

TARINATEATTERIOHJAAJAKOULUTUS 2008

Lopputyö- Tarinateatteri nuorten itsetuntoryhmässä

Hanna Rienoja

HAAVEISTA TOTTA

Kysymykseni tarinateatteriohjaajakoulutuksen käynnistyessä oli kuinka tehdään tarinateatteria ihmisten kanssa, jotka eivät osaa tehdä tarinateatteria?

Nyt lokakuussa 2008 koulutuksen päättyessä ja nuorten itsetuntoryhmää ohjatesani huomaan tekeväni juuri sitä: ohjaan tarinateatteria ihmisille, jotka eivät ”osaa” tehdä tarinateatteria.

Tärkeä kohta matkallani näyttelijästä ohjaajaksi on ollut sambialaisten opiskelijoiden vierailu Ohjaajuus-koulutuksessa Stadiassa. Siellä Päivi ohjasi osaamiseltaan tosi kirjavaa vieraiden ja oman opiskelijajoukkomme tarinateatteria. Katselin ehkä ensi kerran tarkasti sellaisen tarinateatterin tekemistä, mikä ei ole harjoitustilanne ja jossa näyttelijäksi voi hypätä yleisöstä ja silti ohjaaja ohjaa ihan ”oikeata” tarinateatteria. Minulle tarinateatteri on ollut aiemmin määrätietoista harjoittelua ja esiintymistä ”osaavalla” porukalla.

Toinen koulutuksen aikana erityisesti herännyt kysymys koskee tarinankertomista. Mitä kaikkea tarinankertominen tarinateatterissa ja ihmisten välillä elämässä ja erilaisissa ryhmissä merkitsee? Mitä oman tarinan kertomiseen liittyy, mitä tarinan kerronnassa tapahtuu?

Reilun kuuden vuoden seurakuntapapin työhistoriassani olen elätellyt toivetta sellaisen vähän vanhemmille nuorille tarkoitetun pienryhmän ohjaamisesta, joka kokoontuisi jonkin teeman ympärillä, esimerkiksi perheasioiden. Ryhmässä olisi mahdollista olla omana itsenään ja tulla sellaisenaan hyväksytyksi (Sinkkonen, Tähtinen, 2006, 17) Ryhmä voisi olla toisaalta syvemmän tutustumisen paikka toisaalta tukea hankalissa elämän kysymyksissä. Oma visioni tällaisesta nuorten ryhmästä on Niemistön luokituksessa selkeästi ihmissuhderyhmä (Niemistö, 2002). Erityisesti omaan perheeseen liittyvien työskentelyjen herättämät reaktiot nuorilla ovat vahvistaneet

käsitystäni siitä, että tarvetta tällaiselle ryhmälle olisi myös nuorten parissa seurakunnassa. Omaan perheeseen liittyvät tunteet ovat arkoja ja yksityisiä, ja niistä puhuminen on monelle vaikeaa. Ja työtovereiden kanssa nuorisotyössä olemme pohdineet myös kulttuuria seurakunnan nuorten parissa: tuntuu, ettei monien nuorten kohdalla synny luottamusta ryhmässä puhumiseen niin, että läpän heitto linjalta voisi siirtyä itselle tärkeiden asioiden puhumiseen tosissaan. Olemme miettineet, että miten voisimme auttaa nuoria. Ajattelen, että riittävän pieni ryhmä voisi olla yksi avain. Leiritilanteet ovat usein massatilanteita ja vaikka tärkeitä asioita otetaan esille, keskustelu ei välttämättä syvene, vaan jotkut kauan mukana olleistakin nuorista tuntuvat tarkoituksella pysyttelevän vitsailun tasolla. Tähän asti työni on kuitenkin ollut koko ajan täyttä työtä, aika on ollut kortilla enkä ole muiden haasteiden tulvassa kyennyt ryhmää perustamaan.

Tarinateatteriohjaaja-koulutukseen liittyen vanha toiveeni alkoi saada uutta kantavuutta kesällä kotimatalla Rautalammin psykodraamaviikolta. Keskustelu vieruskaveri Riitan kanssa automatkan aikana auttoi minua jäsentämään itselleni miten näitä asioita voisin linkittää. Mietin ääneen Riitalle mitä, kenelle ja missä muodossa tahtoisin tehdä ja miten se linkittyisi koulutukseen ja lopputyöhön ja koulutusta ja olisi ihan oikeaa omaa työtäni. Mahdolliselta tällaisen ryhmän käynnistyminen näytti ensi kertaa myös aikataulullisesti. Tästä syksystä alkaen kalenteriini on ensi kertaa varattu riittävästi aikaa omalle työalalleni nuorten parissa.

RYHMÄN SUUNNITTELU

Tuumasta toimeen ryhdyin heti jo ennen kesäloman loppumista, kun esittelin ajatuksen työtoverilleni Annelle. Hän innostui myös ja lupautui toiseksi ohjaajaksi ryhmään. Olemme työskennelleet kuutisen vuotta työtovereina nuoriso- ja rippikoulutyössä, joten toistemme arvot ja toimintatavat työskennellessä ovat perin tutut. Se on helpottanut kovasti suunnittelua ja yhteistä työskentelyä.

Seuraava vaihe oli teeman summittainen määrittely ja kokoontumiskertojen määrän päättäminen ryhmän mainostamista varten. Mainoksessa kutsuin nuoria itsetuntemuksensa lisäämiseen. Kasvuun kuuluu itsensä tuntemisen lisääntyminen. Sen myötä lisääntyy toisten ihmisten ymmärtäminen ja myös tyydyttävien ja merkityksellisten yhteyksien luominen toisten kanssa (Luumi, 2006, 54) Itsetuntemuksen lisäksi kutsuin nuoria myös toisten tuntemisen syventämiseen ja työskentelytavoiksi kaavailin keskustelun, toiminnalliset tehtävät ja tarinateatterin. Lindqvistin mukaan toisen ihmisen hyväksymisen ja ymmärtämisen pohjana on kyky ja halu mennä mukaan

hänen tarinaansa. Toisen tunteminen edellyttää sitä, että hän saa omin sanoin kertoa, mistä on tulossa, minne on menossa ja mitä kantaa mukanaan. (Lindqvist/Luumi, 2006, 47) Kuulluksi tulemisen kokemukseen liittyy myös tärkeä psyykkinen kokemus, ymmärretyksi tulemisen kokemus. Ihmisten välille muodostuu silloin yhteys, johon liittyy kokemus hyväksynnästä. Kuulijan ei kuitenkaan tarvitse olla samaa mieltä, kuin kertoja, hyvä kokemus syntyy, kun kuulijasta välittyy kiinnostus, ja kunnioitus kertojaa kohtaan. (Eväitä elämään, 1998, 59)

Yritin ilmaista mainoksessa mahdollisimman selvästi millaisesta ryhmästä on kyse, että nuoret tietäisivät ryhmään tullessaan, mihin ovat lähdössä mukaan. Näin siksi, että tietoisuus tavoitteesta on lähtökohta mielekkääseen ja motivoituneeseen työskentelyyn ryhmässä. (Niemistö, 2002).

Seuraavaksi Annen kanssa ideoimme yhden palaverin verran sitä, millainen kokoontumisten runko voisi olla ja mitä itse tärkeinä pitämiämme asioita ryhmän toimintaan tahtoisimme liittää. Annella oli tieto Turussa pidetystä nuorten ryhmästä, missä oli hyödynnetty Michele Borban (Borba/Keskinen,) itsetuntomallia. Malli tuntui meillekin mielekkäältä lähtökohdalta sisällön rakentamisessa ja päätimme lähteä siitä liikkeelle.

Ajatuksen kuusi kertaa kokoontuvasta ryhmästä lainasin Sininauhaliiton julkaisemista Elämälle kyllä-toipumisoppaiden käytännöstä. Oppaat on tarkoitettu työkirjoiksi kuusi kertaa kokoontuviin teemallisiin pienryhmiin. Teemana ryhmissä on esimerkiksi katkeruus, riippuvuus, häpeä tai huono itsetunto. Näistä oppaista lainasin myös ajatuksen liittää kuhunkin teemaan jonkin aiheeseen sopivan Raamatun kohdan. Pidän Raamatun käyttöä tärkeän seurakunnan nuorisotyössä, toivoisin nuorten tutustuvan Raamattuun, niin että siitä voisi tulla tuttu ja läheinen kirja. Siten Raamattu voisi laskeutua pyhän kirjan paikalta arjen tasolle ja puhutella meitä ihmisiä siinä elämässä, mitä elämme ja tuoda omaa ajattelua laajempia näkökulmia niihin kysymyksiin, joita meillä on.

