

B

OSALLISTAVA TEATTERI SOSIOKULTTUURISESSA PALVELUMUOTOILUSSA



B: Ajankohtaista - Aktueellt, 5

Marjo-Riitta Ventola – Marja Ranta-Ylitalo – Raisa Ekoluoma (toim.)

**OSALLISTAVA TEATTERI SOSIOKULTTUURISESSA
PALVELUMUOTOILUSSA
Forum-teatteria päihdekuntoutuksessa**

Centria ammattikorkeakoulu 2013

JULKAISIJA:

Centria ammattikorkeakoulu - Centria yrkeshögskola
Talonpojankatu 2A, 67100 Kokkola

JAKELU:

Centria kirjasto- ja tietopalvelu
kirjasto.kokkola@centria.fi, p. 040 808 5102

Taitto: Centria / markkinointi- ja viestintäpalvelut

Kuvat: kansi / Morquefile.com (<http://mrg.bz/mXzkvv>), sisus / Toni Kettukangas

Painopaikka: Juvenes Print - Suomen Yliopistopaino Oy 11/2013, painosmäärä 200 kpl

B: Ajankohtaista - Aktueellt

ISBN 978-952-6602-26-4

ISSN 2341-7838

SISÄLLYS

Lukijalle

Osallistavaa teatteria moniammatillisen asiantuntijuuden rajapinnoilla..... 7
Marjo-Riitta Ventola

OSA 1: OSALLISTAVA TEATTERI – TAIDETTA ELÄMÄN HYVÄKSI..... 11
Marjo-Riitta Ventola

OSA 2: FORUM-TEATTERI PÄIHDEKUNTOUTUKSESSA..... 15
Marja Ranta-Ylitalo

1. Päihdekuntoutus Ventuskartanossa..... 15

2. Taustaa päihdekuntoutuksesta forum-teatteri-työskentelylle..... 18

3. Luovat terapiat ja hoitotyön asiantuntijuus päihdetyössä..... 29

OSA 3: FORUM-TEATTERI – TUTKIMUS MUUTOKSESTA..... 31
Raisa Ekoluoma

1. Mitä sorto tarkoittaa? – Forum-teatterin taustafilosofia..... 31

2. Forum-teatterin perusajatus..... 32

3. Jaettu asiantuntijuus..... 33

4. Somaattinen liiketyöskentely forum-teatterin opetuksessa..... 34

5. Forum-teatteri päihdetyössä –opetuksen eteneminen..... 35

6. Teatteri-ilmaisun ohjaaja sosiaali- ja terveysalalla
– pohdintaa palvelumuotoilun onnistumisesta..... 43

Julkaisun tekemiseen osallistuneet..... 45

LIITE 1: Opiskelijoiden koostamat Forum-teatteri käsikirjoitukset ja työpajat

LIITE 2: Psykodraama

LUKIJALLE

Osallistava teatteri sosiokulttuurisessa palvelumuotoilussa -julkaisu koostuu kolmesta artikkelista, joiden kirjoittajat tarkastelevat eri näkökulmista forum-teatterin soveltamista päihdetyössä. Esimerkin palvelumuotoilusta tarjoaa Centria ammattikorkeakoulun esittävän taiteen koulutusohjelmassa vuosittain toteutettava työelämäyhteistyö-projekti, jossa forum-teatterin työtapoja sovelletaan toimimaan osana päihdekuntoutustyötä. Marjo-Riitta Ventola tarkastelee artikkelissaan osallistavaa teatteria ja sen asiantuntijuutta. Marja Ranta-Ylitalo tarkastelee päihdetyötä ja sen asiantuntijuutta sekä erilaisia, päihdetyössä hyödynnettäviä luovia terapioidia. Lisäksi hän esittelee päihdeongelman muodostumista, päihderiippuvuutta ja näkökulmia päihdekuntoutukseen. Ranta-Ylitalon artikkelissa esitellään myös projektissa asiakkaana toiminut päihdekuntoutusyksikkö Ventuskartano. Raisa Ekoluoma esittelee forum-teatterin lähestymistapoja ja tausta-ajatuksia, sekä kuvaa opiskelijoiden kanssa läpikäydyn, forum-teatteria päihdetyössä -projektin vaiheita. Julkaisun artikkelimuotoisuus mahdollistaa tutustumisen erillisiin osa-alueisiin lukijan kiinnostuksista tai tarpeista riippuen.

Julkaisun tarkoitus on tehdä näkyväksi kokemuksia osallistavan teatterin palvelumuotoilukokeilusta. Pyrimme nostamaan esille niin yhteistyökumppanien ja päihdekuntoutujien kuin toteuttajina toimineiden teatteri-ilmaisun ohjaajaopiskelijoiden kokemuksia projektin ajalta. Toivomme, että julkaisu nostaa keskustelun kohteeksi palvelumuotoilun taiteen ja hyvinvointityön alueella ja innoittaa ideoimaan ja toteuttamaan uusia moniammatillisia yhteistyöprojekteja.

Kokkolassa 26.6.2013

Kirjoittajat

OSALLISTAVAA TEATTERIA MONIAMMATILLISEN ASiantuntijuuden RAJAPINNOILLA

Marjo-Riitta Ventola

Tässä julkaisussa kuvaillaan teatteri-ilmaisun ohjaajaopiskelijoiden työskentelyä päihdekuntoutuksen yhteydessä. Osallistava teatteri, joka on teatteri-ilmaisun ohjaajan erityisosaamisen alue, tapahtuukin pääasiassa teatterilaitosten ulkopuolella yhteisöryhmissä. Yhteisöllinen teatterityö on edellyttänyt uusien teatterialan ammatillisten käytäntöjen kehittämistä ja osittain niiden myötä myös taiteilijuuteen liitettyjä rooleja ja sääntöjä on jouduttu arvioimaan uudelleen. Sosiokulttuurisen työn alueelle sijoittuvan sosiaalis-taiteellisen prosessin lähtökohtana ovat osallistujat – ei ammattitaiteilija. Yhteisöissä työskentelevä taiteilija tai taiteilijaryhmä kääntääkin katseensa yhteisöön ja tukee ammatillisen osaamisensa kautta yhteisön luovaa toimintaa. Olemme tottuneet ajattelemaan, että taideteos on taiteilijan tai tarkasti eri tehtäväalueet jakaneen taiteilijaryhmän tekemä. Osallistava taide pyrkii suojaamaan osallistujien kollektiivisen omistajuuden taiteelliseen prosessiin. Se tarkoittaa sitä, että prosessin eri vaiheissa noudatetaan avoimuuden, yhdenvertaisuuden ja luottamuksellisuuden periaatteita. Taiteilijuus ei sinällään anna oikeutusta prosessia koskeviin päätöksiin. Sen sijaan osallistavan teatterin toimintaperiaatteisiin kuuluu yhdessä neuvoteltava sopimus, jossa määritetään tavoitteita, rajoja ja suuntaa toiminnan kululle.

Sopimuksen kautta yhteisöissä tapahtuva taiteellis-sosiaalinen toiminta saa yhteisöltä erilaisia tehtäviä. Tavoitteena voi olla paikallisen identiteetin vahvistaminen. Henkilökohtainen, hetkessä toteutuva taidekokemus voi olla merkittävä etsiessämme oman hyvinvointimme perusteita. Kollektiivisena tapahtumana se voi puolestaan olla aikalaiskeskustelua yhteisestä arjesta nostettujen kysymysten tarkastelun kautta. Erityisesti kuntoutuksen yhteydessä taidetoiminnan tavoitteena voi olla pyrkimys yhteisöä eheyttäviin osallisuuden kokemuksiin. Taiteen keinoin, metaforien, symbolien ja rituaalien kautta yhteisö voi pohtia tulevaisuuden vaihtoehtoja ja valmistautua muutostoihintaan. Ottaessaan vastaan erilaisia palvelumuotoilun tehtäviä, osallistavan teatterin tekijä joutuu myös miettimään omaa rooliaan yhteisöllisessä prosessissa. Osallistavan teatterin erityisosaajana teatteri-ilmaisun ohjaajalta edellytetään laaja-alaista osaamista. Nelivuotisen koulutuksen aikana opiskelijan ammattiosaaminen karttuu teatteritaiteen, ryhmän ohjaajuuden, yhteisöllisen ja erilaisten toimintaympäristöjen osaamisen alueilta. Ohjaajan tehtävä voi olla sosiokulttuurisen työn näkökulmasta innostajana, katalysaattorina, toimimista. Toisaalta itse yhteisö ja sen ryhmät edellyttävät ohjaajalta ryhmäprosessien tunnistamista. Usein osallistava teatteri on projektimuotoista ja siihen saattaa liittyä taustaorganisaation kanssa tehtävä sopimus osallistavan toimintatutkimuksen toteuttamisesta. Projektin johtamiseen ja tuotannolliseen työhön kuuluvat tehtävät voivat olla osa ohjaajan roolia, samoin osallistavassa taiteellisessa toiminnassa tapahtuva tutkimuksellinen työ.

Ohjaajan ammattitaidon haasteita ovat toisaalta taiteellis-sosiaalisen työskentelyn tapahtuminen nyt-hetkessä ja toisaalta monet toimintaympäristöt ja –kulttuurit, joihin osallistava teatteri asettuu. Ennalta suunniteltu teatteriesitys ei välttämättä ole toiminnan keskiössä. Pyrkinessään mahdollistamaan osallistujaryhmän kohtaamisia ja keskusteluja elämyksellisiin ja toiminnallisiin muotoihin, ohjaaja joutuu miettimään prosessia eri esitys- ja työmuotojen valintoina. Hän pohtii sitä, miten ja keiden toimesta valintoja tehdään ja millaiseen vuoropuhelun ja tutkimuksen polkuun ne johdattavat osallistujia. Samanaikaisesti hänen tulisi toimia sensitiivisesti kulttuurisiin piirteisiin, arvoihin ja eettisyyteen liittyvissä kysymyksissä.

Moninaiset toimintaympäristöt ja organisaatiot, oppilaitokset, työyhteisöt, aatteelliset järjestöt ja kolmannen sektorin toimijat edellyttävät ohjaajalta kykyä tunnistaa toimintakulttuurien erilaisia periaatteita, käytäntöjä ja eettisiä lähtökohtia. Teatteri-ilmaisun ohjaajaopiskelijoiden toimintaympäristönä tässä julkaisussa kuvatussa työelämäesimerkissä on päihdekuntoutus. Sosiokulttuurisen työn periaatteena on, että työntekijät, kuten osallistavan teatterin ohjaaja, ovat osa yhteisöä. Ohjaajakin sitoutuu kunkin toimintaympäristön toimintatapoihin ja periaatteisiin. Osallistava teatterityö noudattaa ajatusta, että toiminta nousee yhteisöstä itsestään, ei taiteilijan ulkopuolelta tuomana. Osallistavan teatterityön avoimuuden periaate edellyttää myös monia näkökulmia. Kiinnittäessään huomionsa esimerkiksi kuntoutusyksikön asiakasryhmään, hän ei voi kääntää selkäänsä yhteisön henkilöstöryhmille.

Taiteen asettuminen hyvinvointityön alueelle edellyttää moniammatillista yhteistyötä. Palvelujen muotoilu kuntoutus- ja hoitotyön arjen osaksi on työelämän kehittämistyötä, jossa ammattikorkeakoulujen kulttuurialojen osaamista tarvitaan. Centria ammattikorkeakoulun esittävän taiteen koulutusohjelman ja Ventuskartanon välinen, useamman vuoden yhteistyö on erinomainen esimerkki moniammatillisesta asiantuntijayhteistyöstä. Opiskelijoille se on mahdollistanut työelämäläheisen mahdollisuuden osallistavan teatterin oppimiseen. Kuntoutus- ja hyvinvointityön ammattilaisille osallistavan taiteen muotoihin tutustuminen johtaa oman ammattialan rajojen ja mahdollisuuksien pohdintaan. Satu Ranta-Tyrkkö (2010) on tarkastellut väitöskirjassaan intialaisen, Suomessakin vierailleen yhteisöteatteriryhmän Natya Chetanan taiteellisesta toimintaa sosiaalityön näkökulmasta ja samalla avannut näkökulmia ja ehdotuksia suomalaisen sosiaalityön kehittämismahdollisuuksiin.

