



**Osaamiskeskus Nuoska**

Nuorisotyö kouluissa ja oppilaitoksissa

**Kompetenscenter Nuoska**

Ungdomsarbete i skolor och läroinrättningar

# KOONTI TUNNETAITOJA JA RYHMÄDYNAMIIKKA VAHVISTAVISTA HARJOITTEISTA



OPETUS- JA  
KULTTUURIMINISTERIÖ



## Alkusanat

Tämän ryhmädynamiikkaa ja tunnetaitoja vahvistavan koonnin kehittämiseen on osallistunut suuri määrä Kunnallisen nuorisotyön osaamiskeskus Kanuunan ja Osaamiskeskus Nuoskan verkostojen ja ryhmien nuorisotyöntekijöitä, teatteritaiteen ammattilaisia ja harrastajia sekä koulujen ja oppilaitoksen oppilaita ja opiskelijoita.

Kahden viimeisen vuoden aikana minulla on ollut etuoikeus esitellä koulun kasvattajayhteisöille suunnatuissa tilaisuuksissa ja koulutuksissa koonnissa esiintyviä harjoitteita ja kokemuksia niiden pohjalta. Myöhemmin osallistujat ovat kokeilleet omissa kouluissaan ja oppilaitoksissaan harjoitteita ja kertoneet kokemuksiaan ja toisinaan ehdottaneet muutoksia, joita olen hyvillä mielin ottanut vastaan ja lisännyt koontiin.

Lämmin kiitos kaikille lapsille, nuorille ja aikuisille, jotka ovat olleet mukana tässä projektissa. Toivon, että koonnista on apua erityisesti kouluissa ja oppilaitoksissa nuorisotyötä tekeville, mutta materiaalia voi hyödyntää kaikilla muillakin nuorisotyön osa-alueilla. Toivottavasti materiaali auttaa myös kiusaamisen vastaisessa työssä, sillä toimiva ryhmädynamiikka ja uskallus olla oma itsensä ehkäisevät kiusaamista.

Terkuin  
Nina "Ninni" Parviainen

## SISÄLLYS

1	JOHDANTO KOONTIIN.....	5
2	RYHMÄDYNAMIIKAN VAHVISTAMINEN .....	6
2.1	Ryhmädynamiikan vahvistaminen teatteri-ilmaisun harjoitteiden kautta .....	6
2.2	Ryhmän merkitys ryhmädynamiikan muodostamisessa .....	7
2.3	Tilan merkitys.....	7
3	RYHMÄDYNAMIIKKA VAHVISTAVIA HARJOITTEITA .....	8
3.1	Tutustumiseen sopivat harjoitteet .....	8
3.1.1	Oma esittely.....	9
3.1.2	Energiapallo.....	9
3.1.3	Kolme asiaa .....	9
3.1.4	Hedelmäsalaatti .....	10
3.1.5	Väittämät.....	10
3.1.6	Joo-leikki.....	10
3.1.7	Liikutaan tilassa .....	11
3.2	Draamatarinoita .....	12
3.3	Toiminnalliset pidemmät harjoitteet .....	13
3.3.1	Tehtävä museossa.....	13
3.3.2	Tehtävä juna-asemalla.....	14
3.3.3	Luokkaretkelle.....	17
3.4	Rentoutusharjoite.....	17
4	TUNNETAITOHARJOITTEET .....	18
4.1	Tunnetaitoharjoitteiden tarkoitus.....	18
4.1.1	Arvaatko tunteeni -harjoite.....	18
4.2	Kirjoitusharjoitteet .....	19
4.2.1	Stressaava ajatus tai tilanne .....	19
4.2.2	10 asiaa -harjoite .....	19

5	VALMISTAUTUMINEN RYHMÄN OHJAUKSEEN .....	20
5.1	Ohjaustuntien suunnittelu .....	20
5.2	Ohjaustunnin suunnittelu verkkoyhteydellä.....	21
5.2.1	Ohjaustuokion kompastuskiviä .....	21
<b>LÄHTEET</b>	.....	<b>23</b>

## 1 JOHDANTO KOONTIIN

Kanuunan Kulttuurisen nuorisotyön keskusteluryhmässä ja Nuorisotyö koulussa - kehittämiskeskustelussa kokemukset ryhmädynamiikkaa vahvistavista harjoitteista ovat olleet yhtenä kärkeä työssäni jo miltei kahden vuoden ajan. Olen koko aikuisikäni toiminut teatterialan ammattilaisena erilaisissa yhteisöissä ohjaten ja opettaen pääasiassa lapsia ja nuoria.

Viime vuosikymmenen aikana olen työskennellyt lukiossa teatteriopettajana, lapsille ja nuorille suunnatun teatterikoulun rehtorina ja peruskoulussa taidekasvattajana. Melkein poikkeuksetta työssäni peruskoulussa tai oppilaitoksissa on toivottu ryhmädynamiikkaa vahvistavia harjoitteita, joiden avulla ryhmän jäsenet tuntuivat olonsa turvallisiksi ja hyväksytyiksi ryhmän jäseneksi.

Hyvän ryhmädynamiikan muodostamiseen liittyy usein ajatus kaksoistavoitteesta, ja yleensä ryhmän jäsenet ovat yhdessä jostain syystä, esimerkiksi opiskelemassa koululuokassa tai toimimassa harrastusryhmässä. Kouluissa ja oppilaitoksissa opiskellaan opetussuunnitelman mukaisesti kouluaineita ennalta sovitusti ja oppiminen onkin ensimmäinen tärkeä tavoite. Toinen tavoite on, että luokassa on opiskelurauha, oppilaat tuntevat olonsa turvallisiksi ja uskaltavat olla omia itsejään osana koulun järjestelmää. Jotta ensimmäinen tavoite voi toteutua, täytyy toisenkin toteutua ja tässä nuorisotyön ammattilaiset kouluissa ja oppilaitoksissa ovat tärkeässä asemassa. Nuorisotyöntekijät edesauttavat lapsen ja nuoren hyvinvointia yksin ja ryhmässä koulu- ja oppilaitosympäristössä.

Nuorisotyön tavoite ei voi aina olla sama kuin koulun tai oppilaitoksen. Tavoitteissa voi olla samoja piirteitä, mutta lopulta kysymys on kaksoistavoitteen täyttymisestä. Jokaisella koulun kasvattajayhteisön jäsenellä on varmasti intressi sisällyttää omaan työhönsä vastuu lapsen ja nuoren kokonaisvaltaisesta hyvinvoinnista, mutta nuorisotyöntekijät elävät ja hengittävät tätä eetosta. Heidän työssään kysymys on aina lapsen ja nuoren vapaaehtoisesta osallistumisesta toimintaan, huoli nuoren kokonaisvaltaisesta hyvinvoinnista ja ihmisen tinkimättömästä oikeudesta olla täysvaltainen jäsen yhteisössään. Nämä tavoitteet täyttyvät nuorisotyöntekijän

läsnäololla, kärsivällisyydellä ja kyvyllä muokata ja ohjata sellaisia harjoitteita, joilla ryhmän koko potentiaali molempien tavoitteiden täyttymiseen saavutetaan.

