

Musiikki itseilmaisun työvälineenä erityisryhmien ohjaamisessa

LAHDEN
AMMATTIKORKEAKOULU
Musiikki- ja draamainstituutti
Musiikin koulutusohjelma
Musiikkiteatterin
suuntautumisvaihtoehto
Opinnäytetyö
Kevät 2015
Marika Huomolin

Lahden ammattikorkeakoulu
Musiikin koulutusohjelma

HUOMOLIN, MARIKA:

Musiikki itseilmaisun työvälineenä
erityisryhmien ohjaamisessa

Musiikkiteatterilinjan opinnäytetyö, 34 sivua.

Kevät 2015

TIIVISTELMÄ

Opinnäytetyössäni kerron työskentelystäni kehitysvammaisista koostuvan erityisryhmän musiikkiohjaajana. Työni pohjautuu kahteen ryhmään, joiden kanssa olen toiminut. Aloitan tekstini pohtimalla taidetta ja ihmisten kohtaamista etenkin erityisryhmien näkökulmasta. Tämän jälkeen kerron omasta työskentelystäni ryhmien kanssa. Tuntiohjaamistani kuvaavat parhaiten kirjoittamani esimerkit, joissa kuvailen kokeilemiamme musiikki- ja ilmaisuharjoitteita ja niistä syntyneitä oivalluksia. Musiikkiharjoitteiden lisäksi kerron kokemuksia ja esimerkkejä ryhmäläisten itseilmaisun ja rohkeuden kehittymisestä.

Työskentely kehitysvammaisten kanssa oli avartava ja opettava kokemus. Kokoan yhteenvedossa musiikkiohjauksesta oppimiani asioita ja kerron ryhmän jäsenten tunnelmia tapaamisistamme.

Asiasanat: erityisryhmä, kehitysvamma, taide ja kulttuuri, musiikkiohjaaja, itseilmaisu

Lahti University of Applied Sciences
Degree Programme in Music

HUOMOLIN, MARIKA:

Music as a tool of self-expression for
persons with disabilities

Bachelor's Thesis in music theatre, 34 pages.

Spring 2015

ABSTRACT

In this bachelor's thesis I will talk about my experiences while working as a music instructor for a group of people with disabilities. My study is based on two special groups with whom I have worked. I will first discuss art and human encounters particularly from the point of view of special groups. Next, I will tell about my own work with the special groups. My class teaching style is best described by the examples I have written in which I describe the musical expression exercises we tried and the insights that were derived from them. In addition to the musical exercises, I will give examples of the development of the self-expression and courage of the group members.

Working with disabled persons was a broadening and educational experience. In the summary I will draw together the main things I learned about musical instruction and discuss the feelings the group members had as regards to our meetings.

Key words: special group, developmental disability, art and culture, music instructor, self-expression

SISÄLLYS

1	JOHDANTO	1
2	TAIDE KOHTAA ELÄMÄN	2
2.1	Taide kohtaa elämän	2
2.1.1	Hyvinvoinnin lähteillä	3
2.1.2	Kehitysvamma pähkinänkuoressa	5
2.2	Erityisryhmät yhteiskunnassamme	6
3	ERITYISRYHMIEN MUSIIKKIOHJAUS	8
3.1	Taideohjauksen lähtökohdat	8
3.1.1	Yksinkertaisuus on valttia	9
3.2	Musiikki työvälineenä	10
3.2.1	Musiikki ja tunteet	12
3.2.2	Laulaminen	13
3.2.3	Laulaminen yksin	15
3.2.4	Soittaminen	17
3.2.5	Tauko on tärkeä	19
4	ITSEILMAISUA JA ROHKAISUA	21
4.1	Esiintyminen ja jännitys	21
4.2	Liikkuminen ja kontakti	23
4.3	Muita keinoja itseilmaisuun	25
5	YHTEENVETO	28
5.1	Tuntien suunnittelu	28
5.1.1	Työvälineitä ohjaamiseen	29
5.2	Tuntityöskentely erityisryhmän näkökulmasta	30
5.2.1	Epävarmuuden rajoilla	30
5.2.2	Erityisryhmän palaute	31
6	LOPPUSANAT	32
	LÄHTEET	33

1 JOHDANTO

Ihmisten kohtaaminen, auttaminen ja kuunteleminen ovat olleet aina lähellä sydäntäni. Yhtäläillä myös luovuus ja sen ilmentäminen taiteen eri keinoin on ollut minulle erityisen tärkeää, niin kokevana kuin itse tekevänä osapuolena. Nämä kaksi asiaa ovat kulkeneet mukani lapsuudesta saakka. Vuonna 2008 aloitin musiikin ammattiopinnot Kymen Konservatoriossa Kotkassa ja heti seuraavana vuonna sain töitä kehitysvammaisten musiikkiryhmän vetäjänä. Tämän ryhmän myötä minulle avautui ensimmäisen kerran väylä oman luovuuden ja ammattitaidon yhdistämisestä toisten auttamiseen ja ohjaamiseen. Jatkoin työskentelyä musiikkiohjaajana erityisryhmän kanssa Lahdessa nykyisten ammattikorkeakouluopintojeni aikana.

Opinnäytetyössäni pohdin taiteen ja ihmisten kohtaamista kehitysvammaisista koostuvien erityisryhmien kannalta. Kuinka musiikkia ja itseilmaisua voidaan hyödyntää erityisryhmiä ohjattaessa? Mitä minä itse olen oppinut ohjaajana?

Vaikka tutkimuspöydällä ovat erityisryhmät, on hyvä pitää mielessä, että materiaali soveltuu varmasti kaikenlaisiin ryhmiin. Jokaisella ihmisellä on oma luovuuden tarpeensa, tietoisesti ja tiedostomattomasti.

2 TAIDE KOHTAA ELÄMÄN

Taiteella tarkoitetaan mielestäni yleisesti kaikkia niitä toimintoja ja tuotoksia, joilla ihminen pyrkii herättämään tunnevaikutuksia sekä itsessään että muissa. Tunnevaikutukset syntyvät aistien avulla, minkä pohjalta taiteen tekijä luo ja taiteen kokija tulkitsee. Taiteen tekijän ja kokijan aistihavainnot voivat olla toisiinsa verrattuna hyvinkin erilaiset. Ihmisen syntyperä, ikä, ympäristö, kokemukset ja arvomaailma määrittävät myös osittain taiteeseen liittyvää kokemusta. Tämän vuoksi taide on mielestäni aina subjektiivinen kokemus, eikä taiteeseen liittyvä tunne ole koskaan määriteltävissä oikeaksi tai vääräksi.

Ihmiselle on suotu paljon hyvää ja kaunista iloksi, virkistykseksi, lohdutukseksi, jalostukseksi ja nautinnoksi. Taide ja taiteiden joukossa erityisesti musiikki ovat ensi roolissa, kun ihminen todella tuntee voimaantuvansa, eheytyvänsä, ilmaisevänsä, eläytyvänsä ja jakavansa välittömän yhteisen kokemuksen muiden kanssa. (Ranta-Meyer 2010, 8.)

Musiikki, tanssi, teatteri, kuvaamataide, kirjallisuus: taide on käsitteenä niin laaja ja kokijansa mukainen, ettei sitä voi eikä ehkä tarvitsekaan liikaa määritellä. Mielenkiintoisempaa on se, miten nämä ilmaisun muodot vaikuttavat ihmiseen ja sitä kautta koko yhteiskuntaan.

2.1 Taide kohtaa elämän

Valtiotieteen tohtori Hanna-Liisa Liikanen on pohtinut ihmisen ja taiteen kohtaamista teoksessa *Soivia kohtaamisia*. Hänen mukaansa taide ja osallisuus kulttuuriin ovat jokaisen oikeus. Asiaan ei vaikuta se, asuuko ihminen omassa kodissaan vai onko hän tilapäisen tai pysyvemmän hoidon piirissä. Hän toteaa myös, että taide ja kulttuuri ovat tärkeitä elementtejä hyvän elämän ja arjen kokemuksille, joissa korostuu aineettoman hyvinvoinnin merkitys. Taide nostaa arjen yläpuolelle, vaikkakin taide kuuluu myös luonnollisena osana kouluihin ja työelämään. Omat elämykset, osallisuus ja vuorovaikutus mahdollistavat voimaantumisen, itsensä kehittämisen sekä toimintakyvyn ylläpidon arkisessa ympäristössä. Arjen kulttuurisuudella tarkoitetaan Liikasen

mukaan sitä, että jokainen löytää elämälleen merkityksen, kukin omalla tavallaan. Se on edellytyksenä henkisel­le, fyysiselle ja sosiaaliselle hyvinvoinnille. Arjen kulttuurisuus kattaa taiteen yleisönä olemisen lisäksi omakohtaisen taide- ja kulttuuriharrastamisen yksin tai yhdessä toisten kanssa. (Liikanen 2010, 13.)

Ihminen ei vain tuota taidetta, vaan taide on osa ihmisen minuutta. Tämä tekee ymmärrettäväksi, miksi kulttuurilla on niin suuri vaikutus ihmiseen, terveyttämme myöten. Siksi että se on osa alkuperäistä minuuttamme. Ei erillinen eikä ulkoinen ilmiö. (Lehtonen 2005.)

2.1.1 Hyvinvoinnin lähteillä

Taide ja kulttuuri vaikuttavat siis ihmisen käsitykseen itsestä sekä ympärillä olevasta maailmasta. Näin ollen luova tekeminen on myös yhteydessä yksilön kokemukseen omasta hyvinvoinnista ja terveydestä. Luova tekeminen asettuu omaan tärkeään asemaansa erityisesti silloin, kun ihmisen arkinen toiminta on jostakin syystä rajoittunut.

