

Hyvinvointia ja itsetuntemusta kohti kirjallisuusterapeuttisin menetelmin

POMM1130, kevät 2023

Merja Kauppinen, kirjallisuusterapiaohjaaja





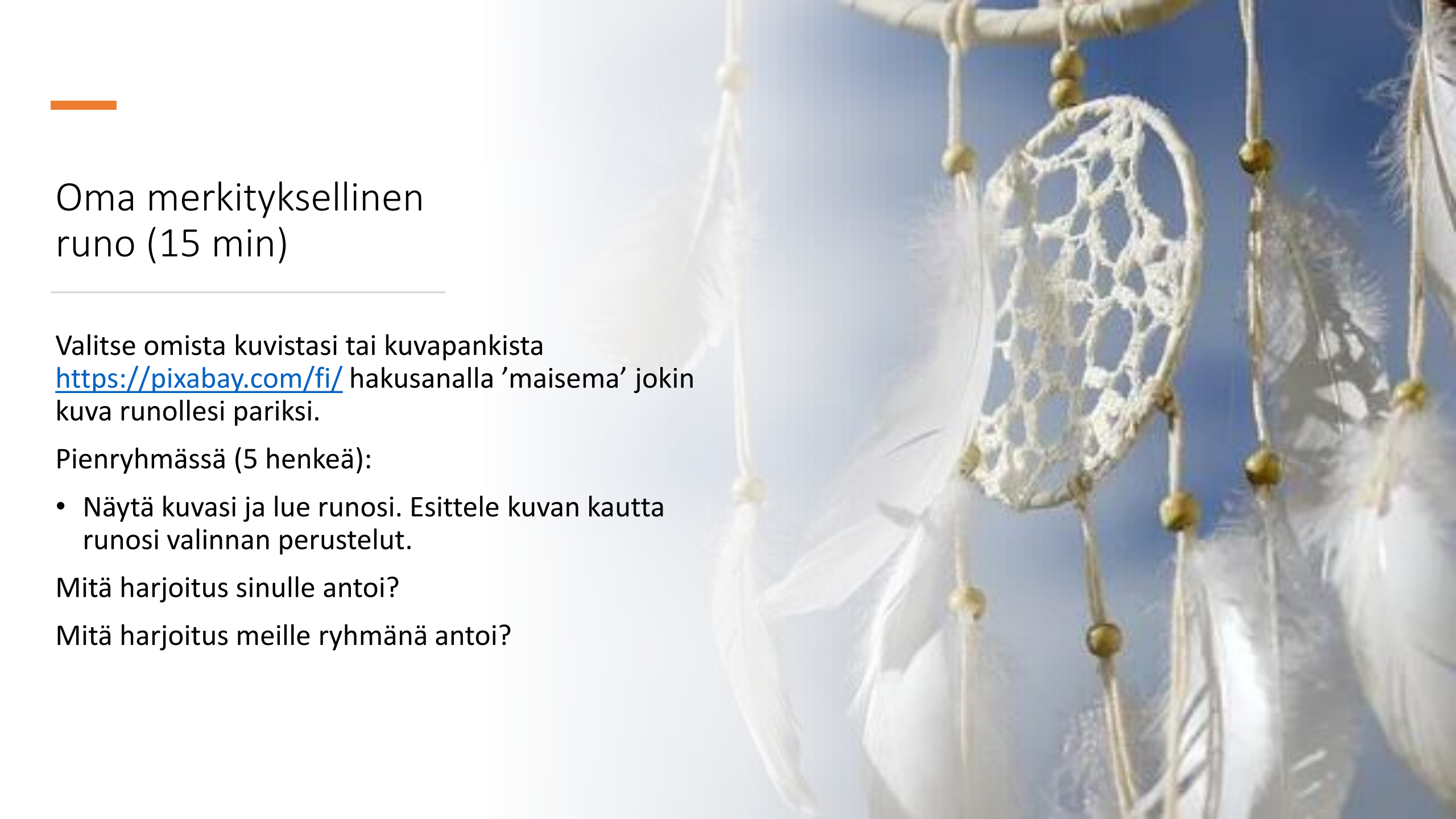
”Minulta meille”

Tuo mukanasasi runo, joka on merkityksellinen sinulle juuri tällä hetkellä. Huom. laulunsanat, seinätaulut, jääkaappimagneettien elämänohjeet ja hyvin monenlainen lyyrinen ilmaisu kuuluu runouteen. Voit valita niistä juuri sinulle tärkeimmän!

POLKU

Positiivisen lukijuuden kautta
aktiiviseen lukijayhteisöön

<https://www.polkulibrary.fi/>



Oma merkityksellinen
runo (15 min)

Valitse omista kuvistasi tai kuvapankista <https://pixabay.com/fi/> hakusanalla 'maisema' jokin kuva runollesi pariaksi.

