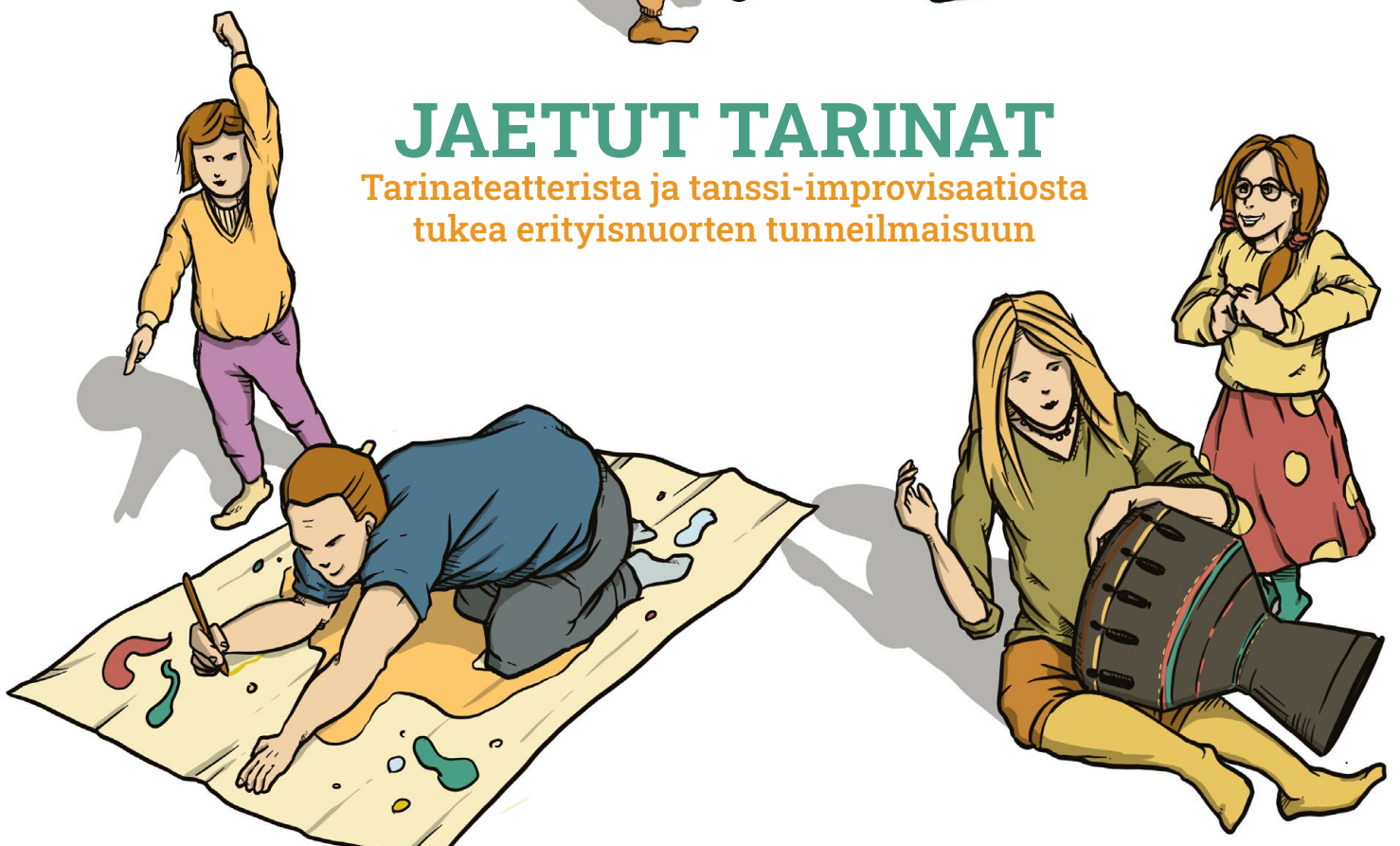




## JAETUT TARINAT

Tarinateatterista ja tanssi-improvisaatiosta  
tukea erityisnuorten tunneilmaisuun



# Sisällysluettelo

<b>JOHDANTO</b>	<b>3</b>
<b>TYÖRYHMÄN ESITTELY</b>	<b>4</b>
<b>TARINATEATTERI JA TANSSI- IMPROVISAATIO MENETELMINÄ</b>	<b>6</b>
Tarinateatterin tekniikat	6
Tarinateatteri ja musiikki	7
Tanssi-improvisaatio	7
<b>JAETUT TARINAT -PROSESSIN KUVAUS</b>	<b>8</b>
Tavoitteet	9
<b>OSALLISTUJARYHMIEN KUVAUKSET</b>	<b>9</b>
<b>TYÖRYHMÄ- JA TYÖPARITYÖSKENTELY</b>	<b>10</b>
Tanssi ja musiikki elävöittämässä tarinateatterin tekemistä	13
Työskentelyn vaikutukset ja työryhmän jäsenten kokemuksia	14
<b>ETÄ- JA HYBRIDIMENETELMÄ OSANA TOIMINTAA</b>	<b>16</b>
<b>MITÄ OPIMME? FASILITOIJAN MUISTILISTA</b>	<b>17</b>
<b>PROJEKTIN TOTEUTTAJAN TERVEISET</b>	<b>18</b>

**Tekijät:** Noora Västinen, Milja Kolmonen & työryhmä  
**Toimitus:** Päivi Lilja  
**Kuvitukset:** Antti Koski  
**Visuaalinen ilme ja taitto:** Mari Villanen

**“Hei minähän olen ihan huippu tyyppi, osaan niin monta hienoa asiaa.”**

## JOHDANTO

Jaetut Tarinat - työpajoissa kuvitteellinen taikasauva sai osallistujat liikkeelle ja oivaltamaan omaa osaamistaan. Tarinan, liikkeen ja tanssin keinoin jaettiin omia kokemuksia ja peilattiin niitä toisten kokemuksiin. Teemana olivat nuoruus, aikuiseksi kasvu ja monenkirjavat tunteet sekä niiden ilmaisu. Nuorten tarinat kertoivat heidän omasta arjestaan; kun käydään kavereiden kanssa leffassa ja sen jälkeen mennään syömään ja kotiin nukkumaan.

