

ARJEN SANKAREITA JA SANOITTAJIA

Toiminnalliset, osallistavat menetelmät uusperheneuvojan työssä

UUSPERHENEUVOJAKOULUTUS 2014

Kehittämistyö

Tuula-Maarit Rosten

SISÄLLYSLUETTELO

1 JOHDANTO	3
2 MIKÄ UUSPERHE	4
2.1 Ilmiötä uusperheen sisällä	4
3 OSALLISTAVA DRAAMA MENETELMÄNÄ.....	6
3.1 Prosessidraama	6
3.2 Menetelmiä ja tekniikoita.....	7
4 SUUNNITTEILLA UUSPERHELEIRI.....	11
4.1 Tapahtuman tausta.....	11
4.2 Leirin toteutus.....	11
4.3. Prosessidraamaa äidelle ja äitipuolille.....	12
4.3.1 Esimerkki leirin koulutusosiosta.....	12
6. JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA.....	17
LÄHDELUETTELO	19

1 JOHDANTO

Olen opiskellut aikaisemmin toiminnallisia menetelmiä kahdessa pitkäkestoisessa koulutuksessa. Toinen oli yhteisöteatterikoulutus ja toinen foorumteatterikoulutus. Kummassakin koulutuksessa opiskeltiin kattavasti erilaisia toiminnallisia menetelmiä. Kiinnostuin asiasta siinä määrin, että myöhemmin kouluttajana ja ryhmien ohjaajana toimiessani opetukset perustuivat pääsääntöisesti toiminnallisiin menetelmiin.

Uusperheneuvojakoulutuksen aikana kuitenkin ilmeni menetelmissä uusia, itselleni vieraita osa-alueita, joita voi hyödyntää sekä yksilö- että ryhmätapaamisilla. Minulla ei myöskään ole aikaisempaa kokemusta uusperheellisille suunnatusta toiminnasta.

Tavoitteena on tämän kehittämistyöni aikana lisätä jo ennestään omaksumaani tietoa ja suunnitella malli toiminnallisesta leiritapahtumasta uusperheellisille. Lisäksi tuon esille joitakin yksilö- ja ryhmätapaamisissa käytettäviä toiminnallisia menetelmiä ja tekniikoita, sekä käytäntöön soveltuvan esimerkin prosessidraamastatyöskentelystä.

Leirin ryhmätoiminta koostuu erilaisista teemoista, joissa on mahdollisuus pohtia uusperheen arkea, haasteita ja mahdollisuuksia. Työni kohderyhmänä ovat päiväkotikäisten lasten uusperheen vanhemmat. Työni taustalla on ratkaisukeskeinen lähestymistapa.

Ratkaisukeskeisessä ajattelussa on kysymys siitä, että suunnataan keskustelu pois ongelmista kohti ratkaisuja ja tulevaisuuden toiveita. Ongelmakeskeisestä työskentelystä ratkaisukeskeiseen siirtyminen lisää osapuolten välistä yhteistyötä, sekä luovuutta ja kekseliäisyyttä uudenlaisten ratkaisujen löytämiseen. (Furman, B. & Ahola, T. 2012, 64-65.)

Ratkaisukeskeisen työskentelytavan taustalla on ajatus, että jokaisella ihmisellä on itsellään vastaus omien ongelmiansa ratkaisuihin. Hän tarvitsee vain tukea niiden esille tulemiseen. Ihmiselle voidaan tarjota ratkaisumalleja, mutta hän itse oman elämänsä asiantuntijana tietää mikä on hänelle paras ratkaisu. Ratkaisukeskeinen lähestymistapa voidaan nähdä ennen kaikkea suhtautumisena ja asenteena, jossa ongelmista on helpompi puhua myönteisemmin ja myös lähestyä niitä rakentavasti. (Furman, B. & Ahola, T. 2012, 129-131.)

2 MIKÄ UUSPERHE

Uusperhe muodostuu yhteisessä taloudessa asuvan kahden ihmisen uudesta parisuhteesta, jossa vähintään toisella tai molemmilla on aikaisemmasta parisuhteesta lapsi tai lapsia ja jotka lapset ovat olleet mukana jo siinä vaiheessa kun liittoa ollaan oltu solmimassa tai yhteen muuttaessa. Uusperheen muodostavat aikuiset ja lapset yhdessä. (Kurjenrauma, K. & Ketola, E. 2013.)

Uusperhe syntyy neljän eri kulttuurin tuotoksena. Niitä ovat molempien puolisoitten lapsuudenperhe ja ex-perheet- sekä yksi yhteinen perhe. Uusperhettä perustettaessa rakkaus ja läheisyys saavat uusia ulottuvuuksia ja käsityksiä entisten tilalle. Uusissa vuorovaikutuskuviossa joudutaan opettelemaan uusia vuorovaikutussuhteita, kommunikaatiotapoja ja taitoja, sekä luomaan yhteisiä sääntöjä.

Parisuhteissa on tärkeää ylläpitää me-henkeä ja positiivisia tunneyhteyksiä. Vuorovaikutustaitoja opettelemalla voidaan saada parisuhteelle entistä toimivampi perusta. (Malinen, V. & Larkela, P. 2011, 34-35.)

2.1 Ilmiöitä uusperheen sisällä

Uusperhe ja uusparisuhde joutuvat useiden haasteiden eteen. Aikaisemmat parisuhteet, uudet sukulaissuhteet, ehkä lasten mustasukkaisuus ja uudet vanhemmuudet ovat jatkuvasti läsnä. Uusperheessä on erityisen tärkeää puhua ääneen asioita, tehdä yhteisiä sopimuksia, pohtia suhteita ja yhdessä määritellä missä kenenkin paikka on. Perheen sisällä voi nousta ongelmaksi esim. se, että toinen aikuinen alkaa kokea ulkopuolisuuden tunnetta toisen puolison kiinnittäessä huomiotaan omaan lapseensa. Näissä tilanteissa on tärkeää hakea ulkopuolisen apua ja nostaa asia avoimesti pöydälle käsittelyyn.