Koonnissa esitellään ajatuksia ryhmädynamiikan ja tunnetaitojen vahvistamisen tärkeydestä ja myös käytännön esimerkkejä tutustumisharjoitteista, draamaleikeistä, rentoutusharjoitteista ja ryhmänohjaajan valmistautumisesta ohjaamiseen tuntisuunnitelman avulla.

## **2 RYHMÄDYNAMIIKAN VAHVISTAMINEN**

### **2.1 Ryhmädynamiikan vahvistaminen teatteri-ilmaisun harjoitteiden kautta**

*”Pidän kovasti teatterista. Se on niin paljon todellisempaa kuin elämä”*

Oscar Wilde

Teatteri-ilmaisun opetuksessa käytettävät harjoitteet ovat samankaltaisia ympäri Suomen ja aikoinaan yllätyksenä itselleni tuli, että samanlaisia harjoitteita käytetään ryhmädynamiikkaa vahvistamaan myös kouluissa ja oppilaitoksissa. Harjoitteissa korostuu kollektiivinen, ryhmään nojautuva tapa oppia. Yksilökeskeisyys näkyy siten, että lapsi ja nuori kokee oppimansa asiat omien kokemustensa ja henkilöhistoriansa kautta, mutta turvallisesti ryhmässä. Vapaaehtoisuus on molemmissa oppimisympäristöissä tärkeimpiä asioita. Ilmaisuharjoitteissa oppilas kokee oppimansa asiat omalla tavallaan, mutta silti suurin osa harjoitteissa tapahtuu turvallisesti ja luottamuksellisesti ryhmässä.

Ryhmädynamiikkaa vahvistavien harjoitteiden valitsemisessa tärkeintä on ihmisarvon tunnustaminen, erilaisuuden ymmärtäminen ja toisen ihmisen kunnioittava kohtaaminen. Ryhmän ohjaajan tärkein tehtävä on katsoa, että ryhmän jokainen jäsen kokee itsensä tarpeeksi turvatuksi antautuakseen harjoitteisiin. Ryhmän ilmasto voidaan muuttaa turvalliseksi lämmittely- ja kontaktiharjoitteiden avulla. Harjoitteiden lähtökohtana ei koskaan voi olla ihmisen rikkiinäisyys tai keskeneräisyys. Työskentelyssä painottuu ihmisen eheys ja kyky toimia voimavarojensa mukaan. Koonnissa esiteltävät harjoitteet lainaavat menetelmiään

teatterista ja draamasta. Draama nähdään teatteritaiteen välineenä ja sen tehtävänä on ennen kaikkea kysyä kysymyksiä eikä tarjota valmiita vastauksia. (Ventola & Renlund 2005, 52–53.) Esimerkiksi Teatterikoulu Timotein (Teatterikoulu Timotei 2021) opetussuunnitelmaan kuuluvat tarinat ja draaman kaari, jonka opintojakson sisältöön kuuluu tutustuminen teatterin perusteisiin eli tarinoihin luomalla niitä itse ja tutkimalla valmiita tarinoita. Tarinat ja draaman kaari -opintojakso tarjoaa siis mahdollisuuden oppia teatterin perusteita, mutta kaksoistavoitteena voidaan nähdä tässäkin ryhmädynamiikan vahvistaminen opintojen kautta. Teatteri-ilmaisun harjoitteet ovat rakennettu siten, että niiden painotus on automaattisesti ryhmädynamiikan vahvistamisessa. Siksi niiden käyttäminen myös nuorisotyössä on perusteltua.

## **2.2 Ryhmän merkitys ryhmädynamiikan muodostamisessa**

”Ryhmään suostuminen” on termi, jolla (Korhonen & Airaksinen 2001,171) kuvaillaan ryhmäprosessin alkua. Syvemmin termi kuvaa oppilaan tasavahvaa osallisuutta ja aktiivisuutta. Jokaisen on oltava tasavahva toimija ryhmässä, ei jyrättävissä eikä jyräävä. Yksittäisen ihmisen panos palvelee aina myös yhteistä päämäärää. Toimivan ryhmädynamiikan muodostaminen on siis joukkuelaji, jossa syvimmiltään on kysymys toisten ihmisten ideoihin suostumisesta. Vuorovaikutukseen keskittyvä tekeminen ei onnistu, mikäli ryhmäläiset peittelevät toisiltaan epävarmuuksia ja pelkoja. Teatteri-ilmaisun opetuksessa käytetään usein aistiharjoituksia, jonka tehtävänä on herkistää oppilaita itseään ja ryhmää impulsseihin, joita ryhmästä nousee. (Korhonen & Airaksinen 2001.171–172.)

Luottamus, kontakti ja turvallisuus, oman itsensä kohtaamisen ohella, on tärkeässä asemassa opetuksessa. Hyvän ryhmätyön tärkeä peruspilari on ryhmätyö, jonka avulla ponnistellaan kohti yhteistä päämäärää. Diversiteetti tuo omalta osaltaan hyvää kitkaa, jonka avulla erilaiset taustat, mielipiteet ja taidot antavat mahdollisuuden jokaiselle yksilölle onnistua. (Vehkalahti 2006, 33–34.)

## **2.3 Tilan merkitys**

Ryhmädynamiikkaa vahvistavissa harjoitteissa on tärkeää valita rauhallinen ja väljä tila, jossa oppilaat voivat rauhassa liikkua, eikä häiriötä tarvitse pelätä. Liikuntasalit tai luokat, jossa voi siirtää kalustoa syrjään ovat usein toimivia.

Harjoitteet vaativat keskittymistä ohjaajalta ja ryhmältä, joten niiden valmistamiseen tarvitaan rauhallinen tila. Jos tilaan voi tulla koska tahansa joku häiritsemään tuntia, on selvää, että rauhallista ja toista kunnioittavaa tilaa ei synny.

### **3 RYHMÄDYNAMIIKKA VAHVISTAVIA HARJOITTEITA**

#### **3.1 Tutustumiseen sopivat harjoitteet**

Tutustumisharjoitteet ovat toimivia menetelmä, joiden avulla ryhmän jäsenet opettelevat tuntemaan toisiaan. Yleisesti ajatellaan, että erilaiset yhdessä tekemisen harjoitteet auttavat hyvän ryhmähengen muodostumisessa. Joillekin ryhmille ryhmädynamiikan vahvistamiseen paras menetelmä on lähteä ulos luontoon, sytyttää nuotio ja jutustella. Joillekin ryhmille taas sopivat paremmin matalankynnyksen harjoitteet, joissa ei tarvitse pelätä tulevansa nolatuksi. Toisinaan saattaa olla, että ryhmässä on jäseniä, jotka jännittävät esilläoloa ja puhumista. Silloin järkevintä on aloittaa harjoitteilla, joissa ei puhuta lainkaan tai vaihtoehtoisesti ensimmäinen puhekuppani on toinen ryhmäläinen. Joskus taas on mukava aloittaa ryhmän kanssa siten, että ryhmän ohjaaja pyytää osallistujat piiriin, esittelee itsensä ja kertoo tapaamisen reunaehdoja. Ohjaaja voi esimerkiksi esitellä itsensä näin:

-Hei kaikille, minun nimeni on Ninni Parviainen ja minä olen tämän koulun/oppilaitoksen nuorisotyöntekijä. Haluan tutustua teihin kaikkiin ja siksi me olemme täällä yhdessä, tunnin ajan kello 14.00 saakka ja tehdään erilaisia harjoitteita yhdessä. Jos teitä jännittää tämä tuleva tunti, niin ihan turhaan. Tänään tehdään ainoastaan mukavia juttuja ja kannustankin teitä hetkeksi unohtamaan koulujutut/opiskelupaineet ja voidaan vain rauhassa tutustua toisiimme. Minä kerron teille, miten edetään. Sopiiko tämä?