Vammaisperheyhdistys Jaatinen ry ja joukko tarinateatterin, musiikin, ja tanssin ammattilaisia toteuttivat Suomen Kulttuurirahaston avustuksen turvin vuoden 2021 aikana työpajasarjan ja kesäleirin erityistä tukea tarvitsevien nuorten parissa.

Mistä kaikki sai alkunsa ja mitä kaikkea tämä työpajakokonaisuus piti sisällään – sen saat selville tämän oppaan sivuilta. Opas on suunnattu inspiraation ja käytännön vinkkien lähteeksi kaikille soveltavan, osallistavan ja yhteisöllisen taiteen parissa toimiville tai niistä lisätietoa haluaville.

# Työryhmän esittely

Jaetut tarinat -projekti sai alkunsa nuorten haaveesta kokeilla luovia harrastuksia ja Paula Hackmanin halusta vastata nuorten toiveeseen kokoamalla yhteen taiteen ammattilaisia työskentelemään heidän kanssa. Visiona oli, että nuoret ja taiteen ammattilaiset kohtaisivat ja työskentelisivät yhdessä tarinateatterin ja tanssi-improvisaation keinoin. Ryhmässä käsiteltäisiin monipuolisin menetelmin omia itsenäistymiseen ja aikuistumiseen liittyviä tuntemuksia sekä muita esiin nousevia teemoja, joista tehdään näyttämölle tarinateatteriesitys.



**PAULA HACKMAN** on sairaanhoitaja, joka ei ole koskaan kokenut sairaalamaailmaa omaksi työareenakseen. Paula lähti jo opintojen aikana vammaistyön kentälle ja löysi perhetyön sekä vammaiset lapset ja nuoret, joiden kanssa on käyttänyt erilaisia luovia menetelmiä, kuten laulua, musiikkia ja roolileikkejä sekä erilaisia tunneilmaisua vahvistavia menetelmiä.

*“Syvempään yhteyteen olen päässyt lapsen tai nuoren kanssa, kun heittäydyn itse leikkimään hänen kanssaan. Leikki on kokonaisvaltaista ilmaisuvailla rajoitteilla. Siinä syntyy mahtavia vuorovaikutustilanteita.”*



**CHRISTER HACKMAN** on freelance-muusikko. Christerin pääinstrumentteina ovat erilaiset perkussiot ja hän käyttää myös melodiasoittimia sekä lauluääntä. Hän on soittanut etno-bändeissä ja säestänyt afro-, itämaista-, sekä nykytanssia mm. Helsingin kaupunginteatterissa sekä Aalto-yliopistossa. Teatterimuusikon työn lisäksi Christer on viime vuosina tehnyt paljon töitä kehitysvammaisten kanssa. Improvisointi, vuorovaikutus yleisön kanssa sekä läsnäolevan hetken aistiminen ovat esiintymisessä hänelle tärkeitä. Musiikin opettaminen on aina ollut Christerille keskeinen asia.

*“Oli ilo nähdä miten innostuneita kaikki osallistujat olivat, kun pääsivät mukaan soittamaan.”*



**MILJA KOLMONEN** on työskennellyt tarinateatterin parissa 20 vuoden ajan ensin näyttelijänä ja sen jälkeen usean vuoden ajan tarinateatteri-ohjaajana. Milja on ollut mukana useissa projekteissa, joissa tarinateatteria on yhdistetty kuvataiteeseen ja muihin toiminnallisiin ryhmätyömenetelmiin. Miljalle on tärkeää ohjata yksilöä ja ryhmää niin, että syntyy turvallinen ja hyväksyvä ilmapiiri, jossa jokaiselle on paikkansa.

*“Tunteista kertominen lähtee pienistä askelista, kunnes ne vähitellen liitetään omaan tarinaan. Syntyy tunneperäinen tarina.”*



**TAINA HUOMAN** on pitkän linjan tanssinharrastaja, klovni ja tarinateatteri-näyttelijä, joka yhdistelee työskentelyssään sujuvasti näitä taiteenlajeja. Kehollinen ilmaisu ja läsnäolo ovat Tainalle keskiössä tarinateatterin tekemisessä. Taina uskoo leikin ja spontaanisuuden voimaan luovuuden vapauttajana.

*“Usein liikutun kyyneliin nähdessäni miten tärkeää nuorelle on tulla nähdyksi ja kuulluksi tarinan kertojana tai toverin tarinan ilmaisijana.”*



**VEA VAINIO** on tanssitaiteilija, toimintaterapeutti ja jooga-opettaja. Perinteinen toimintaterapia ei ole koskaan tuntunut hänen omalta jutultaan, ja niinpä tanssin ja liikkeen tie vei mennessään. Vea on toteuttanut ja ollut mukana monissa soveltavan taiteen projekteissa vuodesta 2016 alkaen. Hän on työskennellyt eri-ikäisten ihmisten kanssa tuoden heille luovan tanssin, liikeimprovisaation, (sovelletun) joogan ja liikkeen iloa, kannustaen jokaista omaan ainutlaatuiseseen liikeilmaisuun.

*“Minusta on aina ihanaa nähdä, kun osallistujat vapautuvat, rentoutuvat ja heittäytyvät hetkeen tanssin ja liikkeen kautta.”*



**NOORA VÄSTINEN** on tanssija ja inklusiivisen tanssin opettaja. Hän tanssii ja liikkuu pyörätuolia apuvälineenä käyttäen. Oman esimerkkinsä kautta hän haluaa kannustaa ja tukea jokaisen ihmisen vapaata ja luovaa ilmaisua sekä löytöretkiä omaan liikkeeseen.