Uusperheen rakenteiden luominen tuo varmuutta suhteen tulevaisuuteen. Uusperhe on haasteellinen perhemuoto, koska siinä parisuhdetta aletaan rakentamaan suoraan kahden erilaisen maailman ympärille. Kun kaksi perhettä yhdistyy, niin jäsenet siinä joutuvat moniin erilaisiin, vuorovaikutuskuvioihin. Uuden perheen perustaminen alkaa uudenlaisten vuorovaikutussuhteiden, kommunikaatiotapojen ja yhteisten sääntöjen luomisesta.

Uusperheen vanhempien kesken toimiva yhteistyö on erityisen tärkeää. Uusperheen aikuiset luovat säännöt ja opettavat ne sitten lapsille. Säännöistä on tärkeää myös pitää

kiinni. Säännöt vahvistavat perhettä ja sen yhteenkuuluvuutta. (Malinen V. & Larkela P. 2011, 45-51.)

Toisinaan uusperhe tulee kuitenkin tilanteeseen, että pelisääntöjä on rakennettu, mutta siitä huolimatta perheen sisällä ongelmat lisääntyvät. Uusparin on tärkeää tunnistaa niitä ulkopuolisia tekijöitä, jotka estävät esim. perheen perheytymistä. Olisi hyvä myös löytää omia ongelmakohtia, saada tukea ja tietoa lastensa erilaisiin kehitysvaiheisiin. Näissä tilanteissa olisi hyvä hakea apua ja kääntyä ammattiauttajien puoleen. (Malinen, V. & Larkela, P. 2011, 62.)

3 OSALLISTAVA DRAAMA MENETELMÄNÄ

Draaman käsitteen määrittely viittaa brittiläiseen perinteeseen. Draamakasvatus on eräänlainen yläkäsite, joka sisältää kaiken sen draaman ja teatterin, jota tehdään erilaisissa oppimisympäristöissä. Se tarkoittaa sitä, että draamakasvatuksessa yhdistyy teatteri ja kasvatus, eli kysymyksessä on laajan leikin, draaman ja teatterin kirjon hyödyntämisestä. Sen sisällä ovat sekä esittävän, osallistavan, että soveltavan draaman genret eli lajityypit. (Heikkinen, H. 2004, 19-22.)

Koska draamakasvatuksen sisällöt otetaan usein yhteiskunnasta ja kulttuurista, sen sisältöihin valikoituu usein tutkittavaksi erilaisia eettisiä teemoja, kuten ihmisten välillä tapahtuvaa vallankäyttöä, ihmisten kohtaamista ja yhteisöjen jäsenenä toimimista.

Draamakasvatuksen genreissä eli lajityypeissä prosessi ei yleensä perustu ennalta kirjoitettuun tekstiin. Niissä tarinat kirjoittautuvat samalla kun prosessi etenee. Prosessin aikana osanottajat jakavat usein muiden osallistujien kanssa kokemusmaailmansa, arvonsa, tietonsa ja taitonsa. Tämä johtuu siitä, että prosessi ei ole vielä valmis, eikä voida tietää mikä on sen lopputulos. (Heikkinen, H. 2004, 20-22.)

Draamatyöskentelyssä käytettäviä tekniikoita on vaikea määritellä, koska niissä ainoana rajana on mielikuvitus. Esimerkiksi alkulämmittelyissä voi käyttää mitä tahansa ryhmälle sopivaa peliä tai leikkiä. Draamaohjaajana toimiminen vaatii paljon omakohtaista kokemusta draamatyöskentelystä ja vastuullisuutta ryhmän ohjaajana. (Vuorinen, I. 1993, 11.)

3.1 Prosessidraama

Prosessidraama on opetusmenetelmä ja sen juuret tulevat teatteritaiteesta. Se on yksi osallistavan teatterin muodoista. Se on moniulotteinen draamallinen tapahtumasarja, jossa osallistujat osallistuvat prosessin kulkuun välillä omana itsenään, välillä erilaisissa rooleissa toimien. Prosessidraamassa ei ole ulkopuolisia katsojia.

Prosessidraaman taustalla on jokin asiakehys, jota tutkitaan prosessin avulla. Siinä ei ole valmista käsikirjoitusta. Prosessidraamaa voidaan käyttää vaihtoehtojen ja ratkaisujen etsimiseen erilaisissa tilanteissa ja ongelmakohdissa. Sitä voidaan käyttää ideoimiseen ja erilaisten menettelytapojen löytämiseen. Draamasession ohjaajan tehtävänä on suunnitella etukäteen draamaprosessin rakenne ja etenemisvaiheet. Hän toimii vuoroin ohjaajana, havainnoitsijana tai roolissa draamaprosessin sisällä. Menetelmä opettaa ja

avartaa osallistujille uusia näkökulmia. Opetus siinä perustuu kokemukselliseen toimintaan, sekä käsiteltävän ilmiön ja tilanteiden pohtimiseen. Prosessidraaman mielenkiinto ja jännitys tulee siitä, että sen lopputulos ei ole ennakoitavissa. (Sinivuori, P. & Sinivuori, T. 2007, 14.)