Kun ohjaaja kertoo aluksi, että on ottanut huomioon, etteivät kaikki välttämättä nauti esillä olosta, saattaa ohjaaja poistaa lapsen ja nuoren harteilta valtavan taakan. Miltei jokaisessa ryhmässä on aina joku, joka ei todellakaan nauti yhdessä leikkimisestä. Olennaista ei ole menetelmä, jonka ohjaaja valitsee vaan menetelmien



sopivuus käsillä olevalle ryhmälle. Tutustumiseen tähtäävät harjoitteet painottavat kuuntelemiseen, keskittymiseen ja yhdessä tekemiseen. Kontakti- ja luottamusharjoituksilla vahvistetaan ryhmän yhteistoimintaa ja havainnoidaan oman toiminnan vaikutusta muuhun ryhmään.

### **3.1.1 Oma esittely**

Ryhmän jäsenen oma esittely voidaan toteuttaa esimerkiksi piirissä patjoilla istuen. Mikäli esittely toteutetaan verkon välityksellä, voi vuoron asettaminen tapahtua esimerkiksi kommentoimalla viestiketjuun pisteellä. Ryhmänohjaja pyytää osallistujia kertomaan itsestään kolme asiaa, kuten nimen, mistä tulee ja yhden epäolennaisen asian itsestään. Kysymykset voivat olla oikeastaan mitä vain, vaikka suosikki vuodenaika tai hammasharjan väri. Olennaista on antaa ryhmälle rauhassa aikaa tutustua toisiinsa.

### **3.1.2 Energiapallo**

Osallistujat asettuvat piiriin istumaan tai seisomaan. Harjoitteen aluksi ryhmäläiset voivat tehdä pienen venyttelyn, jonka ryhmänohjaaja ohjaa tai vaihtoehtoisesti jokainen tekee vuorollaan venyttelyliikkeen, jonka muut kopioivat perässä. Ohjaaja aloittaa harjoitteen tekemällä käsillään kuvitteellisen energiapallon ja lähettämällä sen piiriin yli toiselle pelaajalle äänellä ja liikkeellä höystettynä. Vastaanottaja ottaa energiapallon kiinni samankaltaisella liikkeellä ja äänellä, kun se on heitetty. Tämän jälkeen pallo muuntautuu vastaanottajan käsissä ja se heitetään eteenpäin uudella äänellä ja liikkeellä. Ryhmän ohjaajan on hyvä pitää rytmi nopeatempoisena. Harjoituksen edetessä energiapallo voi muuntautua suureksi, pieneksi, polttavaksi, höyhenen kevyeksi, lyijyn raskaaksi jne.

### **3.1.3 Kolme asiaa**

Kolme asiaa on lämmittely- ja improvisaatioharjoite. Ryhmän jäsenet asettuvat piiriin ja aloittavat sanomalla yhteen ääneen, käsiliikkeeseen yhdistettynä (esim. taputus) "Kolme asiaa!" Ohjaaja pyytää piirissä seuraavana olevaa kertomaan kolme mieleen tulevaa asiaa jostakin aiheesta. Esimerkiksi "Kolme asiaa kesästä." Haasteen vastaanottaja luettelee mahdollisimman nopeasti kolme sellaista asiaa, jotka hänelle tulee ensimmäisenä mieleen kesästä. Asiat voi ilmasta joko yksittäisinä sanoina tai

lyhyinä lauseina. Tämän jälkeen kaikki ringin jäsenet sanovat taas yhteen ääneen käsiliikkeeseen yhdistettynä "Kolme asiaa!" Harjoite jatkuu heittämällä vuoro eteenpäin joko järjestyksessä tai siirtämällä käden heilautuksella vuoro sattumanvaraisesti jollekin piirissä olevalle. Aihe vaihtuu jokaisen kerran jälkeen. Aiheena voi olla esimerkiksi kolme asiaa koulusta, pulpetista, vessasta, Harry Potter -kirjoista tai vaikkapa omasta jääkaapista.

#### **3.1.4 Hedelmäsalaatti**

Osallistujat asettuvat rinkiin istumaan tai seisten siten, että kaikille on määritelty oma paikka tuolin tai vaikkapa lattiaan liimatun teipin avulla. Yksi henkilö jää ringin keskelle, ja paikkoja on yksi vähemmän kuin osallistujia. Keskellä seisova henkilö aloittaa harjoitteen sanomalla esimerkiksi "Kaikki, joilla on siniset housut vaihtavat paikkaa" tai "kaikki, jotka tykkäävät mansikkajäätelöstä vaihtavat paikkaa". Tämän jälkeen kaikki, joiden kohdalla väite pitää paikkaansa, vaihtavat paikkaa ja keskellä oleva henkilö yrittää ryöstää toisen paikan. Ilman paikkaa jäänyt henkilö jatkaa keskellä, sanoo uuden väitteen ja harjoite alkaa alusta. Keskellä oleva voi myös aina huutaa "hedelmäsalaatti", jolloin kaikki lähtevät omilta paikoiltaan vaihtamaan paikkaa. Ohjatessa harjoitetta kannattaa muistuttaa osallistujille, että esitetyn toteamuksen täytyy pitää paikkaansa.

#### **3.1.5 Väittämät**

Ohjaaja esittää väittämiä, kuten "Minä harrastan tanssia". Osallistujat voivat osallistua verkon välityksellä tai fyysisesti läsnä olevana. Jos väittämä pitää paikkansa, leikkiin osallistuja ottaa piirissä askeleen eteenpäin tai verkossa esimerkiksi vilkuttaa kameralle. Kysymysten on hyvä liittyä jollain tavalla käsiteltävään aiheeseen tai edistää ryhmän jäsenten tutustumista toisiinsa.

#### **3.1.6 Joo-leikki**

Joo-leikki on lämmittely- ja improvisaatioharjoite, joka voidaan toteuttaa verkossa tai kasvokkain. Ohjaaja jakaa ryhmän pareiksi tai pienryhmiksi. Ryhmässä määritellään henkilö A ja B sekä tarvittaessa C, D ja E.

Pareittain tai ryhmässä henkilö A aloittaa ehdotuksella, joka voisi olla esimerkiksi:

A: Lähdetäänkö rannalle?

Kysymykseen henkilö B tai muut ryhmän jäsenet vastaavat innokkaasti ”JOO!” ja tekevät sen jälkeen vastaehdotuksen järjestyksessä.