Maailman terveysjärjestön mukaan terveys on täydellisen fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin tila. (Huttunen 2012.) Määritelmä on laaja ja mielestäni harvoin täysin toteutuva kenenkään kohdalla, mutta mahdollinen yksilön omat puitteet huomioon ottaen. Oletetaan siis, että hyvällä terveydellä kuvaillaan tilaa, jossa henkilö on fyysisesti ja henkisesti täysin toimintakykyinen. Jos sairaus tai kehitysvamma sulkee pois esimerkiksi kävelykyvyn, on tärkeää suunnata yksilön tekeminen niihin toimintoihin, jotka mahdollistavat onnistumisen ja osaamisen tunteen jonkin muun kanavan kautta, esimerkiksi käsillä tehden. Tässä kohtaa luova tekeminen saa erityisen tärkeän merkityksen. Tekeminen voi olla mitä tahansa piirtämisestä ruoanlaittoon, unohtamatta luovan tekemisen nauttimista katsellen tai kuunnellen. Mikään ei korvaa menetettyä toimintoa tai jo syntyjään rajoittunutta fyysisyyttä, mutta vahvistamalla hyvää psyykkistä ja sosiaalista olotilaa voidaan kuitenkin kohentaa yksilön käsitystä itsestään ja tätä kautta myös parantaa elämänlaatua. Elias Lönnrot kirjoitti 1830-luvulla kirjassaan Suomalaisen Talonpojan Koti-

lääkäri: ”Mielenliikunnot koskevat ruumiiseenkin, sillä niin ovat henki ja ruumis välillensä yhdistetyt, ettei kumpikaan mitään yksinensä kärsi. Lepo, toivo, tyytyväisyys ja kohtuullinen ilo pitävät ihmisen terveenä ja vielä toisinaan parantavat sairaankin.” (Lönnrot 1830.)

Elias Lönnrotin sanat tuovat mieleeni vuosien takaa erään tapahtuman, joka toimii mielestäni hyvänä arkisena esimerkkinä luovuuden vaikutuksesta yksilön hyvinvointiin. Minua oli pyydetty eräisiin syntymäpäiväjuhliin laulamaan, ja säestäjäksi oli pyydetty syntymäpäiväsankarin iäkästä tuttavaa, joka soitti haitaria. Harjoitellessamme esitystä kävi ilmi, että soittajakollegani kärsi mittavista muistihäiriöistä. Hänelle täytyi alati muistuttaa minne ja milloin olimme menossa esiintymään ja kenen juhlat olivatkaan kyseessä. Haitaristi oli myös hivenen alakuloinen ja pahoitteli jatkuvasti omaa muistamattomuuttaan. Mutta kun saimme musiikin soimaan, kaikki epävarmuus oli poissa. Hän soitti nuoteista ja ilman, lauloi mukana ja improvisoi pieniä sooloja. Juhlapäivänä haitaristi ei tunnistanut edes kasvojani, mutta kun kuiskasin hänen korvaansa kappaleen, jonka aioimme esittää, hänen ilmeensä kirkastui ja soitto alkoi soida. Oli siis ilmiselvää, että musiikilla on ollut kyseisen ihmisen elämässä tärkeä merkitys. Hanna-Liisa Liikanen summaa kirjassa *Soivia kohtaamisia* asian mielestäni hyvin sanomalla, että taide ja kulttuuritoiminta stimuloivat muistia. Hänen mukaansa mielen pohjalta löytyy voimavaroja, jotka kommunikaatiokyvyn heikkous kätkee. Kulttuurisella yhteistoiminnalla voidaan houkutella esiin niitä resursseja, jotka ovat hautautuneet näkymättömiin. (Liikanen 2010, 14.)

2.2 Taide kohtaa erityisryhmät

Oma kosketukseni taiteen ja erityisryhmien kohtaamisesta liittyy ensisijaisesti työskentelyyn kehitysvammaisten kanssa. Olen ohjannut harrastetoimintaa, jossa päärooliin on noussut erityisesti musiikki kaikenlaisine muotoineen. Koska kyseessä on ollut erityisryhmä, olen

suunnitellut tuntiohjauksen tarkasti, jotta voisin itse ohjaustilanteessa keskittyä yksilöihin ja heidän tarpeisiinsa. Koen, että itse kehitysvamma ei ole esteenä minkään luovan asian tekemiselle, vaikka yksilö olisikin henkisiltä tai fyysisiltä toiminnoiltaan jollakin tavalla rajoittunut. Kaikki taiteen tekeminen ja kokeminen lähtee aina omista lähtökohdista. Taiteen ilmentämistä on mielestäni mahdoton määrittää hyväksi tai huonoksi, ja siksi myöskään tekijän kehitysvamma ei saa nousta luomisen tilannetta jo ennalta määrittäväksi tekijäksi.

2.1.2 Kehitysvamma pähkinänkuoressa

Olet varmasti kuullut useinkin sanan kehitysvammainen. Mutta tiedätkö, mitä se todella merkitsee? (Vehmanen 2012, 7.)

Mari Vehmanen kokoaa Kehitysvammaisten Tukiliiton kirjassa ”Minun elämäni” tietoa kehitysvammaisista. Vehmanen mukaan kehitysvammaisuus tarkoittaa vaikeutta ymmärtää ja oppia uusia asioita. Kyseessä ei ole sairaus, vaan ihmisen ominaisuus, joka on pysyvä. Kehitysvamman aste vaihtelee yksilöstä riippuen hyvin paljon. Yleisimmät kehitysvammat ovat synnynnäiset kromosomimuutokset Downin syndrooma ja Fragile-X -oireyhtymä. Monilla kehitysvammaisilla on myös lisävammoja, jotka saattavat vaikeuttaa liikkumista, puhetta tai vuorovaikutusta muiden ihmisten kanssa. Kehitysvammaisuutta ei tule kuitenkaan sekoittaa muihin vammaisuuden muotoihin, kuten liikuntavammoihin tai cp-vammaan. (Vehmanen 2012, 11.)

Mari Vehmanen kertoo, että kehitysvammaisuus voi johtua monista asioista: perintötekijöistä, lapsuusiän sairauksista ja tapaturmista tai näiden yhteisvaikutuksista. Osa kehitysvamman syistä jää myös kokonaan selvittämättä. Hän kirjoittaa myös, että noin joka kolmannelle kehitysvammalle ei pystytä osoittamaan mitään selkeää syytä. Yhteistä kaikille kehitysvammoille kuitenkin on, että ne ilmenevät ennen 18 vuoden ikää. Suomessa arvioidaan olevan noin 40 000 ihmistä, joilla on kehitysvamma. (Vehmanen 2012, 7-11.)

Vehmanen on käyttänyt kirjassaan kehitysvammaisten omia kommentteja liittyen heidän elämäänsä ja asemaansa yhteiskunnassa. Eräs keski-ikäinen kehitysvammaisen mies toteaa kirjassa seuraavanlaisesti: ”Minulle kehitysvammaisuus tarkoittaa sitä, että olen syntynyt vähän toisenlaiseksi kuin useimmat muut. Vaikka näytän aika tavalliselta mieheltä, ajattelen asioita hiukan eri tavalla ja hitaammin kuin ihmiset yleensä. Minulla on myös lievä puhevamma.” (Vehmanen 2012, 13.)

2.2 Erityisryhmät yhteiskunnassamme

Pohtiessani taiteen tulkinnan eroavaisuuksia ihmisten välillä totesin, että ihmisen syntyperä, ikä, ympäristö, kokemukset ja arvomaailma värittävät huomattavasti ihmisen tulkintaa ja kokemusta taiteesta. Sama pätee mielestäni myös ihmisen kasvamisen ja oppimisen kohdalla; mainitsemani asiat vaikuttavat ihmisen kehitykseen ja siihen, millaisiksi kasvamme. Ihmisen persoonallisuudesta älykkyys on vain osa kokonaisuutta. Vaikka uusien asioiden oppiminen on kehitysvammaiselle hitaampaa kuin muille, se ei ole mahdotonta. Täytyy myös muistaa, että kehitysvamma rajoittaa vain osaa ihmisen toiminnoista. Kaikilla meillä on erilaisia vahvuuksia ja kykyjä, rajoittuneisuudesta huolimatta.

Kehitysvammaisilla ihmisillä on samat ihmisoikeudet kuin muillakin, ja heillä on oikeus osallistua yhteiskuntaan sen täysivaltaisina jäseninä. (Kehitysvammaliitto 2015.)

Kehitysvammaisten tukiliitto määrittää kehitysvammaisten osallistumisen yhteiskuntaan olevan erittäin tärkeä asia. Jotta tasa-arvoinen elämä kehitysvammaisille ihmisille toteutuisi, heille tulee tarjota tukea, ohjausta ja palveluita. Nämä palvelut voivat liittyä kommunikaatioon, omatoimisuuteen, sosiaalisiin taitoihin, terveyteen ja turvallisuuteen, vapaa-aikaan ja työhön. Yksilöllinen, tarpeenmukainen tuki auttaa kehitysvammaista ihmistä elämään hyvää, hänelle luontaista itsenäistä elämää. (Kehitysvammaisten tukiliitto Ry 2015.)

Mari Vehmasen ”Minun elämäni” -kirjan kokoamat kehitysvammaisten kommentit ovat erittäin vilpittömiä ja mielenkiintoisia. Jo aiemmin

siteeraamani keski-ikäinen kehitysvammainen mies on todennut myös seuraavasti: ”Vielä minun nuoruudessani kehitysvammaisuus oli useimmille vieras ja näkymätön asia. Meidät kehitysvammaiset oli piilotettu laitoksiin. Nyt meitä näkee liikkumassa kaupungilla ja esiintymässä esimerkiksi televisio-ohjelmissa. Se on minusta hienoa.”(Vehmanen 2012, 13.)

Erilaisuus on läpi aikojen aiheuttanut ihmisten keskuudessa negatiivisia reaktioita ja ennakkoluuloja. Tietämättömyys ja kokemattomuus maalaavat usein asioille mittasuhteet, jotka eivät vastaa todellisuutta. Mari Vehmanen kuitenkin toteaa, että onneksi tietämys kehitysvammaisuutta kohtaan on kasvanut huomattavasti viimeisten vuosikymmenien aikana. Tämän myötä myös asenteet ovat muuttuneet positiivisemmiksi. Kehitysvammaiset henkilöt ovat saaneet heille kuuluvan paikan yhteiskunnan jäseninä. (Vehmanen 2012, 13.) Kuten vanhassa laulussakin todetaan: ”Jokainen ihminen on laulun arvoinen” (Veikko Lavi 1976).