Pienryhmässä (5 henkeä):

- Näytä kuvasi ja lue runosi. Esittele kuvan kautta runosi valinnan perustelut.

Mitä harjoitus sinulle antoi?

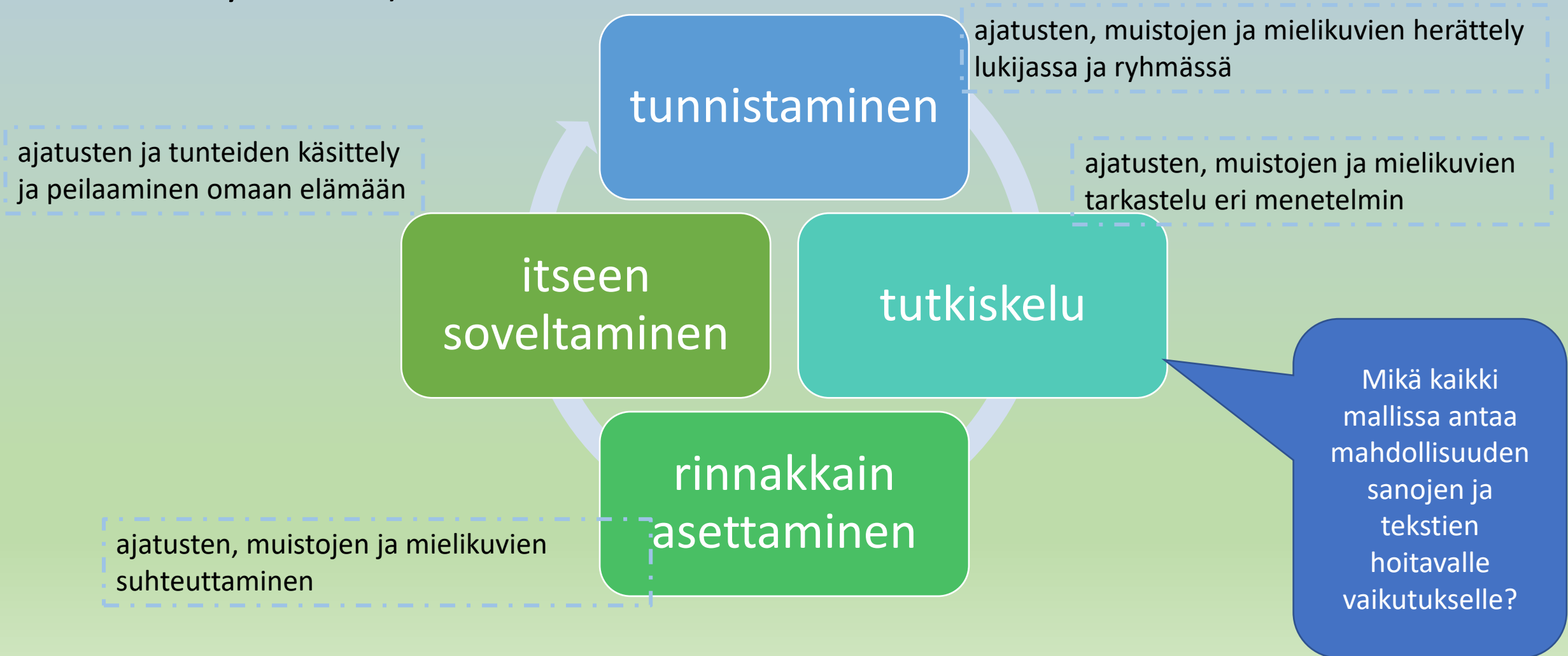
Mitä harjoitus meille ryhmänä antoi?

Tarinaan eläytyminen (45 min)

- Laskeudutaan musiikin myötä rentouttavaan olotilaan.
 - Suljetaan silmät ja eläydytään ”Ihmeen” tarinaan.
 - Otetaan esille kynä ja paperia tai jokin sähköisen kirjoittamisen alusta:
-
1. Kirjoita Auggielle kirje tässä ja nyt, omana itsenäsi. → Luetaan pienryhmissä. (10 min)
 2. Mieti, mikä asia/ilmiö on ollut omat ’kasvosi’ lapsuudessa tai nuoruudessa: Mikä on ollut sinulle itsellesi rujo, peiteltävä kohtasi? Kuvaa asiaa tai ilmiötä ja mieti, miten sen kanssa selvisit. → Kirjoitetaan asiasta 10 min vain itselle.
 - Olisitko voinut tehdä jotakin toisin, kun katsot asiaa taaksepäin nyt (nuoren) aikuisen silmin?
 - Mitä olet oman kasvokokemuksesi myötä oppinut itsestäsi, toisista ihmisistä, ympäristöstäsi, elämästä ylipäätään?
 - Laadi vielä lopuksi itsellesi jokin motto, joka koskee lapsuuden/nuoruuden kasvokokemustasi.