A: Lähdetäänkö rannalle?

B: Joo! Ja syödäänkö jätskit siellä?

A: Joo! Voidaan käydä uimassa?

B: Joo! Ja uidaan tuonne lähisaareen?

Harjoitteen ehdotukset ja vastaehdotukset jatkuvat noin 5–15 minuuttia. Harjoituksen voi purkaa pareittain tai ryhmässä juttelemalla. Ryhmänohjaaja voi kysellä apukysymyksiä harjoitteen jälkeen, esimerkiksi ”Oliko helppoa myöntyä toisen ehdotuksiin?”, ”Oliko helppo keksiä vastakysymyksiä?” Vertailun vuoksi voi ryhmälle ohjata samoilla ohjeilla Ei-harjoitteen, jossa sanotaan kaikkiin toisen ehdotuksiin ”Ei.” Harjoitteen jälkeen on mielenkiintoista reflektoida koko ryhmän kesken, kumpi vastaus vei asioita eteenpäin ja kumpi jumitti tilannetta. Joskus harjoitteeseen osallistujat nauttivat myös toisten ideoiden tyrmäämisestä ja se on ihan luonnollista. Olennaista on, että ryhmän jäsen tuntisi luonnolliseksi sanoa sekä kyllä että ei. Ryhmätöiden valmistamisessa toisten ideoihin myöntyminen tuottaa parempaa lopputulosta, ja tämä on hyvä harjoite sen opetteluun.

### **3.1.7 Liikutaan tilassa**

Liikutaan tilassa harjoitteessa ryhmänohjaaja antaa ryhmälle neuvon edetä tilassa ohjeiden mukaisesti. Ensimmäinen neuvo on keskittyä liikkumaan omaan tapaansa, omalla rytmillä, mutta ilman kontaktia muihin osallistujiin. Lisäksi osallistujia pyydetään täyttämään tilaa mahdollisimman tasaisesti. Ohjaaja voi antaa muun muassa seuraavia ohjeita: liiku kuin lattia olisi täynnä tahmeaa sulaa toffeeta / liukasta öljyä / ohutta jäätä tai vastaavasti liiku kuin olisit kiireisellä rautatieasemalla / katedraalissa / uimarannalla. Harjoitusta voi jatkaa 5–15 minuuttia. Samalla ryhmänohjaaja voi pyytää kommentteja siitä, miten mielikuva vaikuttaa heidän liikkeeseensä tai tilan tunnelmaan. Tyypillisesti osallistujat kertovat liikkeen hidastuvan katedraalissa ja korkean tilan kuvittelemisen nostaa katsetta yläviistoon. Kiireisellä juna-asemalla taas liike on nopeaa ja katse suoraan eteenpäin. Harjoitetta

voi jatkaa pyytäen osallistujia pysähtymään seuraavan kerran jonkun tullessa vastaan ja joko esittelemään itsensä tai kertomaan jonkin kivan asian, jonka aikoo tehdä lähiaikoina. Keskustelun jälkeen ryhmän jäsenet lähtevät jälleen kulkemaan tilassa ja etsivät uuden parin, jonka kanssa jutellaan hetki ohjaajan antaman ohjeen mukaisesti.

### **3.2 Draamatarinoita**

Valmiiksi kirjoitettuja draamatarinoita on useita ja niitä löytyy esimerkiksi kirjastoista. Erinomaisia valmiita draamatarinoita löytyy draamapedagogi Allan Owensilta, joita on suhteellisen helppo toteuttaa ohjeiden avulla. Ryhmän on myös mahdollista kehittää oma draamatarina luomalla tarinalle päähenkilö. Ryhmän tehtävänä on selvittää päähenkilöstä mahdollisimman paljon ja päähenkilön luomiseen osallistuu koko ryhmä. Yksi hyvä vaihtoehto on käyttää välineenä fläppitaulua. Ryhmänohjaaja voi kysellä ryhmäläisiltä esimerkiksi: mikä on päähenkilön nimi, perhetausta, missä hän asuu, minkä ikäinen hän on ja millainen hänen lähipiirinsä on. Lisäksi osallistujat määrittävät, millainen päähenkilön elämäntilanne on juuri nyt. Päähenkilö voi esimerkiksi olla juuri muuttanut paikkakunnalle ja häntä pelottaa aloittaa uudessa koulussa tai hänellä voi olla vaikkapa ikävä riita ystävän kanssa. Draamatarinan ohjaaja voi johdatella ongelmaa suuntaan, joka sopii ryhmälle, eikä se ole esimerkiksi niin suuri, ettei se ole ratkaistavissa järkevästi.

Päähenkilön tarinaa voi syventää erilaisilla harjoitteilla. Hyvä harjoite on rajata sermillä tai vaikkapa teipillä tilasta alue, joka on päähenkilön oma huone. Ryhmänohjaaja pyytää vapaaehtoisia kertomaan, millaisia huonekaluja tai tavaroita huoneessa on. Tämän jälkeen ryhmänohjaaja pyytää ryhmäläistä asettumaan huoneeseen haluamalleen paikalle ja esittämään huonekalua tai tavaraa patsaana. Kun 5–7 huonekalua on löytänyt paikkansa huoneessa, kerääntyy muu ryhmä katsomoksi ja ohjaaja haastattelee huonekaluja. Esimerkiksi, jos ryhmän jäsen kertoo olevansa päähenkilön matto, voi hänelle esittää seuraavia kysymyksiä: ”Miten kauan matto on tuntenut päähenkilön?”, ”Mitä päähenkilö tekee huoneessaan?”, ”Kuka huoneen ja maton siivoaa?”, ”Miten päähenkilö reagoi, jos joku asia harmittaa?”, ”Miten päähenkilön elämäntilanne vaikuttaa häneen?”. Lisäksi voidaan valmistaa pieniä kohtauksia päähenkilön elämäntilanteesta. Jos hänellä on riita ystävän kanssa, voidaan valmistaa kohtauksia pienryhmässä, joiden aiheena on riita

ja riidan sovinto. Draamatarinat päättyvät aina onnellisesti päähenkilön kannalta. Lopuksi ryhmä prosessoi draamatarinan kulkua ja lopetusta keskustelun kautta.

### **3.3 Toiminnalliset pidemmät harjoitteet**

#### **3.3.1 Tehtävä museossa**

Harjoite sopii kaikenikäisille, myös aikuisille. Kokemukseni mukaan aikuiset saattavat joskus ottaa tehtävän liian vakavasti ja yrittävät jopa tuuppia museon vartijaa. Se on kiellettyä.

Ryhmänohjaaja lavastaa museon näyttelytilan joko itse tai pyytää ryhmän jäseniä avuksi. Museon näyttelytilan voi lavastaa luokahuoneeseen tai mihin tahansa tilaan. Olennaista on, että pulpetteja, tuoleja ja erilaisia tasoja käyttämällä luodaan puolikaaren muotoinen, museomainen lavastus, jossa voi olla lisäksi siellä täällä erilaisia tasoja. Tasojen päälle asetellaan esineitä, jotka löytyvät luokahuoneestakin, esimerkiksi karttapallo, taulusieni, kynäkotelo, kirjoja tai julisteita. Ryhmänohjaaja voi tuoda näyttelytilaan myös omia tavaroita, jotka voivat oikeastaan olla mitä vaan. Museotilaan pääsee vain portin kautta, joka rakennetaan esimerkiksi kahdesta tuolista.