3.2 Menetelmiä ja tekniikoita

Lämmittelyn tarkoitus on lisätä ryhmän spontaanisuutta ja työskentelynhalua johonkin toimintaan. Lämmittelyn aikana ryhmän jäsenet alkavat tuntea itseään vapautuneemmiksi suhteessa toisiinsa, samoin käsitteillä olevaan aiheeseen ja tehtävään. Lämmittelyssä voidaan käyttää erilaisia pelejä ja leikkejä. (Blatner, A. 1997, 57.)

Kuvapatsaat ovat yksinkertaisimpia draamassa käytettäviä ilmaisukeinoja. Niiden avulla voi tuoda käsiteltäviä asioita konkreettisesti esille. Erityisesti niitä voi käyttää kuvaamaan ihmisten välisiä suhteita ja ryhmädynamiikkaa.

Kuvapatsailla tarkoitetaan ihmisistä muotoiltavia patsaita, joissa osallistujat ottavat erilaisia asentoja ja ilmeitä tuodakseen esille sisäisiä tunnetilojaan. Patsastekniikka sopii hyvin esimerkiksi parisuhteen dynamiikan tutkimiseen. (Vuorinen, I.1993, 224)

Sosiaalinen atomi tai perheatomi-nimitystä käytetään usein perhepatsaasta, jonka tehtävänä on kuvata esimerkiksi perheen jäsenten sisäisiä suhteita. Perheatomin rakentaja valitsee ensin oman paikkansa ja ottaa sitten vuorotellen kunkin perheen jäsenen roolin. Kun hän on valinnut oikean paikan ja asennon, hän pyytää apuhenkilöä vaihtamaan kanssaan roolia. Perheatomilla voidaan tutkia esimerkiksi kokemuksia lapsuuden perheessä. Patsaan rakentaja voi muuttaa apuhenkilöiden asentoja ja ilmeitä, jolloin patsas ilmentää aikaisempia tapahtumia ja tulevaisuuden toiveita. (Sinivuori P. & Sinivuori T. 2007, 226.)

Kirjeiden lukeminen ja kirjoittaminen on monipuolinen ja toimiva työskentelytapa draamatarinoissa. Kirjemenetelmällä voidaan joko etäännyttää tai syventää työskentelyä. Kirjoitetun kirjeen saaminen, avaaminen tai lukeminen antavat tietoa kirjeen kirjoittajasta. Kirjeen lukeminen syventää draamaprosessia ja asian käsittely voi keskittyä esim. kokonaan kirjeen sisällä olevaan tietoon, uhkaan tai paljastukseen. Kirjeen kirjoittaminen osana draamaprosessia antaa kirjoittajalle aikaa pohtia draamassa tapahtuneita asioita tai koota ajatuksia sanoiksi. Kirjeessä voi tuoda esille niitä ajatuksia ja tunteita, joita draamaprosessin aikana heräsi. (Sinivuori, P. & Sinivuori, T. 2007, 212.)

Tyhjä tuoli on draamatyöskentelyn tekniikoista tunnetuimpia. Päähenkilö toimii siinä yksin ja tyhjä tuoli edustaa yleensä poissa olevaa henkilöä, elävää tai kuollutta. Tyhjälle tuolille voidaan asettaa myös jokin persoonan puoli, jossa esimerkiksi pelkuruus ja riskinottaja väittelevät ja keskustelelevat keskenään. Tyhjä tuoli voi edustaa myös jotain esinettä, paikkaa, tunnetta tai jotain esteitä persoonassa. Tuolin etäisyydellä voidaan määritellä ihmisten välistä läheisyyttä. Työskentely aloitetaan siitä, että päähenkilö asettuu tuolia vastapäätä tai ryhmän kanssa työskennellessä tyhjä tuoli asetetaan ryhmän keskelle tai eteen. (Vuorinen, I.1993, 205-206.)

Elämänkarttaa voidaan toteuttaa erilaisilla tavoilla, kuten kirjoittaminen, valokuvat, lehtileikkeet, maalaaminen tai askartelu. Tavoitteena on, että jokainen osallistuja työstää oman siihen astisen elämänpolkunsä näkyviin. Jokaisen tulisi kuvata tärkeimmät tapahtumat, asiat ja elämänvaiheet, sekä ihmisiä tältä ajalta. Menetelmää voidaan käyttää myös tulevaisuuden haaveiden suunnittelussa. (Sinivuori, P. & Sinivuori, T. 2007, 267.)

Kuvien käyttö asiakastyössä vie osallistujat vuorovaikutustilanteeseen. Katsoessaan kuvaa ihminen vastaanottaa sekä informatiivisia, että tunnesisältöisiä viestejä. Samalla kuva saa häneltä sisältöä omien assosiaatioiden ja fantasioiden perusteella. Kun ihminen keskustelee kuvan kanssa, hän tulkitsee kuvan viestejä ja antaa kuvalle merkityksiä omien kokemustensa, sen hetkisen tunnetilansa ja ympäristönsä vaikutusten perusteella. Kertoessaan kuvasta ihminen harvoin kertoo vain mitä näkee, vaan hän tuo myös esille omien kokemustensa perusteella välittyviä tietoja. Kuvatyöskentelyssä on tärkeää huomata, kuinka kuvan tulkitseminen ohjaa katselijassa nousevaa tunnetilaa. Tunne on fyysinen reaktio havaintoa seuraavasta tulkinnasta. (Sinivuori, P. & Sinivuori, T. 2007, 159-160.)

Jotkut kuvat, esim omat valokuvat voivat sisältää enemmän kysymyksiä kuin vastauksia. Mitä on tapahtunut ennen kuvan ottamista, mitä kuvassa juuri nyt tapahtuu, mihin kuvan tarina johtaa, missä kuva on otettu, minä vuodenaikana, mitä kello siinä on, kuvassa olevien tunnesiteet, mitä kuvassa oleva henkilö katsoo, mitä hän pelkää, mitä kuvan reunoilla tapahtuu jne.