Ohjaajuuden asiantuntijuutta tutkineen Jussi Onnismaan (2003) mielestä yksilön ammattipätevyys tulee ymmärrettäväksi vasta, kun se kytkeytyy muiden ammattilaisten tekemiseen. Epäilemättä taiteen liittyminen hyvinvointityöhön mahdollistaa mielenkiintoisen ammatillisen vaiheen, jossa erilaisia ammatillisia käytäntöjä ja toimintakulttuureja risteilee asiantuntijuuden rajapinnoilla. Teatteri-ilmaisun ohjaajat kohtaavat muiden alojen asiantuntijoita noissa kiasmoissa, risteyksissä. Heiltä kaikilta vaaditaan pitkäjänteisyyttä kehittää uudenlaista osaamistaan uudenlaisissa toimintaympäristöissä. Onnismaan mukaan moniammatillisessa yhteistyössä, ei-kenenkään-alueella, voivat totutut säännöt horjua ja aiheuttaa epävarmuutta. Perinteisesti ammatillisen toiminnan laatua ja eettisyyttä on säädelty profession sisäisenä kysymyksenä. Kuntoutuksessa, terapiassa ja sosiaalipedagogisessa työssä vallitsevat käytännöt, eettiset ja myös esteettiset näkemykset määrittävät sitä, miten toimien työssä toteutuu laadukas ja hyvä. Teatteri-ilmaisun ohjaajankin on tiedostettava, millaisiin käytäntöihin ja ajatteluun hänen toimintansa liittyy ja miltä osin taiteellinen työskentely edellyttää ajattelun tarkistamista. Kulttuuri- ja hyvinvointityön yhteisillä alueilla tarvitaan keskustelua siitä, miten ja millaisin edellytyksin ja ehdoin asiantuntijuudet lomittuvat. Yhteisöjen tutkija Etienne Wenger (2010) kuvaa ammatillisia identiteettejä trajektoreina, raiteina, joita pitkin eri alojen ammattilaisten osaaminen ja ammatillinen identiteetti rakentuu. Ratojen keskiössä ovat ekspertit, asiantuntijat, ja sinne kulkeutuvilla radoilla matkaavat noviisit, uudet tulokkaat. Joskus osaaminen ja asiantuntijuus kulkeutuvat omalta ammattialueelta toisen ammatillisuuden rajoille. Rajapinnoilla tai sen yli kulkeutuessaan ammattilainen voi kokea ulkopuolisuutta tai epävarmuutta omasta osaamisestaan. Voi olla, että rajanylittäjä kokee uuden toimintaympäristön kummekuvan vieraita ajattelu- ja menettelytapoja, joita hän edustaa. Tarvitaan pysähtymistä ja eri asiantuntijatahojen kohtaamista, toisten toimintakulttuurien tunnistamista ja neuvotteluja yhteisistä valinnoista. Sillä, kuten Wenger vakuuttaa, juuri ammatillisten rajapintojen ylittämällä voidaan nykyisessä työelämässä edistää luovia ratkaisuja ja luoda uudenlaista osaamista. (Wenger 2002.)

Esittävän taiteen koulutusohjelmassa suoritettava Teatteri-ilmaisun ohjaajatutkinto edustaa uudenlaista, laaja-alaista kulttuurityön asiantuntijuutta. Neljän opintovuoden aikana opiskelija perehtyy nykyteatterin muotoihin ohjaajantyön, esiintyjyyden ja käsikirjoittamisen näkökulmista. Tutumpien teatterin osa-alueiden lisäksi opiskellaan koulutusohjelman erityisalueen, osallistavan teatterin, lähtökohtia, käytäntöjä ja muotoja. Teatteri-ilmaisun ohjaaja on teatterintekijä, joka toimii siellä, missä ihmiset ovat. Työtehtäviä tarjoavat harrastajateatterit, taidekasvatuksen tai hyvinvointialan organisaatiot. Opiskelun aikana kulttuurin tuottamisen ja yrittäjyyden opinnot tukevat työelämään siirtymistä. Tuleva työelämä on läsnä opintojaksoissa, joita toteutetaan erilaisissa yhteisöryhmissä. Vapaan sivistystyön ja sosiokulttuurisen työn alueilla näkökulma on taiteellis-pedagoginen. Taiteellisen, osallistavan yhteisötyön ammatilliselta se edellyttää ryhmätyön, innostajan ja fasilitoijan taitoja. Opiskelijat perehtyvätkin opiskeluaikanaan työskentelyyn moniammatillisessa asiantuntijayhteistyössä, vaihtelevissa toimintaympäristöissä.

Tässä julkaisussa kuvataan Centria ammattikorkeakoulun esittävän taiteen koulutusohjelman kolmannen opiskeluvuoden aikana toteutettavaa opiskeluperiodia, joka yhdistää osallistavan teatterin ohjaajuuden opintojakson harjoittelujaksoon sosiaalialan organisaatiossa.

OSA 1



Työ- ja esitysmuodot, kuten forum-teatteri, prosessidraama, tarinateatteri, sosiodraama, muodostavat toiminnallisen ja samalla esteettisen kehyksen kohtaamiselle. Yhteisten työtapojen lisäksi niillä kullakin on omia työmuotojaan, **konventioita**. Valitsemalla tietyn muodon, ohjaaja ratkaisee myös tavan lähestyä fokuksessa olevaa aihetta. Työtavoista muodostuu ryhmän kulkema polku. Osallistuvan teatterin erityisyys on **sopimus**, jonka ryhmä tai yhteisöryhmät tekevät toiminnan alussa. Se rajaa ja suuntaa ohjaajan tekemiä valintoja. Sopimus kertoo, miten esimerkiksi edellä kuvatut tarkoitukset painottuvat toiminnassa. Sopimus määrittelee ryhmän sääntöjä ja antaa suojaa jäsenten yhdenvertaiselle osallistumiselle. Sopimus voidaan työskentelyn kuluessa neuvotella uudelleen tai tarkentaa. Vaikka yhteinen tekeminen ja jakaminen toteutuvat kaikissa työmuodoissa, korostavat toiset enemmän yksilötason kasvu- ja muutosprosessia. Esimerkiksi psykodraaman menetelmiä voidaan käyttää terapiatyön ulkopuolella tukemassa yksilöllistä tutkivaa prosessia. **Ilmiöpohjaisuus** on kuitenkin osallistavan teatterin ominaispiirre, jonka lähtökulma on laajentaa esiin nouseva kysymys tai teema yksittäisen henkilön kokemuksista laajempiin yhteyksiin. Esimerkiksi julkaisun foorumi esityksen tarina käsittelee yksittäisen perheen tapahtumia. Vaikka tarinan elementteihin on kerätty tietoa ryhmän jäseniltä, siitä ei muodostu yksittäisen ryhmän jäsenen tarinaa. Aihetta tarkastellaan yleisemmällä tasolla, jossa osallistujat voivat löytää samankaltaisuutta omaan tarinaansa. Roolihenkilöiden kokemukset tarinassa ja niiden kollektiivinen työstäminen, manipulointi, yhdistää osallistujien kokemukset, tarinoita, toisiinsa. Tarinoiden liittyessä toisiinsa mahdollistuu osallistujien tunne kuulumisesta ryhmään, jossa omat, henkilökohtaisesti merkittävät elämäkokemukset tulevat näkyviin ja tunnistetuiksi. Tapahtumia ja niihin liittyviä roolihenkilöiden reaktioita ja suhtautumisia muunneltaessa ymmärrys päihderiippuvuuteen ja päihdeperheiden tilanteisiin liittyvistä toistuvista piirteistä mahdollisesti avautuu. Näkökulma voi olla **mikro- tai makrotason** tarkastelussa. Päihdeperheiden lasten kysymyksiä voi tarkastella yksilöllisinä kasvutarinoina tai niitä tarkastellaan suhteessa hyvinvointiyhteiskunnan tukijärjestelmiin ja -rakenteisiin.

Muutoksen tapahtuminen ymmärryksessä, ajattelussa tai toiminnassa on yksi osallistavan teatterin päätavoitteista. Vaikka taustalla on tavoite oikeudenmukaisuuden toteutumisesta yhteiskunnassa, ei muutoksen käsite merkitse yhtäkkistä, näkyvästi tapahtuvaa toisinajattelua tai toimintaa. Yksilöllinen muutosprosessi alkaa havahtumisesta, jossa katsotaan itseä toisten näkemänä. Foorumi-esityksen katsoja-osallistuja tunnistaa itsensä esityksen tarinasta päihdeperheen lapsena. Teatteriesityksen tuottamaa voimakasta, puhdistavaa kokemusta kutsutaan katarsikseksi. Samastuminen roolihenkilöiden kokemuksiin ja kohtaloon on parhaimmillaan eheyttävä kokemus. Myös psykodraaman menetelmissä roolihenkilöiden kokemusten avaaminen johdattaa katarsis-kokemukseen, jolloin elämäntarinoiden työstämisen terapeuttisuus mahdollistuu. Erityisesti Augusto Boalin teatterinäkemukseen perustuvissa osallistavan teatterin muodoissa painotetaan muutoksen hitaasti tapahtuvaa, harkintaan ja pohdintaan liittyvää luonnetta. Puhdistavan kokemuksen lisäksi muutoksen nähdään edellyttävän voimavaroja sen toteuttamiseen elämän arjessa. Oman asennoitumisen, toiminnan ja sitä kautta elämäntilanteen muuttaminen voi edellyttää itsen tai lähiympäristön muutosvastarinnan ohittamista. Siksi osallistavan teatterin ajattelussa muutos on sosiaalisessa vuorovaikutuksessa heräävää ja tapahtuvaa. Osallistavat teatteriprosessit voivat sisältää yksittäisiä voimakkaita katarsis-kokemuksia. Pääpaino ei kuitenkaan ole samastumisen, vaan empatian, myötätunnon, kokemisen. Suomenkielinen käsite myötätunto kuvaa hyvin rinnalla, vierellä olemista. Toisen tuntemuksen voi ymmärtää, vaikka itsellä ei olisikaan juuri samanlaista kokemusta. Tietoisuus itsen ja tuon toisen kokemusten samankaltaisuudesta ja samalla niiden erillisyydestä avaa kokijalle mahdollisuuden vertailevaan pohdintaan: en ole yksin pulmani kanssa, on toisia samankaltaisessa tilanteessa olevia. Ehkä pohtijalle herää kysymys, millä keinoin nuo toiset pyrkivät reagoimaan ja muuttamaan vaikeaa tilannetta. Hitaasti ajattelu voi johtaa asennoitumisessa ja

toiminnassakin tapahtuvaan muutokseen. Osallistava teatteri pohjaa tähän hitaasti kehkeytyvään, sosiaalisesta vuorovaikutuksesta tukea saavaan oppimisprosessiin, jota kutsutaan **frone-sikseksi**. Sen mukaisesti ihminen ei ota objektina vastaan voimakasta herättävää kokemusta, vaan on muutosprosessin aktiivinen subjekti. Kanadalainen teatterintekijä David Diamond on kehittänyt Augusto Boalin teatteriteoriaa painottaen sen kollektiivista luonnetta. Diamondin mukaan osallistavan teatterin prosessi saa kohtaamisessa syntyvän vuoropuhelun kautta aikaan muuttuvaa energiaa ja liikettä yhteisössä. Jo hetken pysähtyminen yhteisesti merkittävien asioiden äärelle voi lisätä halua yhdessä tehtävään muutokseen. Diamondille yhteisö on elävä organismi, jossa on hyvän elämän potentiaalia.

Osallistavia teatterimuotoja käytetään Suomessakin jo useilla yhteiskunnan sektoreilla. Joillakin niistä ihmiset ja heidän hyvän elämän, oppimisen ja sivistyksen tavoitteensa ovat selvästi toiminnan fokuksessa. Joillakin sektoreilla teatterintekijän ja ryhmän välillä tehtävä sopimus määrittää sen, miten pitkälle kohderyhmä voi rajata toiminnan sisältöä ja tavoitetta ja miten paljon taustaorganisaation toiminnalle osoittama tarkoitus sitä suuntaa. Seuraavassa eräs tapa jaotella osallistavan teatterin alueita:

1. Terveysala, kuntoutus (terapia)
2. Hyvinvointi- ja sosiaali- ja -kuntoutus, sosiokulttuurinen työ
3. Koulutusala – aikuis- ja ammatillisessa oppimisessa, osallistava teatteri oppimisympäristönä ammatillisuuden ja asiakkuuden sekä työelämän yhdistävissä projekteissa. Poikkisektoriaalinen yhteistyö, joka luottaa osallistavan teatterin menetelmiin.
4. Vapaa sivistystyö – yleissivistys, henkinen kasvu, taidekasvatus, luovuus, eettisyys, sosiokulttuurinen työ
5. Työelämä – työyhteisön hyvinvointi, luovuus, eettisyys, johtaminen
6. Kansalaistoiminta - kehittäminen, päätöksenteko, hyvä asuinympäristö, demokratia poikkisektoriaalisuus, viranomaisyhteistyö
7. Arts in business- osaaminen, luova innovaatioprosessi, tuotteistaminen

Kirjallisuus

Diamond David 2007. Theatre for Living. the art and science of community-based dialogue. U.K. Trafford Publishing.