3 ERITYISRYHMIEN MUSIIKKIOHJAUS

Ensimmäinen kosketukseni erityisryhmän ohjaamisesta on jo vuodelta 2008, jolloin vedin Kotkan Opistossa kehitysvammaisten musiikkiryhmää vuoden ajan. Sisällytin ryhmämme toimintaan paljon muitakin taiteen muotoja, vaikka ohjaus kulkikin nimellä musiikkiryhmä. Toinen kokemukseni ohjaamisesta on nykyisten opintojeni ajalta. Tutustuin opinnäytetyön merkeissä lahtelaiseen erityisryhmään, jonka kanssa tapasimme aktiivisesti kahden kuukauden ajan. Tämäkin ryhmä toivoi toiminnan suunnaksi erityisesti työskentelyä musiikin parissa. Totesimme myös yhteisesti, että rohkeus ja itsensä ylittäminen voisivat toimia ryhmän kantavina teemoina.

Kerron opinnäytetyössäni ajatuksia, oivalluksia ja kokeiluja ryhmien kanssa toteuttamieni käytännön esimerkkien kautta.

3.1 Taideohjauksen lähtökohdat

Kehitysvammaisten opetuksesta kirjoittanut Oiva Ikonen toteaa, että hyvän ohjauksen edellytys on se, että ohjaaja on selvittänyt itselleen ihmiskäsityksensä sekä näkemyksensä kehitysvammaisten oppimisesta ja opettamisesta. Näistä käsityksistä muodostuu koko ohjauksen idea. Omalla aidolla persoonalla toimiminen tuo ohjaamiseen uskottavuutta ja luo turvallisuutta vuorovaikutukseen. (Ikonen 1999, 345-347.)

Näistä samoista lähtökohdista lähdin itsekin rakentamaan musiikkituntien suunnittelua. Koin, että on tärkeää olla ohjaajana oma itsensä ja luottaa omiin tuntemuksiin ja ideoihin. Ohjatessani minun kuului tietysti suhtautua ammatillisesti muihin, mutta halusin kuitenkin työminäni olevan mahdollisimman lähellä aitoa itseäni. Keskustelin myös ryhmien hoitajien kanssa, ja he neuvoivat minua olemaan rohkeasti oma itseni. Tämä luo jokaiselle mahdollisuuden olla vapaassa toimintaympäristössä, jossa kenenkään persoonallisuus ei ole arvioinnin kohteena.

3.1.1 Yksinkertaisuus on valttia

Maritta Kärki on tutkinut opinnäytetyössään kehitysvammaisten kuvataidetoimintaa ja sen opettamista. Hän toteaa, että kehitysvammaisten taidetta tulisi ensisijaisesti katsoa taiteena, eikä taiteilijan mahdollisen kehitysvamman kautta. Heidän taiteensa voidaan myös nähdä omana lajinaan, erilaisen ihmisen näkökulmana tähän maailmaan. (Kärki 2010, 8.)

Mielestäni Maritta Kärki osuu kuvauksessaan täysin oikeaan. Työskentely erityisryhmän kanssa rakentuu osallistujien yksilöllisyyden ja omien erityispiirteiden korostamiselle. Jotta tämä päämäärä toteutuisi, on ohjaamisen oltava rauhallista, selkeää ja yksinkertaista. Kannattaa aloittaa pienestä; on parempi antaa ensin vain yksi ohje, josta työskentely aloitetaan. Kun tämä ohje on toteutettu tai ainakin kokeiltu, voidaan opastaa lisää, jotta kyseinen tekeminen syventyisi.

Kuvailen seuraavaksi sitä, miten ohjaan alkulämmittelyn tunnin alussa. Ohjaustuntien alkaessa on hyvä lämmitellä niin kehoa kuin ääntäkin. Aloitamme kehon ravistelusta. Lähdemme liikkeelle jaloista ja etenemme systemaattisesti kehoa ylöspäin. Lisäämme kehon liikkeeseen huulten pärisyttelyn. Tämän jälkeen pysäytämme kehon ja jatkamme äänenavauksella. Muodostamme suulla muminaa, sihinää ja surinaa, jokainen omalla tyylillään. Lähdemme liikkumaan tilassa jatkaen äänien muodostamista. Lisään ohjeita niin, että aina kun osoitan kädellä ylöspäin, kaikkien tulee nopeuttaa omaa liikkumistaan sekä lisätä äänenvoimakkuutta. Kun taas osoitan kädelläni alaspäin, on liikkeen hidastuttava ja äänentason voimakkuuden vähennyttävä. Kokeilemme ohjeita myös toisin päin, jolloin liikkeen nopeus ja äänentaso menevätkin ristiin. Lämmittelyn lopuksi teemme pienen improvisaatiotehtävän. Ryhmäläiset liikkuvat edelleen tilassa ja minä huudan heille eläinten nimiä. Heidän tehtävänään on matkia kutakin eläintä oman mielikuvansa mukaan.

Alkulämmittelyn suorittamisessa vaaditaan rauhallisuutta ja selkeyttä niin ohjaajalta kuin ryhmäläisiltäkin. Paras lopputulos on se, että tehtävän aiheuttama jännitys ja suorituspaine saadaan minimoitua. Myös Maritta Kärki kuvailee opinnäytetyössään ohjaustilanteen rauhallisuutta erittäin tärkeäksi tekijäksi oppijan hyvän olon kannalta. Tätä kautta syntyy myös luovuutta. Hän viittaa työssään lääketieteen tohtori Markus Kasken kirjoituksiin kehitysvammaisuuden herkkyydestä. Kasken mukaan alhainen itsetunto, turvattomuus, asosiaalisuus ja aloitekyvyttömyys voivat olla sisäisen ahdistuksen oireita ja myös seurausta ympäristön asenteista kehitysvammaista kohtaan. Ohjaajan onkin hyvä ottaa huomioon psyykkiset tekijät mm. työn vaativuuden suhteen, ettei oppilas ahdistu liikaa. Ryhmäytymisessä on tärkeää luoda turvallista ilmapiiriä, jotta opiskelija voi avautua luovaan toimintaan. (Kaski 2009. 112-121 ja 220-221.)

3.2 Musiikki työvälineenä

”Musiikki on kasvattajista paras. Rytmi ja harmonia löytävät tiensä sielun salaisimpiin sopukoihin.” (Platon)

Molemmissa vetämissäni erityisryhmissä taiteen pääpaino keskittyi siis musiikkiin. Lauloimme, kuuntelimme, soitimme ja keskustelimme musiikista. Musiikki on niin laaja ja monipuolinen ilmiö, ettei materiaali ainakaan loppunut kesken. Herkullisinta musiikissa on sen laajuus ja monipuolisuus. Kuinka ääntä ja musiikkia voi tuottaa ilman instrumentteja? Onko musiikkia myös hyräily, mumina, kolina tai hiljaisuus? Näiden kysymysten tutkiminen käytännön kautta tuntui ryhmäläisistä usein hyvin mielekkäältä ja avartavalta.

Esimerkki 1.

Istutaan ryhmän kanssa piirissä. Pyydän ryhmäläisiä naputtamaan sormiaan lattiaa vasten. Kuunnellaan naputuksesta tulevaa ääntä ja vaihdellaan ohjeideni mukaisesti naputuksen volyymin tasoa. Sitten siirrytään ylemmäs lattialta jalkojen ja polvien tasolle riippuen kunkin ryhmäläisen istuma-asennosta. Nyt naputellaan omia jalkoja, tunnustellaan vaatteiden kankaita ja kuunnellaan näistä aiheutuvia ääniä. Tämän jälkeen siirrytään käsiin. Taputetaan käsiä yhteen ja kokeillaan, mitä ääniä kuuluu, jos vaikka taputtelee rauhallisesti omia poskia. Viimeisenä osiona otetaan selvää, mitä ääniä suusta saadaan ulos ilman varsinaista laulamista. Hyräillään, mumistaan ja matkitaan eläinten ääniä. Tehtävän lopuksi voidaan yhdistellä kaikkia edelläkokeiltuja osioita ja soveltaa äänen tuottamista joko ohjaajan johdolla tai jokainen oman mielensä mukaan.

Esimerkki 2.

Sovimme etukäteen päivän, jolloin jokainen ottaa mukaan itselleen mieluista musiikkia. Kyseessä sai olla oma suosikkilaulaja, -bändi tai mikä tahansa kappale, joka oli kullekin ryhmäläiselle jostakin syystä tärkeä. Pidimme levyraadin, mutta emme kuitenkaan pisteyttäneet kuunneltuja kappaleita. Jokaisella ryhmäläisellä oli kaksi kylttiä, joissa toisessa näkyi hymyilevät kasvot ja toisessa alakuloiset kasvot. Nämä kyltit viestivät kuulijan ajatuksia kuullusta musiikista. Jokaisen soittokerran jälkeen nostettiin kyltit yhtä aikaa ylös ja katsottiin, millaisia reaktioita oli syntynyt. Mikäli oma mielipide ei ollut aivan varma, sai myös olla nostamatta kylttiä. Tämän jälkeen keskustelimme kuulemastamme ja siitä, miksi kukin oli valinnut kyseisen kylttinsä. Jokainen sai myös kertoa, millä perusteilla oli valinnut musiikin levyraatiin ja mitä kyseinen kappale merkitsi kullekin henkilökohtaisesti. Kysyin myös kappaleiden jälkeen muita yksityiskohtaisempia havaintoja musiikista: mitä instrumentteja levyillä kuului ja mistä laulun sanat kertoivat?

Esimerkkitehtävät ovat toiminnaltaan hyvin erilaisia ja esittelevät musiikin monimuotoisuutta osana ohjaamistyötä. Musiikkia ilmennettiin hyvin eri muodoissa: toisessa tehtävässä konkreettisesti tasolla ja toisessa tehtävässä

enemminkin aistien ja mielipiteiden tasolla. Konkreettinen esimerkkitehtävä 1 on hyvä perusta musiikin toiminnalliseen ohjaamiseen ja kokeilemisen rohkaisemiseen. Pienistä itse tuotetuista äänistä on helppoa siirtyä askel askeleelta kohti instrumentteihin tutustumista ja soittamista, unohtamatta laulamista. Esimerkkitehtävä 2 toimii puolestaan omien mielipiteiden ja tuntemuksien herättäjänä. Suuntasin ohjaajana välillä kysymykset mielipiteistä musiikin analyttisempään arviointiin. Ryhmäläiset nimesivät hienosti kuulemiaan instrumentteja ja arvioivat musiikin rakennetta. Musiikin ammattitermit eivät kuuluneet sanavarastoomme, vaan jokainen kuvaili kuulemaansa omin sanoin. Näillä keinoin pääsimme kurkistamaan myös musiikin teoreettisempaan puoleen. Monet totesivat musiikkimakunsa laajentuneen levyraadissa kuultujen kappaleiden jälkeen.