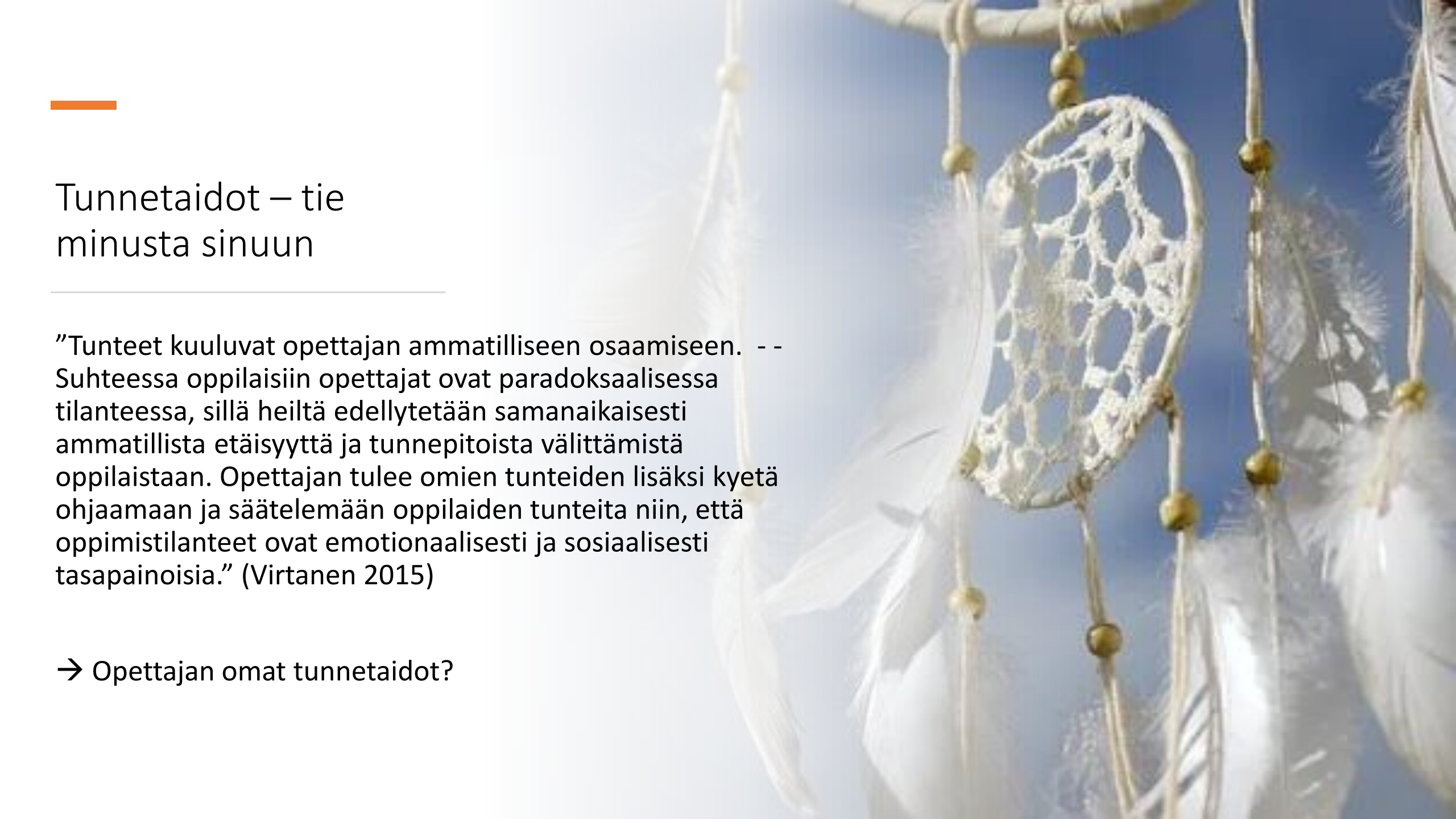
Vuorovaikutteinen, taidelähtöinen kirjallisuusterapeuttinen malli (McCarty Hynes & Hynes-Berry 2012)



The stories that
people hear
shape the stories
they tell about
themselves.
(Frank 2003)

"Kato, sulla on siinä se elämä, mistä näyttää? Onks hyvä elämä, voisko olla parempi. Voisko sitä fiksata vähän? Kato, aina on parantamisen varaa, vai mitä, turhaa tuskaa ja murhetta. Mitä jos vietäis verstaalle koko homma. Se on jotenkin kassellaan, jotenkin himmee, pelosta himmee. Mitä jos putsattais vähän noita sun elämäsi päiviä? Pieni pintaremontti ei taida ihan riittää, sen verran kertynyt elämäkokemusta, sen verran seinämiin pinttynyt turhaa faktaa ja suuloja."