Kuvaa voi käyttää myös vuorokeskusteluun siten, että kuvan henkilöt valitaan ryhmästä ja laitetaan keskustelemaan. Kuvassa olevia esineitä voidaan ottaa myös roolihahmoiksi. (Sinivuori, P. & Sinivuori, T. 2007, 162-165.)

Musiikki tuo kuulijalle mielikuvia, mutta ne eivät ole suoraan musiikista, vaan mielikuvat siihen tulevat kuuntelijan omasta kokemusmaailmasta. Musiikki tuo samoin informaatiota kuin puhe, kuva, ele tai ilme. Musiikki on hyvä ilmaisukeino vahvoille tunteille, kuten vihalle, ristiriidoille, rauhalle ja levolle. Musiikin avulla voidaan aktivoida oikean aivopuoliskon toimintoja, joka tukee ilmaisullista luovuutta ja aktivoi mielikuvituksen käyttöä. Musiikilla on yhteisöllisyyttä vahvistava vaikutus. Sen vuoksi se on tärkeä elementti ryhmätapahtumissa. (Sinivuori, P. & Sinivuori T. 2007, 167-168.)

Tarinan kerronta on siitä mielenkiintoinen väline, että jokainen kuulija tekee kuulemastaan tarinasta omansä näköisen, iästä tai elämäntilanteestaan riippuen. Tarinat sisältävät perinteinä kulkevia viisauksia, elämäntaidon opetuksia tai pohdintoja elämäntarkoituksesta. Tarinan kautta kuulija pääsee sisälle oman yhteisönsä menneisyyteen, elämiseen ja kulttuuriperinteisiin. Tarina antaa tilaisuuden samaistua päähenkilöön, sankariin. Kuulija pääsee näin hetkeksi elämään sankarin roolia ja saa kokemuksen tämän tappioista tai voitoista. Ns. narrariivisessa kerronnassa koko tarina elää yhden ihmisen kokemuksena ja havaintoina. (Vuorinen I. 1993, 116-121.)

Sosiaalisen verkoston diagrammi eli kaaviokuva omasta sosiaalisesta verkostosta on eräs käyttökelpoisimmista lämmittelytekniikoista. Kaavioon voidaan piirtää viidestä viiteentoista omaan elämään liittyvää tärkeää henkilöä. Piirtäjä piirtää itsensä paperin keskusta ympärille ja jatkaa piirrosta kärrynpyörämäiseksi kuvioksi lisäten viivoja sivuilta kohti keskusympyrää. Viivoille kirjoitetaan läheisimmät, merkittävimmät henkilöt. Myös kuolleet henkilöt ja lemmikkieläimet lisätään kaavioon. Nimien kohdalle voi piirtää erilaisia symboleja kuvaamaan siinä olevien ihmisten välisiä suhteita ja heidän ja piirtäjän välisiä suhteita. Diagrammi kertoo ihmisen objektisuhteista, ihmisistä joita hän tarvitsee ja jotka ovat hänelle merkittäviä, joita hän rakastaa ja joita vihaa. (Blatner, A.1997, 71.)

Symboliesineet ovat ohjaajan valitsemia pieniä esineitä. Osallistujat valitsevat esineistä sellaisen, joka kuvaa hänen tuntemuksiaan juuri sillä hetkellä. Symboliesineitä voidaan käyttää myös sekä menneiden, että tulevaisuuden toiveiden sanoittamiseen, jolloin esineitä valitaan kaksi kerrallaan. Lopuksi jokainen vuorollaan kertoo miksi valitsi kyseisen esineen. (Sinivuori, P. & Sinivuori, T. 2007, 263.)

Terapeuttinen sukupuu välittää tietoja, jotka eivät ehkä ole ennen tulleet esille. Sukupuun aikana voidaan poiketa lapsuuden maisemiin. Parisuhdetapaamisissa sukupuun käyttö antaa mahdollisuuden tutustua puolison sukuun ja sen erityispiirteisiin.

Sukupuu laaditaan usein kolmanteen tai neljänteen polveen. Se tuo esille suvuissa kulkevia elämäntapamalleja. Joissakin suvuissa ne kertovat vastuullisuudesta, luovuudesta tai rohkeudesta. Toisissa suvuissa mallit ovat kielteisen tuhoavia ja repiviä. Erilaiset arvot, elämäntavat, perhesalaisuudet ja myytit siirtyvät sukupolvesta toiseen. Sukupuu auttaa ymmärtämään vallankäyttöön liittyviä asioita suvussa ja perheissä. (Ijäs, K. 2012, 19-20.)

Sukupuuta piirrettäessä käytetään erilaisia merkkejä, joita voi sukuuun tekijä itse kehittää. Sukupuun tulee olla riittävän suuri. Värien käyttö siinä lisää selkeyttä. (Ijäs, K. 2012, 25-26.)

Sukupuussa sama sukupolvi piirretään samalle tasolle siten, että perheen lapset sijoittuvat rinnakkain, ikäjärjestyksessä vasemmalta oikealle. Myös serkut kuuluvat samalle tasolle. Ympyrä on naisen merkki ja neliö miehen. Aviopuolisoista mies piirretään vasemmalle ja nainen hänen oikealle puolelleen. Sukupuuhun kirjoitetaan henkilöiden etu- ja sukunimet, ammatit, syntymä ja kuolinvuodet, samoin avioliittojen solmimisvuodet, asumus ja avioerojen ajankohdat. Kirjauksiin lisätään myös abortit, keskenmenot, kuolleena syntyneet lapset, sekä adoptiolapset. Sairaudet ja eläkkeelle siirtymiset kirjataan myös.