3.2.1 Musiikki ja tunteet

Pyrkimykseni ohjaustyössä oli pitää tunnit mielenkiintoisina ja erilaisina, vaikkakin toisto on myös aina tärkeää oppimisen ja kehittymisen kannalta. Työskentely musiikin parissa tarkoitti kohdallani enemmän ryhmäläisten tutustuttamista laulamiseen ja soittamiseen kuin nuottien tai rytmien opettelua. Suvi Saarikallio pohtii musiikin ja tunteiden suhdetta kirjassa *Musiikkipedagogin käsikirja*. Hän kertoo, että parhaimmillaan musiikin voimakas yhteys tunteisiin ja henkilökohtaisiin kokemuksiin mahdollistaa sen, että opetustilanteet tarjoavat syviä ja henkilökohtaisia elämyksiä. Nämä elämykset tukevat jopa minuuden rakentumista ja sosiaalis-emotionaalisten taitojen kehittymistä. (Saarikallio 2013, 37.) Myös minä halusin ohjata ryhmiä kuuntelemaan musiikkia ja eläytymään sen mukana sekä mahdollistaa erilaisten tunteiden kokemisen musiikin kautta.

Esimerkki.

Istutaan piirissä. Laitan erilaisia musiikkikappaleita soimaan stereoista. Tyyllilajit vaihtelevat klassisesta musiikista heavy metalliin, poppiin ja

jazziin. Kuuntelemme aina pätkän kutakin kappaletta, ja tämän jälkeen keskustelemme kuulemastamme. Kysyn jokaiselta vuorotellen, mikä tunne heille tuli ensimmäiseksi mieleen kappaleen kuullessaan. Saatan myös määritellä etukäteen vaihtoehtoja, joista kukin voi valita. Joskus spesifiä tunnetilaa tai ajatusta on kuitenkin vaikea määritellä ääneen. Tuolloin on syytä tarkentaa kysymystä ja verhota tunne-sana jonkin muun merkityksen alle. Saatan kysyä esimerkiksi, mikä väri musiikista tuli kullekin ryhmäläiselle mieleen. Jos vastaus on sininen, pohdimme yhdessä, mitä tunnetta tai ajatusta sininen väri voisi edustaa. Tätä kautta viimeistään löytyy yleensä yhteys musiikin ja omien mielikuvien välille. Tehtävän aikana oli tietysti myös lupa vaikuttua musiikista eli liikkuminen musiikin tahtiin tai esimerkiksi hyräily saivat olla tilanteessa vahvasti läsnä.

3.2.2 Laulaminen

”Kaikki laulavat ja oikeastaan kaikkia laulattaa” (Borg 1999, 8.)

Laulaminen lienee ihmiskunnalle tärkeimpiä musiikin muotoja. Vaikka kaikki eivät halua musisoida tarkoituksella, on mielestäni kiistatonta, että ihminen tiedostamattaankin nauttii musiikista ja tuottaa sitä myös useasti itse. Tämä voi tapahtua hyräilemällä, naputtamalla, viheltämällä ja tietysti ihan puhtaasti laulamalla ja soittamalla. Sanat eivät aina riitä kertomaan ihmisen tunteita ja uskon, että tämä on yksi syy laulamisen syntyyn.

Molemmissa erityisryhmissäni oli ilmiselvää, että kuuntelemisen ja kokeilemisen lisäksi lauloimme itse ja tuotimme ääniä soittamalla. Erityisen kiinnostuksen kohteena olivat kuuluisat artistit ja bändit, joiden kappaleita haluttiin kovasti laulaa. Joulun lähestyessä myös tutut joululaulut olivat suosittuja. Tämä loi minulle hyvän pohjan materiaalin keräämiseen, sillä halusin laulujen olevan ryhmäläisille mieluisia. Musiikin mielekkyys mahdollisti samalla myös pienen kosketuksen laulutekniikkaan tutustumiseen. Mitä tutumpia kappaleet olivat, sitä nopeammin pystyimme keskittymään itse laulamiseen ja tulkintaan. Harva ryhmäläinen osasi

lukea nuotteja, joten etenimme täysin kuulokuvalla ja paperista sanoja lukemalla.

Esimerkki: tekniikka- ja tulkintaharjoitus

Käytän esimerkkipappaleena joululaulua Petteri Punakuono. (Marks 1949, suom. Puhtila, S.) Jaoimme kappaleen neljään erilaiseen osaan ja varioimme laulua sopimamme osioiden mukaisesti:

*Muistat tuhkimon, lumikin, ruususen varmaan ja
punahilkan ja sudenkin harmaan, mutta poro tää sulta
usein unhoon jää.*

Päätimme, että kappaleen ensimmäinen osa on kertova ja rubatomainen. Resitatiivinen alku vaatisi meidän versiossamme rauhaa ja hyvää keskittyneisyyttä. Laulun äänenvoimakkuus sovittiin hyvin hiljaiseksi, ja laulu sai melkein jäljitellä puhetta. Aluksi lauloimme kappaleen introa yhdessä, mutta myöhemmin kokeilimme myös niin, että halukkaat saivat laulaa pienen pätkän yksin. Tällöin resitatiivisuus korostui entisestään. Avainsanoja tässä osiossa olivat kuitenkin hiljainen äänentaso, hyvä intensiteetti ja tarinan kerronta. Tunnelmaksi valitsimme jännittävyyden ja salaperäisyyden.

*Petteri Punakuono oli poro nimeltään, ollut ei loiste huono
Petterimme nenänpään. Haukkuivat toiset illoin, majakaksi
pilkaten, tuosta vain saikin silloin joulupukki aattehen.*

Laulun toinen osio sovittiin tunnelmaltaan iloiseksi ja äänentasoltaan jo edellistä paljon voimakkaammaksi. Jokainen sai kokeilla osiossa omia äänenvoimakkuuksellisia ääri rajojaan, toki varoen ja itseään vahingoittamatta. Kiinnitimme huomiota erityisesti ryhtiin ja artikulaatioon jokaisen omat fyysiset rajat huomioon ottaen.

*Aattoilta pitkä on, taival valoton. Petteri vois nenässään,
valon tuoda pimeään.*

Nyt palasimme taas lähemmäs intron tulkintaa. Lähdimme laulamaan ensimmäistä fraasia hyvin pienesti ja hiljaisesti, melkeinpä kuiskaamalla.

Heti seuraavalla fraasilla alkoi crescendo eli nostimme äänen voimakkuutta kohti fraasin loppua. Tulkinta kulki käsi kädessä äänen voimakkuuden kanssa. Ensimmäinen fraasi sovittiin surulliseksi ja toinen fraasi iloiseksi niin, että lopussa ilo oli ylimmillään. Tästä pääsimme sujuvasti siirtymään kappaleen viimeiseen osioon.

Petteri siitä asti, pulkkaa pukin kiskoan, johtaa sen riemuisasti, luokse lasten kilttien.

Otimme kädet mukaan kappaleen viimeiseen osaan. Taputimme rytmiä mukana ja tämän ansiosta saimme myös kehoon lisää liikettä. Jokaisella oli lupa revitellä ja käyttää ääntään juuri sillä tavalla, mikä hyvältä tuntui. Tunnetila oli riehakas ja hurmiollinen.

Harjoittelimme kaikkia neljää osiota ensin erikseen ja jokaista osiota toistaen. Näin pystyimme kokeilemaan ja lopuksi lukitsemaan meille mieluisimmat tulkinnat. Lopuksi yhdistimme kaikki osiot. Tämä aiheutti ymmärrettävästi hämmennystä, ja monet sopimamme asiat unohtuivat aluksi. Lopulta saimme kokonaisuuden rakennettua ja kappaleesta yhtenäisen. Käytimme harjoitteluun aikaa useita tapaamisia.

3.2.3 Laulaminen yksin

Yksinlaulu oli yhteislaulua selvästi jännittävämpi aihealue ryhmien keskuudessa. Kaikki eivät halunneet laulaa yksin, enkä sitä missään nimessä olisikaan voinut vaatia. Olin silti iloinen, että aina muutama henkilö innostui kokeilemaan, sillä tätä kautta muutkin saivat rohkeutta. Kuten muissakin tehtävissä, yksinlaulamiseksi oli mielestäni erityisryhmäläisten kanssa tärkeintä ohjeiden selkeys ja jaksottaisuus. Lähdimme yhdestä elementistä ja lisäsimme uusia asioita päälle, mikäli niille löytyi tilaa. Valitsimme tässäkin tapauksessa kappaleita, jotka olivat jo ennestään tuttuja. En halunnut tilanteesta tulevan opetustilanteen kaltaista, vaan keskityimme rohkeaan kokeiluun ja heittäytymiseen. Musiikin termistö oli hyvä kääntää selkeämmäksi, ja kuvailin haluamiani asioita konkreettisemmin kuin olen esimerkiksi omissa musiikin

opinnoissani tottunut käyttämään. Mielikuvat olivat myös hyvä työväline kokeilemiseen ja rajojen venyttämiseen.

Esimerkki: yksinlaulu

Eräs ryhmäläinen halusi laulaa joululaulun *Varpunen jouluaamuna*. (Topelius 1859, suom. Hougberg, K.) Kappale oli hänelle tuttu niin melodialtaan kuin sanoiltaan. Harjoittelimme kappaletta nimenomaan esiintymisjännityksen kannalta. Tähän tarvitsimme siis myös muutakin ryhmää avuksi.