Museo on nimeltään omituisten esineiden museo, jonka yksikään esine ei ole oikeasti sitä, miltä se näyttää. Luokan roskis voi esimerkiksi olla Prinssi Bertoltin pissapotta vuodelta 1578. Vain mielikuvitus on rajana siinä, millaisia käyttötarkoituksia esineille voi keksiä. Keskelle näyttelytilaa ryhmänohjaaja asettaa esineen, joka voi esimerkiksi olla koru, jonka kerrotaan kuuluneen kauan sitten eräälle kaukaisen maan hallitsijalle ja omaavan mahtavat taikavoimat. Korua on sen takia yritetty anastaa lukemattomat kerrat ja sen turvatoimet ovat mittavat.

Näyttelyhuoneen esineiden turvana on vartija, jonka tehtävänä on toimia esineiden esittelijänä ja kertoa vierailijoille esineiden historiasta ja käyttötarkoituksista. Samaan aikaan vartijalla on tehtävänä vartioida esineitä, erityisesti kallisarvoista korua, joka on asetettu keskelle huonetta. Ryhmänohjaaja voi ensimmäisillä kerroilla esittää vartijaa, mutta kun pelin kulku on selvillä, voi joku ryhmäläisistä siirtyä vartijan rooliin.

Kun museon näyttelytila on lavastettu, ryhmänohjaaja pyytää ryhmää katsomoksi siten, että osallistujilla on hyvä näkyvyys sekä näyttelytilaan että porttiin. Puolikaari voi olla toimivin ratkaisu. Seuraavaksi ryhmänohjaaja esittelee näyttelytilan esineitä ja erityisesti keskellä tilaa olevan kallisarvoisen korun. Lisäksi hän kertoo, että näyttelytilaan pääsee vain portin kautta ja mikäli joku on kulkemassa ulos portista ja vartija huutaa ”Seis!”, laukaisee se välittömästi hälytyksen, jonka seurauksena näkymätön pleksilasi ilmestyy, eikä portista voi kulkea. Korua ei myöskään voi heittää portista läpi.

Seuraavaksi ryhmänohjaaja jakaa osallistujat pieniin, esimerkiksi 4–5 henkilön ryhmiin ja pyytää heitä keksimään ryhmälleen nimen. Tämän jälkeen hän kertoo, että ryhmän tehtävänä on anastaa keskelle näyttelytilaa asetettu koru ja harhauttaa vartijaa. Aikaa suorittaa tehtävä on viisi minuuttia ja aika alkaa samalla hetkellä, kun ensimmäinen henkilö kulkee portista näyttelytilaan. Ryhmille on hyvä antaa viisi minuuttia aikaa harkita taktiikkaansa, esimerkiksi kuka suorittaa korun nappauksen, kuka harhauttaa vartijaa ja miten se onnistuu. Ryhmälle kerrotaan, että jos joku ryhmän jäsen onnistuu kuljettamaan korun portista pois ilman, että vartija huomaa ja huutaa ”Seis!”, ryhmä onnistuu tehtävässään ja voittaa yhden pisteen. Jos taas vartija onnistuu hoitamaan tehtävänsä siten, ettei ryhmä saa korua haltuunsa, ryhmäläiset eivät saa pistettä. Mikäli koru otetaan alustaltaan ja vartija huutaa ”Seis!”, loppuu ryhmän aika ja he joutuvat palaamaan katsomoon. Mikäli ryhmistä jotkut haluavat esittää vartijaa, se sopii mainiosti, mutta vartija ei tietenkään saa olla oman ryhmän jäsen.

Tehtävää voi toteuttaa useita kertoja, jolloin ryhmät ehtivät tunnin aikana kokeilla erilaisia taktiikoita.

### **3.3.2 Tehtävä juna-asemalla**

Harjoite on sopiva 9-vuotiaasta ylöspäin. Ryhmänohjaajan on hyvä valita juna-asemaksi tila, jossa on mahdollista liikkua. Juna-asemaksi soveltuu tavallinen koululuokka, josta siirretään pulpetit syrjään. Lisäksi juna-aseman lavastukseen tarvitaan pöytä ja tuoli. Ryhmänohjaaja tuo mukanaan poliisin lakin, paperia (matkalipuiksi), puhelimen ja kynän. Lisäksi tarvitaan laukku, joka on täynnä arvoesineitä ja etsintäkuulutus.

Ryhmänohjaaja pyytää osallistujia asettautumaan puolikaareen siten, että heillä on hyvä näkyvyys alueelle, jonka hän kertoo olevan juna-asema. Hetken aikaa voidaan kerrata ryhmän kanssa, millainen tila juna-asema on ja mitä sieltä yleensä löytyy. Esimerkiksi iso aulatila, saapuvat ja lähtevät -aikataulu ja tietenkin lipunmyyntipiste.

Ryhmänohjaaja voi kysellä ryhmäläisiltä, millainen tunnelma juna-asemalla on, miten tilassa liikutaan ja mihin katse hakeutuu usein (lähtevät-saapuvat-työkalulle).

Ryhmänohjaaja voi lisäksi ohjata harjoitteen, jossa ryhmä liikkuu juna-asemalla ja tutkii omaa liikekieltään siellä. Ryhmänohjaaja voi antaa ohjeeksi esimerkiksi, että osallistujilla on kiire junaan, mutta he törmäävät jatkuvasti tuttuihin, joiden kanssa heidän täytyy pysähtyä vaihtamaan kuulumisia.

Harjoitteen aluksi ryhmänohjaaja kertoo tarinan jalokivivarkaasta /pankkirosvosta nimeltä Arval Del Kilpinen, joka on juuri edellisenä iltana ryöstänyt paikallisen taidemuseon / pankin ja pyrkii nyt pakoostamalla junalipun pois kaupungista. Arval on hyvin epäluuloinen. Jos hän aavistaa jääneensä kiinni, hänen täytyy paeta välittömästi. Samalla esitellään myös Arvalin laukku täynnä arvoesineitä ja ohjeistetaan, että Arvalia näyttelevä henkilön tehtävä on pitää laukkuaan mukanaan jatkuvasti. Arvalin tehtävä harjoitteessa on ostaa junalippu lipunmyyjältä. Jos hän onnistuu siinä, on Arval voittanut pelin.

Seuraavaksi esitellään lipunmyyjä ja hänen lipunmyyntitiskinsä. Lipunmyyjä saa kirjoittaa matkalipun mihin tahansa kaupunkiin maailmassa, ja hänen tehtävänsä on hoitaa työnsä mahdollisimman hyvin. Hänellä on pöydällään matkalipuiksi sopivia papereita, kynä ja puhelin. Ohjeistetaan, että puhelinta ei saa viedä pois pöydältä missään olosuhteissa vaan kaikki puhelut soitetaan asiakkaan läsnä ollessa.