Sukupuuhun kirjataan perheessä mahdollisesti asuneet suvun ulkopuoliset henkilöt, sukulaiset, palvelijat, työmiehet, jotka ovat eläneet ja vaikuttaneet perheessä. Myös lemmikkieläimet voidaan joskus piirtää sukuuuhun.

Tunnesiteitä on hankala lisätä sukuuuhun, koska niistä voi helposti tulla virheellisiä tulkintoja. Siksi tunneasiat pitäisi aina puhua ääneen haastattelun yhteydessä.

Sukupuuhun on hyvä lisätä suvun jäsenten sanontoja, koska ne voivat kertoa paljon sekä henkilöstä, että suvun taustoista. Perheenjäsenten saamat ja ottamat roolit on hyvä merkitä sukuuuhun. Roolit voivat olla toisinaan rasisitteena kantajalleen. On tärkeää selvittää, mikä rooli kenelläkin on ollut lapsuudenperheessä ja minkälainen se on nykyperheessä. Muistot suvun asioista voivat olla erilaiset eri kertojalla. Perhesuhteiden tulkinnat ovat erilaisia ja siksi niistä ei voida alkaa kiistelemään. (Ijäs, K. 2012, 27-28.)

Sukupuu on hyvä apuväline uusperheen kanssa tehtävässä työssä. Se auttaa hahmottamaan perheen aikaisempia ja nykyisiä verkostoja. (Ijäs, K. 2012.120.)

4 SUUNNITTEILLA UUSPERHELEIRI

4.1 Tapahtuman tausta

Uusperhe joutuu usein monenlaisten sekä perheen sisältä, että ulkopuolelta tulevien haasteiden eteen. Etäisyys normaaliin arkeen voisi antaa tilanteisiin uusia näkökulmia ja ratkaisuja. Uusperheiden vanhemmille tulisi tarvittaessa antaa mahdollisuus tiedon saantiin kasvatusasioissa, mahdollisuuksia hoitaa parisuhdettaan, sekä tukea arkielämään. Seuraavassa osiossa esille tuleva osallistava, toiminnallinen leiritoimintamalli on suunniteltu näitä tarpeita vastaavaksi.

4.2 Leirin toteutus

Kohderyhmä: Tavoitteena on järjestää kolmen päivän intensiivileirejä uusperheen vanhemmille. Kohderyhmänä ovat päiväkotikäisten lasten vanhemmat. Osallistujamäärä voi olla enintään 12-20 henkilöä. Leiritoiminta voidaan myös suunnata joko uusparille yhdessä, tai molemmille erikseen.

Leireillä toteutettavan ohjelman osa-alueet ja pääsisällöt suunnitellaan yhteistyössä koulutuksen tilaajan kanssa. Sisältö muotoutuu koulutuksen aikana ryhmän ja osanottajien tarpeiden mukaisesti. Koulutusmenetelmänä käytetään toiminnallisia, osallistavia menetelmiä, joiden tarkoituksena on kannustaa osallistujia uusperheellisenä tuomaan esille omia kokemuksiaan ja mielipiteitään. Niiden tavoitteena on myös lisätä ryhmän sisällä avoimuutta ja yhteishenkeä. Ryhmätapaamisten perusajatus on etsiä uusperheryhmältä itseltään kehitystavoitteita ja ratkaisuja niiden saavuttamiseksi. Koulutuksen taustalla on ratkaisukeskeinen, positiivisuuteen suuntaava ajattelutapa. Leiri sisältää koulutuksellisia osioita eri teemojen mukaan. Leirin koulutusosioiden jälkeen on mahdollista käydä myös yksilö- ja parisuhdekeskusteluja.

Tavoite: Leiritapahtumien tavoitteena on antaa tukea uusperheen haasteisiin. Sen tarkoituksena on antaa mahdollisuus hoitaa parisuhdetta, tukea uusperheen vanhemmuutta, sekä saada vertaistukea muilta uusperheen vanhemmilta.

Menetelmä: Koulutuksellisissa osioissa käytetään toiminnallisia, osallistavia menetelmiä, joiden avulla tuetaan jokaisen osallistujan aktiivista osallistumista. Niiden tarkoitus on luoda hyvä ja luottavainen ilmapiiri. Työskentelytapa on prosessinomaista.

Leiritoiminnan tilaaja vastaa koulutustilojen, majoituksen ja ruokailun järjestämisestä.

Leiritoiminta ja koulutusosiot: Leirin koulutusosiot alkavat klo 9.00 ja päättyvät klo 16.00. Sen jälkeen on mahdollisuus vapaamuotoiseen tekemiseen, rentoutumiseen ja illanviettoon.

Esimerkkejä leiripäivien teemoista:

- Kuka olen ja mistä tulen. Menneisyysmatkailua lapsuuteen.
- Minä ja uusperheen-voimavarojen kartoitusta
- Vuoroviikkohoito, mutka vai mahdollisuus
- Parisuhde ja seksuaalisuus.
- Vanhemmuus ja lapset uusperheessä- kuka kasvattaa ketä
- Meidän perhe. Myrskyjä ja unelmahetkiä.

Leiritoiminnoista vastaavan koulutusosaaminen:

Sosiaalikasvattaja, yhteisökouluttaja, seksuaalineuvoja, uusperheneuvoja.

4.3. Prosessidraamaa äidelle ja äitipuolille

4.3.1 Esimerkki leirin koulutusosioista.

Alkuesittelyt ja tutustumiset

Kouluttaja esittelee itsensä, kertoo päivän aikatauluista ja esittelee koulutusmenetelmän ja sen sisällön pääpiirteittäin.