Freire, Paulo. 2005. Sorrettujen pedagogiikka. Vastapaino. Tampere.

Kumpulainen, Kristiina, Krokfors, Leena, Lipponen, Lasse, Tissari, Varpu, Hilppö, Jaakko, Rajala, Antti, 2009. Oppimisen Sillat - Kohti osallistavia oppimisympäristöjä. CICERO Learning, Helsingin yliopisto.

Nicholson, Helen 2005. Applied Drama. The gift of theatre. UK. Pelgrave.

Ranta-Tyrkkö, Satu 2010. At the Intersection of Theatre and Social Work in Orissa, India: Natya Chetana and Its Theatre (Teatterin ja sosiaalityön leikkauspisteessä Intian Orissassa - Natya Chetana). Tampereen yliopisto. Department of Social Work and Research. Tampereen yliopistopaino.

Taylor, Philip 2003: Applied Theatre. Creating Transformative Encounters in the Community. Heinemann. Portsmouth. USA

OSA 2



OSA 2: FORUM-TEATTERI OSANA PÄIHDEKUNTOUTUSTA

Marja Ranta-Ylitalo

1. Päihdekuntoutus ventuskartanossa

Marjut Lampisen ja Kimmo Pahkalan artikkelin pohjalta Marja Ranta-Ylitalo

Ventuskartano on 1985 perustettu, Kokkolassa sijaitseva 20-paikkainen päihdehuollon kuntouttava laitos, jota ylläpitää yleishyödyllinen Ventuskartano ry. Palveluita tarjotaan naisille, miehille ja perheille. Asiakkaille yhteistä on päihderiippuvuus, muutamilla myös peliriippuvuus. Valtaosalla ongelmana on alkoholi, monilla kuitenkin sekakäyttöön liittyvät lääkkeet ja etenkin nuoremmilla asiakkailla pääongelmaksi voivat nousta myös huumeet.



Kuva: Marja-Leena Mattila.

Ventuskartanossa työn tavoitteena on päihteiden ongelmakäytön vähentäminen ensisijaisesti korjaavan työn avulla (laitoskuntoutus) ja toissijaisesti ehkäisevän työn (tiedotus, koulutus, vaihtaminen) menetelmin. Päihdeongelma nähdään Ventuskartanossa *riippuvuusongelmana ja elämänkaaren aikana* opittuna tapana, jota voidaan lähestyä moninaisin keinoin. Menetelminä painottuvat *kognitiivinen käyttäytymisterapia, verkostotyö ja yhteisöhoito*. Kuntoutuksessa korostuu ihmisen kokonaisvaltainen kohtaaminen. Päihdekuntoutus tapahtuu kurssimuotoisesti. Kuntoutuskurssi on osa *kokonaisuutta*, johon kuuluu työ läheis- ja viranomaisverkostossa sekä ennen että jälkeen laitoskuntoutuksen. Laitoksen työryhmä on moniammatillinen. Työntekijöillä on monipuolisen koulutustaustan lisäksi erilaista menetelmäosaamista, kuten akupunkti-
on käyttö päihdevieroituksessa.

1.1 Kuntoutustoiminta

Ventuskartanon yleisin kuntoutusjakso, peruskuntoutus, kestää 31 - 45 vrk. Kurssille on jatkuva sisäänotto vastaanottoryhmän kautta. Kurssin viimeiset 31 päivää asiakas kuuluu intensiiviryhmään, joka käy suljettuna ryhmänä läpi koko jakson.

Kurssin ohjelma noudattaa perusrunkoa, joka toteutuu lopulta ryhmäkohtaisesti rytmittyen ja painottuen. Ryhmien koot (max. 8 henkeä), kuten myös asiakkaiden lähtökohdat, vaihtelevat huomattavasti. Yhteistä asiakkaille on ajautuminen päihderiippuvuuteen. Päihderiippuvuus muokkaa elämäntapaa ja toimintaa niin, että tietyt ongelman peruspiirteet ovat pääsääntöisesti jo yhteisiä ja näkyviä.

Kuntoutusaika hyödynnetään tiiviisti ongelmaan liittyvään työskentelyyn. Tilanteen työstämisessä hyödynnetään painottuneesti valittuja työmenetelmiä. Silti muutaman viikon jakso on vain alku tai osa huomattavan pitkää, vuosia kestävää muutosprosessia. Keskeistä muutostyöskentelyssä onkin asiakkaan motivaation vahvistuminen, hänelle syntyvä vahva tunne omasta itsestä omien asioiden ratkaisijana ja sitoutuminen jatkotyöskentelyyn. Muutoksen säilymisen ja syvenemisen kannalta olennaista on se, että ihminen löytää elämälleen sellaista sisältöä, jonka ansiosta riippuvuusikäytymisen tarjoama näennäinen turva ja lohtu käyvät tarpeettomiksi.

Kurssin jälkeen asiakkaaseen pidetään yhteyttä vähintään puoli vuotta. Oma ryhmänohjaaja soittaa hänelle, ja noin kolmen kuukauden kuluttua kurssin päättymisestä pidetään asiakkaan kotipaikkakunnalla seurantakokous, jonka laitoksen työntekijä vetää asiakkaalle ja hänen verkostolleen.

1.2 Ventuskartanon muu toiminta

Perhekuntoutus. Perheille tarjotaan laadukasta päihde- ja perhekuntoutusta, jossa pyritään lasten kokonaisvaltaisen kehityksen turvaamiseen ja vanhempien päihdeidenkäytön minimointiin. Tavoitteena on myös kiinnittää enemmän huomiota lapsen tilanteeseen päihdeperheessä ja vähentää sekä lasten että aikuisten syrjäytymistä. **Avohoitoon** kuuluvat laitoksen perhe-työntekijän tekemät viisi kotikäyntiä (supportiivinen ja/tai konsultoiva työote) kahden vuoden kuluessa ja tarvittaessa erikseen sovittavat intervallijaksot Ventuskartanossa. **Seurantakäynnit** ovat toteutuneet jo vuosia 100 %:sesti.

Ventuskartano järjestää vuosittain **kuntouttavan perheleirin** laitoksen asiakkaana olleille. Leireillä on kuntouttavaa ohjelmaa sekä aikuisille että lapsille, ja sitä on tarjottu niin yksilö- kuin perhekuntoutuksessa olleille asiakkaille kuntoutumisen tueksi.

Addiktiolle on luonteenomaista herkkä uusiutumisalttius. Siksi peruskurssia on haluttu täydentää erilaisilla jatkumahdollisuuksilla. Ventuskartano on tarjonnut peruskurssin käyneille asiakkailleen mahdollisuuden **intervallijaksoihin**.

Riippuvuudesta voi vapautua. Tämä edellyttää ongelman myöntämistä ja päätöstä tehdä asiaille jotakin. Ventuskartanon kuntoutuskurssien päätavoite on *päihteen elämäntapa*. Asiakkaiden päihderiippuvuus on lähes poikkeuksetta vakava: taustalta löytyy yleensä pitkä käyttöhistoria, käytetyt määrät ovat suuria ja päihdehaittoja ilmenee jo laajasti. Näistä lähtökohdista kontrolloidun käytön tavoittelu on erittäin riskipitoinen pyrkimys. Vakavan riippuvuuden tur-

vallisin ja realistisin kestävä vaihtoehto on täydellinen pidättäytyminen päihteistä. Olemme lisäksi tulleet yhä vakuuttuneemmiksi siitä, että muutos päihteiden käytössä liittyy *muutoksiin elämäntavassa*. Tämä näkökulma on noussut keskeisesti esiin myös tutkimuksissa.

Kuntoutuksessa pyrimme lisäämään asiakkaan tietoisuutta riippuvuuskäyttäytymisestä, aktiivoimaan hänen selviytymistaitojaan, auttamaan häntä ymmärtämään omaa käyttäytymistään ja tukemaan addiktioista vapaan elämäntavan löytämisessä. Omaisten ja ystävien tuki sekä kannustavat esimerkit ovat toipumisen kannalta tärkeitä.

Menetelmät. Päihdeongelmaan ei ole olemassa ainoastaan yhtä toimivaa muutoskeinoa. Monenlaiset menetelmät toimivat; joistakin on enemmän tutkittua näyttöä kuin toisista. Ventuskartano on valinnut omat menetelmänsä niin, että ne ovat sovellettavissa määrämittaisella kursilla ja että ne tukeutuvat mahdollisimman paljon myös tutkittuun näyttöön.

Menetelmien valinta ja rajautuminen ensisijaisesti tiettyihin menetelmiin näkyy myös osaamisen keskittämisenä näihin menetelmiin. Yhteiset menetelmät luovat yhteisen kielen ja mahdollisuuden hyödyntää koko kuntoutusyhteisöä kuntoutustyössä. Ventuskartanon päämenetelmät ovat kognitiivinen käyttäytymisterapia, verkostotyö ja yhteisöhoito. Näillä valinnoilla menetelmät kohdistuvat sekä asiakkaan sisäiseen maailmaan, kuntoutusyhteisöön että asiakkaan sosiaaliseen todellisuuteen.

1.3 Vaikuttavuus

Kuntoutuksen tavoitteena on päihteetön elämäntapa. Kuntoutuksen tuoma lisäarvo on ensisijaisesti muutos päihteiden käytössä. Ventuskartano mittaa toiminnan vaikuttavuutta kuuden kuukauden pituisella seurannalla. Henkilökunnan toiminnan onnistumista seurataan mm. työntekijäkohtaisella kuntoutuksen keskeyttämismittareilla, sosiaalisten verkostojen aktivoinnin onnistumisen seurannalla sekä omien asiakkaiden onnistumisseurannalla. Erityisesti viime vuosina on lisätty kuntoutusjakson jälkeistä yhteydenpitoa asiakkaisiin, sillä tämä tutkitusti lisää kuntoutuksen vaikuttavuutta ja parantaa tulosten pysyvyyttä.

Toiminnan vaikuttavuutta seurattaessa toistuu yleisesti tunnettu ilmiö lähtötilanteen merkityksestä: parempi lähtötilanne näyttäytyy hyvinä tuloksina raittiudella mitattuna; voimakas syrjäytyminen taas näyttäytyy vaatimattomina raittiuslukuina.

Sosiaalisen verkoston aktiivinen toiminta näyttää ennustavan keskimääräistä parempaa tulosta. Verkoston kokoontuminen vahvistaa asiakkaan sitoutumista muutokseen; kokemus johonkin kuulumisesta ja oman tilanteen merkityksestä myös muille lisää asiakkaan ponnistelu tilanteen korjaamiseksi. Verkostoon liittyvistä tekijöistä asiakkaan selviytymistä näyttävät edistävän etenkin kotona olevat lapset. Riippuvuudesta on tavallisesti helpompaa irtautua, jos ihmisellä on koulutuksen, talouden ja ihmissuhteiden tuomaa sosiaalista pääomaa tai jos riippuvuus on kehittynyt myöhemmällä iällä. Onnistunutkin kuntoutus voi kariutua, jos elämäntilanne toimii sitä vastaan. Jos päihdeongelmainen ei löydä kuntoutuksen jälkeen toipumista tukevia ihmissuhteita tai asuntoa, paluu entiseen on todennäköistä.