Anja Erämaja



Tunnetaidot – tie minusta sinuun

”Tunteet kuuluvat opettajan ammatilliseen osaamiseen. - -
Suhteessa oppilaisiin opettajat ovat paradoksaalisessa
tilanteessa, sillä heiltä edellytetään samanaikaisesti
amatillista etäisyyttä ja tunnepitoista välittämistä
oppilaistaan. Opettajan tulee omien tunteiden lisäksi kyetä
ohjaamaan ja säätelemään oppilaiden tunteita niin, että
oppimistilanteet ovat emotionaalisesti ja sosiaalisesti
tasapainoisia.” (Virtanen 2015)

→ Opettajan omat tunnetaidot?

Emme kasvata erikseen kehoja tai
mieliä vaan kokonaisia ihmisiä.
(Granö & Turunen, 2020.)

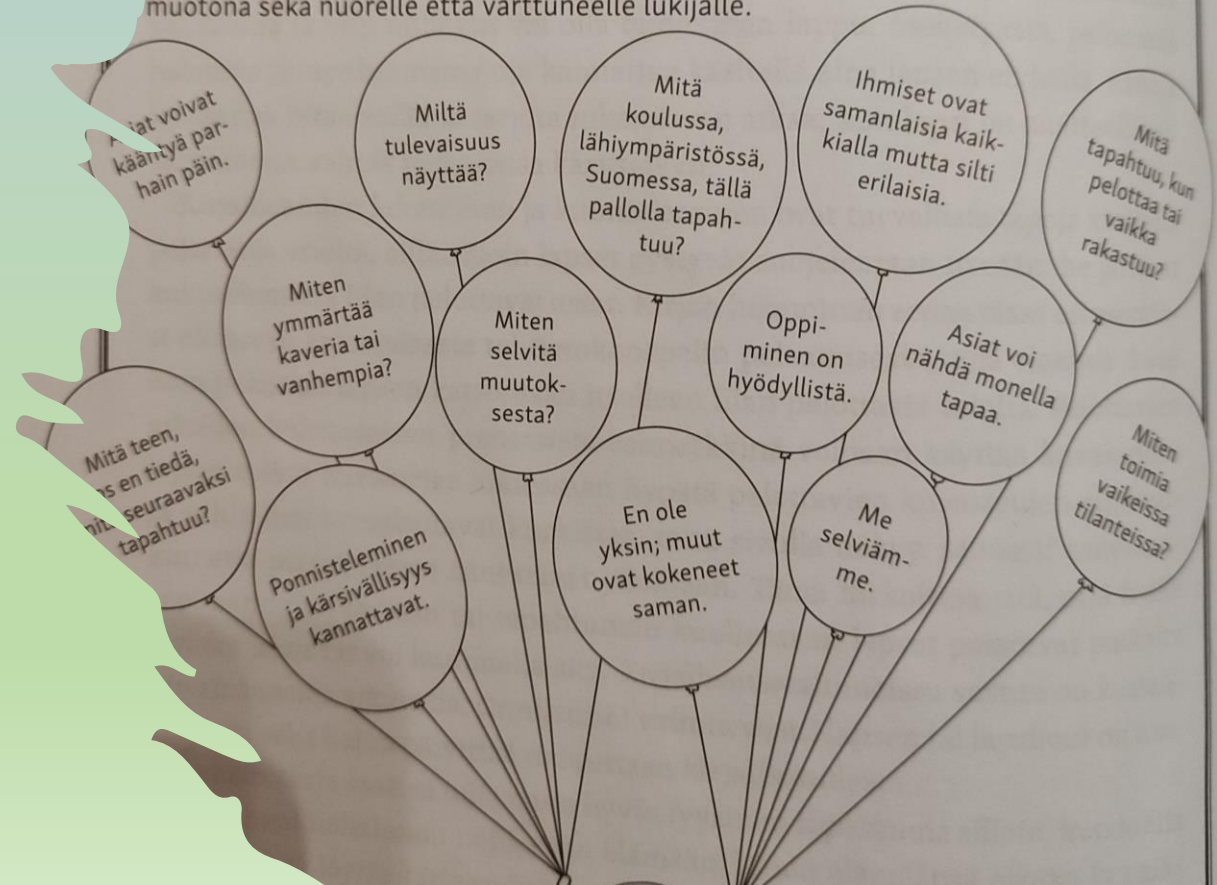


“Kirjallisuuden lukemisella on merkitystä” – hyvinvoinnin monet ulottuvuudet läsnä