Kolmas tärkeä hahmo tarinassa on poliisi, jolla on poliisin hattu päässä ja etsintäkuulutus mukana. Hän astuu juna-asemalle ensimmäisenä ja kertoo lipunmyyjälle ryöstöstä ja Arvalin aikeista. Kun Arval todennäköisesti yrittää pakoostamalla junalla ja kun hän tulee ostamaan lipun, täytyy siitä soittaa heti poliisille itselleen. Yhteystiedot löytyvät paperilta. Ryhmänohjaaja voi halutessaan näytellä roolin ensimmäistä kertaa, samoin kuin näyttää miten lipunmyyjä toimii.

Lisäksi tarinassa voi olla mukana seuraavia henkilöitä: kaksoiset, jotka matkustavat ensimmäistä kertaa ja heillä on lipunmyyjälle kymmeniä kysymyksiä, utelias

matkustaja, joka epäilee nähneensä Arvalin jossain tai kärtyisä lipunostaja, joka ei osaa päättää, minne lippunsa ostaa.

Harjoitteen kulku: Ensimmäisenä lipunmyyjän asiakkaaksi tulee poliisi, joka kertoo asiansa ja jättää etsintäkuulutuksen ja tuntomerkit, Seuraavaksi paikalle saapuu jonottamaan tavallisia matkustajia. He poistuvat asemalaiturille eli katsomoon asiointinsa jälkeen. Viimeisenä paikalle saapuu Arval, mutta hänen ei tarvitse odottaa muuta kuin poliisin lähtö tilasta eli hänen edellään, muut asiakkaat voivat edelleen jonottaa lipunmyyjän luokse. Arval on hermostunut, epäluuloinen ja haluaa ostaa lippunsa mahdollisimman nopeasti, siksi hän saattaa halutessaan yrittää etuilla tai hoputtaa muita matkalipun ostajia. On hyvä muistuttaa tässä vaiheessa, että mikäli Arval saa lipun haltuunsa, voittaa hän pelin.

Lipunmyyjä tunnistaa Arvalin tietenkin tämän saavuttua ostamaan lippua, ja hänen tehtävänä on pidättää Arvalia hetki, jotta hän ehtii soittaa poliisille. Ongelma on vain se, että hänen on tehtävä se herättämättä Arvalin epäluuloa, sillä puhelinta ei saa viedä pöydältä pois.

Pelin haasteen keskiössä on lipunmyyjän toiminta. Onnistuuko hän soittamaan puhelun niin, ettei Arvalin epäluulo herää? Arval ei saa paeta, mikäli lipunmyyjän käytös ei ole kummallista. Jos lipunmyyjä kertoo poliisille totuuden, pakenee Arval. Mikäli lipunmyyjä onnistuu kertomaan poliisille asiansa siten, että poliisi ymmärtää, kuka soittaa ja miksi, voi hän lähteä pidättämään Arvalia. Mikäli Arval on edelleen paikalla, kun lipunmyyjä laskee luurin ja poliisi on ymmärtänyt hänen asiansa, jää Arval satimeen. Mikäli lipunmyyjä joutuu kirjoittamaan Arvalille lipun, voittaa rosvo tällä kertaa.

Harjoitetta voi varioida useilla tavoilla. Joskus lipunmyyjä voi olla kaksi, josta vain toisella on tuntomerkit ja hänen on jollain tavalla kiinnitettävä toisen lipunmyyjän huomio tai sitten lipunmyyjä ei tiedä, kuka on rosvo asiakkaiden joukossa, ja hän saa arvata ja kokeilla pysäyttää tämän vain kerran. Kaikki ryhmän jäsenet voivat halutessaan kokeilla eri rooleja.

Apukysymyksiä ryhmälle: Mitä lipunmyyjän kannattaa puhua puhelimeen? Saisiko hän jollain keinoilla viivytettyä rosvoa? Miten hän voisi esittää asian siten, ettei rosvon epäily heräisi?



### **3.3.3 Luokkaretkelle**

Ryhmänohjaaja jakaa ryhmän 4–5 henkilön ryhmiin ja ohjeistaa ryhmät olemaan samassa tilassa, mutta pitämään välimatkaa toisiinsa. Ryhmänohjaaja kertoo, että jokaisella ryhmällä on sama tehtävä, joka tapahtuu täsmälleen samaan aikaan. Vuorollaan jokainen ryhmän jäsen saa olla luokanjohtaja, joka esittelee luokkaretki-ideansa ryhmäläisilleen. Luokanjohtajan idea voi olla mikä vain, esimerkiksi retki Linnamäelle tai Grönlantiin ja ryhmän muiden jäsenten tehtävä on reagoida ideaan ryhmänohjaajan vaihtuvilla ohjeilla.

Harjoitteen kulku: Kaikki pienryhmät aloittavat samaan aikaan. Jokaiselle ryhmälle valitaan valmiiksi ensimmäinen luokanjohtaja. Luokanjohtajan tehtävä on kertoa ideansa luokkaretkikohteesta, ja loput ryhmästä reagoivat asiaan sovituilla tavoilla. Esimerkiksi ensimmäisellä kierroksella voidaan ohjeistaa, että muu ryhmä reagoi luokkaretki ideaan siten, että se on parasta, mitä he ikinä ovat kuulleet. Toisella kierroksella luokanjohtaja vaihtuu ja muu ryhmä reagoi taas eri tavalla. Mahdollisia reagoimistapoja voivat olla vaikkapa ihastus, pelästys, nauraminen ja innostuminen. Ryhmää voi ohjeistaa reagoimaan muillakin tavoilla kuin verbaalisesti, esimerkiksi vääntelehtimällä tai ilmehtimällä.

Harjoitteen jälkeen on aika reflektoida koko ryhmän kesken kokemusta. Hyödyllistä voi olla myös kysyä vaihtuvilta luokanjohtajilta, miten he kokivat tullessa kuulluksi kertoessaan ideoita. Harjoite on erityisen hyödyllinen luokalle, jolla on ongelmia ryhmädynamiikassa.

### **3.4 Rentoutusharjoite**

Ryhmänohjaaja voi valmistella ryhmälle rentoutusharjoitteen ohjaustuokion alkuun tai loppuun. On mukavaa, jos tilassa on patjoja, himmeää valoa ja musiikkia, mutta rentoutus on mahdollista tehdä myös verkossa.

Ryhmänohjaaja voi antaa rentoutusohjeita kehon kaikille osille alkaen jaloista, jatkaen käsiin ja hartioihin, vatsaan ja selkään ja lopuksi kaula ja pää. On hyvä idea käydä keho läpi esimerkiksi seuraavilla ohjeilla:

”Anna oikean jalan jalkaterän rentoutua ja tunne kuinka rentous leviää hitaasti nilkkaan, pohkeeseen ja polveen, muuttaen koko oikean jalan rennoksi ja lämpimäksi. Anna oikean jalkasi painautua alas patjaan jne.”