2. Päihteiden käyttöön liittyvä teoreettinen pohja forum-teatterityöskentelylle

Marja Ranta-Ylitalo

Päihteisiin liittyvän teoriaopetuksen rajaus lähtee Ventuskartanon toivomista aiheista, jotka ovat päihteistä kieltäytyminen ja päihteiden käyttö lapsen silmin. Lähtökysymys on, mitä opiskelijoiden tulee tietää päihteisiin liittyen, että he voivat lähteä tekemään draamaa kyseisistä aiheista. Ennen kuin asiakas aloittaa kuntoutuksen päihdekuntoutuslaitoksessa, sitä on edeltänyt vuosien, vuosikymmenien mittainen päihdekäyttäytyminen. Tämän kappaleen alaluvut käsittelevät päihderiippuvuuden syntymistä, siihen puuttumista, päihdekuntoutumista ja lasta lapsuutta.

Opetus tapahtuu paljon keskustelemalla ja luennoimalla. Opiskelijat haluavat tuoda omia kokemuksiaan ja mielipiteitään esille. Opetuksen alussa tehdään sopimus, että kaikki luokassa kuullut ja nähdyt asiat kuuluvat vaitiolovelvollisuuden piiriin ja jäävät luokkatilaan. Päihdetyön alussa kartoitetaan opiskelijoiden tietämys päihteistä. Itse pidän korttien käytöstä. Ne toimivat välineenä, joiden avulla kipeästäkin aiheesta voi keskustella. Koskaan uudesta ryhmästä ei tiedä heidän kokemuksiaan. Melkein voi todeta, että lähes jokainen on ollut kosketuksissa päihteiden kanssa ainakin välillisesti, jos joku läheisistä on tai on ollut päihteiden käyttäjä. Kortit lieventävät päihteisiin liittyvien tunteiden käsittelemistä. Opiskelun aikana opiskelijat täyttävät myös AUDIT-kyselyn, jossa he saavat kosketusta omaan päihteidenkäyttöön.

2.1 Päihdeongelman muodostuminen

Ihmisen aivoissa on ratoja, jotka ovat keskeisiä sellaisille perustoiminnoille kuin syöminen ja toisiin ihmisiin liittyminen. Näitä samoja aivoratoja aktivoi riippuvuutta aiheuttava aine. Aine kohottaa dopamiinin tasoa. Dopamiini on aivojen välittäjäaine ja se tuottaa mielihyvän kokemuksen. Dopamiinista voi sanoa, että sen tuotanto aktivoituu, antaa virtaa ja tuottaa näin hyvänolon tunteen. Aivot muistavat aineen tuottaman mielihyvän kokemuksen ja haluavat kokea sen uudelleen. Nuoren tulisi saada hyvänolontunne mukavasti menneestä kokeesta tai kun tuntee itsensä rakastetuksi, aivan tavallisista asioista. Nuoren aivoissa syntyy huomattavasti helpommin riippuvuussuhde aineeseen kuin aikuisen aivoissa. Dopamiiniriippuvuutta voi aiheuttaa myös pelaaminen. (Sinkkonen, 2010.)

Monen kohdalla päihteiden käyttö nuorena luo pohjan myöhemmin muodostuvalle päihdeongelmalle. Uuden tutkimustiedon mukaan nuoren elimistö kestää alkoholia paremmin kuin aikuisen. Nuorella rankka juominen ei aiheuta välttämättä krapulaa ja hän voi juoda isoja määriä alkoholia ennen kuin sammuu. Kuitenkin alkoholin haittavaikutukset ovat yhtä pahoja kuin aikuisella. Alkoholi tuhoaa kehoa siitä huolimatta, että alkoholista johtuvat myrkytysoireet puuttuisivat. Alkoholiriippuvuus urautuu kypsyvään keskushermostoon. Voi sanoa, että alkoholi kirjautuu aivoihin normaaliksi ratkaisumalliksi silloin, kun käytön aloittaa varhain. Tämä tarkoittaa päihdekuntoutuksen osalta, että alkoholin käytöstä on vaikea päästä eroon, jos sen on aloittanut alle 16-vuotiaana. Tämä ei poissulje sitä, että aikuisellekin voi muodostua päihderiippuvuus. Yleensä se syntyy erilaisten elämäntilanteiden seurauksena. (Sinkkonen, 2010.)

Ihmiselle alkaa muodostua mielihyvähakuisuus ja edelleen riippuvuus päihdettä kohtaan. Nämä alkavat ohjata ihmisen käyttäytymistä. Riippuvuus kehittyy ensisijaisesti ainealtistuksen seurauksena ja siihen vaikuttavat yksilölliset tekijät, kuten biologiset ja psykososiaaliset tekijät, perimä. (Holopainen, 2007.)

Päihteiden käyttömuotoja ovat kokeilu, satunnais-, tapa-, suur- ja riippuvuuskäyttö. Kokeilu tarkoittaa nuoruudessa tapahtuvaa kokeilemistä jossakin ryhmätilanteessa. Monet saattavat huomata, että päihteen vaikutus ei miellytä tai elimistö ei hyväksy ainetta. Jos kokeilussa on kysymyksessä alkoholi, niin sen käyttö mahdollisesti rajoittuu tulevaisuudessakin kohtuukäyttöön ja sosiaalisiin tilanteisiin. Alkoholistiksi kehittyville on tyypillistä elimistön korkea sietokyky ja jos he jatkavat, niin he kestävät pitkään suuriakin määriä alkoholia. (Saarelainen & Stengård & Vuori-Kemilä, 2003.)

Satunnaiskäytöllä tarkoitetaan päihteen käyttämistä silloin tällöin. Ihminen voi ottaa alkoholia melkoisenkin määrän kerralla, mutta se ei johda myöhemmän käytön lisääntymiseen. *Tapakäyttö* voi olla myös sosiaalista käyttäytymistä ja sille on tyypillistä toistuvuus ja säännönmukaisuus. *Suurkäytöstä* voidaan puhua, kun alkoholin käyttö on runsasta. Käyttäjä kykenee kuitenkin säätelemään käytön määrää ja tiheyttä, hän pystyy lopettamaan omaehtoisesti ja käyttämisen motiivit ovat lähinnä sosiaalisia. Suurkäyttö edellyttää kuitenkin kasvavaa toleranssia, tottumista päihteelle. Suurjuojilla on terveydelliset riskit jo olemassa: vieroitusoireet, krapula, itsensä kolhiminen tai palelluttaminen ja onnettomuusalttius. (Saarelainen, ym., 2003.)

Riippuvuuskäyttö tarkoittaa jo alkoholismia ja siihen liittyy elimistön, mielen, tunteiden, päätelykyvyn ja sosiaalisten suhteiden vaurioita. Käytön motiivina on ainekeskeisyys: ainetta pitää saada ja se ei saa loppua. Käyttö muuttuu vähitellen pakonomaiseksi ja sen lopettaminen ei suju tahdon- tai päätöksenvaraisesti, niin kuin ennen. Päihderiippuvuus kuuluu käyttäjän normaaliin elämään ja kysymys on ongelmakäytöstä.

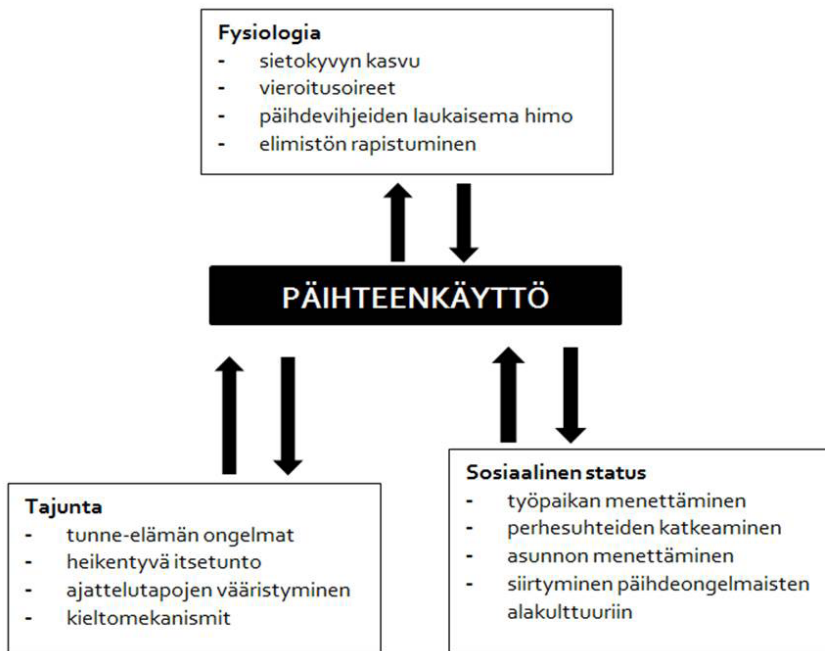
2.2 Päihderiippuvuus

Mikäli lapsuudessa vanhemmat ovat käyttäneet päihteitä, niin lapsella on usein kielteinen asenne päihteitä kohtaan, koska hänellä omakohtaisia kokemuksia aikuisen muuttuneesta psyykestä päihteidenkäytön seurauksena. Murrosiässä lapsen ajattelumaailma kuitenkin muuttuu ja hän voi kokeilla päihteitä, yleensä alkoholia ensimmäisenä. Nuoren kohdalla kokeilut saattavat jäädä opiskelujen, perheen perustamisen ja töiden alkamisen myötä. Nuoresta aikuiseksi kasvanut ihminen voi olla kohtuukäyttäjä. Joillekin nuorille juominen jää elämäntavaksi ja heidän kohdallaan on riski alkoholisoitua. Osa alkaa käyttää myös huumeita päihteiden rinnalla ja vähitellen päihteiden käytöstä muodostuu ongelma. (Havio, ym., 2008; Holmberg, 2010.)

Päihderiippuvuus jaetaan neljään eri tasoon: henkiseen, psykologiseen, sosiaaliseen ja fyysiseen tasoon. *Henkinen taso* sisältää arvot, uskomukset, mielikuvat, ihanteet, identiteetin muodostumisen, elämänfilosofian, luovat prosessit, hengellisyyden ja merkitykset, joita ihminen antaa sanoille ja tilanteille. *Psykologinen taso* tarkoittaa ihmisen tunne- ja järkipitoista aluetta, joka sisältää päättely- ja päätöksentekokyvyt, kyvyn tehdä valintoja ja ratkoa ongelmia. *Sosiaalinen taso* sisältää vuorovaikutustaidot ystävyys- ja yhteiskunnallisiin suhteisiin kuuluen. *Fyysiseen tasoon* kuuluvat elimistön toiminta, hermosto- ja aivotoiminta. (Havio, ym., 2008.)

Ihminen kokee päihderiippuvuuden ristiriitaisena: se tuottaa välitöntä mielihyvää mutta aiheuttaa sosiaalista paheksuntaa ja lisääntyvää haittaa. Ihminen kokee huonommuuden tunnetta, kun itsehallinta pettää. Tämä aiheuttaa sen, että hän haluaa sulkea asian tietoisuudestaan, mikä näkyy ulospäin ongelman kieltämisenä. Hänellä on tästä syystä vaikea hakea apua ongelmaansa, se johtaa salaamiseen ja silloin siihen on ulkopuolisenkin vaikea puuttua. (Inkinen & Sutinen & Patanen, 2006.)

Kuviossa 2 kuvataan päihteen käyttöön ja päihderiippuvuuteen vaikuttavia tekijöitä.



Kuvio 2. Päihderiippuvuutta ylläpitäviä ja syventäviä tekijöitä (Havio & Inkinen & Partanen 2008, 44).

Päihderiippuvuuden syntyminen on pitkä prosessi, joka kehittyy vähitellen. Kuviossa 2 ilmenee, miten ihmisen fysiologia, tajunta ja sosiaalinen status ovat vuorovaikutuksessa hänen päihteenkäyttönsä. Päihteenkäyttö lisää fysiologisen tason, tajunnan ja sosiaalisen statusen alueiden tekijöitä. Näiden seurauksena ihminen lisää päihteenkäyttöä. (Havio, ym., 2008.)