*“Parasta on, kun näen ryhmän osallistujan silmistä innostuksen ja oivalluksen, kun hän huomaa että osaa jotain, mitä ei ole ennen tiennyt osaavansa.”*



**RITVA LEHTOVAARA** on työskennellyt vammaisalalla yli kymmenen vuotta. Ennen sosiaalialalle siirtymistä hän työskenteli keraamikkona. Ritvalla on monipuolinen kokemus- ja koulutus-pohja ja hän hallitsee useita eri luovia menetelmiä ja ilmaisun tekniikoita. Hän haluaa tuoda sosiaalialan työhön erilaisia luovia menetelmiä. Jaatisen toiminnansuunnittelijana ollessaan Ritva koordinoi projektia.

*“On ihanan järisyttävää olla mukana hetkissä, joissa osallistuja on löytänyt ilmaisukeinon, jolla on pystynyt tuomaan esille jotain sisimmästään.”*

# Tarinateatteri ja tanssi-improvisaatio menetelminä

Tarinateatteri on yhteisöteatterin muoto, jossa läsnä olevan ryhmän tarinat tulevat nähdyiksi ja kuulluiksi esityksen muodossa. Tarinateatterin (Play back) ”isä” Jonathan Fox on luovuudellaan, kokemuksellaan ja inhimillisyydellään luonut maailmaan teatterimuodon, jolla voi koskettaa, puhututtaa ja yhdistää ihmisiä ilman rajoja. Jonathan Fox on vuosikymmenten ajan kehittänyt menetelmää yhdessä eri maissa olevien ryhmien kanssa, antaen jokaisen kehittää sitä sydämen viisaudellaan.

Tarinateatteria tehdään ympäri maailman kaikissa kulttuureissa. Tarinateatteri luo erilaisuutta arvostavaa kulttuuria ja kokoaa ihmisiä yhteisten kokemusten sekä tarinoiden äärelle luoden samalla yhteisöllisyyttä. Menetelmässä yhdistyvät ikiaikainen tarinankerronta, improvisaatio, kehollisuus, tanssi ja improvisoitu musiikki. Tarinateatteriin tarvitaan menetelmään perehtynyt ohjaaja, näyttelijöitä, muusikko ja yleisö, joka voi koostua myös osasta harjoitusryhmää.

## **Tarinateatteria voi tehdä erilaisin tavoittein:**

- Esiintyvä ryhmä, joka on sitoutunut kouluttautumaan säännöllisten harjoitusten kautta ja esiintymään yleisölle.
- Oppimisryhmä, joka harjoittelee tunneilmaisuutta ja tarinan kerrontaa.
- Prosessiryhmä, jossa menetelmää voi käyttää prosesseissa uuden asian oppimisessa tai omaksumisessa (esim. työnohjauksen tavoin työyhteisöissä).

## **Tarinateatterin tekniikat**

Tarinateatteri on fyysistä tekemistä, joten fyysiset lämmittelyt, leikit, hipat, tanssi, rytmikka, taputukset ja leikkimielinen improvisaatio ovat oleellisia tapaamisten alussa. Myös kuulumiskierros alkuun voi tapahtua kehollisesti, sillä se virittää osallistujaa omien kokemusten kertomiseen. Tarinateatterin tekniikoiksi kutsutaan erilaisia pieniä ja lyhyitä esityksiä, joiden avulla tunteet ja kokemukset saadaan raamitettua esitettävään muotoon. Ohjaaja valitsee sopivan tekniikan ja antaa sen sanallisesti näyttelijöille.

**Liikkuva patsas:** Tekniikka, jossa yleisöstä valittu / vapaaehtoinen kertoja kertoo lyhyen tarinan tai muiston, kuten "mitä hän teki tänä aamuna". Tämän jälkeen näyttelijät tuottavat toistuvaa liikettä ja ääntä ja yrittävät tuoda kertojan tunteen esiin. Patsaskertomus on yhdistelmä pieniä välähdyksiä kertojan tarinasta ja tunteesta.

Kun on kyse pidemmästä tarinasta, käytetään tekniikkana tarinaa, jossa tuodaan näkyväksi oleelliset kohtaukset kerrotusta tarinasta. Tarinateatterin luonteeseen kuuluu, että kertojalta kysytään aina, vastasiko tehty esitys hänen kertomustaan. Joskus se ei vastaa ja se on inhimillistä.

Tarinateatterin tapaamiset päätetään loppukierrokseen, jossa jokainen saa lyhyesti kertoa, millaisin tunnelmin lähtee harjoituksesta kotiin tai minkälainen olo jäi. Erilaisilla rituaaleilla on tärkeä merkitys tarinateatterissa, sillä ne ovat kuin yhteiset säännöt, jotka luovat siitä turvallista ja helpommin omaksuttavaa.

## Tarinateatteri ja musiikki

Tarinateatterissa muusikon rooli voi vaihdella ja sitä voidaan toteuttaa vaikka soittamisen teknisiä taitoja ei olisi kovinkaan paljon. Taiteellisten tavoitteiden kasvaessa myös muusikon perinteiset ja improvisaation taidot ovat suureksi avuksi. Soittimina toimivat erilaiset rytmisoittimet sekä melodiaa tuottavat soittimet, mutta myös itse tehdyt soittimet toimivat hyvin. Musiikin tehtävä on luoda tunnelmaa, tukea näyttelijää ja raamittaa esitystä. Harjoituksissa jokainen voi kokeilla muusikkona olemista.

## Tanssi-improvisaatio

Tanssi-improvisaatio, tanssi ja luova liike pohjautuvat ajatukselle, että jokaisella keholla on oma ainutlaatuinen tarinansa kerrottavanaan ja jokainen keho osaa tanssia.

**Tärkeintä on osallistujan kokemus, ei se kuinka isona liike ulospäin näyttäytyy.**

**-NOORA VÄSTINEN**

Työpajoissa ohjatut harjoitukset on ammennettu DanceAbility -menetelmän kautta sekä useista muista tanssin ja liike-improvisaation menetelmistä. DanceAbility on amerikkalaisen



Alitto Alessin 80-luvun alkupuolella kehittämä menetelmä ja se on rantautunut Suomeen v. 2008 Gunilla Sjövallin ja Sally Davisonin tuomana. Työskentelyn lähtökohta on ihmiskeho ja yhteisen nimittäjän löytäminen koko ryhmälle. Menetelmä kehittyy ja elää jatkuvasti osallistujien omakohtaisten kokemusten kautta.