Kehon jokaisen jäsenen rentoutuksen jälkeen, ryhmänohjaaja voi pyytää osallistujia hengittämään muutaman kerran syvään, nenään kautta sisään ja suun kautta ulos. Hengitys on hyvä tehdä täysin omaan tahtiin. Seuraavaksi ryhmänohjaaja pyytää osallistujia kuvittelemaan jonkun mukavan paikan, jossa on turvallista ja hyvä olla. Se voi olla kuvitteellinen tai esimerkiksi lapsuudesta tuttu paikka. Rentoutuksessa voi pyytää osallistujia huomioimaan, miltä paikassa näyttää, tuoksu, tuleeko sinne kenties muita ihmisiä tai olentoja. Rentoutuksen lopuksi voit rauhallisesti pyytää osallistujia venyttelemään ja siirtymään lähellä olevan ryhmäläisen luokse ja he voivat pareittain purkaa rentoutusharjoitteen eli halutessaan kertoa, miltä harjoite tuntui.

## **4 TUNNETAITOHARJOITTEET**

### **4.1 Tunnetaitoharjoitteiden tarkoitus**

Ihmiset kokevat tunteita eri tavalla, eri tilanteissa. On täysin mahdollista tuntea päivän aikana satoja tunteita ja niiden vivahteita, eikä tunteiden tunnistaminen ole aina helppoa. Tunnetilat syntyvät aivojen eri osien yhteistoimintana ja ne voivat aiheuttaa fysiologisia muutoksia kehossa. Tunteet ovat kartta omaan sisäiseen olemukseemme ja ne kertovat mikä on meille hyvinvoinnin kannalta tärkeää. Pelko ja ahdistus varoittavat vaarasta, ja nämä tunteet voivat aktivoitua vaikkei vaara ole konkreettinen. Vihan tunne kertoo, milloin rajojemme yli on kävelty, ja surun tunne on usein aaltoilevaa ja tuntuu koko kehossa. Tunteet ovat mukana, kun ratkaisemme ongelmia tai teemme elämämme suhteen päätöksiä. On tärkeää oppia ymmärtämään omia ja muiden tunteita, jotta voisimme tehdä hyviä päätöksiä itsemme suhteen ja oppia toimimaan niin, ettemme tarkoituksellisesti loukkaa toisia.

#### **4.1.1 Arvaatko tunteeni -harjoite**

Ennen harjoitetta on hyvä käydä läpi perustunteet eli ilo, suru, pelko, inho, viha ja

häpeä. Ryhmänohjaaja voi esimerkiksi jututtaa, missä kehon osassa tunne tuntuu ja miten sitä ilmaistaan. Keskustelun jälkeen ohjaaja jakaa ryhmän pareihin ja jakaa jokaiselle osallistujalle paperilappuja, johon on kirjoitettu erilaisia tunteita. Parit näyttävät vuorotellen tunteen toiselle ja parin tehtävä on arvata tunne oikein. Harjoitteen lopuksi on hyvä istua alas ja purkaa harjoite puhumalla pareittain tai ryhmässä.

## **4.2 Kirjoitusharjoitteet**

### **4.2.1 Stressaava ajatus tai tilanne**

Kirjoitusharjoitteeseen tarvitaan rauhallinen tila, kynä ja papereita. Harjoitteen ohjeistus: Pyydä ryhmäläisiä ottamaan itselleen mukava oma tila, paperi ja kynä ja ohjeista heitä piirtämään paperin keskelle ympyrä ja ympyrän sisälle stressaavia asioita tai tilanteita. Tärkeää on kirjoittaa nopeasti, sensuroimatta ja miettimättä. Viiden minuutin jälkeen ryhmäläiset laskevat kynän ja tarkastelevat kirjoittamaansa hetken. Ryhmänohjaaja kysyy heiltä seuraavia kysymyksiä, joihin he voivat halutessaan vastata joko itselleen mielessään tai ääneen: Mitä mielessäsi tapahtuu juuri nyt? Onko mielesi selkeä vai levoton? Millaisia tunteita kehossasi on juuri nyt? Oletko jännittynyt vai rento? Mitä mielessäsi tapahtuu juuri nyt?

Seuraavaksi ryhmänohjaaja ohjaa joko ylempänä esitellyn rentouksen tai ohjeistaa ryhmäläisiä hengittämään rauhallisesti omassa tilassaan hetken ja tietoisesti rentouttamaan lihakset. Tämän jälkeen harjoite uusitaan täsmälleen samoilla ohjeilla ja kysymyksillä: Onko mielesi selkeä vai levoton? Millaisia tunteita on kehossasi juuri nyt? Oletko jännittynyt vai rento? Onko toinen kartta erilainen kuin edellinen karttasi? Millä tavoin? Onko sinulla vähemmän stressintunteita?

Yleensä ryhmän jäsenet tuntevat olonsa huomattavasti paremmaksi rentouksen jälkeen. Harjoite on hyvä esimerkki siitä, että vaikka emme voi valita aina vallitsevia olosuhteita, voimme päättää suhtautumisemme niihin.

### **4.2.2 10 asiaa -harjoite**

Harjoitteeseen tarvitaan kynä ja paperi. Ryhmänohjaaja pyytää ryhmän jäseniä kirjottamaan kymmenen asiaa, jonka tekeminen on tuottanut iloa aiemmin, mutta edellisestä kerrasta voi olla vähän aikaa. Iloa tuottaneet asiat voivat olla esimerkiksi suosikkielokuvan katsominen, joku harrastus, joka on jäänyt, kävelyretki tai elokuvissa käynti yksin, yökyläily isovanhempien luona, monimutkaisen jälkiruoan valmistus, valokuvaaminen tai ihan mitä vain. Listan valmistamisen jälkeen ryhmänohjaaja voi kysellä ryhmäläisten tunnelmia ja ehdottaa, että jokainen osallistuja toteuttaa ensi viikon aikana yhden aktiviteetin.

## **5 VALMISTAUTUMINEN RYHMÄN OHJAUKSEEN**

### **5.1 Ohjaustuntien suunnittelu**

Ryhmädynamiikkaa tukevien harjoitteiden valinta riippuu ryhmän toiveista ja tarpeista. Ohjaustunnit on hyvä suunnitella noin 5–10 minuutin kokonaisuuksiin. Mikäli mukana on pidempiä harjoitteita, on hyvä suunnitella niiden kesto realistisesti. Pitkää harjoitetta varten ajan on oltava pidempi, eikä sellaista harjoitetta kannata aloittaa, jos aikaa on liian vähän.

Ryhmän ensimmäisten harjoitteiden on hyvä olla tässäkin koonnissa esitettyjä matalan kynnyksen harjoitteita, joiden tarkoitus on saada ensisijaisesti ryhmän jäsenet luottamaan toisiinsa ja muodostamaan toimiva ryhmän. Jos ohjaus suunnitelmassa on joku selkeä ryhmän kesken käsiteltävä aihe, on tavallista, että lämmittelyharjoitteiden valinta johdattaa ryhmää kohti käsiteltävää aihetta.