Aerila & Kauppinen, Sytytä lukukipinä (2019)

KIRJALLISUUDEN LUKEMISELLA ON MERKITYSTÄ

...isen kirjallisuuden lukemisen hyödyt jäävät joskus piiloon, sillä on vaikea pääs-
...än lukijan ajatuksiin ja siihen, miten ne vaikuttavat hänen toimintaansa ja
...sa. Yksilön kehityksen ja kasvatuksen asiat näkyvät ylipäänsä harvoin pi-
...iksi joillekin kasvattajille voi olla vaikeaa nähdä fiktiivisen kirjallisuuden
...ödyllisenä, itsearvoisena toimintana. Kuitenkin lapsilla fiktion tuotta-
...na tuottava tietönäkökulma ovat monesti yhtä: kirjallisuus kertoo heille yhteis-
...sta ja yhteisöistä ja niissä pärjäämisestä. Fiktiivinen kirjallisuus voi kirjallisuu-
...onna Meretojan (2016) mukaan toimia eettisen tutkimisen ja kysymisen
...muotona sekä nuorelle että varttuneelle lukijalle.



Kaikilla on oikeus luovaan itsensä toteuttamiseen (Uusikylä 2012)

Luova persoonallisuus:

- Rohkeus & riippumattomuus
- Kyky kohdata vihamielisyyttä ja ottaa älyllisiä riskejä
- Kestävyys
- Uteliaisuus
- Avoimuus
- Muutoskyky
- Kyky syventyä asioihin
- Sisäinen motivaatio
- Kyky keskittyä tehtäviin
- Hengen vapaus
- Kyky seurata omia sääntöjä
- Halu kilpailla [itsensä kanssa] ja ylittää esteet

Tunneälyn,
itsetuntemuksen ja
luovuuden väliset
yhteydet!



Kuva: Pixabay

Eläytyvä lukeminen ja siihen liittyvä vuorovaikutus – kirjallisuusterapeuttinen lähestymistapa hyvinvointiin ja itsetuntemukseen

- **Kirjallisuusterapia** = tekstien käyttöä terapeuttisiin tarkoituksiin ryhmän tukemana; perustuu vertaisvuorovaikutukseen (McCarty Hynes & Hynes-Berry 2012)
- Mitä 'terapeuttiset tarkoitukset' voivat olla?
 - mielen hyvinvointi, itsetuntemuksen lisääminen, minuuden tukeminen, elämänhallinta
- Luetaan yhdessä joko valmiita tai itse laadittuja tekstejä ja keskustellaan ohjatusti niiden herättämistä tunteista ja ajatuksista. Peilataan heräteltyjä merkityksiä itseen ja omaan elämään.
- Ajatusten ja tunteiden herättelyssä käytetään apuna taidetta ja toiminnallisia menetelmiä.
- Muistot, aistit, unet, vaistot, ryhmässä tuotetut kokemukset, taidekokemukset ja luontokokemukset yksilön, ryhmän ja yhteisön **voimavarana** (positiivinen pedagogiikka).

Vuorovaikutteinen, taidelähtöinen kirjallisuusterapeuttinen malli (McCarty Hynes & Hynes-Berry 2012)

Huom. Kite-mallissa keskiössä **lukija-kokija!**
Vrt. fiktiivisen tekstin analysointi ja tulkinta koulussa kiinnittyy aina **tekstiin.**

Koulussa näkyy vahvana akateeminen lähestymistapa lukemiseen ja kirjoittamiseen (ks. Kauppinen & Aerila 2019a, b), esim. tekstin faktojen hakeminen ja yhdistely, mallin mukainen tekstin tulkinta ja tuottaminen.

itseän soveltaminen

tunnistaminen

tutkiskelu

rinnakkain asettaminen

Miten tekstit* hoitavat mieltä?