Ensin harjoittelimme kuitenkin kahdestaan, jotta voisimme keskittyä rauhassa. Otimme ensimmäiseksi askeleeksi laulamisen ilman sanoja. Laulaja kertoi osaavansa sanat, mutta jännityksen vuoksi niitä oli helpottavaa pitää lähellä. Siirsimme ensin sanat kädestä nuottitelineeseen, joka sijoitettiin laulajan sivulle. Hän pystyi tarvittaessa vilkaisemaan sanoja. Sovimme kuitenkin, että sanoja saisi vilkaista vain, jos sanat todella unohtuivat. Muutaman harjoittelun jälkeen otimme sanat jo kokonaan pois ja huomasimme yhdessä, että nuottiteline oli ollut vain henkinen turva, sanat kyllä muistuiivat ulkoa jo harjoittelun alkuvaiheessa.

Seuraavaksi keskityimme tulkintaan. Annoin laulajalle suhteellisen vapaat kädet, ja etenimme kappaletta hänen mielikuviansa mukaisesti. Keskustelimme musiikin aiheuttamista tunteista ja siitä, kuinka saman asian voisi tuoda laululla ilmi. Päädyimme mm. kokeilemaan jo edelläkin mainittua äänenvoimakkuuden säätelyä, josta oli paljon apua laulajan tulkinnassa. Kehotin myös menemään rohkeasti kohti omien tunteiden näyttämistä; surumielinen tulkinta toi laulajalle monesti kyynelä silmiin. Käsittelimme itkemisen hetkeä, mutta tähtäsimme siihen, että esittäessä kappaletta muille surun tunteet välittyisivät laulun eikä kyynelien kautta. Totesimme, että tunteet on käsiteltävä ensin itse, jotta kuulijankin omalle tulkinnalle jää myös tilaa. Lauluteknisesti kiinnitin huomiota tukevaan mutta rentoon seisoma-asentoon, jotta vartalo olisi mahdollisimman hyvin laulajan tukena. Kiinnitimme huomiota myös laulufraasien alukkeisiin, joista laulaja sai hyvän tuen koko loppufraasin laulamiseen. Tämän

enempää en kuitenkaan tekniikkaan puuttunut, sillä se olisi sekoittanut laulajaa ja häirinnyt hienoa ja rohkeaa eläytymistä.

Kolmas vaihe oli kaikista jännittävin. Kertasimme kaikki opettelemamme asiat ja esitimme kappaleen koko muulle ryhmälle. Laulajalla oli siis monta jännittävää elementtiä edessään: kaikki edelliset haasteet sekä uutena lisäyksenä yleisö. Tarkoitus oli ottaa hieman kontaktia kuulijoihin ja tulkita yhtä rohkeasti kappale, vaikka paikalla olikin muita ihmisiä. Hyvänä apuna tässä oli harjoittelemamme tukeva asento sekä jokin piste, johon laulaja voisi jännityksen vallatessa keskittyä. Sovimme vastapäiseltä seinältä taulun, jota hän voisi keskittyä katsomaan, mikäli jännitys yllättäisi. Tuolloin hän voisi osoittaa laulunsa taululle koko yleisön sijaan. Tämä keino tuntui hillitsevän hermostuneisuutta erittäin hyvin, ja lopputulos oli, että laulaja esiintyi rennosti ja vapautuneesti yleisölle. Ehkäpä sopimus taulun olemassaolosta riitti jännityksen laukaisemiseen.

3.2.4 Soittaminen

Soittaminen on subjektiivinen kokemus, joka vapauttaa parhaassa tapauksessa tunteita ja kokemuksia, joita ei arjessa muutoin tulisi ilmi. Halusin kannustaa ryhmäläisiä kokeilemaan erilaisia instrumentteja ennakkoluulottomasti ja tätä kautta rikkoa soittamiseen liittyvää mystiikkaa. Koin myös tärkeäksi musiikin kuuntelun. Jokainen oppii halutessaan kuuntelemaan instrumentteja ja niiden äänimaailmoja, vaikkei välttämättä pystyisi soittamaan instrumenttia sille kuuluvalla tavalla. Esimerkiksi piano, kitara, rummut ja basso olivat helposti tunnistettavissa levyiltä kuunnellussa musiikissa. Myös klassisen musiikin orkesterisoittimet olivat tunnistettavissa, joskin yleensä ohjaajan avustuksella. Kuunnellun musiikin lisäksi oli myös tärkeää saada itse kokeilla soittimia ja niiden toimintatapoja. Ryhmätyöskentelyn kannalta helpoimpia yhteissoittimia olivat luonnollisesti perkussiot: esimerkiksi clave, tamburiini, marakassi, bongot ja rytmimuna. Näistä soittimista saatiin jo hyviä instrumenttiyhdistelmiä. Soitin itse ryhmän mukana pianoa tai kitaraa. Emme myöskään unohtaneet omaa kehoa, joka toimii hienosti

monipuolisena instrumenttina ja rytmiikan tulkkina. Tätä kategoriaa edustivat muun muassa käsien taputus, napsutus, vihellys tai jalkojen töminä.

Esimerkki 1: taputus kulkee piirissä

Muodostimme piirin, jossa jokaisella oli omaa tilaa liikkua. Tarkoituksena olin kierrättää käsien taputus läpi piirin. Aloittaja löi kädet yhteen ja katsoi vierustoveria kohti, jolle taputus seuraavaksi siirtyi. Ensin taputus sai kulkea vapaasti ilman rytmiä, mutta myöhemmin kokeilimme kuljettaa taputusta nopeammalla tempolla. Katsekontakti taputtajien välillä oli ehdottoman tärkeä, jotta vastaanottaja tiesi oman vuoronsa tulleen. Kokeilimme taputuskierrosta sekä hiljaisella taputuksella että maksimaalisella taputuksella. Tehtävästä oli myös helppo kehittää variaatioita. Piirissä kuljetettiin esimerkiksi jalkojen töminää ja erilaisia äännähdyksiä. Viimeinen kierros tehtiin niin, että jokainen sai tehdä omalla vuorollaan minkä tahansa aiemmin keksityn liikkeen tai äänen, kukin omalla tyylillään.

Käytin harjoitusta melkeinpä kaikkien tuntien alussa, jotta se tulisi tutuksi. Lopulta tehtävä vakiintui muotoon, jossa ryhmäläiset keksivät itse piirissä kuljetettavan rytmillisen tai äänellisen elementin. Tämä oli selkeästi mielekkäin tapa tehdä harjoitus ja piti jokaisen mielenkiinnon yllä tehtävän alusta loppuun asti.

Esimerkki 2: perkussiot

Jaoin ryhmän kolmeen osaan: clavet, tamburiinit ja marakassit. Ensin jokainen ryhmä sai omalla vuorollaan kokeilla oman instrumenttinsa

toimimista, ja samalla muut ryhmät seurasivat. Tämän jälkeen menimme kappaleen läpi niin, että osoitan ryhmää, jonka haluan soittavan. Kun yksi ryhmä soitti, muiden ryhmien tuli olla hiljaa. Kun kyseinen harjoittelumalli alkoi onnistua, kokeilimme hieman vaikeampaa versiota. Tällöin annoin selkeät ohjeet soittimien vuoroista kappaleiden aikana: clavet aloittavat, marakassit tulevat mukaan ja lopuksi tamburiinit. Kappaleessa saattoi tulla myös kohtia, jossa esimerkiksi kaksi ryhmää soittavat yhdessä ja yksi ryhmä kuuntelee. Päämäärämme kuitenkin oli, että ensimmäisestä tehtävästä, jossa osoitetaan soittovuorot, edetään siihen, että ryhmät itse muistavat, milloin kukin soittaa ja milloin kuuntelee.

Luotin soittoharjoitteissa tapojeni mukaan yksinkertaisuuteen ja asioiden toistoon. Sovelsin harjoitteita eri kappaleisiin ja pyrin olemaan tasapuolinen soittimien ja soittajien suhteen. Ryhmäläisten mielestä erityisen kiinnostavia olivat myös tehtävät, jotka muuten olivat mainitsemieni esimerkkien kaltaisia, mutta joissa yksi ryhmäläinen sai toimia kapellimestarina. Hän osoitti sovituin käsimerkein muulle ryhmälle soiton voimakkuuden (hiljaa-kovaa) sekä tempon (erittäin hidas-erittäin nopea). Tarkoituksena oli tietysti vaihdella käskyjä kesken soiton ja myös yllättävissä paikoissa. Tällä tavoin kapellimestari pääsi kurkistamaan musiikin johtajan rooliin ja keräsi samalla rohkeutta ja itsevarmuutta. Samaan aikaan muu ryhmä pääsi kokeilemaan erityistä tarkkaavaisuutta ja keskittymistä.

3.2.5 Tauko on tärkeä

”Se rytmi, se sitten vasta tärkeä asia on. On sellaisia, jotka laulavat mitä intervalleja vaan varmasti, mutta kun tauko tulee, on se kuin musta reikä ilmassa, kun musiikki ’loppuu’. Onhan taukokin musiikkia, useimmiten kauneinta”. (Borg 1999, 31.)

Kaikista musiikin liittyvistä harjoituksista tärkeimmäksi nousi yllättäen hiljaisuuden harjoittelu. Ilman hiljaisuutta ei ole musiikkia. Sovimme ryhmien kanssa, että aloitamme musiikkiharjoitukset aina hiljaisuudesta. Vasta ohjaajan merkistä saa aloittaa. Käytin ryhmien kanssa ilmaisua

”musiikki alkaa hiljaisuudesta”, ja muistutin asiasta useasti tuntien aikana. Tämä oppi otettiin todella positiivisella asenteella vastaan, ja yleensä ryhmäläiset jo itse paimensivat toisiaan hiljentymään ennen harjoitusten aloittamista. Tauon merkitys otettiin huomioon myös kappaleiden keskellä, jossa saatoimme venyttää hiljaisuutta äärimmäisen pitkälle, ihan vain koetellaksemme omaa kärsivällisyyttämme. Mielestäni tämä oppi oli kaiken työskentelyn peruslähtökohta ja loi hyvän pohjan soittamiseen, laulamiseen ja musiikista vaikuttumiseen.

4 ITSEILMAISUA JA ROHKAISUA

Halusin yhdistää tapaamisiimme myös muita taiteen muotoja, jotka tukisivat musiikkiohjausta ja ilmaisun monipuolisuutta. Liitin mukaan tanssia, liikkumista ja kuvataidetta. Kaikki aiheet liittyivät kuitenkin tavalla tai toisella musiikkiin, jotta tuntien pääpaino pysyisi selkeänä.

