. (toim.) Taiteeksi tarinoitu oma elämä. Porvoo: WS Bookwell Oy, 59–76.

Yksilökeskeinen elämänsuunnittelu 2012 . Vernerinet.net. Kehitysvamma-alan verkkopalvelu. . Luettu 22.3.2014. <http://verneri.net/yleis/kehitysvamma-ala-ammattina/yksilokeskeinen-tyoote/yksilokeskeinen-elamansuunnittelu.html>