Riippuvuuksista on tehty kriteerit. Jos näistä toteutuu kolme kohtaa viimeisen kuukauden aikana jatkuvasti tai 12 kuukauden aikana toistuvasti, on kysymys päihderiippuvuudesta. Riippuvuus kriteerit:

1. "Ihminen ei tunne hallitsevansa päihteen käytön määrää eikä käytön kestoa.
2. Hänellä on vaikeuksia olla ajattelematta ja käyttämättä ainetta. Hän kokee tilansa himona.
3. Hän haluaa lopettaa tai hallita käyttöä ja tekee useita yrityksiä tähän suuntaan.
4. Hänen toleranssinsa nousee, joten hän tarvitsee päihtyäkseen yhä suurempia alkoholimääriä.
5. Hänen elimistönsä rasittuu. Hän saa pahoja vieroitusoireita, kuten vapinaa, hikoilua, pahoinvointia, huimausta, masennusta, ärtyneisyyttä, ahdistusta ja kiihtymystä. Aivojen biokemiallinen toiminta muuttuu.
6. Hän alkaa käyttää "krapularyyppyjä" tai muuta ainetta ehkäistäkseen vieroitusoireita tai lievittääkseen niitä.
7. Vaikeudet työelämässä lisääntyvät joko "työmaajuopottelun", krapulan, vieroitusoireiden tai poissaolojen vuoksi.
8. Sosiaaliset suhteet kapeutuvat, koska hänen kiinnostuksensa aineisiin syrjäyttää ammatill-

sen, harrastus- ja virkistystoiminnan. Syntyvät vaaratilanteet, mm. väkivaltaisuus ja päihtyneenä ajaminen, rasittavat muita.

9. Päihteiden käyttö jatkuu, vaikka hän tiedostaa, että siitä koituu terveydellisiä ja sosiaalisia haittoja ja vaikeuksia työelämässä”. (Saarelainen, ym., 2003, 43.)

Päihderiippuvuus ilmenee silloin, kun päihde hallitsee ihmisen elämää. Hän luulee voivansa elää ilman päihdettä, mutta ei kykene siihen, vaan hänellä on pakonomainen tarve saada päihdettä. Hän ei enää hallitse suhdettaan riippuvuuden kohteeseen. Päihderiippuvuus määrittellään sairausnäkökulman mukaisesti pitkäaikaiseksi ja toipumisen alettuakin helposti toistuvaksi sairaudeksi. Usein psyykinen riippuvuus alkaa kehittyä aikaisemmin kuin fyysinen ja sosiaalinen riippuvuus. (Havio, ym., 2008.)

2.3 Päihderiippuvuuteen puuttuminen ja hoito

Päihderiippuvuudesta parantumiseen tarvitaan vähintään 2-5 vuotta, minkä aikana uusiutumisen riski on olemassa ja mahdollinen. Ihmisen palautuminen fyysisesti, psyykkisesti, sosiaalisesti ja henkisesti kestää aikansa. Jokainen retkahdus lisää epäonnistumisen tunnetta. Myös ajattelutapamuutokset vievät oman aikansa. (Saarelainen, ym., 2003; Inkinen, ym., 2006.)

Usein oivallus omasta käyttäytymisestä tulee ihmiselle oman pohdinnan, elämäntilannekriisin, jonkin ihmisen väliintulon tai jonkin muun muutoksen seurauksena (Inkinen, ym., 2006). Jokainen meistä voi tehdä päihteitä liikaa käyttävälle sukulaiselleen, läheiselleen tai työtoverilleen mini-intervention. Tällä tarkoitetaan muutamalla kysymyksellä asian puheeksi ottamista. Puheeksi ottajan ei tarvitse olla sosiaali- ja terveydenhuollon työntekijä, kuka tahansa meistä voi. Kun on tunnistanut riskikäytön, henkilöltä voi kysyä: *Minusta tuntuu, että sinun alkoholin käytösi on lisääntynyt. Oletko itse huomannut? Tai Oletko ajatellut mitä päihteidenkäyttö tekee terveydellesi? Voi olla, että henkilö ei vastaa tähän kysymykseen tai torjuu huomiosi. Kuitenkin kysymys voi jäädä alitajuntaan ja hän alkaa pohtia, olisiko siinä sittenkin perää. Mahdollisimman varhainen puuttuminen vaikuttaa ihmisen terveyteen myönteisesti, hoitotulokset ovat parempia ja sillä voidaan ennaltaehkäistä ihmisen elämänlaatuun vaikuttavien haittavaikutuksien esiintyminen, esim. työpaikan menettäminen.*

Mini-interventio on kehitetty terveydenhuollon henkilökunnan apuvälineeksi normaalin terveystarkastuksen yhteyteen. Se on lähestymistapa, jonka avulla tunnistetaan, arvioidaan ja neuvotaan riskikäyttäjät. Jos ja kun mini-interventio ei riitä, henkilölle annetaan mahdollisuus osallistua päihdekuntoutukseen ja motivoidaan häntä edelleen hoitoon. Päihdekuntoutus alkaa, kun ihminen tunnustaa ongelman ja on motivoitunut hoitamiseen. Hoitomuotoja ja kuntoutuksia on useita erilaisia. Päihdehoidossa avainasemassa on päihteidenkäyttäjä itse. Hänen kanssaan yhdessä suunnitellaan hoito. Kuitenkin hänelle itsellensä jää vastuun ottaminen. Hoidossa lähdetään siitä ajatuksesta, että jokainen hoidon aloittanut ihminen on onnistuja ja häntä autetaan ja tuetaan matkalla raittiiseen elämään. (Havio, ym., 2008; Holmberg, 2010.)

Päihderiippuvuuden hoito vaikeassa riippuvuudessa on pitkäjänteistä hoitoa, johon voi kuulua useita hoitajaksoja: vieroitushoitoa, avo- ja laitoshoitajaksoja sekä tukiryhmiä. Hoitoon hakeutuminen tapahtuu hoitoon hakeutumisen ohjauksen kautta tai henkilön itsensä hakemana. Hän voi hakeutua perusterveydenhuoltoon, erikoissairaanhoidon, sairaanhoitopiiriin. Hän saa lähetteen päihdepsykiatriselle osastolle, joskus katkaisuhuoltoon tai psykiatriselle osastolle. Monilla pienemmillä paikkakunnilla päihderiippuvuuden katkaisuhuolto järjestetään terveyskeskuksen vuodeosastolla. (Havio, ym., 2008; Holmberg, 2010.)

Katkaisuhoitoon tulevilla henkilöllä on usein pitkä päihteidenkäytön historia, joskus taustalla voi olla yksi tai useita päihdekatkaisu- ja kuntoutusjaksoja, joskus myös raittiinaolajakso tai -jaksoja. Vieroitushoitojakson aikana asiakkaan hoito perustuu kahdenkeskisiin keskusteluihin hänen elämäntilanteensa auttamiseksi ja juomiseen liittyen. Joskus katkaisuhoidon tueksi voidaan järjestää asiakkaalle ulkopuolisia kontakteja, kuten AA-, tai NA-kerho tai A-klinikkäkäyntejä. Monet katkaisuhoidon tulevat ihmiset ovat erittäin huonokuntoisia fyysisesti. Heillä on ruoansulatuskanavan ärsytysoireita, mahakatarria, ripulia, oksentelua ja nestehukkaa sekä usein aliravitsemustila. Lepo, uni ja hyvä ruoka ovat ensimmäiset hoidot. Vieroitushoidon tukena käytetään myös lääkehoitoa. Kun hän on lopettanut juomisen ja hänen terveydentilansa saadaan kohoamaan, hän siirtyy jatkohoitoon. Jatkohoito voi olla kuntoutumiskoti, A-klinikka tai AA-kerho. (Havio, ym., 2008.) ”Päihderiippuvaiset ihmiset hämmästyvät toisinaan normaalia elämästä ja arjesta, heidän elämänhistoriaansa liittyvä selvittämättömiä asioita tai elämän hallitseminen on muuten vaikeaa” (Holmberg, 2010, 47).

2.4 Retkahtaminen

Retkahtaminen on puhekielen ilmaisu silloin, kun henkilö on pyrkimässä irti päihteidenkäytöstä, hänen päihteidenkäyttönsä on hallitsematonta ja hän sortuu päihteeseen. Hän on saattanut olla jonkin aikaa ilman päihteitä ja sitten tulee retkahtaminen. Päihteidenkäytön lopettaminen on pitkälinen prosessi. Siinä vaihtelevat hoito- ja toipumisvaiheet päihteidenkäytön uudelleen aloittamisen kanssa. Siitä syystä kuntoutumisen jälkeen seurannan olisi hyvä olla pitkä. Kun ihminen palaa normaaliin elämään takaisin, niin retkahtaminen on siinä vaiheessa suurimmillaan. Päihteiden käytöstä selvinneellä henkilöllä on retkahtamisen vaara aina olemassa, koko loppuelämän ajan. Entiselle päihteidenkäyttäjälle saattaa tulla mielitekoja useita vuosia käytön lopettamisen jälkeen. Silloin vaarana on retkahtaminen. (Saarelainen, ym., 2003; Havio, ym., 2008; Holmberg, 2010)

Retkahduksen ehkäisemiseksi päihderiippuvaiselle on annettava tietoa mielitekojen mahdollisuudesta ja niiden voittamisesta. He tarvitsevat myös tietoa siitä, miten voi ehkäistä retkahtamisen mahdollisuuden. Hänelle annetaan valmiuksia kohdata mielikuvissa mahdollinen retkahdustilanne ja siitä selviytyminen. Kieltäytyminen päihteistä on yksi tärkeä asia. (Havio, ym., 2008.) Kuntoutujan kanssa voidaan käydä läpi tilanteita, joihin hän voi joutua elämän arjessa ja tehdä niistä lista:

- Ajattelen myönteisesti ja muistutan itseäni elämäni hyvistä puolista ja siitä, kuinka paljon parempi minun on elää juomatta.
- Soitan ystäväilleni ja pysyttelen selvien ihmisten seurassa tai otan yhteyttä AA-laisiin ja lähden AA-istuntoon.
- Pysähdyn ajattelemaan koko päihdekierrettäni ja kaaosta, johon olen itseni saattanut.
- Pysähdyn tutkimaan mielitekojani ja karsimaan vahingolliset halut.
- Ajattelen muille tekemiäni lupauksia.
- Pysyn neljän seinän sisällä – piiloudun.
- Tunnustan, ettei elämä ole ruusuilla tanssimista, mutta juominen ei kerta kaikkiaan kannata.
- Ajattelen juomisen seurauksia, seuraavan aamun krapulaa, häpeää ja syyllisyyttä. Muistutan itseäni niistä haitoista, joita juominen on aiheuttanut perheelleni ja ystäväyssuhteilleni.
- Alan tehdä jotakin kotona, nautin hyvän aterian, lähden lenkille tai ilahdutan itseäni ostamalla jotain erikoista juomisen sijasta.
- Koetan kohdata elämäni ja epämieluisia tunteeni sellaisenaan pakenematta tai yrittämättä hukuttaa niitä.
- Teen kovemmin työtä. Pakotan itseni työskentelemään.

- Odotan, kunnes kaikki ravintolat ovat kiinni.
- Jätän rahani kotiin. Pysyttelen erossa päihteitä käyttävien ihmisten seurasta ja kierrän kantakuppilani kaukaa.
- Käsitän juomisen vaarantavan terveyteni ja päätään lopettaa uhkapelin itseni kanssa.
- Ajattelen kaikkia ihmisiä, jotka ovat auttaneet minua.
- Sanon olevani kunnossa ja toivovani pysyvänä sellaisena.
- Menen nukkumaan. (Havio, ym., 2008 alkuperäiskirjasta Litman & Stapleton, 1983.)

Retkahtaminen on traumaattinen kokemus henkilölle itselleen, hänen läheisilleen ja häntä hoitaville henkilöille. Henkilölle on tärkeä muistuttaa, miten merkityksellinen raitis jakso hänen elämässään on ollut. On tutkittu, että ulkoisten rajoitteiden tai kontrolloivan vaikutuksen heikessä miehistä 49 % ja naisista 39 % retkahtaa. Retkahtamiseen voivat johtaa myös kielteiset tunnetilat, ihminen ei osaa käsitellä tunteitaan tai ei löydä tilanteen selvittämiseen muuta ratkaisua. Tällöin voidaan puhua ongelmanratkaisun taidoista. Kokeilut ja mielijohteet voivat johtaa retkahdukseen. Päihderiippuvainen ihminen ajattelee, että vain yksi pieni annos ja se jää siihen. Tästä voi seurata uusi pitkäkin päihteiden käytön kierre. Retkahdukset nakertavat ihmisen itsetuntoa ja aiheuttavat häpeää. (Saarelainen, ym., 2003; Havio, ym. 2008.)