4.1 Esiintyminen ja jännitys

Elsa Saisio käsittelee näyttelijäntyön ja huomion keskipisteenä olemisen problematiikkaa kirjassaan *Katseen alaiset*. Hän toteaa, että näyttelijän ammatti perustuu ennen kaikkea vuorovaikutukseen. Työskennellessä ei voi koskaan asettua katsomaan työtä sivusta, vaan ammatissa epävarmuus on aina läsnä. Saisio kirjoittaa myös, että katseenalaisuus tuntuu usein syövänsä näyttelijän vapautta. (Saisio 2005, 17-19.)

Elsa Saision kuvaus näyttelijäntyön epävarmuudesta on osuva ja sai minut pohtimaan ilmaisutaidetta omien ryhmieni kohdalla. Ohjaamani tunnit pyörivät lähtökohtaisesti saman katseen alaisuuden ongelman ympärillä, vaikka tarkoituksena ei ollut näyttelijäntyön oppiminen tai sen kehittäminen. Kaikessa ilmaisullisessa toiminnassa on kyse itseluottamuksesta ja rohkeudesta seisoa oman teoksen tai tulkinnan takana. Jos itseluottamus on koetuksella, on vaikea luoda uutta tai koetella omia rajojaan. Tästä syystä halusin pitää tunneilla mukana tehtäviä, joissa jokainen sai halutessaan olla huomion keskipiste ja tunnustella katseen alaisuuden tuottamia tunteita. Aloitin pienistä ja yksinkertaisista harjoituksista, joissa huomio kiinnittyy yksilöön, mutta joissa vuorot vaihtuvat nopeasti. Tuntien edetessä uskalsimme kokeilla joidenkin ryhmäläisten kanssa astetta vaativampia tehtäviä, joissa muu ryhmä seurasi yhtä henkilöä ja hänen tuottamaansa ilmaisua.

Esimerkki 1: nimileikki

Seisoimme tiiviissä piirissä. Nimileikin tarkoituksena on sanoa reippaalla ja kuuluvalla äänellä ensin piirissä itsensä oikealla puolella seisovan henkilön nimi ja sitten vasemmalla puolella seisovan henkilön nimi. Tämän jälkeen vuoro siirtyy seuraavalle, joka nimeää puolestaan omat vierustoverinsa. Harjoituksessa oli tärkeää ottaa katse- tai kosketuskontakti aina siihen vierustoveriin, jonka nimeä oli seuraavaksi sanomassa ääneen. Pienenä lisänä harjoituksessa oli myös aplodit, jotka annettiin jokaiselle vuorotellen nimien lausumisen jälkeen. Kukin ryhmäläinen sai päättää itse, halusiko hän aplodit omalta paikaltaan vai siirtyäkö keskelle piiriä vastaanottamaan suosiosoitukset.

Tässä harjoituksessa yhdistyi kaksi elementtiä, jotka käsittelivät ilmaisun perusteita ja loivat rohkaisua huomion alla olemiseen. Ensimmäinen vaihe oli kontakti vierustoveriin, ja toinen vaihe oli kontakti koko ryhmään aplodien vastaanottamisen kautta. Pieni ja yksinkertainen harjoitus osoittautui usein kiinnostavaksi ja koko ryhmän dynamiikkaa ohjailevaksi tehtäväksi. Kaverille taputtaminen ja aplodien vastaanotto oli huippukohta, jossa jokainen sai kannustaa toistaan ja vastaavasti ottaa vastaan positiivista huomiota. Harjoite toimi niin hyvin, että aloitin sillä useasti kaikki ohjaustuntini.

Esimerkki 2: yksinäinen tuoli

Seuraava harjoitus oli jo edellistä paljon haastavampi, eivätkä kaikki ymmärrettävästi halunneet sitä kokeilla. Istuimme vieretysten, ja asetin ryhmän eteen tuolin, jolle jokainen halukas sai vuorollaan tulla. Vapaaehtoinen henkilö sai vain istua tuolilla ja katsella muuta ryhmää rauhassa, hengitellä, hymyillä ja vaikkapa nauraa. Mikäli tuolilla istuminen tuntui vielä tämän jälkeen mielekkäältä, aloin kysellä häneltä päivän kuulumisia. Henkilö sai vapaasti kertoa, mitä oli tehnyt esimerkiksi kyseisenä aamuna tai edellisenä iltana. Tämän jälkeen pyysin häntä vielä katsomaan kaikki ryhmäläiset läpi tuolilta istuen. Harjoitus oli ohi, ja hän sai palata ryhmän joukkoon.

Tehtävänanto oli ensimmäiseen esimerkkiin verrattuna jo huomattavasti vaativampi. Pelkästään tuolille istuminen muiden eteen on jännittävää ja voi tuntua ahdistavalta. Tämä osuus tehtävästä tuotti eniten hermostuneisuutta ja epävarmuutta. Ilmassa leijui epäonnistumisen pelko, joka tulvi ulos kysymyksinä: ”Mitä jos sanon jotain hassua tuolilla istuessani? Mitä jos näytän hölmöltä? Entä jos muut nauravat minulle?” Osuimme siis harjoituksen avulla hyvinkin lähelle itseilmaisun suurinta pelkoa, mokaamisen pelkoa.

Draamakasvatuksen lehtori Hannu Heikkinen pohtii mokaamista kirjassaan ”Draamakasvatus – opetusta, taidetta, tutkimusta!” Hänen mukaansa mokaamisen pelko vie leikillisyyden pois. Leikillisuus katoaa saman tien, kun alkaa tarkkailla itseään siltä varalta, että tekee jotain väärin. Heikkinen toteaa myös, että mokaaminen on heittäytymistä ja mokaamisen ilo luo vapautta tutkia. Hän on pyytänyt omassa opetustyössään oppilaita kirjoittamaan ylös ”mokaamis-kokemuksiaan” ja kertomaan kokemuksista myöhemmin opettajalle ja muulle ryhmälle. Tällöin usein huomataan, ettei tilanne ole ollut niin paha miltä se aluksi tuntui. (Heikkinen 2005, 191.)

Pyrin myös itse keskustelemaan erityisryhmieni kanssa epäonnistumisen pelosta ja sen synnyttämistä ajatuksista. Ryhmäläiset saivat määrittellä sen, mikä heidän mielestään oli mokaamista ja mitä siitä voisi pahimmassa tapauksessa seurata. Juttelutuokion jälkeen totesimme yhteisesti, että mokaamista on vaikea määrittää eikä sitä tulisi jäädä miettimään liikaa. Päätimme, että meidän ryhmissämme ei mokaa ole olemassakaan, vaan kaikki yksilöllinen toiminta on hyväksyttyä. Keskustelu oli tärkeä, ja sen jälkeen oli helpompi jatkaa tuoliharjoitusta.

4.2 Liikkuminen ja kontakti

Musiikki aiheuttaa usein ihmisissä tarpeen liikkua rytmien mukana. Keho ja mieli ovat aina yhteydessä toisiinsa, ja siksi liikunta ja tanssi tukevat hyvin

musiikin oppimista ja sen kokemista. Halusin keskittyä ryhmissäni jokaisen henkilökohtaiseen liikekieleen ja sen rohkaisuun. Yhtä lailla myös liikkuminen rytmissä ja esimerkiksi pysähtyminen ovat musiikkia, joita jokainen ilmentää omalla kehollaan. En halunnut keskittää ryhmän energiaa tanssiliikkeiden opettelemiseen, vaan suuntasin huomion itseilmaisuun sekä liikkelliseen ryhmätyöskentelyyn.

Esimerkki 1: liike ja tauko

Levittäydyimme saliin niin, että jokaisella oli runsaasti tilaa ympärillään. Laitoin musiikkia soimaan ja annoin ensimmäiseksi ohjeeksi tilassa kävelemisen musiikkia kuunnellen. Ryhmäläisten tuli liikkua rauhallisesti ja muut huomioiden. Kun pysäytin musiikin, oli ryhmäläistenkin pysähdyttävä. Tarkoituksena oli seisoa tauon aikana täysin paikoillaan ja hiljaa. Kun musiikki jatkui, jatkui myös liike. Tätä toistettiin muutamaan otteeseen. Seuraavalla kierroksella liikkuminen sai olla isoa ja rajoja kokeilevaa. Liikettä kokeiltiin lattiatasossa sekä mahdollisimman korkealle kurottaen. Liikkeen sai myös muuttaa tanssimiseksi, jos halusi. Tälläkin kierroksella tauotin musiikkia, ja tästä seurasi pysähdys sekä täysi hiljaisuus. Viimeisenä kokeilimme kontaktia. Musiikki pysähtyi, ja ryhmäläiset pysähtyivät. Kehotin etsimään katseella tilassa lähimpänä olevan kaverin. Kun kaveri oli löytynyt, pyysin ryhmäläisiä menemään kaverin luo ja koskettamaan tätä olkapäälle. Viimeisenä ohjeena pyysin sanomaan sen henkilön nimen ääneen, jota kukin kosketti. Nimet sanottiin vuorollaan, ja muut seurasivat aina kulloinkin vuorossa olevaa nimen kertojaa.

Harjoituksen viimeinen vaihe oli ehdottomasti tehtävänannosta hedelmällisin. Liike, tanssi, omien fyysisten rajojen kokeilu ja rauhallisuus yhdistyivät näppärästi. Liikkumisen oli tarkoitus keskittää kunkin oma energia itseensä, kun taas pysähtymisessä keskityttiin kaveriin ja kontaktiin. Ryhmäläiset onnistuivat tässä hienosti, ja keskittyneisyys oli harjoituksen aikana huipussaan.