Sininauhaliiton julkaisemat toipumisoppaat on tarkoitettu eri seurakunnissa järjestettävien ryhmien käyttöön, esimerkiksi täydentämään Kristillisten toipumisryhmien, KRITO-ryhmien antia.

KRITO-ryhmien työskentely pohjautuu 12-askelen ohjelmalle ja on sielunhoidollista vertaisryhmätyöskentelyä oman tarinan hahmottamiseksi ja kertomiseksi. Kokemus toisten myötätunnosta ja hyväksynnästä rohkaisee tulemaan näkyviin vaikeissa ja yksityisissäkin asioissa pelon ja häpeän alta. Toipumisprosessin aikana oma tarina aletaan nähdä uudella tavalla, selviytymistarinaan: tuosta kaikesta minä olen selviytynyt. (Sinkkonen, Tähtinen, 2006, 15,16)

Narratiivisessa terapiassa oman tarinan uudelleen ja uudelleen kerronta tarjoaa mahdollisuuden uuden identiteetin syntymiselle. Oleellista on se, minkä merkityksen tarinan kertoja antaa kokemalleen. Kertojalla on vapaus etsiä elämää rakentava merkitys kokemilleen asioille. (Ketosen luento Tarinateatterikonferenssi 2008) KRITO-työskentelyssä puhutaan elämäntarinan uudesta tulkinnasta (Sinkkonen, Tähtinen, 2006, 17) ja terapeuttisessa tarinateatterissa elämän antamasta mahdollisuudesta nähdä tarina uudella, vaihtoehtoisella tavalla (Ketosen luento, Tarinateatterikonferenssi 2008).

Pertti Luumin mukaan kristillinen kirkko on aina ollut todellinen kertomisyhteisö. (Kristillinen Kasvatus, 3-4, 2008) Raamatun teksteistä suurin osa on kertomusmuotoista, Vanhan Testamentin teksteistä noin puolet ja Uuden Testamentin teksteistä kaksi kolmasosaa on kertomusmuodossa. Kertomus on sekä juutalaisen uskon että kristinuskon äidinkieli ja uskon sisällöt, kokemukset, arvot ja merkitykset välittyvät kuvakielellä, kertomuksen muodossa. (Luumi 2002,84) Suuren kertomuksen rinnalla arvokkaita ovat olleet omat pienet uskonkertomukset. (Kristillinen Kasvatus, 3-4, 2008) Omassa tarinassa voi nähdä myös Jumalan johdatuksen ja huolenpidon. (Sinkkonen, Tähtinen 2006, 16)

”Tavallisen ” ihmisen kertomus on arvokas juuri elämäntarinana. Elämäntarina taas on sekä kertojalle että kuulijalle merkittävää viisauden jakamista ja kokemista. Kertomuksella on valta yhdistää, rakentaa ja vahvistaa ihmisyyttä. Kertomuksen avulla ihmiset pääsevät lähemmäs toisiaan ja keskinäinen ymmärtäminen paranee. Luumi peräänkuuluttaa omasta elämästä kertomisen opettamista ja puhuu siitä ”viisauksena”. (Kristillinen Kasvatus, 2-3, 2008) Tähän tarpeeseenhan tarinateatterikin omalta osaltaan vastaa. Tarinateatterissa näyttelijät luovat kuulemansa tarinan avulla sisäisiä kuvia - kuulohavainnot muuttuvat näköhavainnoiksi -(Luumi, 2006, 49), ja jakavat omassa mielessään syntyneet kuvat kertojan ja yleisön kanssa.

Luumin mukaan kerronta ruokkii ihmisissä synnynnäistä mielikuvitusta, jota järjen rinnalla kipeästi tarvitsemme. Ihmisessä on järjen lisäksi intuitio, vaisto ja irratio. Mielikuvitus ruokkii ja antaa virikkeitä ihmisen älylliselle puolelle. Äly- ja tunnepuoli tarvitsevat toisiaan. Mielikuvitus on tarpeen ilon syventämiseksi ja pelkojen kanssa toimeen tulemiseksi. Myös omat elämäntilanteet näyttävät oikeammin mielikuvituksen avulla ja maailman näkeminen uudella tavalla edellyttää mielikuvitusta. (Luumi 2006, 50, 51)

Tarinat ympäröivät meitä elämämme alusta asti ja kertomalla omaa tarinaamme jäsenämme kokemaamme ja luomme sille merkityksiä. Paitsi henkilökohtaisen merkityksen etsimiseen osallistumme tarinamme kertomisella muille myös universaaliin tarkoituksen etsimiseen. (Salas, 2003, 18) Itsestämme kertovilla kertomuksilla ja muilta kuulemissamme kertomuksissa teemme sosiaalista ja persoonallista identiteettiämme selväksi tässä ja nyt, kysymme olemassaolon mielekkyyttä, tulkitsemme uudelleen elämän kulkua. Eli kyse on oman elämänmielemme ilmaisemista elämäntarinana. (Maurer/ Luumi, 2006, 48)

Luumi puhuu yleisesti tarinan kerronnasta, mutta mielestäni sanottu pätee myös tarinateatterissa tarinankertojan kertomukseen. Kertomiseen liittyy monia merkittäviä asioita; aitojen kokemusten jakamista, jonkin oman kokemuksen viestintää, oman kokemuksen tarjoamista muidenkin koettavaksi. Luumin mukaan me kerromme tarinoita, jotta tiedostaisimme vahvemmin sen, että muistutamme toisia ihmisiä ja, että he muistuttavat meitä. Kuulijan ja kertojan välillä voi parhaimmillaan vallita vahva luottamus ja he voivat kokea läheisyyttä, yhteen kuuluvutta ja kohtalon yhteyttä. (Luumi, 2006, 55,56)

Krito-ryhmissä oman tarinan kertominen ja toisten tarinoiden hahmottaminen tapahtuu luottamuksellisessa, hyväksyvässä ja armollisessa ilmapiirissä ja tärkeää työskentelyssä on myös kirjoittaminen ja rukous. (Sinkkonen, Tähtinen, 2006, 15). Tästä KRITO- konseptista lainasin nuorten ryhmäämme ajatuksen nimetä viikoksi kerrallaan jokaiselle ihmisen, jonka puolesta rukoilla. Tämä tuottaa myös jokaiselle mahdollisuuden olla oman tietyn asiansa tai koko elämänsä kanssa jonkun ryhmään kuuluvan sydämellä viikon ajan. Rukouksessa jätämme toisemme myös Jumalan huolenpidon varaan (Sinkkonen, Tähtinen, 2006, 17).

Ryhmän kokoontumiset sijoitettiin keskiviikkoiltoihin kaksi tuntia kerrallaan, neljänä viikkona peräkkäin, syyskuun puolestavälistä alkaen, sitten on kahden viikon tauko muiden varausten vuoksi ja kaksi viimeistä kokoontumista lokakuun lopussa ja marraskuun alussa.

Tarinatetteriohjaajakoulutuksen käytännöistä lainasimme alun hiljaisen hetken, jonka nimeksi tässä ryhmässä annettiin ”Omaa aikaa”.

Oman ajan jälkeinen kuulumiskierros on meille nuorisotyössä tuttu kuulumiskierros hiukan pidempänä ja perusteellisempänä versiona kuin silloin, kun koolla on esimerkiksi 50 nuorta isoskoulutuksessa.

Sovimme myös, että jokaisessa tapaamisessa puhumisen lisäksi käytämme kehoa. Lämmittely, rentoutukset ja tarinateatteri ovat tärkeässä asemassa. Muut mahdolliset toiminnalliset ja taiteelliset ulottuvuudet olisivat nekin tervetulleita aiheeseen ja iltaan sopivasti nivoutuessaan.