2.5 Lasinen lapsuus

Perhe on lapsen kehityksen merkittävin psykososiaalinen yksikkö. Terveen perheen tunnusomaisia merkkejä ovat selkeät roolijaot siitä, että vanhemmat kantavat vastuun perheen normaalista arjesta. Lasten kuuluu saada harjoitella turvallisesti vastuunottamista oman ikätasonsa mukaisesti. Perheessä tulee olla toisensa huomioonottava ja toisiaan kunnioittava vuorovaikutus ja toimintamalli. Kasvatuksellisesti vanhemmat kantavat vastuun myös lasten johdonmukaisesta kasvatuksesta, lapsille asetettavista johdonmukaisista rajoista ja niiden noudattamisesta. Perheen toiminta on ennalta-aavistettavaa. Perheessä on selkeä malli moraaliin ja etiikkaan liittyvistä käsityksistä. Lapsi kokee turvallisesti perheen ilmapiiriin, jossa hänellä on oikeus ja mahdollisuus omien tunteiden näyttämiseen ja käsittelemiseen turvallisen vanhemman läsnä ollessa. Pelko perheväkivallasta ja huoli vanhempien selviytymisestä eivät kuulu lapsuuteen. Vanhempien tehtävänä on huolehtia lapsen fyysisistä, psyykkisistä ja sosiaalisista tarpeista. Vanhemmat ovat lapselle aikuisen naisen ja miehen, äidin ja isän malli. Ennen kaikkea lapsi tulee saada olla lapsi. Päihdeperheen lapsella turvallisuus ja normaalin kasvun edellytyksen vaarantuvat.

Päihteitä liiallisesti käyttäneissä perheissä kasvaneiden suomalaisten määrä näyttäisi Lasinen lapsuus -tutkimusten mukaan olevan hienoisessa kasvussa. Vastaajista 17 prosenttia vuonna 1994, 19 prosenttia vuonna 2004 ja 23 prosenttia vuonna 2009 kertoi, että heidän lapsuuskodissaan käytettiin liiallisesti päihteitä. (<http://www.lasinenlapsuus.fi/paihteetjaperheet/suomessa>.)

Tyypillistä päihdeperhettä on vaikea kuvata, koska päihteiden käyttö ja häiritsevyys perheessä on hyvin erilaista ja sen kokeminen on subjektiivinen kokemus perheenjäsenille. Varsinainen päihderiippuvuus koetaan yleensä rasitteena. Toisen vanhemman tai molempien vanhempien päihderiippuvuus on perheelle aina rasite. Päihdeperheille tunnusomaisia piirteitä ovat:

- vanhemmat ovat poissaolevia fyysisesti ja /tai psyykkisesti
- vanhempien käytös ja persoonallisuus muuttuu päihteiden käytön myötä
- perheessä ei ole struktuuria vaan vallitsee kaaos

- perheessä asiat tapahtuvat ennustamattomasti
- perheen asioita, etenkin päihteiden käyttöä kielletään ja salataan
- perheessä vallitsee näkymättömiä sääntöjä: lapsia kielletään puhumasta tai vaaditaan salaamaan perheen asioita, jotka voivat johtaa siihen, että
 - o lapsi ei opi valheen ja toden rajaa
 - o lapsi valehtelee myös asioissa, joissa sitä ei tarvitsisi tehdä
- lapsi ei tule nähdäksi ja / tai kuulluksi
- vanhemmat eivät kykene kohtaamaan lapsen tarpeita
- vastuunkanto ja roolit ovat perheessä nurinpäin
- lapset kokevat olevansa vastuussa vanhemmistaan
- lapset ottavat syyn niskoilleen kotona tapahtuvista asioista
- lapset luulevat vanhempien päihteidenkäytön olevan heidän syytään
- perheessä on liian vähän tilaa leikille ja fantasialle
- lapsi joutuu kehittämään selviytymisstrategioita
- lapsi voi kehittyä kyvyttömäksi ottamaan huomioon omia tarpeitaan ja tunteitaan, toisten tarpeet ja tunteet tulevat ensisijaisiksi
- lapselta puuttuva ikätoverikontaktit ja lapsi kokee yksinäisyyttä
- perheellä on heikko lähiverkosto ja perheen sosiaaliset kontaktit ovat yleensä vähäiset
- perheessä esiintyy väkivaltaa puolisoa, lasta tai muita perheenjäseniä kohtaan
- lapsella on kohonnut riski tulla seksuaalisesti hyväksikäytetyksi. (Havio, ym., 2008, 159.)

Perheen päihdeongelman seuraukset lapsiin ovat hyvin erilaisia. Ne riippuvat lapsen iästä, vanhemman tai vanhempien päihdeongelman vaiheesta, vaikeusasteesta ja ilmenemismuodosta. Yleisesti voidaan todeta, että mitä vakavampaa lapsen hoidon ja hoivan laiminlyönti on, sitä suurempi vaara niillä on lapsen kehityksen ja kasvun vaarantumiseen. Lapselle syntyvät perusturvallisuus ja kiintymyssuhteet ensimmäisen vuoden aikana. Nämä vahvistuvat kolmen seuraavan vuoden aikana. Vanhempien käyttäytyminen päihtyneenä on lapsesta arvaamaton ja lapsessa huolta herättävää. Runsaan päihteidenkäytön seurauksena elämän arjesta tulee epävarmaa, lapsen perustarpeiden tyydyttymien vaarantuu. Lapsille ei muisteta laittaa ruokaa, ruokaa ei ole, tai se on yksipuolista ja ruoka-aikojen noudattaminen häiriintyy. Lasten harrastustoiminta jää muiden asioiden varjoon tai siihen ei ole rahaa. Päihdevanhempi lupaa lapselle asioita, joita hän ei muista toteuttaa, koska päihteen saaminen vie kaikki ajatukset. Tämän seurauksena lapsi pettyy ja toistuvina nämä pettymykset nakertavat luottamusta myös muihin aikuisiin. (Saarelainen, ym., 2003; Havio, ym., 2008.)

3. LUOVAT TERAPIAT JA HOITOTYÖN ASIANTUNTIJUUS PÄIHDETYÖSSÄ

Julkaisussa kuvatussa Forum-teatteriprojektissa taide on lähestymistapa kuntoutustyössä. Teatteri-ilmaisun ohjaaja ei ole terapeutti, vaikka osallistavalla taidetyöskentelyllä voi olla terapeuttisia vaikutuksia. Moniammatillinen yhteistyö päihdetyön asiantuntijan ja osallistavan teatterin ammattilaisen välillä luo turvallisen pohjan työskentelylle ja nivoo taiteen osaksi asiakkaan kuntoutusprosessia. Vaikka julkaisun aiheena oleva Forum-teatteri ei ole terapiamenetelmä, esittelen lyhyesti luovia terapioita, jotta lukija voi verrata työskentelytapojen lähtökohtia, menetelmiä ja ohjaajan roolia. Liitteessä 2 kerrotaan tarkemmin erityisesti psykodraamasta ja sen menetelmistä.

Taiteesta voidaan sanoa, että se on tunteiden ja mielikuvituksen kieltä, ilmaisua, vuorovaikutusta ja visuaalista ajattelua. Taiteelle ja luoville terapioille yhteistä ovat ilmaisulliset mahdollisuudet, useat työskentelytavat ja luova asenne. Luovia terapioita käytetään yhtenä hoitomuotona psykiatrisessa hoitotyössä kaikkialla maailmassa. Luovuusterapioihin kuuluvat kirjallisuus-, runo-, kuvataide-, musiikki-, tanssi-, elokuva-, video- ja valokuvaterapia, sosio- tai psykodraama sekä nukketheateri hoitotyössä. Psykodraamallisia menetelmiä sovelletaan mielenterveys- ja päihdetyöhön. Myös psykodraamasta peräisin olevia tekniikoita käytetään ja integroidaan yksilö-, ryhmä- ja perheterapian prosesseihin. (Blatner, 1997; Bardy ym. 2007, 174–177; Rankanen & Hentinen & Mantere, 2007.)

3.1 Luovat terapiat

Luovat terapiat soveltuvat eri-ikäisille terapiamuotona ja niitä käytetään päihdekuntoutuksessa sekä erilaisten psykiatristen ja somaattisten sairauksien hoidossa ja kuntoutuksessa. Luovat terapiat soveltuvat lisäksi monien somaattisten ja psykosomaattisten häiriöiden hoitoon. Tausalla on ajatus, että jokainen ihminen on itse oman elämänsä paras asiantuntija. Tämä tarkoittaa sitä, että ihminen osaa itse määritellä omat voimavaransa, ongelmansa ja niihin liittyvät ratkaisut. Joskus ihminen on niin syvällä näissä omissa ongelmissaan, että hän tarvitsee ulkopuolisen henkilön apua jäsentääkseen nämä asiat ja löytääkseen hänelle sillä hetkellä sopivimmalta tuntuvan ratkaisun. (Korva-Perämäki, 2011; Heiskanen & Hiisjärvi, 2012.)

Luovien terapioiden olennaisin ero taiteeseen on toiminnan terapeuttisuus sekä terapeutin ja asiakkaan suhde eri materiaaleihin. Luovat terapiat mahdollistavat ihmiselle esteettisen elämyksen, joka antaa voimavaroja, toimii elämän vahvistajana ja edelleen rikastuttajana. Ne mahdollistavat asioiden käsitellyn silloin, kun ei löydy sanoja käsitellä oman itsen sisäistä maailmaa tai omaan elämään liittyviä haasteita. Luovissa terapioissa voidaan käsitellä ihmisydessä olevia eri tasoja samanaikaisesti ja sitä kautta saavutetaan luovuuden eheyttävä merkitys. (Inartes Instituutti, 2012.)

Luovien terapioiden tehtävänä on elvyttää ihmisen mielikuvitusta ja houkutella esiin ihmisen luontaisia ilmaisutaitoja ja monitaiteellisuutta. Se lisää ihmisen läsnäoloa tässä ja nyt –hetkeen. Tavoitteena on saavuttaa oma hyvinvointitunne. Tavoitteena on saada ihminen avautumaan ja sitä kautta eheyttämään omaa sisäistä minäänsä, saada uutta luovat voimat ulos suljetuista lokeroistaan ja koota ne elämän uusiksi rakennuspalikoiksi, elämän voimavaroiksi. Tärkeäksi muodostuu tekemisen prosessi. (Heiskanen & Hiisjärvi, 2012; Pulkkinen, 2012.)

Tavoitteena on löytää itsestään uusia ulottuvuuksia ja voimavaroja, uusia persoonallisuudenpiirteitä, oivalluksia ja ajattelumalleja, muutoksen avaimia ja erilaista todellisuuden kohtaa-

mista, avartaa urautuneita ajattelumalleja. Niiden merkitys näkyy tunne- ja asennetasolla. Luovien terapioiden kautta ihminen voi löytää aivan uudenlaisen paikan yhteisössä ja katsoa elämää erilaisesta näkökulmasta. (Heiskanen & Hiisjärvi, 2012)

Luovissa terapioiden voidaan käyttää kehotyöskentelyä. Sen on todettu poistavan esimerkiksi stressiä, olevan mieltä tasapainottavaa ja energisoivaa, ja lisäksi se vahvistaa kehon hahmottamista. Kuvataideterapiassa on mahdollista toteuttaa psykoterapeuttisia käytäntöjä ja/tai ottaa mukaan neuropsykologisia tai vuorotusta korostavia menetelmiä. Luovia terapioiden käytetään sekä yksilöille että ryhmissä. Ne soveltuvat sekä yksinään että yhdessä muiden hoitomuotojen kanssa käytettäväksi. Toiminnalliset menetelmät ovat enemmän tekemistä ja vähemmän sanoja. (Heiskanen & Hiisjärvi, 2012; Pulkkinen, 2012.)

Työskentely itsensä kanssa tarkoittaa käsitysten, uskomusten ja tunteiden työstämistä luovia terapiamenetelmiä apuna käyttäen. Yhteys omaa itseä, omiin tunteisiin, löytyy tekemällä, leikkimällä, soittamalla, laulamalla, liikkumalla ja maalaamalla. Elämän haastavuuden keskellä aikuinen voi unohtaa kyvyn leikkiä, toimia, unelmoita. Lapsuudesta nämä muistijäljet ovat olemassa. Ne tulee vain löytää uudelleen ja aktivoida. (Heiskanen & Hiisjärvi, 2012.)