Esimerkki 2: yllättävä tanssisoolo

Seisoimme piirissä, ja taustalla soi rytmikäs musiikki. Jokainen sai liikkua ja tanssia piirissä oman halunsa mukaan. Lähetin pienen pallon kiertämään piirissä kädestä käteen. Olin itse mukana harjoituksessa, ja pyysin hoitajaa vastaamaan musiikin säätelystä. Hän pysäytti levyn aina yllättäen ja henkilö, jolle pallo jäi käteen, sai tuolloin oman tanssisoolon. Tällöin musiikki jatkui, ja muut taputtivat piirissä rytmiä mukana kannustaen soolotanssijaa. Soolotanssija sai päättää itse, tanssiko hän numeronsa omalla paikallaan vaiko piirin keskellä. Oman tanssihetken jälkeen jokainen sai tietysti raikuvat aplodit, ja tämän jälkeen laitettiin taas pallo kiertämään.

Tämä esimerkkitehtävä oli jo edellistään haastavampi, sillä jokainen joutui vuorollaan huomion keskipisteeksi. Tästä syystä kokeilimme harjoitusta vasta useiden tapaamisien jälkeen, jolloin olimme ehtineet tutustua oman liikekielen käyttöön ensin muiden harjoitusten avulla. Jokaisen ryhmäläisen henkilökohtainen liikekieli ja tottuneisuus tanssimiseen vaikuttivat paljon tehtävän suorittamiseen. Olin silti positiivisesti erittäin yllättynyt siitä, kuinka arimmatkin ryhmäläiset innostuivat tulkitsemaan oman soolotanssinsa estoitta. Muun ryhmän tuki ja kannustus vaikuttivat selvästi ilmapiiriin, ja ilman näitä elementtejä emme olisi varmasti kokeneet niin hienoja tanssillisia esityksiä. Saatoimme monesti jatkaa tehtävän jälkeen vielä tanssia niin, että jokainen ryhmäläinen esitti jonkin liikkeen piirissä ja muut jäljittelivät samaa liikekieltä perässä.

4.3 Muita keinoja itseilmaisuun

Erityisryhmieni musiikkiohjauksen aika oli luonnollisesti rajallista, ja jouduin karsimaan paljon pois asioita, joita olisin halunnut ryhmieni kanssa kokeilla. Koin kuitenkin vahvasti, että kuvaamataidon yhdistäminen musiikkiin voisi olla ilmaisullisesti tuloksellista, ja tästä syystä halusin sisällyttää piirtämistä ja maalaamista joillekin tunneille. Mitä paremmin tutustuin erityisryhmiini, sitä selkeämmin näin heidän vahvuutensa oman ilmaisun ja taiteilijuuden tuottajina ja tulkitsoijoina. Satu Itkonen käsittelee

kirjassaan ”Mikä mahtava mörkö” kehitysvammaisten taiteen erityispiirteitä sekä taideopetuksen merkitystä. Hän toteaa, että kehitysvammainen taiteilija ei ole kahlittu sommitteluun tai väriopin teoriaan, ei taidehistoriaan eikä yleensäkkään taidekentän senhetkisiin trendeihin. Kehitysvammainen taiteilija ei liikaa mieti, mitä kuvassa pitäisi olla ja mikä on oikeaa, hyväksyttyä taidetta. Tämä tuo luomisen vapautta ja ilmaisun vimmaa. (Itkonen 2008, 13-14.)

Tarkoitukseni ei tietenkään ollut synnyttää mestarillisia maalauksia ja piirrustuksia vaan ennemminkin kokeilla musiikista nousseiden ajatusten ja tunteiden ilmentymistä paperille.

Esimerkki: musiikkimaalaus

Ryhmäläiset saivat valita, halusivatko käyttää värikyniä, liituja vai vesivärejä. Kaikilla oli paperia ja sopivasti omaa tilaa ja rauhaa keskittyä omaan tekemiseen. Kyselin etukäteen musiikkitoiveita, ja enemmistön päätöksestä valitsimme inspiraatiotyylilajiksi klassisen musiikin. Laitoin levyn soimaan, ja annoin kaikille aikaa kuunnella ja vaikuttua.

Tarkoituksena oli piirtää tai maalata niitä ajatuksia ja mielikuvia, joita musiikki kussakin ryhmäläisessä synnytti. Kiertelin katselemassa teoksia ja avustin tarvittaessa. Helpotin alkukankeutta kysymyksillä, jotka olivat jo ennestään tuttuja muiden harjoitusten tiimoilta: Mitä tunteita tämä musiikki sinussa herättää? Onko tunne ilo, suru tai vaikkapa rakkaus? Minkä värinen kyseinen tunne voisi olla? Tuleeko musiikista mieleen jokin kokemasi tilanne tai esimerkiksi esine, jonka voisit piirtää? Näillä kysymyksillä päästiin sujuvasti eteenpäin. Oma roolini tehtävässä oli tukea, kannustaa ja auttaa eteenpäin. Lopuksi kokoontuimme klassisen musiikin soidessa piiriin ja esittelimme syntyneet taideteokset.

Olin iloinen, että valitsin kyseisen tehtävän osaksi tunteja. Kuvat kertoivat paljon enemmän kuin osasin arvata, ja huomasin monen ryhmäläisen kohdalla täysin erilaista ilmaisullista vapautuneisuutta kuin esimerkiksi laulu- tai soittoharjoitusten kohdalla. Kynä ja pensseli toimivat

uudenlaisena väylänä musiikin ja tunteiden välillä, ja ilmapiiri oli tehtävän aikana erittäin rauhallinen sekä keskittynyt.

Erityisesti mieleeni jäi eräs ryhmäläinen, joka osallistui kaikkiin tunteihin mutta halusi harvoin olla tehtävissä mukana, yleensä hän seurasi sivusta. Saatuaan pensselin käteensä hän keskittyi intensiivisesti ja hyräili musiikin mukana. Välillä hän piti silmiään kiinni. Jonkin ajan kuluttua hän toi minulle iloisena upean maalauksen, jossa oli paljon värejä ja monimutkaisia kuvioita. Maalaus oli erittäin kiehtova, ja hän kertoi, että tässä kuvassa on kaikki hänen tunteensa, jotka musiikki oli tuonut hänelle mieleen. Silloin tiesin, että kyseinen ryhmäläinen oli päässyt ilmaisemaan itseään juuri sillä tavalla, joka oli hänelle kaikista rikkainta.

5 YHTEENVETO

Matka erityisryhmien maailmaan avarsi silmiäni monella tapaa. Opinnäytetyön alussa pohtimani taiteen ja ihmisen kohtaaminen saivat aivan uusia merkityksiä oman työkokemukseni kautta. Pääsin soveltamaan muusikon ja esiintyjän ammattitaitoani työkentällä, jossa jokainen päivä on erilainen eikä mitään voi koskaan täysin suunnitella etukäteen. Opin ohjauksessa paljon asioita, joita voisin hyödyntää tulevaisuudessa niin musiikinohjauksessa kuin muussakin työssä.

*Musiikista sykkeen mä suoniini saan
tilaan vie se melkein mut painottomaan
juonut vaikken pisaraakaan
pyörii pää, elo tää on mulle yhtä juhlaa*
(Reponen 1985.)

5.1 Tuntien suunnittelu

Tuntien suunnittelutyö oli aluksi hankalaa, sillä ennen ensimmäistä ryhmääni minulla ei ollut minkäänlaista kokemusta erityisryhmien ohjaamisesta. Opin kuitenkin nopeasti, että jokaisella tunnilla täytyy olla jokin johtoajatus tai teema, jota pitkin kuljemme eteenpäin ja teemme harjoitteita. Teema saattoi olla esimerkiksi rohkeus ja itsensä ylittäminen. Konkreettisempia teemoja saattoi olla vaikkapa jonkin kappaleen harjoittelu ja valmiiksi saaminen. Joka tapauksessa minun oli itse tiedettävä, mihin pyrimme ja mitä aiomme tehdä pyrkimyksemme eteen. Suunnitelmat ja harjoitteet saattavat muuttua aina matkan varrella, mutta sillä ei ole väliä, jos ohjaaja tietää, mihin ollaan lopulta tähtäämässä. Haluan myös tarkentaa, että tähtäämisellä tarkoitan pitkän ajan tavoitteita sekä jokapäiväisiä onnistumisen ja kokeilemisen tunteita, en niinkään suorittamista tai jonkin harjoitteen valmiiksi saamista määräajassa.

Kerroin aina tunnin alkaessa, mitä olimme kyseisellä kerralla tekemässä ja millaisia harjoituksia oli luvassa. Tämä vapautti ilmapiiriä, eikä kenenkään tarvinut jännittää turhaan. Monesti ryhmäläiset kysyivät jo tunnin loppuessa, mitä seuraavalla kerralla tehdään. Pysin siis suunnittelemaan tunteja etukäteen, jotta minulla oli kertoa ryhmäläisille seuraavankin tapaamisen teemoja. Monelle erityisryhmäläiselle tieto tulevista tehtävistä oli tärkeä ja helpotti keskittymistä tunneilla.

Vaikka tuntisuunnitelmani olivat tarkkoja, oli muutoksen mahdollisuus koko ajan olemassa. Jokainen ohjauspäivä oli erilainen, ja joskus tehtävä, joka oli edellisellä kerralla sujunut täydellisen keskittyneesti, sujuikin kyseisellä kerralla hankalasti. Minulla oli siis takataskussani aina muitakin ideoita, joita sovelsin tilanteisiin tarvittaessa. Joskus staattinen tehtävä, jossa vaadittiin keskittymistä ja rauhaa, ei ottanut sujuakseen, ja niinpä aloimmekin esimerkiksi liikkua. Toisinaan taas liikkuminen aiheutti liikaa ylimääräistä energiaa ja keskittyminen itse asioihin oli ryhmäläisille vaikeaa. Tuolloin keskityimmekin esimerkiksi tutkimaan hiljaisuutta. Pääasia oli tässäkin, että tiesin itse parhaiten, mitä olimme tekemässä.

5.1.1 Työvälineitä ohjaamiseen

Työskentely erityisryhmien kanssa opetti minulle paljon kärsivällisyyttä. Ohjeet tuli selostaa selkeästi ja asia kerrallaan. En voinut käyttää musiikin ammattitermejä, vaan minun tuli puhua selkokielellä ja asiat yksityiskohtaisesti selostaen. Yleensä kerroin ensin tulevan tehtävän kokonaisuudessaan, ja tämän jälkeen vastasin ryhmäläisten kysymyksiin. Sitten kertosin tehtävänannon vielä uudestaan ja painotin asiaa, joka tehtävässä tulisi muistaa tärkeimpänä. Harjoituksen alkaessa en siis selostanut kaikkia ajattelemiani osioita, vaan keskityin kokonaisuuteen ja palaseen kerrallaan.