Opiskellessani itse teatteri-ilmaisun ohjaajaksi, ryhmääni opetettiin jakamaan teatteri-ilmaisun oppitunti kolmeen osaan. Ensimmäisessä osassa käytiin läpi oppilaiden kuulumiset ja lämmiteltiin yhdessä kehoa ja mieltä tuntisuunnitelmaa silmällä pitäen. Alkulämmittelyn jälkeen ryhmä keskittyi opetettavalle aiheelle, kuten näyttelijäntyön, prosessidraaman tai improvisaation opiskeluun. Viimeisessä osiossa ryhmä keskittyi refleктоimaan oppimaansa. Kokemukseni mukaan tämä kaava on yleinen teatteri-ilmaisun tuntien toteutuksessa. Myös nuorisotyöntekijät kertovat yleensä käyttävänsä ohjauksen suunnittelussa samankaltaista kaavaa.

Joissain ryhmissä työpari työskentely on suunnittelussa ja toteutuksessa optimaalista. Ohjaustuokion aikana tapahtuu paljon ja on olennaista osata tarttua ryhmästä nouseviin huomioihin ja toiveisiin. Ohjaajan paras työkalu onkin ystävällinen, avoin mieli ja valmius heittää tarvittaessa tuntisuunnitelmat nurkkaan ja toteuttaa jotain ryhmästä nousevaa aiheen käsittelyä. Nuoristyöntekijät ovat usein taitavia, sillä heidän professionsa kumpuaa nuorten kuuntelemisesta ja tarpeisiin vastaamisesta.

## **5.2 Ohjaustunnin suunnittelu verkkoyhteydellä**

Etäopetuksessa opettajan täytyy kiinnittää huomiota erityisesti ilmaisuunsa, myötäelää kokemuksissa ja pyrkiä asettumaan opiskelijan asemaan. Empatia ja kannustaminen etäopetuksen optimaalisessa toteutuksessa on tärkeää. (Ruippo 2015, 23.) Ryhmän ohjaamisessa verkkovälitteisesti nousee esiin samanlaiset huomiot. Ilmaisun on oltava selkeää, ystävällistä ja kannustavaa. Monella tapaa verkkovälitteisesti toteutetut harjoitteet voivat olla aivan samanlaisia kuin lähiopetuksessakin. Harjoitteita voi olla välttämätöntä muokata verkkoyhteydelle sopivaksi, mutta esimerkiksi tässä koonnissa esitellyt matalan kynnyksen harjoitteet ja rentoutus sopivat myös verkkoyhteydellä toteutettavaksi.

Etäohjaus tapahtuu erilaisilla oppimisalustoilla. Oppimisalustaksi kutsutaan ohjelmistoa, joka sisältää mahdollisuuksia ja työkaluja materiaalin tuomiseen ja julkaisemiseen, keskusteluun, harjoitusten tuomiseen, testien rakentamiseen ja tietojen hallintaan. Oppilaitosten käyttämiä oppimisalustoja ovat esimerkiksi Moodle, Adobe Connect, Optima, Peda.net, WebCT. Alustoja on markkinoilla satoja. (Haavisto, Kivipensas & Tervo 2012, 7.) Tämän hetken suosituimpia yhteydenpitoon tarkoitettuja alustoja ovat muun muassa Teams, Zoom, Google Meet ja WhatsApp -ryhmäkeskustelut ja videopuhelut. Maantieteelliset etäisyydet voivat joskus olla haastavia esimerkiksi harrasteryhmän perustamisessa. Etäyhteydet tarjoavat mahdollisuuksia järjestää harrastustoimintaa nuorille, jotka asuvat kauempana.

### **5.2.1 Ohjaustuokion kompastuskiviä**

Mikään menetelmä ei toimi, jos ohjaaja ei tiedä miksi on valinnut sen juuri tämän ryhmän käyttöön. Joskus sattuu myös vääriä valintoja ja ohjaaja huomaakin kesken ohjaustuokion, että harjoitteiden valinnat olivat vääriä. Toisinaan on hyväksi, että uskaltaa heittää suunnitelmat romukoppaan ja valita jotain sellaista, joka sopii ryhmälle paremmin. Se vaatii kuitenkin kokemusta, ja toisinaan b-suunnitelmaa ei ole. Tärkeää on tiedostaa, ettei harjoitteita tarvitse tehdä, jos huomaa niiden olevan kiusallisia osallistujille. Aina voi ostaa aikaa vaikkapa jollain helpolla harjoitteella, kuten Kävellään tilassa tai Joo-harjoite, kunnes mielessä muotoutuu uusi suunnitelma.

Tässä esitellyt harjoitteet, Tehtävä juna-aseamalla ja Tehtävä museossa, ovat olleet erityisen suosittuja siksi, että ryhmädynamiikaltaan hankalakin ryhmä innostuu näistä helposti. Harjoitteissa yhdistyy ryhmätyö, ajattelu ja nopeus. Lisäksi harjoitteet ovat kestoaltaan pidempiä eli osallistujilla on aikaa paneutua niihin. Toisinaan on ryhmiä, jotka eivät kestä vaihtuvia harjoitteita hyvin vaan turhautuvat ja ärsyyntyvät helposti. Heille yksi pidempi harjoite on paras ratkaisu.

Ryhmiä on erilaisia. Se, joka toimii yhdelle ryhmälle ei toimi toiselle. Kaikilla ryhmänohjaajilla on huonoja kokemuksia, jolloin asiat eivät suju hyvin. Silloin on tärkeintä muistaa, että jos lähestyt ryhmään rauhassa ja hyvin aikomuksin, niin se riittää. Aina ei voi onnistua, ja myöhemmin on hyvä reflektoida, mikä ehkä meni pieleen. Tärkeintä on silti yrittää tarvittaessa uudestaan. Mahdollisuus ottaa työpari mukaan suunnitteluun ja toteutukseen tuplaa mahdollisuuksia onnistua seuraavalla kerralla.

Asiantuntija on henkilö, joka on tehnyt kaikki mahdolliset virheet hyvin kapealla alalla.

-Fyysikko Niels Bohr (1885-1962)

## LÄHTEET

Houni, P. 2012. Teatteri-ilmaisu nuorten itsetuntemuksen vahvistajana. Nuorisotutkimusseura. Saatavissa: <https://www.doria.fi/handle/10024/122176> [viitattu 20.1.2020].

Korhonen P. & Östern A. 2001(toim.) Katarsis - Draama, teatteri ja kasvatus. Atena.

Kullaslahti J. 2011. Ammattikorkeakoulun verkko-opettajan kompetenssi ja kehittyminen. Tampereen yliopisto. Saatavissa: <https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/66752/978-951-44-8452-0.pdf?sequence=1&isAllowed=y> [viitattu 3.1.2020].

Korhonen P. & Airaksinen R. 2001. Hyvä hankaus -teatterilähtöiset menetelmät oppimisen ja osallisuuden mahdollisuuksina. Teatterikorkeakoulun julkaisusarja

Raunio, E. 2009. Prosessi draama ja tutkiva teatterityö. Sivistysliitto Kansalaisfoorumi

Teatterikoulu Timotein opetussuunnitelma 2021. Teatterikoulu Timotei. WWW-dokumentti. Päivitetty 18.4.2021. Saatavissa: <https://www.timoteiteatteri.com> [viitattu 16.4.2021].