Ensimmäinen kokoontumisen aiheeksi valitsimme toisiimme ja aiheeseen tutustumisen ja työskentelyn periaatteiden esittelyn. Muille viidelle kokoontumiskerralle valitsimme aiheet Borban itsetunnon mallin eri osa-alueiden mukaan (Leppilampi, Piekkari 1998, 16-18) Mietimme mikä olisi tarkoituksenmukainen järjestys teemojen käsittelylle ja päädyimme seuraavaan: turvallisuus, itsensä tiedostaminen, yhteenkuuluminen, tehtävä, pätevyys.

RYHMÄN KOKOAMINEN

Ensimmäinen mainos uudelta toiminnasta ja mahdollisuus ilmoittautua mukaan oli seurakunnan nuorisotyön ilmoittautumispäivässä 20.8.2008 nuorisotila Narniassa. Olin ilmoittautumispäivässä itse paikalla ja huomasin, että pelkkä esite ei innosta oikein ketään, mutta mainospuhe ja henkilökohtainen kontakti saivat aikaan kiinnostusta. Kolme ihmistä ilmoittautui tuossa tilanteessa. Seuraavalla viikolla nuorten illan yhteydessä työntekijä mainosti ryhmää uudestaan ja kaksi uutta ihmistä ilmoittautui silloin.

Kolmas kutsu lähti sähköpostitse 38 nuorelle ja nuorelle aikuiselle ryhmän ensimmäistä kokoontumista edeltävänä lauantaina. Tällä sähköpostilistalla olijat ovat seurakunnan nuorten toiminnassa mukana kaksi vuotta tai kauemmin olleita. Iältään nuoret ovat 17 ikävuodesta yli 20 vuotiaisiin opiskelijoihin. Tämän postituksen tuloksena ryhmään ilmoittautui yksi ihminen.

RYHMÄN KÄYNNISTÄMINEN

17.9. 19-21 ALOITUS

Omaa aikaa 10 min.

-Hanna ohjeistaa

Kuulumiskierros – Tässä on tilaa jokaiselle puhua siitä, mitä elämään kuuluu tai mitä äsken hiljaisuuden aikana nousi mieleen. Eli tuttu kuulumiskierros, siten, että meillä on hyvin aikaa.

Mitäs me täällä tehdään? - Anne

Mikä tämä ryhmä oikein on?

Itsetuntemuksen kasvuryhmä. Juttelun ja toiminnan kautta voi löytää itsestä uusia juttuja. Toisiinkin saa mahdollisuuden tutustua paremmin ja syvemmin. Mietimme myös sitä, mistä aineksista hyvä itsetunto muodostuu.

Mitä varten?

Hyvä itsetuntemus auttaa elämässä ja suhteessa toisiin ihmisiin. Voin oppia ymmärtämään paremmin sitä, miten toimin missäkin tilanteessa, voin alkaa hahmottaa sitä, mitä toivon omalta elämältäni.

Millaisia periaatteita? - Hanna

Sitoutuminen - Toivomme kaikkien olevan mukana joka kerran, alusta loppuun. Tullaan ajoissa paikalle.

Luottamuksellisuus- Luottamuksellisuus lisää turvallisuutta ja turvassa olemme ihmisinä rohkeampia. Sopimuksen tekeminen siitä, että se pohdinta mitä tässä ryhmässä tapahtuu jää vain tähän ryhmään. Omista oivalluksista ja omasta toiminnasta saa tietysti puhua muillekin, mutta toisten asioista ei.

Kannustaminen ja kunnioitus- Jokainen saa puhua itsestään ja olla omana itsenä ryhmän jäsen, ei dissata, eikä naljailla näissä illoissa. Opetellaan rohkaisemista ja otetaan kunnioittaen vastaan se, mitä toiset haluavat itsestään avata.

Tilaa - Jokaiselle on joka kerran aikaa olla hetken itsekseen ja myös puhua itsestään sen verran kuin itselle sillä hetkellä sopii ja tehdä sen verran kuin tahtoo.

Kuuntelu- Harjoitteleminen toisten kunnioitusta ja arvostusta myös kuuntelemalla aktiivisesti ja keskittyneesti.

Tutustumisharjoitus -Anne

Jokaiselle paperi ja kynä, hetken aikaa omaa työskentelyä miettien ja kirjoittaen.

Vasempaan yläkulmaan: Miksi olen tullut tähän ryhmään? Oikeaan yläkulmaan: Minkälainen

työskentely tuntuisi mukavalta tässä ryhmässä? Vasen alakulma: Mikä askarruttaa tässä ryhmässä?

Oikea alakulma: Mikä olisi hienointa mitä tässä ryhmässä voisi minulle tapahtua?

Lähdetään haastattelemaan muita.

Sosiogrammeja -Hanna

Kenet olet tuntenut kaikkein kauimmin?

Käsi olalle, katsotaan kuviota, puretaan: mistä asti, missä tutustuitte?

Miten tuttu aihepiiri itsetuntemus on?

Jana tosi tuttu - ihan vieras.

Purku, missä olet itsetuntemuksen asioita opiskellut tai käsitellyt?

Myytin purku -Anne

Mitä tiedätte tarinateatterista? Tiedän/luulen otsikot pahveissa, niihin kirjoitetaan omia käsityksiä, mielikuvia ja tietoja tarinateatterista.

Kootaan faktat: Mitä tarinateatteri on, missä sitä voi tehdä, miksi?

Kropan lämmittely (shindo-rentoutuksella) -Hanna

-Jonossa selän lämmittely: silytykset perhos-otteella, rapsutukset ylä- keski- ja alaselkään

-Seistään jalkaterät suoraan eteen päin kädet vatsan edessä, sisään hengityksellä kädet nousevat kaartuen pään yläpuolelle, ulos huokaisulla kädet palaavat kaaressa takaisin alas. Toistetaan kolme kertaa.

-Etukumara-asento, nojataan oikealla kädellä vasempaan polveen. Sisään hengityksessä pysytään alhaalla, ulos puhalluksella käsi heilautetaan ylös, ja päästetään retkahtamaan rennosti alas.

Toisto kolmeen kertaan ja sama vasen käsi oikealla polvella.

-Käsien ravistelu: aluksi ranteet, sitten käsivarret mukaan ja lopuksi koko kädet olkapäitä myöten.

-Jalkojen ravistelu: aluksi edessä, sitten sivulla, ja vielä takana.

-Koko kropan ravistelu, hytkytys, kantapää ilmaan, hengitys.

Oma suhteeni esiintymiseen - Hanna

Jutellaan parin kanssa omasta olostamme suhteessa esittämiseen ja esillä olemiseen.

Tarinateatteri -Hanna

Puretaan edellistä keskustelua näyttämöllä.

Kolme näyttämölle muiden kokemusta kuvaamaan, ohjaaja haastattelee yleisöä ja ohjaa näyttelijöitä. Kuunnellaan ja katsotaan.

Raamatunkohta

Psalmi 139: 1-4, 13-16 Anne

- Mitä ajatuksia raamatunkohta herättää suhteessa itsetuntemukseen?

Jakaminen

Mitä on mielessäsi ensimmäisen kerran loppuessa?

Kotitehtävä

Piirrä kuva omasta olostasi tässä tapaamisessa ja tuo se mukana ensi keskiviikkona.

Rukous

Minkä asian puolesta haluaisit meidän yhdessä rukoilevan?

Jokaiselle nimetään ryhmästä joku, jonka puolesta rukoillaan seuraavaan tapaamiseen.

Päätös***TOTEUTUS***

Kaikista kuudesta ilmoittautuneesta paikalle tuli **kolme** nuorta naista. Ryhmän koko harmitti ja huolestutti minua, onko tämä ryhmä toimintakelpoinenkaan, haavoittuva se ainakin on. Mitäs jos vielä joku jää pois? Huolestuin siitäkin, että mahtaako ryhmään tulleiden mielenkiinto laskea: ”Kun ei tämä näköjään muitakaan kiinnosta.” Kun pienryhmän kooksi määritellään 5-12 henkilöä - voiko kolmen ryhmäläisen ryhmä toimia ollenkaan? Toisaalta tällaisessa ryhmässä jokaista tarvitaan, jokainen saa varmasti tilaa ja jokaisen ääni tulee kuulluksi (Niemistö, 2002). Ryhmään tulleet nuoret olivat iältään 17-21 vuotta ja kaikki enemmän tai vähemmän tuttuja sekä keskenään että meille ohjaajille. Lähetin kokoontumisen jälkeen vielä muistutusviestejä muille ilmoittautuneille, mutta hyvät syyt estivät muiden osallistumisen, harrastukset samaan aikaan tai alkaneet yökirjoitukset. Moni sanoi, että harmittaa, kun ei voi tulla, asia kiinnostaisi, mutta aika ei riitä.