Kullanarvoiseksi työvälineeksi nousi myös toisto, jonka arvon olen toki jo omissa opinnoissanikin todennut. Huomasin molemmissa ryhmissä, että oma tahtini ja tottumukseni edetä tehtävissä on nopea. Erityisryhmien kanssa tällainen eteneminen ei kuitenkaan ollut mahdollista. Toistamalla

useita kertoja sekä yhden oppitunnin että useamman ohjauskerran sisällä samoja asioita, saimme haluamiamme tuloksia. Yhteys toiston ja oppimisen välillä oli selkeä. Toistokerrat vaikuttivat myös ryhmäläisten rohkeuteen kokeilla samaa asiaa eri tavoilla. Tätä kautta myös ilmaisu laajeni. Minulle ei ollut tärkeää vaikeiden asioiden oppiminen, vaan se, että kaikki saivat kokea olonsa hyväksi musiikin ja ilmaisun avulla.

5.2 Tuntityöskentely erityisryhmän näkökulmasta

Tehtävä, jonka joku kokee kivana ja hauskana, voi olla toiselle täysin päinvastainen kokemus. Jokainen ihminen on arvokas yksilö, jonka mielipide on tärkeä riippumatta siitä, onko se samanlainen kuin muilla. Nautin suunnattomasti erityisryhmäläisten positiivisesta elämänasenteesta ja suhtautumisesta tapaamisiimme. Sain aina tunnin alkaessa iloisen vastaanoton ja ryöpyn kysymyksiä: Mitä kuuluu? Mitä tänään tehdään? Milloin tulet meidän kanssa uimaan? Mitä söit aamupalaksi? Jos jokin asia myös jännitti tai suretti, se sanottiin ääneen turhia kainostelematta.

5.2.1 Epävarmuuden rajoilla

Opettavaisimpia olivat hetket, jolloin jokin tehtävä ei aluksi onnistunut. Teimme ensimmäisiä kertoja aiemmissä esimerkeissä mainitsemaani taputusharjoitusta, jossa jokainen vuorollaan kuljetti taputusta piirissä. Kun taputus tuli erään ryhmäläisen kohdalle ensimmäistä kertaa, hän keskeytti tehtävän ja alkoi itkeä. Kysyin häneltä, mikä häntä painaa. Hän vastasi, että hän ei uskalla taputtaa, jos vaikka hän tekeekin jotain väärin. Silloin muut saattaisivat nauraa ja hän kokisi olonsa epäonnistuneeksi. Tämä yksi pieni tilanne avasi silmäni ja sai minut ajattelemaan samaa ongelmaa jokaisen ihmisen kohdalla. Ihmiset piilottelevat turhan usein epävarmuuttaan ja pahaa mieltään. Miksi lapsi tai kehitysvammaisen osaa ilmaista rehellisesti tunteensa, mutta niin sanotusti normaali aikuinen ei? Tiedostamme mielestäni liikaa sen, kuinka meidän tulisi käyttäytyä ja tästä poikkeaminen tai oman epävarmuuden myöntäminen koituu usein liian

vaikeaksi tehtäväksi. Ryhmäläinen, joka näytti avoimesti tunteensa, osoitti sen, kuinka rehellisyys on kaiken perusta ja kulmakivi. Kun tilanne oli purettu, jatkoimme tehtävää eteenpäin ja hän ei enää arastellut taputtaa käsiään yhteen muiden nähden.

5.2.2 Erityisryhmän palaute

Keskustelimme viimeisillä tapaamiskerroilla oppimastamme ja kokemastamme. Palaute oli erittäin positiivista, ja suurin osa ryhmäläisistä olisi halunnut jatkaa vielä työskentelyä yhdessä. He kertoivat, että laulaminen ei jännittänyt heitä enää niin paljon eivätkä soittimetkaan olleet enää niin vieraita. Myös toisillemme esiintyminen oli koettu hyväksi ja turvalliseksi tavaksi olla huomion keskipisteessä.

Tärkein palaute minulle henkilökohtaisesti kuitenkin oli se, että ryhmäläiset mainitsivat yhteishengen olleen korkealla. Ryhmän yhteistyö koettiin tärkeänä ja kannustavana elementtinä työskentelyssä. Muutamat mainitsivat myös, että ryhmässä tehdyt harjoitteet olivat rohkaisseet heitä elämän muillakin osa-alueilla. Ihmisten kohtaaminen ja sosiaalinen kanssakäyminen olivat tuntuneet helpommalta, kun oli joutunut laittamaan itseään likoon tapaamisissamme.

Sain myös rakentavaa palautetta tunneistani. Osa toivoi, että olisimme keskittyneet enemmän laulamiseen, ja osa ryhmäläisistä olisi taas halunnut liikkua ja leikkiä enemmän. Jotkut olisivat halunneet laulaa tunneilla vain karaokea ja kuunnella hyvää musiikkia. Toiveet olivat erilaisia ja kaikki yhtä vartenotettavia. Jos aikaa olisi ollut enemmän, olisin niitä mielelläni toteuttanutkin. Oli hienoa kuulla, että ryhmäläiset kokivat pääosin ohjaamiseni positiiviseksi ja innostavaksi. Olin tutustunut hyvin molempien ryhmien kanssa, ja tästä syystä minut koettiin helppona ohjaajana lähestyä.

6 LOPPUSANAT

Olen opiskellut musiikkia seitsemän vuotta. Kuluneet vuodet ovat menneet nopeasti töiden tiimellyksessä, ja välillä musiikin ilo on tahtonut hukkaa kiireen ja suorituspaineen alle. Työskentely erityisryhmien kanssa muistutti minulle taas sen, että oppiminen ja asioiden tutkiminen on ikuinen matka, jota ei pidä koskaan lopettaa. Löysin ryhmien kanssa aivan uusia ovia musiikin maailmaan. Tunnit opettivat minulle myös valtavasti erilaisuudesta, suvaitsevaisuudesta, heittäytymisestä ja luottamuksesta. Tämän lisäksi opin paljon konkreettisia asioita ryhmän ohjaamisesta.

Olen tyytyväinen, että työskentelymme tuotti ryhmäläisille iloa, hyviä kokemuksia ja onnistumisen tunteita. Tätä kautta opin myös paljon itsestäni niin musiikin ammattilaisena kuin ihmisenäkin. Toivon, että pääsen jatkamaan työtä myös tulevaisuudessa uusien ryhmien kanssa.

LÄHTEET

Borg, K. 1972. Suomalainen laulajanaapinen. Uudistettu painos 1999. Helsinki: Yliopistopaino.

Heikkinen, H. 2005. Draamakasvatus – opetusta, taidetta, tutkimista! Jyväskylä: Gummerrus Kirjapaino.

Huttunen, J. 2012. Mitä terveys on? Terveyskirjasto Duodecim. (viitattu 10.4.2015) Saatavissa:

http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00903

Ikonen, O. 1999. Kehitysvammaisten opetus. Mitä? ja miten? Kehitysvammaliitto ry. Helsinki: Hakapaino.

Itkonen, S. 2008. Mikä mahtava mörkö! Poimintoja kehitysvammaisten taiteesta. Hämeenlinna: Karisto.

Kaski, M., Manninen, M. & Pihko, H. 2009. Kehitysvammaisuus. 4. uudistettu painos. Helsinki: WSOY.

Kehitysvammaliitto. 2015. Kehitysvammaisuus pähkinänkuoressa. (viitattu 13.4.2015) Saatavissa: <http://www.kehitysvammaliitto.fi/suomeksi/tietoa-liitosta/kehitysvammaisuus/>

Kehitysvammaisten Tukiliitto ry. 2015. Mitä on kehitysvamma? (viitattu 13.4.2015) Saatavissa: <http://www.kvtl.fi/fi/kehitysvamma->

Kärki, M. 2010. Kuvallisen kasvun portfolio. Hämeenlinna: Hämeen ammattikorkeakoulu. AMK-opinnäytetyö.

Lavi, V. 1976. Kappale ja samanniminen albumi: Jokainen ihminen on laulun arvoinen. Julkaisija: Finnlevy.

Lehtonen, J. 2005. Alkusanat. Hyyppä MT, Liikanen H-L, toim. Kulttuuri ja terveys. Helsinki: Edita.

Liikanen, H-L. 2010. Kulttuuri ja taide kohtaavat elämän. Toim. Huhtinen-Hilden, L., Raninen, T. & Ranta-Meyer, T. Teoksessa Soivia kohtaamisia. Helsinki: Metropolia Ammattikorkeakoulu

Lönnrot, E. 1830. Julkaistu 2002. Suomalaisen talonpojan koti-lääkäri. Tampere: Lääketieteellinen oppimateriaalikustantamo.

Marks, J. 1949. Rudolph the Red-Nosed Reindeer, amerikkalainen joululaulu. Julkaisija: Montgomery Ward Company. Suom. Sauvo Puhtila.

Ranta-Meyer, T. 2010. Soivia kohtaamisia. Toim. Huhtinen-Hilden, L., Raninen, T. & Ranta-Meyer, T. Helsinki: Metropolia Ammattikorkeakoulu

Reponen, P. 1985. Elämän sain soimaan. Säv. Aarno Raninen. Julkaisija: MTV-musiikki, 1986.

Saisio, E. 2005. Katseen alaiset. Vantaa: Dark.

Topelius, Z. 1859. Sparven om julmorgonen. Säv. Kotilainen, O. 1913. Varpunen jouluaamuna, suom. Hougberg, K.

Vehmanen, M. 2012. Minun elämäni, Kehitysvammaisten tukiliiton julkaisusarja 3/2012. Vaasa: Oy Fram Ab.

Platon. 427-347 eaa. Lauselma.

Saarikallio, S. 2013. Musiikki on kokemuslaji. Toim. Jordan-Kilkki, P., Kauppinen, E. & Korolainen-Viitasalo, E. Musiikkipedagogin käsikirja. Tampere: Juvenes Print – Suomen Yliopistopaino, 37.