Kehon oma kieli syntyy, kun lähdetään työskentelemään liikkeen kanssa; mitä liikkeessä on jo valmiiksi läsnä ja miten todella tiedostetaan jokainen liike. Mikä tahansa liike voi olla oman olemuksemme luovaa ilmaisua. Se voi auttaa meitä olemaan syvemmissä yhteydessä itseen, muihin ihmisiin ja ympäröivään maailmaan. DanceAbility-menetelmä herkistää aisteja, kehittää intuitiota ja auttaa luovuuden avautumisessa sekä oman itsen ja toisten kuuntelemisessa. Tämä puolestaan vahvistaa yhteisöllisyyttä, estää syrjäytymistä ja lisää hyvinvoinnin tunnetta.

**Tanssi-improvisaatiossa ei tavoitella perinteisen mielikuvan mukaisia liikesarjoja eli koreografioita. Sillä minkälainen kehon pystyvyys / kyvykkyys, eli engl. ability on, ei ole merkitystä. Jokainen keho ja jokainen liike on yhtä arvokas. Liike lähtee yksilöstä ja hänen vapaasta tavastaan ilmaista. Emme voi koskaan nähdä ja täysin tietää toisen ihmisen mielen sisäisiä liikkeitä. Myös pelkkä hengittäminen on liikettä ja ulospäin näyttäytyvä paikallaan olo voi olla sisäisesti koettuna vaikkapa matka vuoristoradassa.**

**-NOORA VÄSTINEN**

## Jaetut tarinat - prosessin kuvaus

Jaetut tarinat toteutettiin vuoden 2021 aikana osittain hybriditoteutuksena. Keväällä oli kuusi työpajaa, joista neljä tarinateatteria ja kaksi tanssi- ja liikepajoja. Työpajoissa toistui sama tuttu rakenne; alkulämmittely, itse tekeminen ja selkeä lopetus. Teemana keväällä oli tunteiden ilmaisu.

Kesällä toteutettiin erityistä tukea tarvitseville lapsille ja nuorille neljän päivän mittainen Jaetut tarinat -kesäleiri Jaatisen Majalla. Leirillä oli ohjattua toimintaa, jossa tarinateatteri- ja tanssityöpajat vaihtelivat vuoronperään. Leiripäivien ohjelmaan mahtui lisäksi monenlaista mukavaa kesätekemistä ja vapaata oleilua. Leiriläiset valmistivat yhdessä ohjaajien kanssa esityksen, joka esitettiin lasten ja nuorten läheisille leirin viimeisenä päivänä.

Syksyllä Jaetut tarinat -työpajoja toteutettiin lähes joka viikko kahdessa eri yksikössä. Työpajoissa toistui edelleen sama tuttu rakenne; alkulämmittely, itse tekeminen ja selkeä lopetus.



Syksyn työpajojen teemana oli mm. itsenäisyys. Projekti huipentui itsenäisyyspäivän esitykseen, joka koostui tanssin ohjaajien liikeharjoituksesta ja tarinateatteriesityksestä. Esityksen teemana oli 'Millaista on olla suomalainen'.

## Tavoitteet

Jaetut Tarinat -projektin tavoitteena oli tarjota 15-29 -vuotiaille vammaisille nuorille mahdollisuus käsitellä nuoruutta ja aikuistumista taiteen keinoin, erilaisten teemojen kautta luovan ilmaisun työpajoissa. Tarkoituksena oli, että nuori voi saada ryhmässä vertaistukea toisten nuorten samankaltaisista kokemuksista ja oppia esimerkiksi ilmaisemaan kehollisuuttaan sekä löytämään kauniita ja hyviä puolia itsestään. Toimintaan luotiin hyväksyvä ilmapiiri ja tietoisesti valittiin harjoitteita sekä menetelmiä, joissa oli mahdollista harjoitella empatiaa, tunnetaitoja ja kykyä samaistua toisen tilanteeseen. Työpajojen menetelminä toimivat tarinateatteri ja luova liike sekä tanssi.

## Osallistujaryhmien kuvaukset

Luovan ilmaisun työpajoja toteutettiin kahden eri ryhmän kanssa.

Ensimmäinen ryhmä keväällä 2021 oli pilottiryhmä, jossa oli neljä eteläsuomalaisen erityisammattiopiston opiskelijaa. Kokemus oli niin onnistunut ja rohkaiseva, että syksyllä 2021 ryhmän kanssa työskentelyä jatkettiin ja sitä laajennettiin kahdeksaan opiskelijaan. Opiskelijat osallistuivat työpajoihin kahdesta eri erityisammattiopiston ryhmästä, oman halukkuutensa perusteella.

Toinen ryhmä koostui kahdeksasta 18-26 -vuotiaasta päivätoimintakeskuksen nuoresta aikuisesta. Päivätoimintakeskus tarjoaa monipuolista virikkeellistä toimintaa vammaisille aikuisille päiväaikaan. Osallistujat valikoituivat ryhmään oman halukkuutensa perusteella sekä päivätoimintakeskuksen ohjaajien suosituksen kautta.

Osa päivätoimintakeskuksen nuorista ei tuottanut puhetta, joten tässä ryhmässä käytettiin kommunikaation ja tunteiden ilmaisun tukena erilaisia kuvakortteja. Ryhmässä kiinnitettiin nonverbaaliseen viestintään erityistä huomiota toimivan vuorovaikutuksen varmistamiseksi.



# Työryhmä- ja työparityöskentely

Jaetut tarinat -projekti toteutettiin suunnitteluvaiheesta loppuun asti nimensä mukaisesti jakaen. Moniammatillinen työryhmä koostui idearikkaista ja kokeneista taiteen ja sosiaali- sekä terveysalan ammattilaisista. Ryhmän laaja tietotaito ja keskinäinen yhteistyö mahdollisti onnistuneen prosessin ja lopputuloksen.