Tullessani noin kymmenen minuuttia ennen aloitusta, Anne ja ryhmäläiset olivat jo nuorisotoimistomme tiloissa paikalle. Omat ajatukseni aloituksesta olivat hiukan ristiriidassa nuorille tuttuun käytäntöjen kanssa. En tullut ajatelleeksi, että nuoret ovat nuorisotilassa Narniassa kuin kotonaan. Olin mielessäni kuvitellut alun jotenkin hallitumpana kuin mitä tilanne nyt lupaili, yksi söi keittiössä eväitään, toinen puuhaili teen keittoa ja kolmas jutteli salin puolella kulumisistaan Annen kanssa. Aikaa kului, eikä aloitus ollut niin täsmällinen kuin toivoin. Ryhmän rakenteeseen liittyvät asiat ovat tulleet itselleni tärkeämmiksi koulutuksen aikana. Aluissa, loppuissa

ja kaikessa informaatioissa olen tullut tietoisemmaksi ”ihanteesta”. Aloitimme kuitenkin hiukan ohjeistetulla hiljaisuudella, jota kutsuimme siis **omaksi ajaksi**.

Hiljaisuuden jälkeen ohjeistin **kuulumiskierroksen** kattavammaksi kuin tavallisesti nuorten toiminnassa ja pyysin kertomaan ajatuksia ja kokemuksia myös hiljaa olosta. Joku sanoi hiljaisuuden olleen itselleen vaikea ja ajan tuntuneen pitkältä, muut ehkä vähän oudoksivat, mutta pitivät siitä kuitenkin. Minunkin oli vaikea maltaa antaa koko kymmenminuuttisen kuluu, kun huolehdin ihmisten sietokyvystä. Kymmenen minuuttia nuorten kanssa ja itse ohjatessa ryhmää tuntuu paljon pitemmältä kuin itse ryhmäläisenä omasta ajasta nautiskellessa! Kuulumiskierros oli aika lyhyt, selvästi itsestä ja omista ajatuksista laajemmin puhuminen ei ollut luontevaa tai helppoa. ”Mulle kuuluu ihan hyvää.” oli aika tavallinen kiteytys, lyhyehköillä työ- tai koulukuulumisilla höystettynä. Yksi ihminen mietti hiukan huolestuneena ylioppilaskirjoitusten sujumista, koe oli ollut ja tuloksia odoteltiin.

Alun tunne itselläni ohjaajana oli hiukan jännittynyt tai omituisesti muodollinen, tuttujen ihmisten kanssa uutta asiaa tekemässä.

Anne kuvaili lyhyesti **ryhmän tarkoitusta** ja minä lisäilin melko pitkästi ja valitettavasti varmaan myös epäselvästi ”lihaa luitten päälle”.

Puhuin itsetuntemuksesta sisäisenä tilana, selkärankana, ihmisen kokemuksena omasta itsestään. Hyvät ja huonot kokemukset elämässä vaikuttavat itsetuntoon. Hyvään itsetuntoon kuuluu itseluottamusta, itsestään pitämistä ja heikkouksista huolimatta itsensä arvostamista. Itsetunto tarkoittaa totuudenmukaista käsitystä itsestä. Itsetuntoinen ihminen kykenee myös tiedostamaan ja myöntämään omia heikkouksiaan, pelkojaan ja epävarmuuttaan. Pettymysten ja epäonnistumisen kestäminen kertoo hyvästä itsetunnosta. Itsetunto ei ole vakio, vaan se vaihtelee elämän eri tilanteissa, epäonnistumiset ja onnistumiset voivat vaikuttaa ihmisen itsetuntoon. (Pruuki, 2008, 46-47)

Ryhmän pelisäännöt olivat varmasti monesta yhteydestä tuttuja asioita ja seurakuntamme nuorisotyön linjojen mukaisia. Sitoutuminen oli varmasti uusi asia, sitä edellyttäviä ryhmiä ei isoskoulutuksen lisäksi ole nuorisotyössä juuri ollut. Sitoutumisen puute on myös eräs seurakuntatyön ongelmista nykyään, johon oman seurakuntamme valmisteilla olevassa strategialuonnoksessa kiinnitetään huomiota (Riihimäen seurakunnan strategia 2015).

Luottamuksellisuus suhteessa toisten ihmisten kertomiin asioihin on tuttua ainakin isoskoulutuksesta luottamukseen liittyvissä työskentelyissä. Kunnioittava kuunteleminen on sekin dialogisen rippikoulun ja isoskoulutuksen periaatteena tuttu monelle.

”Tutustumisharjoituksessa” mietimme ja jaoimme ryhmään tulemisen syitä ja odotuksia. Tehtävä toimi mukavasti, yksilötyöskentelyyn meni aika paljon aikaa ja jakaminen meni yllättäen kömpelöksi, kun suunniteltu purkutapa ei toiminut, mutta pieni ryhmä mahdollisti sen, että purimme harjoitusta lopulta kaikki yhdessä puhellen. Harjoitus oma työtapa oli keskustelu. Tarinateatteriinkin liittyi hiukan epävarmuutta ja jännitystä. Toive oli myös tutustua muihin paremmin. Kerroin tarinateatteriohjaajakoulutuksesta ja ryhmän ohjaamisesta lopputyöhön liittyen. Kysyin myös lupaa havainnointiin lopputyötä varten.

Sosiometrialla selvitimme ryhmän jäsenten ja aiheen tuttuutta. Pieni joukko teki tästä työskentelystä jotenkin huvittavaa ja käsittely jäi pinnalliseksi. Kysymykset tuntuivat teennäisiltä ja vastauksissa tyydyin epämääräisyyksiin. En tuntenut omaa oloani luontevaksi näiden harjoitusten ohjaamisessa. Tätä kirjoittaessani huomasin, että parempi aihe ihmisten tuttuuden/vierauden kartoittamisen lisäksi olisi voinut liittyä tarinateatterin tuttuuteen/vierauteen. Etenkin, kun ajanpuutteen vuoksi jätimme myyтинpurku-osuuden pois, eli sen missä ryhmän tietämystä ja suhdetta tarinateatteriinkin olisi kuultu. Ryhmään kuuluvista nuorista muistelen kahden olleen aiemmin seuraamassa tarinateatteriesitystä nuorten leirillä. Yhdelle luultavasti asia oli vieras. Anne on ollut niukalla ohjeistuksella näyttelijänä yhdessä pienessä ohjaamassani esityksessä.

Kehon lämmittelyyn lainasin Shindo-venyttelyssä oppimiani lämmittelyharjoituksia ja rentoutuksia. Käyn shindo-venyttelyssä, joka päättyy juuri ennen nuorten ryhmän alkua ja tuon sieltä tullessani joitakin lämmittelyyn sopivia harjoituksia yhteiseksi hyödyksi. Shindo on pehmeää, kunnioittavaa itsen ja toisten hoitamista venytyksillä ja rentoutuksilla, ja sopii siksikin hyvin tällaisen ryhmän henkeen. Tehtävät toimivat oman tuntumani mukaan hyvin oman kehon hellässä herättelyssä ja varovaisina kontaktinottoina alussakin. Toisaalta ne ovat virkistävästi jotakin ihan uutta sekä itselleni että ryhmälle.

Parikeskustelu ryhmäläisten suhteesta esiintymiseen purettiin tarinateatteriina.

Tarinateatteriosuuden alkaessa kello oli jo tosi paljon, hiukan vaille yhdeksän eli heti ensimmäisellä kerralla aikataulu ei pitänyt, vaikka jätimme pois myytin purun. En kuitenkaan tahtonut lopettaa iltaa ihan ilman tarinateatteria, joten päätin, että tekisimme edes vähän.