- 1) Tekstien äärellä syntyy monenlaista vuorovaikutusta:
 - tekstin ja lukijan välille
 - tekstin ja kirjoittajan välille
 - saman tekstin lukijoiden välille
 - tekstien lukijoiden ja kirjoittajien välille.
- 2) Mahdollisuus lähestyä kokemuksia ja tunteita etäännytetysti, tekstien välityksellä. Mahdollisuus tavoittaa sekä omia että muiden kokemuksia ja tunteita taidemenetelmien avulla (mediated meaning making).
- 3) Oman sisäisen maailman näkyväksi tekeminen ja merkityksellistäminen: Yksilö antaa tekstille merkityksiä omasta sisäisestä maailmastaan käsin. Ryhmä toimii peilinä yksilön antamille merkityksille.
- 4) Ryhmä synnyttää yhdessä monenlaisia näkökulmia ja lähestymistapoja teksteihin & niiden kantamiin ilmiöihin → yhteisö toimii yksilön henkisenä voimavarana (kannattelee, hoitaa, tukee, lohduttaa).

→ yhteisöllisen, eläytyvän lukemisen vahvuus

*huom. laaja tekstikäsitys

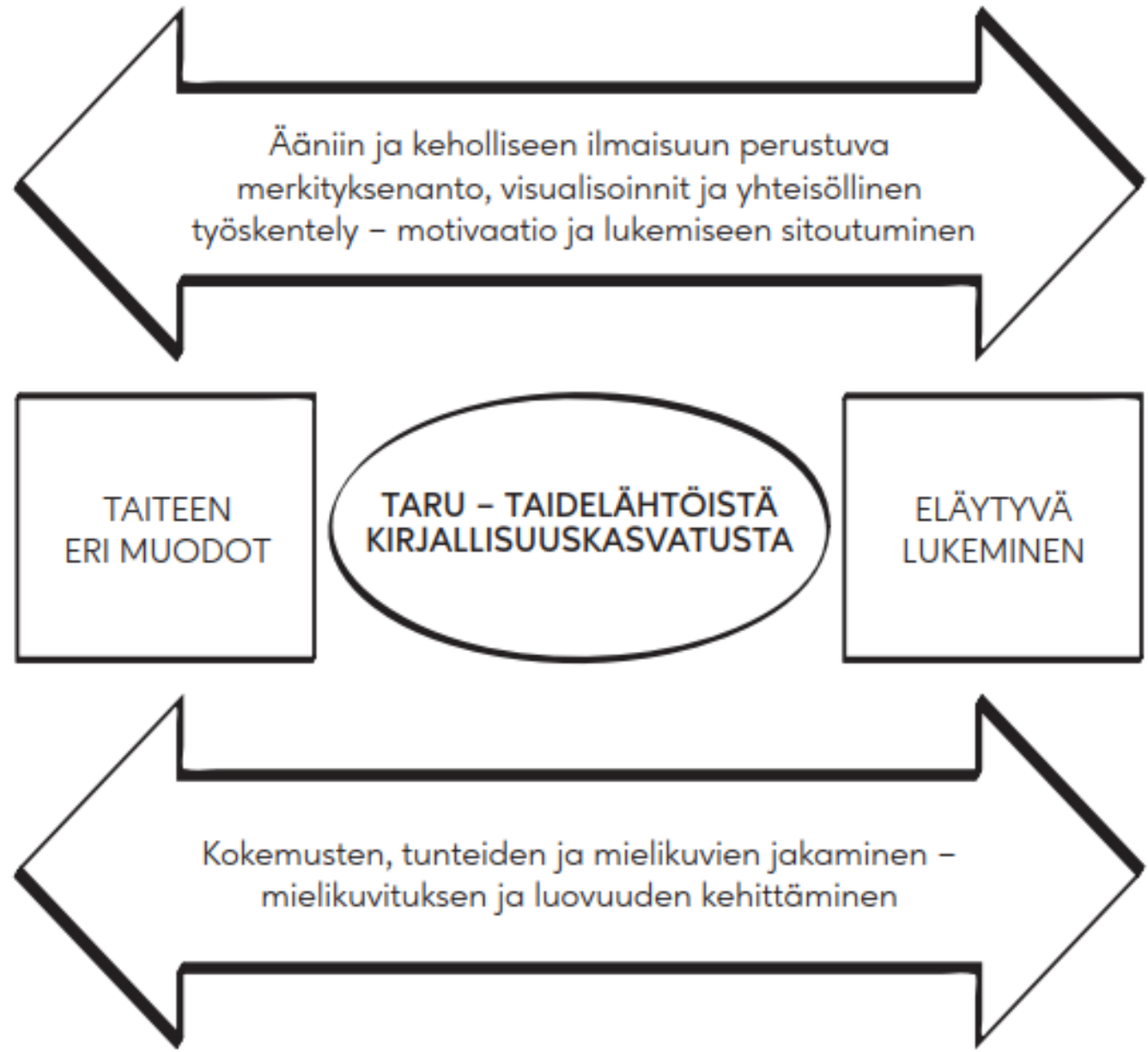
Kite-menetelmät oppimisen konteksteissa

Opiskelutilanteissa ja -yhteisöissä kite-menetelmät eivät ole terapiaa mutta **voivat toimia terapeuttisesti**. Oppimisympäristö mahdollistaa tällöin yksilön voimaantumisen, esim. vuorovaikutteisen, taidelähtöisen työskentelyn avulla.