Ryhmän jäsenet järjestävät tilan toimivaksi kouluttajan esittämällä tavalla. Tuolit laitetaan ringiin siten, että ryhmä on ympyrässä, kukaan ei ole eri tasossa tai muihin ringissä istuviin nähden eikä ringin ulkopuolella.

Ryhmän jäsenet esittelevät itsensä lyhyesti kertomalla nimensä, mistä kotoisin, sekä mikä on saanut lähtemään tähän koulutukseen.

Tutustumisleikkejä

Osallistujille jaetaan laput, joissa on mielikuvituksellisia ammatteja eri puolilla maapalloa. Esim" Kaktuksen kastelija Saharan erämaassa". Juonto: "Olet saanut kutsun uusperheperheyhdistyksen järjestämälle matkalle Itämaiseen Iraniin. Kuljet suurimmalla

basaarialueella ja yllättäen tapaat siellä paljon tuttuja.” Itämainen musiikki soi taustalla. ”Kun musiikki pysähtyy, tapaat vanhan tuttavasi. Yllätytte tapaamisesta ja kyselette toisiltanne kuulumisia, mitä toinen tekee nykyisin työkseen ja missä. Kerro työstäsi. Kun musiikki jatkuu, jatkat matkaa ja taas musiikin loppuessa tapaat vanhan tuttavan.” Jne.

Purku. Minkälaisia kokemuksia?

”Jos kenkäni kertoisi”. Jokainen kertoo vuorotellen ”kengän kertomana” oman uusperheensä arkielämästä ja tapahtumista.

Alkulämmittely

Katseesta paikan vaihto: Ryhmä seisoo ringissä katse sen keskustaan päin ja yksi ryhmän jäsenistä on keskellä. Ringissä seisijat ottavat johonkin toiseen ringissä olijaan katsekontaktin ja silmäniskulla tai muulla merkillä, ilman puhetta vaihtavat toistensa kanssa paikkaa. Tarkoitus on livahtaa uuteen paikkaan niin, ettei keskellä oleva huomaisi aikeita. Keskellä olevan tehtävä on kilpailla ringissä vapautuneista paikoista. Se joka jää ilman paikkaa menee ringin keskelle jne.

Patsastyöskentelyä.

Keskustelua pienryhmissä. 3 hengen ryhmät. Aihe: ”Joku asia tai tapahtuma, jonka koet haasteelliseksi uusperheen äitinä tai äitipuolena ja jonka haluaisit ottaa keskustelunaiheeksi tässä tilaisuudessa.

”Valitkaa ryhmän aiheista yksi, jonka haluaisitte ottaa esille.”

”Tehkää oman ryhmän kanssa aiheesta patsas. Patsas ei puhu eikä liiku.”

Ryhmät esittävät aiheensa patsaana ja muut arvaavat mistä on kysymys. Kun arvaukset on tehty, patsaana oleva ryhmä alkaa ”elämään”, puhumaan ja liikkumaan.

Purku koko ryhmän kanssa: ”Mikä tai mitkä asiat koskettivat äskeisessä työskentelyssä.”

Tauko

Koulutus jatkuu.

Alkulämmittelyä

-Picasso-taidetta. Ryhmälle jaetaan A 4 paperia ja alustat, sekä tusseja, jonka värin kukin saa itse valita. Ryhmä jaetaan pareihin. Parit asettuvat istumaan toisiaan vastakkain." Nyt olette suuria taiteilijoita, Picassoja. Asetu parin kanssa siten, että voit hyvin nähdä hänen kasvonsa. Kun annan merkin, et saa enää katsoa paperiin, vaan ainoastaan parisi päänseutuun ja kasvoihin." Nyt-merkki. "Piirrä vastapäätä olevan parisi kasvot. Katso niissä olevia yksityiskohtia, tukkaa, koruja jne."

Kun piirros on valmis, parit vaihtavat paperia, ryhmä kokoontuu rinkiin ja jokainen kertoo omasta kuvastaan. "Kuva on otettu jostain viimeviikon tai lähiviikkojen tapahtumasta. Kerro kuvasta, missä tilanteessa kuva on otettu, mitä siinä teet ja minkälaisissa tunnelmissa."

-Jos voisit olla joku eläin niin mikä olisit ja miksi? Jokainen ryhmän jäsen kertoo vuorotellen oman "toive-eläimensä". Esim. Jos voisin olla joku eläin, olisin kotka, koska kotka voi lentää vapaana ja se on hyvin kunnioitettu eläin.

-Menneisyysmatkailu. "Piirrä paperille jana, jossa toisessa päässä on syntymäsi ja toisessa päässä tämä hetki. Piirrä janalle mieleen painuvimmat tapahtumat elämän historiasi ajalta. Piirrä käyrinä viivan yläpuolelle iloiset asiat ja alapuolelle surulliset asiat. Voit käyttää erilaisia värejä. Käytä erilaisia merkkejä kertomaan tapahtumista." Ryhmälle voi antaa esimerkkejä esim. sydän, risti, jne. Musiikki soi taustalla.

Kun tehtävä on valmis, ryhmä jaetaan pareihin ja jokainen kertoo parilleen oman elämänsä tarinan.

Elämänjanapiirroksat asetetaan vielä tuoleille ja ryhmä kiertelee vapaasti tutustumassa piirroksiin.

Purku yhdessä. Mitä ajatuksia äskeinen tehtävä herätti.

Luottamusharjoitus

-Sokkojono. Ryhmää pyydetään siirtämään tuolit sivuun ja tulemaan tilan keskelle. "Muodostakaa pituusjärjestys. Sääntö on, ei saa puhua, eikä neuvoa ketään. Jokainen löytää oman paikkansa itse."