Väkeä oli niin vähän, että tarvitsimme vain kaksi tuolia näyttelijöille, yhden yleisölle sekä kertojalle tuolin ohjaajan tuolin viereen, vaikka vain lyhyitä muotoja oli ajatuskin tehdä.. Esittelin vähän eri rooleja asetellessani tuolit paikoilleen. Kovin niukalla ohjeistuksella ja arkisesti ilman estetiikkaa meni tämä osuus. Teimme tarinateatteria kiertäen näyttelijän tuolilta yleisöön ja sieltä kertojaksi. Kerrotut kokemukset nähtiin liikkuvan patsaan tai parin muodoissa. Ryhmä teki tarinateatteria varovaisen rohkeasti, pienesti ja mukavasti. Siihen nähden, että kukaan ei ollut yksiselitteisen innokas esiintyjä tekeminen ja näyttämöllä oleminen sujui tosi hyvin. Annoin ohjeita näyttelijöille kuunneltuani tarinankertojaa ja ohjeistin myös kesken tekemisen.

Olimme itsestään selvästi ilman sen kummempaa sopimista kaikessa tekemisessä Annen kanssa mukana, koska ryhmä on niin pieni. Niinpä Anne ohjasi ohjeistukseni mukaan näyttämölle minunkin kokemukseni.

Raamatun käyttö jäi pelkäksi raamatunkohtien lukemiseksi, kun alkuperäisen suunnitelman mukaan olisimme keskustelleet kohtien herättämistä ajatuksista.

Keräsimme **rukousaiheita** nuorten toiminnasta tutulla tavalla, kysellen onko teillä jotain asioita, joiden puolesta voisimme yhdessä rukoilla. Rukouksen jälkeen esittelin ajatuksen rukoustehtävästä seuraavaan kokoontumiseen asti. Sovimme kenen puolesta kukin rukoilee. Rukousaiheet löytyivät aika helposti. Hymyistä päättelin, että ajatus siitä, että joku lupaa muistaa juuri minua tuntui ehkä hassulta.

Ennen hyvästelyä annoin **kotitehtävän**- tarinateatteriohjaajakoulutuksen hengessä. Tehtäväksi tuli piirtää/luoda kuva omasta olostamme kokoontumisessa.

Kävimme vielä **lyhyen kierroksen** siitä, millä mielellä on illan lopussa. Ryhmän jäsenet olivat hyvin innostuneita. Sanoilla innostusta ilmaistiin näin: ”Minä ainakin sitoudun tähän!” ja ”Lisää tätä!”

Pyysin vielä nuoria miettimään olisiko heidän tutuissaan joku, jolle ryhmää voisi vielä suositella. He lupasivat mainostaa ryhmää viikonlopun vanhempien nuorten leirillä. Sovimme, että ryhmä on auki vielä viikon.

Lopettaessamme kello oli noin 21.20 ja oma oloni oli myös innostunut ja iloinen, samaa sanoi Anne omasta olostaan. Emme jääneet vaihtamaan ajatuksia illasta, hyvästelimme vain, kotiin oli kiire.

24.9. klo 19-21 TURVALLISUUS

Tavoite: Lisätä työskentelyn ja keskustelun avulla ryhmän kokemaa turvallisuutta ja tietoa turvallisuuden merkityksestä itsetunnolle.

Jos ryhmään tulee uusia, otetaan vastaan, kerrataan ryhmän toimintaperiaatteet. Ja kiteytetään mistä ryhmässä on kyse: toiminnallista, juttelevaa, kehollista ja draamallista työskentelyä itsetuntemuksen ja toisten tuntemisen lisäämiseksi. Itsetuntoon liittyvien asioiden läpikäymistä.

Omaa aikaa 10 min. -Anne

Kuulumiskierros/kuvat - hiljaisuuden herättämiä asioita, ajatuksia, oloja, elämän kuulumisia, oman kuvan esittely.

Kropan lämmittely: (shindo-rentoutuksella) -Hanna

-samat kuin edellisellä kerralla

Liike omalle nimelle ja liike sille, mitä tykkää tehdä -Hanna

Muut toistavat, normaalinopeus, nopeuttaen, ja vielä nopeuttaen.

Kävely toisen tahtiin

Sovitetaan oma kävely jonkun kanssa samaan tahtiin, vaihdetaan välillä sitä, jota matkitaan

Yksi pysähtyy, kaikki pysähtyvät,

Kävely, pysähdys, uudelleen liikkeeseen, pysähdys jne.

Puhuin itsetunnosta sisäisenä selkärankana ja sen kehittymisestä läheisissä ihmissuhteissa. Esittelin itsetunnon hyvän kasvualustan: huolenpidon, rakkauden, ja kokemukset siitä, että minusta iloitaan ja minut hyväksytään.

Keskustelu turvallisuuteen liittyvien hyvän itsetunnon merkeistä (Keskinen/Borba) - Anne

- tietää keneen luottaa
- uskaltaa ottaa riskejä
- ei stressaannu liikaa
- pystyy lämpimiin ihmissuhteisiin
- nauttii läheisyydestä
- sopeutuu muutoksiin

Tarinatatteria siitä, turvallisuuteen liittyen, mitä ajatuksia keskustelu herätti sinussa?

Raamatunkohta Psalmi 23

Mikä tässä kuullussa kohdassa tänään kosketti sinua?

Jakaminen Mitä ajatuksia lopettaessamme tätä työskentelyä?

Kotitehtävä

Rukous

Päätös

POHDINTAA TOTEUTUKSESTA

Tätä kokoontumiskertaa varjosti edellisen päivän uutiset Kauhajoen koulusurmista. Turvallisuus tuntui aiheena erityisen tärkeältä ja hauraalta. Naapurissa, Riihimäen Keskuskirkossa pidettiin samaa aikaa muistohartautta.

Nuoria oli paikalla kaksi, joista toinen ei löytänyt aluksi uuteen kokoontumispaikkaamme. Ulkoveen jättämämme lappu ei opastanut suoraan oikeaan osoitteeseen naapuritalon monista huoneista. Tavallinen paikkamme oli varattu muuhun käyttöön, ja tilapäinen kokoontumispaikkamme oli ankea ja kalsea. Yksi ihminen oli ilmoittanut olevansa sairaana ja hiljaisuuden aikana olin tosi harmissani ja epä tietoinen kuinka toimimme, jos meitä on kolme, joista kaksi on ohjaajia...

Hiljaisuuden jälkeen toinen ryhmän jäsenistä löysi kuitenkin luoksemme ja saatoimme jatkaa suunnitellusti.

Kaksi oli tehnyt kuvan tunnelmistaan edellisen kerran kokoontumisessa ja niitä katselimme kuulumisten lomassa. Yksi oli unohtanut työnsä kotiin ja kertoi siitä. Puhuimme kuulumiskierroksella myös Kauhajoen tapahtumista ja niiden vaikutuksesta itseemme. Tuntui, että nuoria tapaus ei koskettanut niin kovasti kuin itseäni. Saman huomasin nuorten kanssa puhellessani muissakin yhteyksissä.

Fyysiset lämmittelyt ja kävelyharjoitukset toimivat mukavasti, hymyistä päätellen osallistujilla oli hauskaa. Otin tietoisesti ne aiemmin kuin ensimmäisellä kerralla, ettei ilta olisi liian kauan vain istumista ja pohtimista. Kertasimme hiukan edellisen kerran ajatuksia itsetunnosta ja puhuimme itsetunnon hyvästä kasvualustasta. Keskusteluosuus kesti aika kauan. Välillä oli hiljaista, ehdin ja Annekin ehti analysoida hiljaisuuden laatua ja miettiä pitäisikö mennä nopeammin eteenpäin. Mutta toisaalta tilanne ei tuntunut painostavalta, vaan ennemminkin kysymykset/väitteet olivat aika vaikeita ja vaativat ajatustyötä.