Etsitään kirjallisuuslähtöisen toiminnan ja itseilmaisun menetelmiä, jotka kannattelevat yksilöitä ja tuovat oppimisen ja onnistumisen iloa.

(Åhlgren 2019)

Kite-menetelmät osana
taidekasvatusta
(Ilmaisun ilo, 2022)



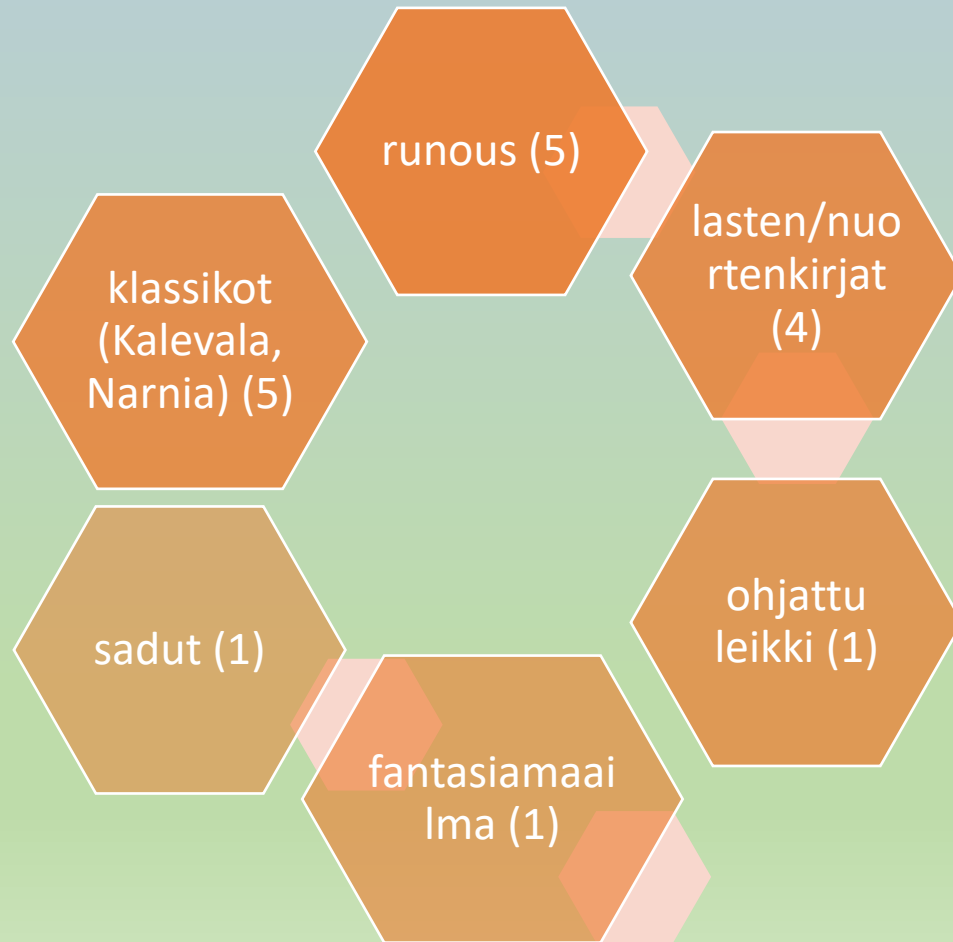
Kauppinen &
Aerila, 2022

Kuvio 2. Taidelähtöinen kirjallisuuskasvatus

- TARU – Tarinoilla lukijaksi 2017–
- YTIMESSÄ – Kirja kaiken oppimisen keskiöön 2018–19
<https://sites.utu.fi/ytimessa/>
- RINNALLA-TARU – Sosiaalisemotionaalisen kasvun tukeminen taide- ja kerrontalähtöisen mentoritoiminnan avulla varhaiskasvatuksessa 2018–20 www.utu.fi/rinnalla
- IKI-TARU – Innovatiivisen kielikasvatuksen kartta ja kompassi 2018–21 <https://sites.utu.fi/iki-taru/>;
<https://jyx.jyu.fi/handle/123456789/75443>
- POLKU – positiivisen lukijuuden kautta aktiiviseen lukijayhteisöön 2020–22 <https://sites.utu.fi/polku-taru/>
- Sanojen sinfonia 2020–21
<https://www.turku.fi/blogit/kulttuuriblogi/sanojen-sinfoniaa-lounais-suomessa-lukemisen-sulosavelia-kaikenikaisille>
- LUJA – lukitukea tarvitsevien oppilaiden lukijuuden ja osallisuuden edistäminen (Lounais-Suomen AVI) 2020–22
- Lukeva Salo – lukudiplomit 2020–
<https://salo.fi/varhaiskasvatus-ja-koulutus/lukeva-salo/>
- Lukupesä – Lugespesa EstRA, FinRA, LatRA 2021–
<https://finrainfo.fi/lukupesa/>