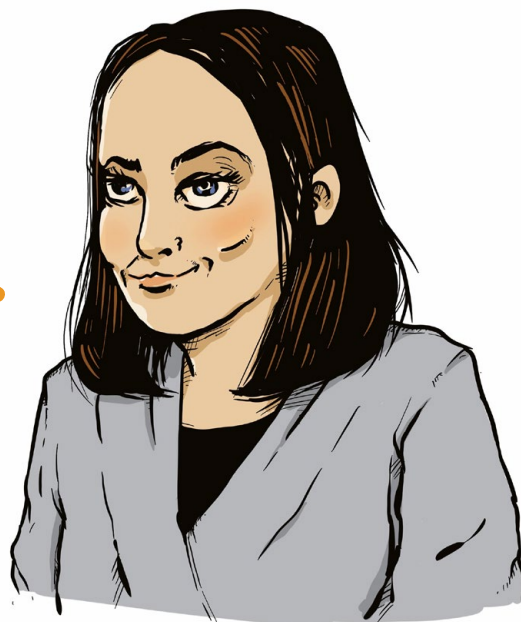
Kevään ja syksyn tarinateatteri- ja tanssityöpajat pidettiin omina erillisinä kokonaisuuksina, mutta tukien toinen toistaan. Jokaista työpajaa ohjasi kaksi ohjaajaa: Tarinateatteri-tiimi: Milja ja Taina, tanssi-tiimi: Noora ja Vea. Muusikko Christer oli mukana kaikissa tarinateatterityöpajoissa ja säesti muutamassa tanssin ja luovan liikkeen työpajassa. Idean ”äiti”, koollekutsuja, Paula kulki koko prosessin nuorten rinnalla jokaisessa pajassa ja piti langat käsissä. Jaatisen toiminnansuunnittelija Ritva auttoi puolestaan hankehakemuksissa, suunnittelupalaverien koollekutsumisessa ja monissa fasilitointiin liittyvissä käytännön asioissa, kuten etäyhteyksien varmistaminen ja Jaatisen tilojen varaaminen.

*Tanssityöpajoja ohjattaessa koin tärkeäksi ja käytännöllisesti helpommaksi työskennellä yhdessä työparin kanssa. Tällöin meillä on mahdollisuus ohjaajina täydentää toinen toisiamme, nähdä asiat eri perspektiiveistä; suunnitella, ohjata, arvioida ja kehittää toimintaa monipuolisemmin. Koen, että oma ammattitaitoni voi kehittyä enemmän, kun voin käydä dialogia toisen ohjaajan kanssa ohjaustilanteista.*



Noora, tanssityöpajojen ohjaaja

Tunsin osan nuorista  
aiemman työni kautta.  
Erityisnuorilla on samanlainen tarve  
jakaa nuoruuteen liittyviä asioita ja kokea  
yhteyttä, kuten kenellä tahansa nuorella.  
Projektin idea lähti tästä tarpeesta.  
Halusin mahdollistaa sellaisen  
ympäristön, jossa nuoret voivat luoda  
sosiaalisia suhteita yhteisen  
harrastuksen parissa,  
turvallisessa ympäristössä.



Paula, mukana koko projektin ajan  
nuorten tukena

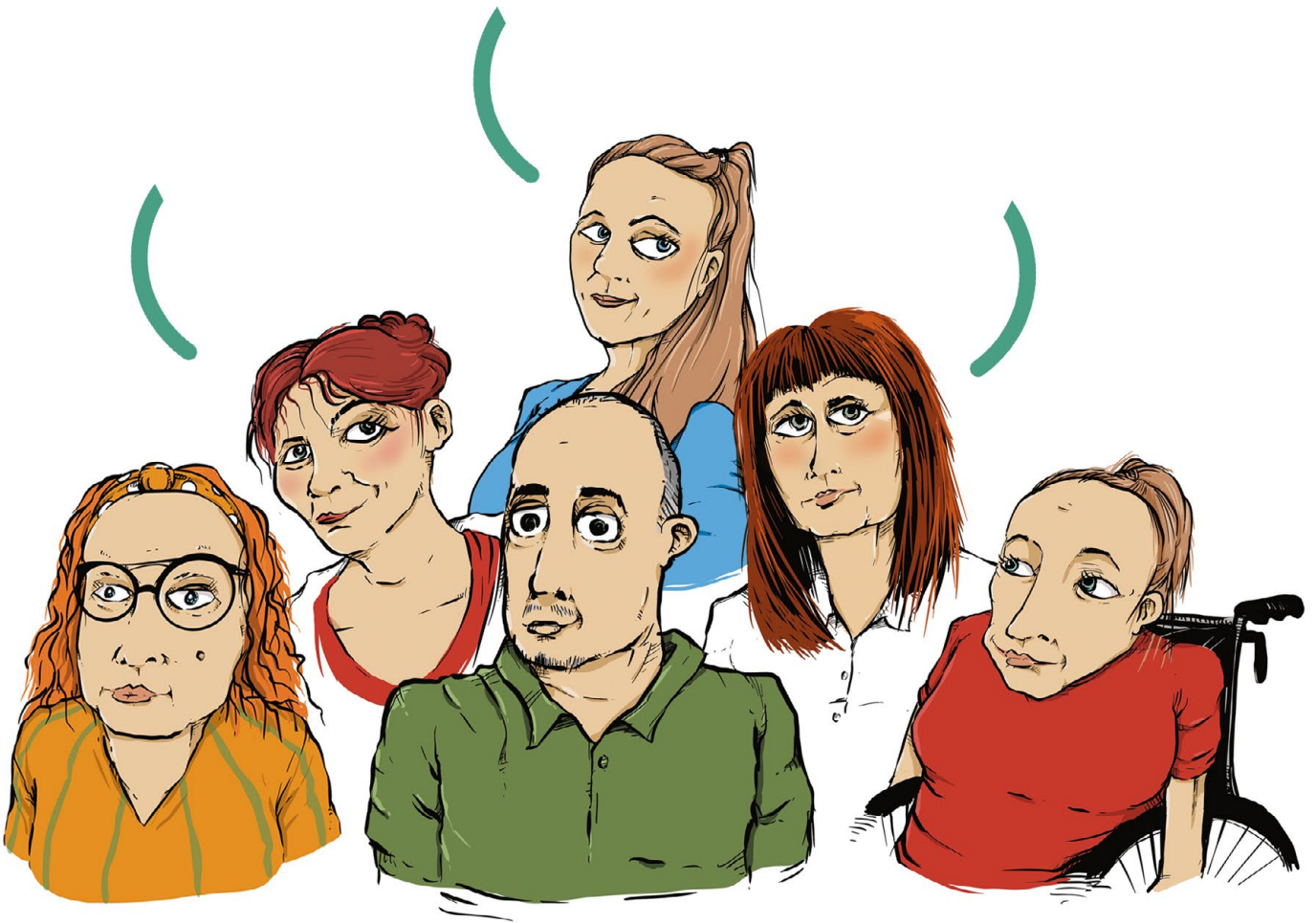
Roolini oli olla nuorten  
rinnallakulkija koko matkan ajan.  
Varmistin, että heidän erityis-  
tarpeensa huomioidaan ja kaikilla  
on turvallinen olo. Työpajojen  
ohjaajat pystyivät keskittymään  
omaan työhönsä, kun minä olin  
taustalla ja huolehdin että  
punainen lanka pysyy käsissä  
koko matkan ajan.