Tarinateatterille jäi taas niukasti aikaa, mutta se tuntui tärkeältä osalta työskentelyä. Anne ohjasi taas minun tunnelmani näyttämölle, ja minäkin olin näyttelijänä vuorollani, kun meitä oli niin vähän. Minä otin välillä muusikonkin roolin ohjauksen lomassa ja toin laululla vähän lisää ulottuvuutta johonkin kuvaan.

Raamatunkohta tuntui erittäin sopivalta ja pieni jakaminen itselle tärkeään kohtaan laajensi lukemista ja teki sitä henkilökohtaisemmaksi.

Luin rukoukseksi Nuorten sielunhoidon käsikirjasta siunauksen kriisitilanteiden käyttöön, joka sekini tuntui tosi hyvin sopivan turvallisuusaiheisen illan päätteeksi väkivaltaisessa maailmassa.

**”Siunatkoon sinua elävä Jumala, hän joka on ikuinen ja turvallinen syli, jossa saat levätä.
Siunatkoon sinua Jumalan Poika, hän joka katsoo sinua silmiin, katsoo sydämeen ja rakastaa.
Siunatkoon sinua Jumalan Henki, hän joka rohkaisee, tukee ja kantaa sinua kaikissa vaiheissasi.
Siunatkoon sinua ja kaikkia rakkaitasi pyhä Jumala, Isä, Poika ja Pyhä Henki. Aamen.”**

1.10. 19-21 ITSENSÄ TIEDOSTAMINEN

Tavoite: Tukea nuorta hänen omien hyvien ominaisuuksiensa tiedostamisessa ja oman kehon hyväksymisessä sellaisena kuin se on.

Omaa aikaa 10 min.

Kuulumiskierros/kuvat - hiljaisuuden herättämiä asioita, ajatuksia, oloja, elämän kuulumisia, oman kuvan esittely.

Fyysinen lämmittely (shindo-rentoutuksilla)

-samat kuin edellisellä kerralla ja

-tuulimylly; käsien heilutus puolelta toiselle, katse seuraa, hengitys

Kävely tilassa, kesken kävelyn, yllätä itsesi, vaihda äkisti suuntaa tai kävelytyyliä

Ikiliikkuja pareittain, kontakti parin kanssa jollain kehon osalla, vaihdetaan asentoa koko ajan kuitenkin niin, että kontakti säilyy

Sama koko ryhmän kesken

Palautetaan mieleen itsetunnon osa-alue, jota pohdittiin viimeksi. Fläpille kuva itsetunnosta sisäisenä selkärankana ja hyvän itsetunnon kasvualustan asiat, liitetään siihen käsitellyt osa-alueet, turvallisuus ja nyt esillä oleva itsensä tiedostaminen.

Tunteiden ja mielipiteiden ilmaisu- printtasin ja leikkelin laput

Lapuille on kirjoitettu lauseen alkuja, jokainen nostaa vuorollaan pinosta yhden lapun, lukee sen ääneen ja jatkaa lausetta tahtomallaan tavalla.

Olen iloinen, siitä että...	Osaan...
Haluaisin.....	Olen onnellisin, kun...
Suutun siitä, että...	Kun olen vanhempi...
Keskityn parhaiten, kun..	En pelkää...
Tunnen itseni epävarmaksi, kun...	Opettelen...
Minua ärsyttää...	Pidän todella paljon...
Minua huolestuttaa....	Joskus vielä...
Toivoisin...	Ihmettelen...

Oman ainutlaatuisuuden tiedostaminen

Jokaiselle piirretään kokovartalokuva isolle paperille. Merkitään kolmella eri värillä kuvaan omia myönteisiä, kielteisiä ja sellaisia asioita, joissa toivoo kehittyvänsä. Loogisuuteen tai älyllisyyteen liittyvät ominaisuudet liitetään pään alueeseen, ihmissuhdetaidot tai muut sydämen ominaisuudet sydämen lähelle ja liikunnalliset tai motoriset sopiviin kohtiin kehoa. Ympyröidään ne asiat jotka voi helposti jakaa muitten kanssa, jätetään ympäröimättä asiat, joita ei haluaisi muiden näkevän.

Esitellään Joharin ikkuna. (Eväitä Elämään, 1998, 123)

	Minä	
	tunnen	en tunne
tuntevat	Tunnettu minä	Toisten näkemä minä
Muut		
eivät tunne	Salattu minä	Tuntematon minä

Myönteinen palaute

Kirjoitetaan myönteistä palautetta toisten kokovartalokuviin.

Tarinateatteria

Miltä sinusta on tuntunut työskennellä oman kuvasi kanssa?

Raamatunkohta:

Sefanja 3:17

Jakaminen

Mitä ajatuksia tämä kokoontuminen on herättänyt?

Kotitehtävä

Rukous ja rukoustehtävän antaminen seuraavaan viikkoon.

Päätös

POHDINTAA TOTEUTUKSESTA

Tässä kokoontumisessa olimme taas tutussa paikassa nuorisotilassa. Kaksi ryhmäläisistä oli paikalla, yksi, sama kuin aiemmin oli ilmoittanut olevansa sairaana. Hiljaisuus ja kuulumiskierros menivät jo vähän rutiinilla, kun kaikki tiesivät miten toimitaan. Tekemisessä kaiken kaikkiaan minulla oli tällä kertaa levollinen ja mukava olo.

Fyysiset lämmittelyt olivat hauskoja ja innostuin ideoimaan lisää liikkuvan patsaan lämmittelyksi sopivaa koneen rakennusta koko ryhmän voimin. Toiminta lähti liikkeelle lennokkaasti, ihmiset nauroivat ja viihtyminen ilmeistä. Välillä ryhmän keskittymistä häiritsi vähän tavaroitaan noutavat isoskoulutuslaiset.

Mielipiteen tai tunteen ilmaisu lapuille kirjoitettujen alkusanojen avulla oli yllättävän varovaista. Mietintä kesti kauan ja vastaukset olivat aika yleisluontoisia, odotin ehkä vähän henkilökohtaisempaa otetta. Tärkeä työskentely kuitenkin, sillä oman mielipiteen ilmaisu kasvattaa itseluottamusta ja vahvistaa itsetuntoa (Vehkalahti, 2008, 109) Oman kuvan piirtäminen oli aika hidasta, se olisi vaatinut enemmän aikaa. Olisi ollut hyvä raivata sille tilaa, nyt ratkaisimme ajan kulun niin, että annoimme kotitehtäväksi kuvan loppuun saattamisen.

Joharin ikkunan esittelyn siirsimme seuraavaan kertaan samoin kuin myönteisen palautteen antamisen harjoituksen. Tarinateatteria teimme niihin tunteisiin liittyen, mitä oman kuvan kanssa työskentely oli herättänyt. Yksinkertaisia kuvia esimerkiksi halusta tehdäkin uudenlainen kuva

itsestä, sen sijaan että tyytyisi samaan vanhaan tapaan kuvata itseä. Itse yllätyin oman kuvani monista kielteisistä vahvoista tunteista.

Kokemukset illasta liittyivät ryhmän jäsenillä virkistymiseen ja viihtymiseen. Itse olin taas myös paljon energisempi kuin ryhmän alkaessa.

Raamatunkohtaa alustimme muutamalla ajatuksella siitä, että omat ajatuksemme ja arviomme itsestämme voivat olla milloin mitäkin. Jumalan ajatukset meitä kohtaan ovat uskollisen rakkauden ajatuksia.

Päätimme rukoukseen.

8.10. 19-21 YHTEENKUULUVUUDEN TUNNE

Tavoite: Perehtyä uuteen itsetunnon osa-alueeseen ja vahvistaa tässä ryhmässä kokemusta yhteenkuuluvuudesta.

Omaa aikaa 10 min.

Kuulumiskierros/kuvat - hiljaisuuden herättämiä asioita, ajatuksia, oloja, elämän kuulumisia, Fyysinen lämmittely- Hanna

-liikutaan tilassa niin, että otetaan kiintopiste, jota kohti kuljetaan, siellä seuraava kiintopiste jne.