"Laita kädet edessä olevan hartioille ja sulje silmäsi. Ala tutkimaan käsilläsi edessä olevaa. "Ohjaaja antaa lisäohjeita esim, tutki minkälainen tukka hänellä on, minkälainen paita, käsivarret jne.

Ryhmää pyydetään laskemaan kädet, kun tehtävä on valmis. Silmät pidetään edelleen suljettuina. Ohjaaja kertoo: " Seuraavaksi tulen ottamaan sinua kädestä ja kuljetan toiseen paikkaan tässä tilassa." Kun jokainen ryhmäläinen on saanut uuden sijainnin, he saavat kehotuksen etsiä alkuperäisen paikkansa jonossa ja laittamaan kätensä edessä olevan hartioille. Silmät pidetään edelleen kiinni. Kun viimeinenkin osallistuja on löytänyt paikkansa, pyydetään laskemaan kädet ja avaamaan silmät.

Purku. Miltä tuntui, mitä tapahtui, mitä kukin osallistuja koki.

Fyysinen purku. Ryhmä rinkiin. Venyttelyjä, vireystilan palauttamista.

Keskustelua pienryhmissä

-Pienryhmät 4-5 henkeä. Asia, josta tässä uusperheellisten koulutuksessa ei ole vielä puhuttu ja jonka haluaisin ottaa esille. Jokainen ryhmässä oleva sanoo omansa. Niistä valitaan yksi.

Kaikkien ryhmien valitsemat aiheet kirjoitetaan fläppitaululle ja ryhmä äänestää niistä aiheen, jota käsitellään.

Esim. aiheeksi nousee lasten vuoroviikkoasuminen.

Keskustelua pareittain. Mitä mietteitä lapsen vuoroviikkoasumisesta.

Purku koko ryhmän kanssa.

Asian jatkokäsittely riippuu siitä, minkä asian ryhmä vuoroviikkoasumisessa valitsee käsiteltäväksi. Esim. "huoli siitä, miten lapsi kokee vuoroviikkoasumisen."

Musiikki soi taustalla. Ryhmäläisiä pyydetään kävelemään tilassa. Juonto, "aurinko paistaa, kävelet ja olo on mukavan leppoisa. Kuljet eteenpäin... Olet vanhus. Kävelet kuin vanhus. Askeleet painavat, mutta aurinko paistaa lempeästi. Kuljet eteenpäin. Askeleesi muuttuvat kevyeksi, kuljet kuin tanssien. Linnut laulavat. Olet 15-vuotias. Aurinko paistaa. Askeleesi vievät sinua kevyesti, kevyen huolettomasti, eteenpäin. Kävelet kevyesti kuin lapsi. Aurinko paistaa, hypähtelet, ja liikut iloisesti. Sinulla on oma reppu, uusi hieno reppu, koulua varten. Kuljet eteenpäin, aurinko paistaa ja pian olet kotiovella. Toisen kodin ovella. Kuljet huoneissa ja katselet ympärillesi. Täällä on aika paljon väkeä. Moikkailet heille ohimennen. Kuljet ympäriinsä, ja saavut omaan huoneeseesi. Pysähdyt hetkeksi. (Taustalta kuuluu ääni) "No niin, nyt pitää ruveta pakkaamaan"

Ryhmäläisiä pyydetään ottamaan oma paikka tilassa. Tila on oma huone.

"On toisen perheen vuoroviikko. Valitset tavaroita, jotka haluat ottaa sinne mukaasi ja pakkaat ne pieneen laukkuusi. On aika lähteä. Sinua jo odotellaan."

Ryhmäläisiä pyydetään ottamaan tuoli ja palaamaan paikalleen rinkiin ja kirjoittamaan päiväkirjaan. Paperi, kynä ja taustamusiikkia. Jokainen kirjoittaa itsekseen. Kirjoitus alkaa näin: "Rakas päiväkirja! Tulin just toisesta kodistani. Et ikinä arvaa..."jne

Kun kaikki ovat valmiit, jokainen tulee eteen "omaan sänkyynsä" ja lukee kirjoituksensa. Hiljainen musiikki soi taustalla.

Purku. Miltä tuntui, mitä kokemuksia, mitä ajatuksia se herätti?

Lapsen toivomusseinä. A4 paperi. "Kirjoita lyhyesti, parilla sanalla asioita, joita lapsi toivoisi vanhemmiltaan ja perheiltään liittyen vuoroviikkoasumiseen."

Paperit seinälle. Ryhmä kokoontuu kuuntelemaan ja katsomaan "lapsen toivomusseinää." Toiveet luetaan ääneen.

Kuvakortit. Valitse 2 korttia. Toinen kortti, joka kertoo tulevaisuuden toiveesi uusperheessä, toinen kortti, tähtihetkiä uusperheessä.

Loppukeskustelu.

Loppuarvio. Arviojana. 0-10. Asetu janalla sille kohdalle, minkä numeron haluat antaa tästä koulutustapahtumasta" Ohjaaja kulkee vuorollaan jokaisen kohdalle ja kysyy, "minkä numeron annoit ja miksi. Mitä hyvää, mitä kehitettävää."

Loppukiitokset!

6. JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA

Kehittämistyöni tavoitteena oli syventää ja lisätä toiminnallisten menetelmien osaamistani, sekä suunnitella leiritoimintamalli kohderyhmänä uusperheen vanhemmat. Toiminnan kohteeksi valitsin päiväkotikäisten lasten vanhemmat.