Milja, tarinateatteriohjaaja

Minulle Jaetut tarinat -  
projekti oli kokemuksena  
mielenkiintoinen. Meitä oli kolme  
tarinateatterin tekijää; me ohjaajat  
ja muusikko. Pystyimme siirtämään  
ohjausvuoroa toinen toisillemme,  
jos tilanne sen vaati ja näin olimme  
koko ajan tilanteen tasalla. Netti yhteys  
ja toisen ohjaajan etäläsnäolo sen kautta  
tuntui luovan osallistujiin turvallisuuden  
tunnetta. Työpajan jälkeen pidimme aina  
työryhmällä jakamishetken, jotka  
olivat antoisia ja toivat esiin  
kehittämiskohteita.

*Kesäleirillä, jossa työskentely oli intensiivisempää, Paulan roolista nuorten rinnallakulkijana tuli entistä tärkeämpi. On tärkeää, että tällaisissa projekteissa on henkilö, joka näkee tilanteen kokonaiskuvan ja pystyy tarjoamaan nuorille myös happihyppelyä, taukoa, leikkiä, lepoa. Silloin me taideopettajat voimme keskittyä opetustyöhön ja olla huoletta, sillä tiedämme, että on joku joka varmistaa, että lapsilla ja nuorilla on kaikki hyvin.*



## Tanssi ja musiikki elävöittämissä tarinateatterin tekemistä

Tanssityöpajat olivat kevään ja syksyn 2021 kokonaisuudessa erillisiä työpajoja, jotka tukivat tarinateatterityöskentelyä koko prosessin ajan. Tanssityöpajoissa keskityttiin pelkästään tanssiin ja liikkeelliseen ilmaisuun ja jätettiin puhe vähemmälle. Improvisaatio, heittäytyminen ja läsnäolo olivat yhteisiä elementtejä tarinateatteri-työpajojen kanssa. Kuten tarinateatteri-pajoissa, myös tanssin ja luovan liikkeen pajoissa oli joka kerralla tietty toistuva tuntistruktuuri, joka alkoi alkupiiristä, jota seurasi erilainen variaatio tanssi- ja liikeharjoituksia. Työpajojen päätteeksi saattoi olla lyhyt rentoutushetki ja loppupiiri /-reflektio, jossa jokainen osallistuja sai jakaa omia sen hetkisiä kokemuksiaan, verbaalisesti tai muulla tavoin näyttäen. Vaikka jokainen kerta oli sisällöltään erilainen, toistuvalla tuntistruktuurilla haluttiin luoda osallistujille selkeyttä ja turvallisuuden tunnetta.

Musiikki oli tärkeässä roolissa, osana Jaetut tarinat -työpajojen kulkua. Osallistujat saivat itse valita soittimensa, joilla tehtiin erilaisia ryhmäimprovisaatioita, kuten esimerkiksi soittoympyrässä soittamista. Harjoituksessa jokainen osallistuja sai vuorotellen soittaa oman soolonsa ja välillä soitettiin koko ryhmän voimin. Kaikki tapahtui pääosin osallistujien ehdoilla. Tavoitteena oli, että jokainen osallistuja voi saada onnistumisen kokemuksia ja itseluottamusta sekä sitä kautta heissä voi herätä kiinnostus musiikin eri ulottuvuuksia kohtaan. Musiikin kautta tutkittiin ja harjoiteltiin myös erilaisia dynamiikkoja, eri säveliä ja tunnelmia, rytmikkäitä sekä toisten kuuntelemista. Musiikilla oli selkeä kokoava voima ja se vaikutti osallistujien keskittymiskykyyn - moni olisi halunnut soittaa mielellään pidempäänkin.



## Työskentelyn vaikutukset ja työryhmän jäsenten kokemuksia

Joskus tunteita on vaikea eritellä tai sanoittaa, mistä tunteesta on kyse. Tunteet voivat tuntua epämääräisenä möykkynä. Kevään ja syksyn 2021 tanssityöpajoissa harjoiteltiin paljon liikeimprovisaation kautta nonverbaalista tapaa ilmaista tunteita; kun tunnen iloa, missä asennossa kehoni on, minkälaista liikkeeni, askeleeni ovat? Kun olen vihainen, pelokas, pettynyt, ihastunut, onnellinen, miten liikkeeni muuttuu? Tanssityöpajojen harjoitukset suunniteltiin tukemaan tarinateatterin prosessia.