-liikutaan tilassa niin, oma sormi johtaa kulkua

-hengitys sisään, kädet kaartavat vatsan edestä pään päälle, ja ulos hengityksellä retkahtavat alas, toistetaan

-sisään hengityksellä kädet vatsan edessä ristissä ”nurin päin”, sisään hengityksellä nostetaan kädet rinnan korkeudelle, kiepautetaan ensin oikein päin ja sitten toiseen suuntaan nurin päin samalla nostaen kädet pään yläpuolelle katseen seuratessa, sieltä ulos hengityksellä päinvastaisessa järjestyksessä lasketaan kädet ensin rinnankorkeudelle ja sitten alas

-kirjoitetaan kämmenellä oma nimi ilmaan, kyynärpäällä, olkapäällä, toisella puolella sama, sitten nilkalla, polvella, lantiolla ja sama toisella jalalla

-tuulimylly: käsien heilutus puolelta toiselle, katse seuraa, hengitys

käsien ravistelu: ranteet, käsivarret, olkavarret,

-jalkojen ravistelu: nilkat, koko koipi edessä, sivulla, takana

-koko kropan ravistelu, hytkyen, kantapäät ilmaan

Jatketaan edellisen kerran työskentelyä - Anne

-kootaan edellisellä kerralla käsiteltyä taululle näkyviin

Itsensä tiedostaminen - vaatii palautetta, myönteistä: usko itseän ja omiin kykyihin vahvistuu, korjaavaa (oppimispalautetta) antaa kehittymisen mahdollisuuden, ja luo tilan ”totuudenmukaiselle” minäkuvulle. (Keskinen/Borba)

Oman ainutlaatuisuuden tiedostaminen: oman kuvan ja siihen tehtyjen merkintöjen esittely, siinä määrin mikä itselle sopii.

Esitellään Joharin ikkuna: -Hanna ja Anne

Myönteinen palaute - Anne

Kaikkien kuvat lattialle, kynät jokaiselle. Kirjoitetaan myönteistä palautetta jokaiselle omankuvan toiselle puolelle - jos ei halua omaan kuvaan kirjoitettavaksi. Palaute jää kirjallisesti mutusteltavaksi myös jälkikäteen ja liittyy omaan kuvaan.

Fyysisiä harjoitteita yhdessäolosta: pakotus- vapaa-ehtoisuus, lähellä turvallisesti ja ystävällisesti

-parin kanssa vastakkain, kumpikin työntää yhtä aikaa

-ollaan piirissä, valitaan pari kertomatta sitä muille, valitaan paikka ilmaisematta sitä muille, ohjaajan merkistä yritetään viedä valittu henkilö valittuun paikkaan

-peili- toinen parista on peili, toinen peilin edessä liikkuva, jonka liikkeet peili tarkasti, peilikuvana toistaa,

-tahmeat popcornit, kaikki pomppivat ylös alas ja liikkuvat. Yksi on tahmea popcorn, joka metsästää muita. Tahmean popcornin koskettama liittyy osaksi tahmeaa popcornia. Lopuksi on vain yksi popcorn, joka hyppii ylös alas.

-luottamuspiiri, yksi keskellä jalat tukevasti lattiassa, toiset ottavat vastaan ja pienillä, hellillä liikkeillä antavat vauhtia keskellä keinujalle.

Jutellaan näistä kokemuksista

Yhteenkuuluvuudesta

-Luottamus on pohja yhteenkuuluvuuden tunteelle.

-Halu ja uskallus liittyä toisiin sekä arvostus ja kunnioitus toisia ihmisiä kohtaan edellyttävät luottamuksellista ilmapiiriä. Liittymiseen kuuluu myös toisten arvostus ja heidän tärkeänä pitämisenä, muuten heihin ei halua liittyä.

-Toisten vahvuuksien näkeminen ja niiden tunnustaminen luovat pohjaa myönteiselle vuorovaikutukselle, jossa uskalletaan olla myös eri mieltä. Kuuntelun taito on arvokas.

-Sosiaalisuus ja rohkeus eivät ole aina välttämättä hyvän itsetunnon mittareita, vaan temperamenttiin liittyviä asioita. Vaarana on liika riippuvuus toisten mielipiteistä ja kykenemättömyys yksin oloon.

-Häiritseminen tai syrjään vetäytyminen voivat molemmat liittyä heikkoon minäkuvaan, ja johtaa siihen, ettei yhteenkuuluvuuden tunne voi rakentua.

-Itsestään välittäminen ja itsensä arvostaminen liittyvät kykyyn kokea empatiaa. (Leppilampi, Piekkari, 1998, 16,17)

Tarinateatteria

Otetaan pari, toinen kertoo omasta olostaan tai tapahtumasta jossain tilanteessa, missä on kokenut mukavaa yhteen kuulumista toisten ihmisten kanssa, toinen kuuntelee ja osat vaihtuvat

-pari kertoo oman parinsa äsken kertoman mahdollisimman tarkasti, mutta tarinan muodossa muille

-toinen pari esittää kuulemansa vapaana improvisaationa, muusikoksi joku yleisöstä

Raamatun kohta Ruut 1:16-18

Millä mielellä kotiin?

Rukous

Päätös

POHDINTAA TOTEUTUKSESTA

Tällä kerralla paikalla oli vain yksi ryhmäläinen. Onneksi olin kysynyt ryhmän suostumusta edellisellä kerralla siihen, saisiko nuorisotyön harjoittelija osallistua halutessaan tähän ryhmään.

Uusi ja meitä ohjaajia nuorempi ihminen oli hyvä lisä yhdessä työskentelyyn. Ainoan ryhmäläisenkin oli varmasti mukavampi olla. Vaikka omaan olooni ryhmän alkaessa vaikutti se, että ryhmän koko vain pienenee pienenemistään, ilta muodostui tosi mukavaksi.

Puhuimme pitkään omaan kuvaan liittyvistä asioista ja Joharin ikkunan sekä myönteisen palautteen antaminen jäivät pois ajanpuutteen vuoksi.

Fyysiset harjoitukset olivat mukavia. Ehdimme tehdä vain kävelyt, rentoutukset sekä parin kanssa työntämiset, raahaamiset ja koko ryhmän kanssa piirin keskellä hiljaisen keinuttamisen. Purimme kokemuksia keskustellen erilaisesta läheisyydestä harjoituksiin liittyen. Yhdellä ihmisellä piirissä olosta muistui aiemmin sattunut vaikea kokemus mieleen ja hän puhui siitä ja tästä kokemuksesta mukavana.

Pelkkä puhuminen uuteen asiaan liittyen tuntuu jättävän asian jotenkin etäiseksi. Tunsin itsekin itseni vaikeaselkoiseksi yrittäessäni avata yhteenkuuluvuuteen liittyviä näkökulmia. Ehkä en ollut itse sisäistänyt asiaa riittävästi, siitä epäselvyys voi johtua myös. Aikaa tämän ryhmän valmisteluun oli vähemmän kuin edellisellä kerralla. Se selittänee riittämätöntä sisäistystä.

Olin suunnitellut tarinateatteriosuuteen hiukan uutta tapaa, mutta väen vähyyden vuoksi luovuin aikomuksesta. Haastattelin vain taas ryhmään kuuluvien oloja liittyen siihen, mitä olimme puhuneet yhteenkuuluvuudesta. Tällä kertaa kokemukset tuottivat liikkuvan patsaan sijaan näyttämölle pareja – ristiriitaa siinä, kun haluaisi käyttää aikaa omien sisarusten kanssa ja toisaalta haluaisi kuulua tiiviisti Narnian nuorten joukkoon. Lapsuudenkokemuksia epäonnistuneista yrityksistä liittyä itselleen vieraisiin lapsiin teimme kohtaamisena. Opetin siis uusia tekniikoita ja harjoittelija Tiina sai heti monenmoista kokemusta tarinateatterin tekemisestä.

Innostus ja ilo yhdessä olosta ja tekemisestä jäi taas päällimmäiseksi tunteeksi illasta minulle ja samaa kuulin ja näin muiden viestittävän.

JATKON POHDINTAA

Oma oloni ohjaamisesta on ollut välillä mukava ja välillä vähän tönkkö. En ole aina luonteva ja rauhasa. Siitä varmaan poikii ohjeistukseenkin joskus monimutkaisuutta. Ja ehkä siitä myös, että keskiviikko on minulla juoksemista paikasta toiseen, oikea rauhoittuminen ja valmistautuminen ohjaamiseen tapahtuu kaiken muun ohessa.