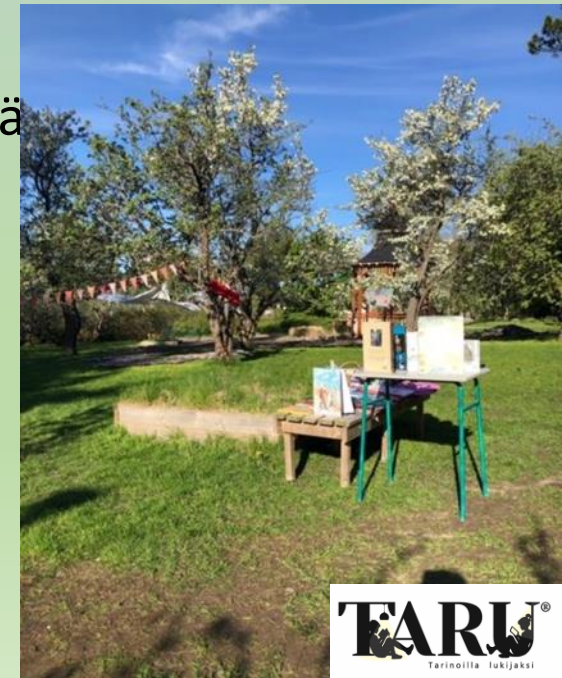


Näitä tekstejä opettajat valitsivat lapsille ja nuorille kite-harjoitukseen – erään täydennyskoulutuksen opetuskokeilut



Opettajien kommentteja kitemenetelmistä: tavoitteita, tuloksia & mottoja

- ”lapsi saataisiin kertomaan ja kuvailemaan asioita”
- draaman mahdollisuudet opetuskäytössä, havainnot vuorovaikutuksesta, tilan haltuunotosta
- ”hyvä että joutuu oikeasti pohtimaan mitä uudessa työssä [työyhteisö] tavoittelee”
- mahdoton muuttuu illyriassa [uusi maailma] mahdolliseksi, pohjaton mielikuvituksen lähde
- humans as holistic creatures
- pakopelihuone: ”lukemattomat kirjat, kaltoin kohdellut klassikot”
- symbolit käyttöön, herättävät & vahvistavat mielikuvia (vahvuusviitta, päivä)
- Kalevala = runsaudensarvi kiten näkökulmasta
- ”kaikilla pöydän esineillä on jokin merkitys” (tehtävä)
- ”runojen takana on paljon asiaa”
- ”jos kuunteli itseään, toiset saattoivat suuttua” (Pelätin ja rastas -kirja)



Lähteet

Aerila, J.-A., & Kauppinen, M. (2019). *Sytytä lukukipinä. Pedagogisia keinoja lukuinnon herättelyyn*. PS-kustannus.

Aerila, J.-A., & Kauppinen, M. (2021). Varhaiskasvatuksen sanataide tuottaa iloa ja kehittää tunnetaitoja. *Onnimanni*, 2021(1), 25–27.

Kauppinen, M., & Aerila, J.-A. (2019). Luokanopettajat kirjallisuuskasvattajina. Teoksessa M. Murto (toim.), *Kiinni fiktion: kirjallisuuden tutkimuksesta ja opetuksesta* (s. 11–30). Äidinkielen opettajain liitto.

Virtanen, M. (2015). *Kuusi askelta tunnetaitajaksi. Emotionaalisen osaamisen kehittämismalli opettajalle*. PS-kustannus.

Åhlgren, T. (2019). Sanataide lasten ja nuorten hyvinvoinnin lähteenä. *Kirjallisuusterapia* 2/2019, 27–30.

Kiitos jakamisesta!



Kotitehtävä 17.2. MOK-tapaamiseen

Laadi oma hyvinvointimalli käyttäen lähteenä joko tunneilla opiskeltuja hyvinvointimalleja tai muita hyvinvointimalleja.

Eesitysmuoto on vapaa, mutta käytetyt lähteet täytyy merkitä malliin. Tarkoitus on peilata mallia omaan elämään ja sen hyvinvoinnin osa-alueisiin. Tehtävän palautus Peda.net -sivujen palautuskansioon.