Virittäytyminen eli lämmittely on tärkeä osa luovien terapioiden alussa. Se avaa mielen ja antaa tunteille mahdollisuuden tulla esille sekä auttaa turvallisen olon löytymisessä. Terapian lopussa tulee palata tähän hetkeen ja jakaa tunteet sanallisesti. Terapeutin johdolla on hyvä opetella kuuntelemaan itseään ja tunnustelemaan olotilojaan. (Heiskanen & Hiisjärvi, 2012.)

Toiminnallisen ryhmän käyttöön liittyviä periaatteita ovat oivaltaminen, vuorovaikutuksen luominen ja persoonallisuuden kehityksen tukeminen ryhmän ilmapiirin tavoitteiden asettelun ja toiminnan kautta. Luovien terapioiden tavoitteena toiminnallisessa ryhmässä on terveyden määrätietoinen edistäminen, toiminnan vapaaehtoisuus, spontaanius ja ryhmäkeskeisyys. Toiminnallisessa ryhmässä tärkeitä ovat omakohtainen kokeminen, kokemusten refleктоiva purkaminen ja kokemusten syntyvien uusien tai erilaisten ajatusmallien ja toimintatapojen testaaminen arkielämässä. Ryhmä auttaa myös ihmistä löytämään uusia myönteisiä ominaisuuksiaan kotona, työssä ja harrastuksissa. Näiden kautta ihminen voi tuntea olevansa arvokas ja terveellä tavalla tärkeä. (Heikkinen & Pitkänen 2010.)

Luovat terapiat ja niiden kanssa omien asioiden työstäminen on hauskaa ja terapeuttista puuhaa. Jokaisessa ihmisessä asuu luovuus. Sen ilmenemismuoto ja mielenkiinto siihen tulee löytää ja antaa itselleen mahdollisuus sen tekemiseen. Liika itsekritiikki voi tuhota luovuuden ja siitä nauttimisen. Ne voivat tuntua lapselliselta ja joillekin saattaa tulla pelko naurunalaiseksi joutumisesta ja oman itsensä liiallisesta paljastamisesta. Luovat terapiat auttavat ihmistä kohtaamaan omat tunteensa, sellaisetkin, joiden olemassaolosta ei edes aiemmin tiennyt. Taidetta tehdessään tai sitä katsoessaan ihminen siirtää siihen tunteitaan, ja se mahdollistaa omien kipeiden asioiden työstämisen ilman, että siihen sisältyy liian suurta ahdistusta. Mikään terapiamuoto luovien terapioiden sisällä ei ole toistaan parempi tai poissulkeva. (Heiskanen & Hiisjärvi, 2012)

3.2 Luovien terapioiden käyttö päihdekuntoutuksessa

Minna Korva-Perämäki on kirjoittanut artikkelin Taideterapia ja alkoholismi. Hän on haastatellut taideterapeutti Putkisaarta hänen kokemuksistaan taideterapiain käytöstä päihdekuntoutuksessa. Taideterapia tarkoittaa tässä kuvataideterapiaa. Putkisaaren mukaan hän voi

taideterapeutina auttaa runsaasti alkoholia käyttäviä henkilöitä. Taideterapia auttaa päihdeongelmaisia punnitsemaan asioitaan ja juomistaan taiteen avulla. Monia asioita voidaan käsitellä taideterapiassa ilman valtavaa ahdistusta, koska työskentely tapahtuu symbolisella tasolla. Kuvien tuottaminen asiakkaan ehdoilla luo turvallisen etäisyyden hänen ongelmiinsa ja mahdollistaa omien asioiden työstämisen omaan tahtiin. (Korva-Perämäki, 2012.)

Asiakkaasta itsestään lähtee aina pysyvä elämäntapamuutos. Terapeutti voi ohjata asiakasta oikeaan suuntaan, mutta lopullinen asioiden päättäminen tapahtuu aina asiakkaan oman tahdon mukaan. Taideterapia auttaa asiakasta löytämään sen positiivisen persoonan, joka on jäänyt päihteiden käytön alle. Putkisaari esittää asiakkaalle mm. seuraavanlaisia kysymyksiä: "Haluaako hän jatkaa edelleen runsasta juomista? Haluaisiko hän laitoshoitoon? Jos hän joisi vähemmän, mitä siitä olisi hyötyä, tai jos hän joisi vähemmän, voisiko hän hallita silloin juomistaan?" (Korva-Perämäki, 2012.)

Terapeutti ei pyri tulkitsemaan tuotosten sisältöä, vaan asiakas määrittelee ne itse. Asiakkaan on ensin saavutettava terapeutin luottamus, ja se voi kestää kauan. Terapia kokonaisuudessaan kestää 1-3 vuotta. Värienkäytöllä ei voida päätellä asiakkaan ongelmista, sen sijaan värien voimakkuuksilla, paperin ja työvälineiden vahvuudella on selkeä merkitys. Taideterapiassa terapeutti seuraa asiakkaan värienkäyttöä, teoksen kokoa, muotoja ja työskentelytapaa. Terapi-
an edetessä asiakkaan kuntoutuminen näkyy vanhojen ja uusien töiden välisenä muutoksena. Käsillä työskentelyllä on eheyttävä vaikutus. (Korva-Perämäki, 2012.)

3.3 Hoitotyön asiantuntijuus päihdetyössä

Yhteiskunnassa ihmisten keskuudessa elää yksi myytti päihdehoitoon liittyen: yksi ammattilainen voi parantaa päihteidenkäyttäjän (Holmberg, 2010, 163). Tämä väite on todellakin myytti, johon ei liity tieteellistä todistusaineistoa. Päihteiden hoito ja raitistumiseen liittyvä kuntoutuminen on aina prosessi, joka saattaa kestää useita vuosia, ja siihen liittyy aina repsahtamisriski. On ihmisiä, jotka raitistuvat yhden hoitokerran jälkeen, joidenkin kohdalla näitä hoitopaketteja on useita, ja osa ei raitistu koskaan. Harvoin ihmisestä tulee kohtuukäyttäjäksi kuntoutumisen jälkeen. Paras tulos saavutetaan absolutistiksi ryhtymällä. On ihmisiä, jotka ovat olleet raittiina vuosia, jopa vuosikymmeniä, ja sitten retkahtaneet. Yhdestä retkahtamisesta on voinut alkaa uusi juomiskierre, joka on saattanut kestää pisimmillään useita vuosia.

Hoitotyössä toiminta perustuu terveyttä edistävään, sairauksia ja haittoja ehkäisevään, korjaa-
vaan ja kuntouttavaan tai ihmistä kuoleman tilanteessa auttavaan työhön. Hoitotyössä terveys määritellään fyysisen, psyykkisen, hengellisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin tilaksi. Päihdehoitotyössä terveys saa erityisen merkityksen, koska päihteiden käyttö vaikuttaa ihmisen elämään kaikilla terveyden alueilla ja sen merkitys näkyy terveyden lisäksi myös ihmisen verkostossa, perheessä, työssä, ihmissuhteissa, taloudessa. Päihteidenkäyttö on perustellusti suomalaisen kansanterveyden suurin yksittäinen uhka. Meleisin (1991) mukaan hoitotyö on:

- hoidollista ja inhimillistä toimintaa, joka liittyy ihmisen olemassaoloon ja sen merkitykseen sekä ihmisen tarpeisiin
- ammatillista toimintaa, joka pohjautuu tietoon ja taitoon ja on tietoista ja tavoitteellista erilaisissa muutosprosesseissa olevien ihmisten auttamista, ohjaamista ja tukemista.

Päihdehoitotyössä ympäristö-käsite on laaja ja monitasoinen. Ympäristöä tarkastellaan tilana tai elämäntilanteena, jossa asiakas on keskipisteenä. Forum-teatteri sopii osaksi päihdekuntoutusta muutosprosessin ilmentämisessä sekä ympäristökäsitteen näkökulmien laajentamisessa, koska päihteen käyttö ja päihdekuntoutuja nähdään aina osana laajempaa kokonaisuutta. (Meleisin, 1991; Havio & Inkinen & Partanen, 2008.)

Mielenterveys- ja päihdetyössä dialogi on keskeinen auttamisen väline. Hyvän hoito- tai auttamissuhteen luominen on ensisijaisen tärkeää. Se luo pohjan kaikelle hoidolle. Toinen tärkeä tekijä auttamistyössä on asiakkaan oma motivaatio, tahtotila saada aikaan muutosta ja olla valmis muutoksen tuomiin haasteisiin. Tähän liittyen Forum-teatteri puoltaa paikkaansa osana päihdekuntoutusta. Forum-teatteri luo turvallisen ja avoimen mahdollisuuden uusien näkökulmien avaamiseen päihdekuntoutujalle. Hän alkaa nähdä myös juomista ja siihen liittyviä kokonaisuuksia ulkopuolisen silmin. Se auttaa oivaltamaan myös juomisen näkemistä perheen, ystävien ja työtovereiden sekä muun lähiverkoston silmin. Forum-teatteri on oiva tapa antaa päihdekuntoutujalle kuin silmälasit, joiden kautta juomisen maailma avautuu eri tavalla.

Kirjallisuutta

Askola, Irja, 1990. Lasinen lapsuus kuvia suomalaisen lapsen elämästä. Jyväskylä. Gummerus Kirjapaino Oy.

Kumpulainen, Kristiina, Krokfors, Leena, Lipponen, Lasse, Tissari, Varpu, Hilppö, Jaakko, Rajala, Antti, 2009. Oppimisen Sillat - Kohti osallistavia oppimisympäristöjä. CICERO Learning, Helsingin yliopisto.

Bardy, Marjatta & Haapalainen Riikka & Isotalo Merja & Korhonen Pekka (toim.). 2007. Taide keskellä elämää. Kiasma. Like.

Blatner, Adam, 1997. Toiminnalliset menetelmät terapiassa ja koulutuksessa Psykodraaman ja sosiadraaman tekniikat käytäntöön sovellettuina. Englanninkielestä suomentanut Riitta Virkkunen. Jyväskylä. Gummerus Kirjapaino Oy.

Eteläpelto Anneli, Heiskanen Tuula, Collin Kaija (toim.) 2010. Valta ja toimijuus aikuiskasvatuksessa. Kansanvalistusseura ja Aikuiskasvatuksen tutkimusseura.

Filander, Karin & Vanhalakka-Ruoho, Marjatta (toim.) 2009. Yhteisöllisyys liikkeessä. Aikuiskasvatuksen 48. vuosikirja. Jyväskylä. Gummerrus.

Havio, Marjaliisa & Inkinen, Maria & Partanen, Airi (toim.), 2008. Päihdehoitotyö. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Heikkinen, S., Pitkänen, E. 2010. Elämyksellistä oppimista masennuksesta toipuille; toiminnallisen ryhmän suunnittelu, toteutus ja arviointi. Savoniaammattikorkeakoulu, <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk>. Luettu 7.3.2010.

Heiskanen, Tuula & Hiisijärvi, Seija, 2012. Toiminnalliset menetelmät. <http://www.ela.fi/akademia/toiminnalliset.php>. Luettu 7.3.2012.

Holopainen, A., 2007. Huumeriippuvuus on aivojen sairaus. http://www.irtihuumeista.fi/tietoa_ja_tukea/riippuvuus/riippuvuus_sairautena. Luettu 7.3.2012.