**-NOORA**

Vaikuttavinta työskentelyssä oli miten nopeasti nuoret sukelsivat teatterin maailmaan. Erilaiset tekniikat otettiin nopeasti haltuun. Keholla tunteiden ilmaisu ilman sanoja näytti luontevalta osallistujille. Tunteiden ilmaisun tärkeys välittyi nuorilta ohjaajille.

**-MILJA**

Maalaus ja piirustus tarinateatterin ohella helpotti tunneilmaisua ja tarinoiden kertomista. Kesäleirillä tämä tuli erityisesti näkyviin, kun maalattiin kesämuistoja. Maalaukset saivat useampia tapahtumia ja syvällisempiä merkityksiä. Maalaamisen lisäksi esimerkiksi kuvakortit ja esineet auttavat löytämään sanat ja sanattomat viestit sekä tunteet läsnäolevaan hetkeen. Eriväriset kankaat ja huivit toimivat ryhmäläisten tunteiden ilmaisussa. Niitä käytettiin lisäksi erilaisissa pari- ja ryhmäharjoituksissa ja ne helpottivat toisiin liittymisessä; monen oli helpompi olla kontaktissa toiseen, kun pidettiin kiinni yhteisestä kankaasta.

**-MILJA**

Jokainen haluaa tulla nähdyksi, kuulluksi ja ymmärretyksi. Jos sanoja ja verbaalista puhetta ei ole käytössä, on erityisen merkittävää, että tunteelle ja sen ilmaisulle löytyy jokin muoto. Tekemiemme harjoitusten vaikutus näkyi nuorten läsnäolon vapautumisena, tunteiden kirjo tuli näkyviin, ja nuoret saivat ilmaista myös kielteisiä tunteita.

**-NOORA**

Oli hienoa nähdä yksilöllisiä kasvutarinoita osana ryhmätyöskentelyä. Vaikutti siltä, että yksilön rohkeus kasvoi suhteessa ryhmän rohkeuteen. Yhdellä nuorella oli työpajoissa mukanaan kirja, joka oli hänelle ns. turva-esine. Kahdella ensimmäisellä kerralla hän piiloutui sen taakse, eikä juurikaan laskenut kirjasta irti. Seuraavilla kerroilla kirja tuli mukaan, mutta se jäi seinän viereen odottamaan harjoitusten ajaksi työpajan loppua.

**-MILJA**

Päivätoimintakeskuksessa oli nuori, joka käytti liikkumisen apuvälineenä pyörätuolia, aivan kuten minäkin. Huomasin että nuoren oli toisinaan vaikeaa hahmottaa yleisiä ohjeita tai saada harjoituksen ideasta kiinni. Kaikki muut työpajaan osallistuvat liikkuvat kävellen. Yhdessä työpajassa liikkuessamme liikuntasalin päästä toiseen eri tyyliellä, menin nuoren vierelle kulkemaan omalla pyörätuolilla. Koin, että siinä hetkessä meidän välille syntyi yhteys. Nuoren sisältä alkoi vapautumaan täysin uudenlaisia liikkeitä, kun hän oivalsi miten saman harjoituksen voi tehdä myös pyörätuolista käsin. Taas kerran muistin vertaisoppimisen tärkeän merkityksen!

**-NOORA**

Työryhmän jäsenten heittäytyminen ja ammattimainen ote muokata harjoitteita kuhunkin tilanteeseen sopiviksi teki minuun suuren vaikutuksen. Nuorilla oli erilaisia päiviä; aina ei huvittanut osallistua, keskittymiskyky ei riittänyt tai huvitti tehdä jotain muuta. Näissä tilanteissa nuoret opettelivat sietämään ja nimeämään ikäviä tunteita ohjaajien avustuksella. Tilanne saattoi ratketa siihen, kun muut nuoret jakoivat kokemuksiaan tai näyttivät, missä kohtaa kehoa heillä tämä ikävä tunne tuntuu tai millaista liikettä tunne herättää kehossa. Työpajassa myös ikävät tunteet sallittiin ja niille annettiin muoto ja tila.

**-PAULA**

Osallistujien ilo, nauru ja liittyminen toisten kokemuksiin nostatti ryhmän energian käsin kosketeltavaksi. Pienetkin tapahtumat huomioitiin ja nuoret saivat siitä heti kannustavan palautteen, joka näkyi muun muassa vapautuneena ja rohkeana osallistumisena. Ryhmässä syntyneestä luottamuksesta kertoi esimerkiksi se, että vaikeat aiheet kuten yksinäisyys ja pelot - joista ei alkuun haluttu puhua, uskallettiin tapaamisten viimeisillä kerroilla luoda näyttämölle tarinaksi.

**-MILJA**



Minulle muusikkona tärkein kokemus oli vuorovaikutus leirin osallistujien kanssa. Pyrin näkemään jokaisen leiriläisen henkilökohtaiset vahvuudet ja tällä tavalla saamaan kontaktin jokaisen kanssa. Huomasin, että kun mentiin heidän ehdoillaan, syntyi hienoja asioita. Oli helppo työskennellä ryhmän kanssa, kun oli myös muita ohjaajia, jotka antoivat paljon tukea. Leirin viimeisen päivän esityksessä muusikkoina olleet nuoret säästivät kanssani esityksen kulkua ja osallistuivat siten kokonaisuuteen aktiivisesti. Siinä tuli harjoiteltua yhteistyötä ja muiden kuuntelemista. Uskon tällä kaikella olleen positiivista vaikutusta nuoren itsetuntoon.

-CHRISTER

## Etä- ja hybridimenetelmä osana toimintaa

Koronapandemia ja sen tuomat kokoontumisrajoitukset asettivat haasteita Jaetut Tarinat -työpajojen käytännön toteutukselle. Toisaalta vallitseva tilanne sai aikaan sen, että pystyttiin kokeilemaan ja kehittämään aivan uudenlaisia käytäntöjä; tekemään yhteisöllistä taidetta ja luomaan yhteyttä, fyysisistä etäisyyksistä huolimatta.