Olen huomannut, että olisi hyvä tarinateatteriohjaajan näkökulmasta kerrata tekniikoita ja palauttaa niitä mieleen. Hyvä olisi myös palauttaa tämän koulutuksen aikana tulleita eri muotoihin liittyviä oivalluksia mieleen. Ohjeiden tiiviissä esittämisessä on minulla haastetta. Selitän liian pitkään ensin yhdeltä kantilta enkä malta lopettaa siihen vaan ”valotan” ohjetta vielä uudelta ja uudelta puolelta. Yksinkertaisuus ja selkeys, niitä minun pitäisi sekä kysymyksissäni että ohjeissani harjoitella. Välillä tuntuu myös vaikealta luottaa näyttelijään, jossain kohtaa korjaan turhaan, käykin ilmi, että idea onkin kehittymässä ihan oikeaan suuntaan. Minun pitäisi vain maltaa mieleni.

Ryhmän käynnistyminen on tapahtunut minulle hyvin tyypilliseen tapaan: nopeasti! Tunne on kuin hyppy tai heitto veteen ja komento ”Ui!”. Se on ehkä minun tapani tehdä. Tunnistan nopean innostuksen heräämisen muistakin töistä. Pitemmällä miettimisellä moni asia voisi jäädä miettimiseksi. Toisaalta perusteellisempi miettiminen ja harkittu käynnistys voisi tuottaa parempaa jälkeä. Suhtaudun tähän ryhmään nyt neljän kerran jälkeen hiukan myös ”koeversiona”.

Nyt me kokeilemme, karsimme, muokkaamme tarpeen mukaan ja suunnitelmissa on jo aikuisille diakoniatyön asiakkaille vastaavan ryhmän ohjaaminen ja mahdollisesti myös tämän kokonaisuuden pohjalta suunniteltu ja toteutettu leiri vanhemmille nuorille. Silti tahdon pitää mielessäni sen, että vaikka ryhmässä on vähän väkeä, ja vaikka tästä voi hioa parempaa ja toimivampaa, niin näille ryhmän jäsenille tämä ei ole mikään koeversio, vaan ihan oikea ja tärkeä ryhmä.

Ajatustyötä kunkin illan hyväksi teemme yksin ja yhdessä Annen kanssa. Minä tunnen kantavani päävastuun suunnittelusta ja kirjoitan rungot puhtaaksi. Väliin Anne on ehtinyt lähettää suunnitelmaa minulle ja välillä taas minä olen suunnitellut illan koko lailla valmiiksi. Yhdessä käymme läpi koko suunnitelman läpi ja sen pohjalta kirjoitan kokonaisuuden puhtaaksi. Tähän mennessä mikään ilta ei ole toteutunut aivan suunnitellusti. Asiaa on aina liikaa. Mikään ilta ei ole pysynyt myöskään aikataulussa, tarvitsisimme puoli tuntia lisää aikaa. Arki-iltana illan venyttäminen puoli kymmeneen tuntuu hankalalta. Niinpä emme ole sopineet työskentelyajan muuttamisesta, me vain joka kerta ylitämme sovitun ajan! Huonosti toimimme siinä.

Osanottajien joukko on vaihdellut kolmesta yhteen. Alun varmasta sitoutumishalusta huolimatta yhdellä tytöllä on ollut sairaus- tai työesteitä. En tiedä onko kolme kertaa poissa ollut tulossa mukaan, ja mietin tuleeko hänet ottaa vastaan ja jos/kun niin miten otamme hänet vastaan?

Kaksi aihetta ja kaksi kokoontumista on vielä jäljellä. Sovitut ryhmän kokoontumiset ovat 30.10. ja 5.11. Itsetunnon osa-alueista jäljellä on tehtävä- ja tavoitetietoisuus, johon liittyy rakentava itsearviointi - sitä tosin teimme jo omaan kuvaan liittyenkin ja toisena alueena on pätevyiden kokeminen. Borban itsetunnon jäsenitys tuntui alussa hyvältä, mutta jäljellä olevat aiheet eivät tunnu tällä hetkellä ihan helposti aukeavilta. Ehkä parempi jäsenitys olisi löytynyt vaikka kirjasta Eväitä elämään, keinoja nuorten elämäntaitojen vahvistamiseksi. Toisaalta pelkän jäsenyyden ottaminen antoi vapaat kädet suunnitella eri illoista omasta mielestämme mielekkäitä kokonaisuuksia.

Tuleviin iltoihin liittyvät suunnitelmat ovat vielä tekemättä. Joharin ikkunan päätimme jättää käsittelemättä, mutta myönteisen palautteen antamista aiomme viimeisellä kerralla tehdä tavalla tai toisella. Runko illoissa pysyy samana, mutta Päivin Ohjaajuus-ryhmässä jakamien oppien mukaan ajattelen, että jo ensi kerralla on hyvä ottaa puheeksi ryhmän päätyminen.

Pyydän ryhmältä myös palautetta viimeisellä kerralla ja otamme sen huomioon tulevissa suunnitelmissa. Ehkä näissä suunnitelmissa ohjaajan epävarmuus näkyi asiapaljoutena, olisin voinut luottaa siihen, että vähemmälläkin tullaan toimeen ja ryhmä tuottaa riittävästi materiaalia. Selkeyttä pieniin opetusosuuksiin jäin itse kaipaamaan ja musiikkia emme ole käyttäneet tähän mennessä ollenkaan.

Edelleen mietin sitä, että nuoret ovat tässäkin ryhmässä jollakin tavalla ”hyvää kuuluu” linjalla. Ehkä myös asetelma vähän nuoria ja paljon työntekijöitä ohjaa pysyttelemään aika yleisellä tasolla. Ja keskenään eri-ikäisinä ryhmän jäsenillä on vähän eri elämäntilanne. Aika varovaista ja varautunutta jakaminen on. En tiedä miten sitä osaisimme auttaa. Ei niin, että avoimuus olisi joku mittari, mutta toivon, että työskentelystä jäisi ryhmäläisille mielekäs olo ja että tässä ryhmässä jakamisen taso olisi toisenlainen kuin missä tahansa samaan tilaan putkahtaneessa porukassa. Mietin sitäkin, että onko oman tarinan hahmottaminen enemmän aikuisten kuin nuorten juttu, eikö oman elämän ihmettely ole vielä ihan ajankohtaista?

Taiteen keinoin tarinoimalla me ihmiset rakennamme omaa elämäämme. Kokemuksia jakamalla, toisen tarinaa myötäelämällä voimme lisätä ymmärrystä toistemme elämää kohtaan. (Taiteeksi tarinoitu elämä, 2004, 75) Kokemusta oman elämän ja kokemusten merkityksellisyydestä ja arvosta tahtoisin välittää myös nuorille.

KIRJALLISUUS

Ryan, Dale ja Juanita, 1998: Askeleita huonosta itsetunnosta toipumiseen

Helenius Eeva, Rautava, Marie, Tuovinen, Riitta, 1998: Eväitä elämään, Keinoja nuorten elämäntaitojen vahvistamiseksi.

Kristillinen kasvatus 3-4, 2008

Leppilampi, Asko, Piekkari, Ulla, 1998: Terve, terve! Yhdessä oppimisen ja elämän taitoja

Luumi, Pertti 2006, Kertojan käsikirja

Kinnunen, Saara 2008: Nuoren itsetunto –Teoksessa. Pruuki, Heli 2008: Nuorten sielunhoidon käsikirja

Salas, Jo 2003: Improvising Real Life

Sava, Inkeri, Vesanen-Laukkanen, Virpi (toim.) 2004: Taiteeksi tarinoitu oma elämä

Sinkkonen, Mirja, Tähtinen, Paula, 2006: Toiveena sisäinen paraneminen

Vehkalahti, Reetta, 2007: Kehu lapsi päivässä

Ylönen, Hilikka, Luumi, Pertti, 2002: Kertomus on tie

PAINAMATTOMAT LÄHTEET

Keskinen Kimmo, Michele Borban itsetuntomallista rakennettu runko nuorten ryhmätoimintaan

Päivi Ketosen luento Tarinateatterikonferenssissa 2008