Olen tyytyväinen, että valitsin aiheeni juuri toiminnallisten menetelmien ja prosessidraaman alueelta. Sain itselleni paljon uutta tietoa asiakastyöhön ja ryhmätoimintaan soveltuvista menetelmistä. Uusperheelle suunnatuista koulutuksista minulla ei ole ollut aikaisempaa kokemusta. Suunnitellessani prosessidraamaa äideille ja äitipuolille avautui uusia näkymiä uusperheen vanhemmista ja heidän lapsistaan. Draamaprosessin suunnittelun aikana sain hetkellisesti eläytyä välillä äidin tai äitipuolen, välillä lapsen asemaan. Ymmärsin kokemusten monisäikeisyyden uusperheen sisällä. Kokemukset ovat niin erilaisia, kuin ovat kokijatkin ja jokaisella on oma erityinen tarinansa.

Työskentelyä helpotti se, että sekä uusperheestä, että draamasta kertovaa kirjallisuutta oli helposti saatavissa. Toiminnallisia menetelmiä ja tekniikoita on lukuisat määrät. Valitsin työni teoreettiseen osioon niistä itselleni vieraammiksi jääneitä, tai niitä jotka itse olen kokenut toimivammiksi käytännön työskentelyssä.

Työskentely prosessidraaman suunnittelun parissa oli aikaa vievää, mutta samalla erityisen mielenkiintoista. Prosessi-sana kertoo myös draaman suunnitteluvaiheesta. Prosessidraamaa suunnitellessa joutuu itse prosessoimaan tapahtumaa ja ennalta läpikäymään tapahtuman kulkua. Vaikka suunnitelma olisi miten huolella ja harkiten tehty, tapahtuman kulku tulee kuitenkin muuttumaan sen osallistujien sanoittamalla tavalla.

Toivon, että kehittämistyöni lukijat saavat tästä ideoita omien tapahtumiensa suunnitteluun. Itse olen kiitollinen, että olen opiskeluni ja kehittämistyöni kautta päässyt hetkellisesti mukaan uusperheen arkeen, sen haasteisiin ja tähtihetkiin.

Tarina kertoo, että

”oltiin lumotussa valtakunnassa, jonne ihmiset eivät koskaan voineet päästä; tai kenties he olivat ikuisesti matkalla sinne, mutteivat tienneet sitä...

Oltiin maagisessa valtakunnassa, jossa abstraktit asiat muuttuivat käsin kosketeltaviksi...

Ja siellä oli kerran...

kaunis lammikko.

Se oli laguuni, jonka vesi oli kristallinkirkasta ja puhdasta, ja siinä uiskenteli kaikenvärisiä kaloja. kaikki vihreän sävyt heijastuivat alituisesti sen pinnasta...

Suru ja viha saapuivat magisen, kirkkaan lammikon luo. Ne riisuivat vaatteensa ja astuivat lampeen alastomina.

Vihalla oli hoppu (niin kuin vihalla aina on), joten se piti kiirettä – vaikkei koskaan tiennyt miksi. Se kylpi nopeasti, nopeammin kuin koskaan, ja nousi vedestä...

Viha on sokea, tai ainakaan se ei näe todellisuutta selvästi. Niinpä se alastomana kiireesti puki vedestä noustuaan ylleen ensimmäisen vaateen, joka sen käsiin sattui...

Ja niin kävi, että se pukeutui vahingossa surun vaatteisiin...

Ja niin viha lähti suruun pukeutuneena.

Hyvin rauhallisena, hyvin seesteisenä ja, kuten aina,, valmiina jäämään sinne missä oli, suru lopetti kylpemisen ja nousi lammikosta ilman mitään kiirettä – tarkemmin sanoen tiedostamatta ajan kulumista -, laiskasti ja hitaasti.

Rannalla se tajusi, että sen vaatteet olivat kadonneet.

Kuten me tiedämme, suru ei voi sietää alastomuutta. Niinpä se pukeutui ainoisiin vaatteisiin, jotka lammikon viereltä löysi: vihan vaatteisiin.

Kerrotaan, että viha on tullut meitä vastaan monta kertaa: se on sokea, julma, kammottava ja raivokas. Mutta jos vaivaudumme katsomaan tarkasti, tajuamme, että näkemämme viha on pelkkä valepuku. Todellisuudessa vihan valepuvun alle olikin kätkeytynyt suru (Bucay J., 2005., s.132.).

LÄHDELUETTELO

Malinen, V., Larkela, P. 2011. Parisuhde - uusperheen ydin. Väestöliitto, Helsinki.

Kurjenrauma, K., Ketola, E. 2013. Meidän perhe – uusperhe. Uusperheneuvojakoulutus 2013.

Blatner, A. 1997. Toiminnalliset menetelmät terapiassa ja koulutuksessa. Psykodraaman ja sosiodraaman tekniikat käytäntöön sovellettuna. Suomen Morenoinstituutin julkaisusarja nro2. Gummerus Kirjapaino Oy, Jyväskylä.

Sinivuori, P., Sinivuori, T. 2007. Esiripusta arvoihin. Otavan Kirjapaino Oy. Keuruu.

Bucay, J. 2007. Parantavat tarinat. Otavan kirjapaino Oy. Keuruu.

Owens, A., Barber, K. 1998. Draama toimii. JB-kustannus. Helsinki.

Vuorinen, I.,1993. Tuhat tapaa opettaa. Vammalan Kirjapaino Oy. Vammala.

Ijäs, K. 2012. Sukupuu. Kustannusosakeyhtiö kotimaa/Kirjapaja. Jyväskylä.

Heikkinen, H. 2004. Vakava leikillisyyys. Draamakasvatusta opettajille. Helsinki. KVS.