Suurin osa harjoituksista, joita oli suunniteltu paikan päällä tehtäviksi, muuntui pienillä muokkauksilla hyvin toimiviksi myös etätyöpajoissa. Entistäkin tärkeämpään asemaan vuorovaikutuksessa nousi toisten kuunteleminen sekä selkeys ohjeiden kertomisessa ja demonstraatioiden näyttämisessä. Etätyöpajoissa osallistujien kanssa fyysisesti läsnä olevien avustavien ohjaajien rooli on huomattavasti suurempi kuin työpajoissa, joissa taidetyöpajojen ohjaajat ovat fyysisesti samassa tilassa paikan päällä ohjaamassa.

Fyysisesti läsnä oleva ohjaaja on se henkilö, joka näkee mitä tapahtuu myös kameran ulkopuolella ja täten hän pystyy suuntaamaan osallistujien huomiota työpajan kulkuun. Myös fyysisellä tilalla, jossa työpaja toteutetaan, on suuri merkitys. Etätyöpajoissa esimerkiksi kouluympäristöissä toimiessa optimaalinen tilan koko on tavallinen luokkahuone, josta pulpetit on siirretty esimerkiksi huoneen sivuun. Liian iso tila - kuten liikuntasali ei toimi etätyöpajoissa, sillä siellä huomio helposti "hajoaa" tilaan.



# Mitä opimme?

## Fasilitoijan muistilista

- Tavoitteita tukemaan on hyvä tehdä konkreettinen tuntisuunnitelma. Ohjaustilanteessa on havainnoitava ryhmää ja oltava valmius tarpeen mukaan muuttaa alkuperäistä suunnitelmaa.
- Etäyhteyden luominen vie yllättävän paljon aikaa. Yhteyksien virittämiseen, sekä äänen ja kuvan laadun varmistamiseen on hyvä varata aikaa runsaasti. Ohjaajalla kannattaa olla mukana oma kannettava tietokone ja mahdollisuus jakaa internetyhteys omalta laitteelta siltä varalta, jos yhteydet pätkivät.
- Tutustu tilaan ennalta ja varaa riittävästi aikaa alku- ja loppuvalmisteluihin.
- Kello on hyvä olla nähtävissä ja on hyvä sopia vastuuhenkilö, joka seuraa ajan kulkua.
- Maalaus- ja piirustustyöskentelyyn kannattaa valita hyvälaatuisia ja kestäviä välineitä ja materiaaleja. Materiaalia tulee olla riittävästi ja paperin koon valintaan kannattaa kiinnittää huomiota. Isolle paperille maalatessa koko keho pääsee mukaan työskentelyyn.
- Verbaalisen kommunikaation tukena voidaan käyttää erilaisia kuva- ja kommunikaatiokortteja, joita löytyy myös internetistä.
- Huolehdi projektin dokumentaatiosta ja varmista esimerkiksi kuvausluvut jo toiminnan alkaessa. Huomioi lupien säilyttäminen tietoturvallisesti myös projektin jälkeisenä aikana.
- Työryhmän sisäisestä työnjaosta ja tiedon välityksestä kannattaa sopia yhdessä.

Vinkkejä kuvakommunikaatioon voit katsoa esimerkiksi Papunetin sivuilta:

[www.papunet.net/teemat/kvakommunikointi](http://www.papunet.net/teemat/kvakommunikointi)



# Projektin toteuttajan terveiset

Jaetut tarinat -projektista saatujen kokemusten perusteella on selvää, että luova ja tavoitteellinen taidetoiminta on tärkeää ja merkityksellistä nuorten kasvun tukemisessa. Jaetuissa tarinoissa oleellista oli nuorten omat ajatukset, niiden kuunteleminen ja jakaminen yhdessä toisten kanssa. Yhteisöllinen ja luova tekeminen voi lisätä nuorten omia mahdollisuuksia ja rohkeutta osallistua myös tulevaisuudessa. Toivomme, että mahdollisimman moni nuori pääsisi osalliseksi luovasta tekemisestä ja yhteistyöstä taiteen ammattilaisten kanssa.

## Vammaisperheyhdistys Jaatinen ry

Joukko vammaisten lasten vanhempia perusti Vammaisperheyhdistys Jaatinen ry:n vuonna 1997. Jaatinen sai nimensä Arto Paasilinnan romaanista Onnellinen mies. Romaanin päähenkilö, siltainsinööri Akseli Jaatinen osoittaa sellaista rohkeutta, pitkäjänteisyyttä, voimaa ja luovuutta, jota myös vammaisten lasten vanhemmista ja läheisistä löytyy. Yhdistys kannustaa vammaisten lasten ja nuorten perheitä jakamaan tukea, tietoa, ideoita ja iloa toistensa kanssa.

Vammaisperheyhdistys Jaatinen ry tarjoaa vertaistukea, tietoa, tapahtumia, kerhoja ja koulutuksia. Jaatinen toimii ilman kunta- ja diagnoosirajoja. Kaikki ovat lämpimästi tervetulleita mukaan toimintaan, olivatpa jäseniä tai eivät. Jaatiselle on tärkeää osallistua aktiivisesti vaikuttamistyöhön vammaisperheiden elämänlaadun parantamiseksi.

Yhdistyksen kotipaikka Jaatisen Maja sijaitsee Helsingin Malminkartanossa. Majaa voi kutsua vammaisten lasten, nuorten ja heidän perheidensä omaksi olohuoneeksi. Esteettömissä ja monipuolisissa tiloissa on esimerkiksi kaksi aistihuonetta sekä leikkihuone monipuolisine leluineen.

Vammaisperheyhdistys Jaatinen ry pitää yllä toimintavälinevuokraamoja yhteistyössä Malikkeen kanssa. Vuokraamosta löytyy toimintavälineitä testattavaksi ja vuokrattavaksi, esimerkiksi maastopyörätuoleja, tandempyöriä, laskettelukelkkoja ja luistelutukia. Jaatisella on myös pelivuokraamo, josta löytyy muun muassa erilaisia helposti sovellettavia pelejä, kuvitettuja loruja sekä erilaisia kuntoutuksen välineitä, kuten Taikofon ja painopeittoja.