- Holmberg, Jan, 2010. Päihderiippuvuudesta elämänhallintaan. Helsinki. Edita Prima Oy.
- Huhtinen, Pirkko 2001. Neuvottelijan vuorovaikutustaidot. Tampere: Aaltospaino. <http://www.lasinenlapsuus.fi/paihteetjaperheet/suomessa>. Luettu 27.02.2012.
- Inartes instituutti, 2012. <http://www.inartes.fi/index.php>. Luettu 7.3.2012.
- Inkinen, M., Partanen, A. & Sutinen, T. 2006. Päihdehoitotyö. Helsinki: Tammi.
- Isokorpi, Tia 2004. Tunneoppia : parempaan vuorovaikutukseen. Jyväskylä: PSKustannus.
- Kantonen, Lea 2005: Telta. Kohtaamisia nuorten taidetyöpajoissa. Väitöskirja. Taiteteollisen korkeakoulun julkaisu A 54. Like. Helsinki.
- Korva-Perämäki, Minna, 2011. [http://raitis.fi/raitisfi/artikkelit/terveys-ja-paihteet/taideterapia-
auttaa-eheytymaan.html](http://raitis.fi/raitisfi/artikkelit/terveys-ja-paihteet/taideterapia-
auttaa-eheytymaan.html) Julkaistu 9. 4. 2011. Luettu 7.3.2012.
- Meleis, A. I. 1991.Theoretical nursing: Development & progress. Second edition. JB Lippincott Company. Philadelphia.
- MOPSI, 2012. Morenolaisen Psykodraaman kouluttajayhdistys ry. [http://www.mopsi.org/psy-
kodraama.html](http://www.mopsi.org/psy-
kodraama.html). Luettu 27.02.2012.
- Haaga-Helia ammattikorkeakoulu. 8.-9.11.2007.
- Porio, Anja, 1990. Lasinen lapsuus kuvia suomalaisen lapsen elämästä. Jyväskylä: Gummerus kirjapaino Oy.
- Pulkkinen, Pirkko, 2012. Kuvataideterapia. <http://www.piccon.net/Kuvataideterapia.htm>. Luettu 7.3.2012.
- Raatikainen, Heleena 1987. Itsetuntemus vuorovaikutustaidoiksi. Helsinki: Kirjayhtymä.
- Rainio, Elina, 2009. Prosessidraama ja tutkiva teatterityö. Sivistysliitto Kansalaisfoorumi. ISBN.
- Rankanen, Mimmu & Hentinen, Hanna & Mantere Meri-Helga, 2007. Taideterapian perusteet. Hämeenlinna. Duodecim.
- Rinne Risto, Jauhiainen Arto (toim.)2011. Aikuiskasvatus ja demokratian haaste. Kansanvalistusseura ja Aikuiskasvatuksen Tutkimusseura. Otavan Kirjapaino Oy. Keuruu.
- Saarelainen, Ritva & Stengård, Eija & Vuori-Kemilä, Anne, 2003. Mielenterveys- ja päihdetyö: yhteistyötä ja kumppanuutta. Porvoo. WSOY.
- Silvola, Kirsti & Aitolahti, Sirkku, 2006. Psykodraama psykoterapiana. Duodecim nro. 122. 730–736.
- Sinkkonen, Jari, 2010. Nuoruusikä. Miten lapsesta tulee nuori aikuinen. WSOY

OSA 3



OSA 3: FORUM-TEATTERI –TUTKIMUS MUUTOKSESTA

Raisa Ekoluoma

Forum-teatteri on brasilialaisen Augusto Boalin (1931 – 2009) kehittämä osallistavan teatterin muoto, joka tähtää epäoikeudenmukaisten valtasuhteiden ja mekanististen toimintamallien tiedostamiseen ja tätä kautta niiden muuttamiseen, niin yhteiskunnan kuin yksilön tasolla. Boal käyttää termiä sorto kuvaamaan mainittuja tarkoituksettomia valtasuhteita ja toimintamalleja, jotka ilmenevät yhteiskunnallisten olosuhteiden ohella myös sosiaalisissa suhteissa. Sorron voi ymmärtää myös voimattomuutena tai oman elämän omistajuuden heikentymisenä. Sorrettujen teatteri on Boalin teatterifilosofian eräänlainen kattotermi, jonka alle myös Forum-teatteri yhtenä osa-alueena sijoittuu. Forum-teatteri tähtää siihen, että sorto ja valta-asetelmat tulevat näkyviksi. Tiedostamisen kautta valta-asetelmia ja toimintamalleja on mahdollista muuttaa. Forum-teatterin perustehtävä on antaa ääni vaikutusmahdollisuuksiltaan rajoitetuille tai vaiennetuille yksilöille ja yhteisöille. Tätä kautta rohkaistaan yksilöä itseään toimimaan oman elämänsä subjektina ja osallistumaan itseään koskevaan päätöksentekoon. (Ks. esim. Babbage 2004; Diamond 2007.)

1. Mitä sorto tarkoittaa? – Forum-teatterin taustafilosofia

Boal alkoi kehittää sorrettujen teatteria kotimaassaan Brasiliassa 1950-60-luvuilla, jolloin epävakaat ja turvattomat olosuhteet loivat räikeitäkin valta-asetelmia sikäläisessä yhteiskunnassa. Tällöin teatterin tekeminen oli väistämättä poliittista ja siksi vaarallista (Nikkilä 1999). Boal vangittiin, häntä kidutettiin ja hän joutui lähtemään maanpakoon. Toimiessaan Euroopassa 1970-luvulla Boal törmäsi toisenlaisiin ongelmiin kuin kotimaassaan: kun Etelä-Amerikassa ongelmina olivat köyhyys, sotilasdiktatuuri ja kärjistyneet yhteiskunnalliset alistussuhteet, Euroopassa esille nousivat eksistentiaalinen ahdistus, masennus, kommunikaatiovaikeudet ja sisäinen tyhjyys. Sorto ja alistussuhteet ilmenivät toisenlaisessa muodossa. (Boal 1997, 33.)

Boalin ajattelu tukeutuu niin ikään brasilialaisen Paolo Freiren (1921 – 1997) ajatuksiin sorrettujen pedagogiikasta. Sekä sorrettujen pedagogiikka että sorrettujen teatteri pyrkivät murttamaan yksisuuntaisia alistussuhteita ja sopeuttavaa tai tietoa / toimintamalleja sellaisenaan siirtävää kasvatusta. Käsitteet emansipaatio ja voimaantuminen ovat tässä ytimessä. Tiedostaminen edustaa vasta puolitietä; tavoite on vapautuminen yksilöä rajoittavista yhteiskunnallisista tai sosiaalisista valtasuhteista sekä yksilön liikkuvuus omissa toimintamalleissaan. Pyrkimys on astua askel kohti konkreettista toimintaa muutoksen aikaansaamiseksi. Tähdätessään tähän Forum-työskentely on poliittista teatteria, joka tekee näkyväksi ja asettaa keskustelun kohteeksi ihmisten arkeen vaikuttavia, todellisia toimintamalleja ja epäkohtia. Boalin (2006, 6) mukaan Forum-teatteri käynnistää muutosprosessin: ”Teatterin tulisi olla pikemminkin harjoitusta toimintaan oikeassa elämässä kuin valmis lopputulos.”

Boalin teatterifilosofian taustalla on havainto siitä, että Brasilian kulttuuripiireissä ihannoitiin eurooppalaista, omasta väestöstä ”irralista” teatteria. Boal halusi luoda teatteria, joka vastaisi paikallisen väestön omaan kokemukseen. David Diamond (2007, 19 – 20) kuvaa yhteiskunnassa tapahtunutta muutosta osuvasti: alun perin tarinat ja teatteri ovat toimineet väylänä käsitellä yhteisön asioita ja näin ne ovat olleet vahvasti yhteisöstä itsestään lähtöisin. Kulttuurinen aktiivisuus liittyy osallisuuteen ja toimijuuteen tätä kautta. Nyky-yhteiskunnassa taide, tarinat ja kulttuuri ostetaan usein itsen ja yhteisön ulkopuolelta kulutustuotteina. Ajattelu kehittyi kohti asioiden tarkastelua (itsestä) irrallisina fragmentteina, jolloin keskiöön nousevat asioiden väliset erot, eivät niiden väliset yhteydet. (Diamond 2007, 21 – 22.)

Tästä näkökulmasta myös sortaja ja sorrettu on tavallaan keinotekoinen jako; sortaja ei tule ulkopuolelta, vaan sama yhteiskunta kasvattaa sekä sortajia että sorrettuja. Sortaja ja sorrettu ovat saman organismin osia, joiden välinen yhteys ei toimi. Raja on usein häilyvä. Diamondin (2007) näkemyksen mukaan sortajia on jossain muodossa kaikkialla ja jokainen meistä on joskus sortaja ja sorrettu. Molemmat roolit voivat myös sisäistyä yksilöön; sorsamme itse itseämme. Freiren mukaan sorretulla on usein pyrkimys muuttua sortajaksi. Tällainen roolit päällelleen keikauttava vaihdos ei poista sortoa, vaan ainoastaan siirtää sen toisaalle. Sorrettujen teatteri ei tavoittele edellä kuvattua vallanvaihtoa, vaan pyrkii mahdollistamaan vastakkainasettelua monitasoisemman, vaihtuvien valta-asetelmien verkoston tarkastelun. (Diamond 2007, 38, 62 – 64.)

2. Forum-teatterin perusajatus

Forum-teatterin perusidea on osallistaa katsojat tarkastelemaan heille merkityksellistä ilmiötä sekä pohtimaan ja käytännössä kokeilemaan erilaisia vaihtoehtoja ja väyliä muutokseen. Tämä näkökulman vaihdos muuttaa teatterin katsojan roolin vastaanottajasta aktiiviseksi katsoja-näyttelijäksi¹. Forum-teatterin esitys tai työpaja rakentuu niin kutsutun esinäytelmän ympärille. Näyttelijät esittävät lyhyen esityksen, jonka tarina kulmineoittuu kohti kriisiä ja päättyy siihen, tarjoamatta minkäänlaista ratkaisua. Esinäytelmä esitetään kerran kokonaisuudessaan, jotta katsoja-näyttelijöillä on mahdollisuus havaita roolihenkilöiden väliset valtasuhteet ja esiin nousevat kysymykset. Kun esitys esitetään uudelleen, kuka tahansa katsoja-näyttelijöistä voi keskeyttää toiminnan hetkellä, jolloin hän havaitsee mahdollisuuden muuttaa tapahtumien kulkua. ”Korvaaminen” on Forum-teatterin ehkäpä tunnetuin työväline, jonka kautta muutosta tarkastellaan. Korvaaminen tarkoittaa, että kohtauksen keskeyttänyt katsoja-näyttelijä toimii henkilöihän asemassa ja kokeilee käytännössä ideoitua ratkaista tilanne, eli vapautua tarkoituksettomista toimintatavoista tai valtasuhteiden rakentamasta alistussuhteesta. Vuorovaikutteista tilannetta ohjaa jokeri, jonka tehtävä on rohkaista ja edesauttaa teeman käsittelyä. Jokeri ei tarjoa omia mielipiteitään, vaan pyrkii antamaan äänen katsoja-näyttelijöille ja suuntaamaan työskentelyä sellaiseksi, että se muodostuu heille merkitykselliseksi. Esinäytelmä on näin ollen alkusysäys katsoja-näyttelijöiden luomalle tutkimukselle. (ks. esim. Diamond 2007, Boal 2002, Babbage 2004.)

Esinäytelmässä näkökulmahenkilöä edustaa protagonistit, jonka mahdollisuuksia muutokseen osallistavassa työstövaiheessa pääasiassa tarkastellaan. Muut henkilöt edustavat joko vastakkaisia tahdonsuuntia (antagonistit) tai sivustaseuraajia. Forum-teatterin dramaturgiassa korostuvat risteävät tahdonsuunnat; ilman tahtojen taistoa ei synny Forum-teatteria. Tärkeiksi nousevat myös panokset, joita tarinan henkilöillä on pelissä. Näiden elementtien avulla esinäytelmän juoni kulkee onnesta onnettomuuteen, päättyen usein pahimpaan mahdolliseen vaihtoehtoon. Esinäytelmän on olennaista nostaa esiin niin kosketuspintoja ja samastumista henkilöihin kuin toisaalta tunteita ja halua puuttua tapahtumien kulkuun. Esinäytelmän tapahtumat eivät voi jäädä yhdentekeviksi.

Esinäytelmä ja siinä esitellyt roolihenkilöt luovat turvalliset raamit tutkimuskohteena olevan ilmiön tarkasteluun, sillä ne etäännyttävät tarkastelun katsoja-näyttelijöiden omista henkilökohtaisista elämäntilanteista ja mahdollistavat kipeänkin aiheen työskentämisen toisesta näkökulmasta. Työskenneltäessä esinäytelmän raameissa aihetta tarkastellaan fiktion kontekstissa.

¹ Boalin termi ’spect-actor’ on osuva: katsoja-näyttelijä sekä katsoo että osallistuu. Suomessa käytetään myös rinnakkaista termiä katsoja-osallistuja.

Osallistavassa teatterissa olennaista on kuitenkin tietoisesti pyrkiä liikkumaan eri tasojen välillä. Fiktion kontekstille vastapainoa tuo todellisuuden konteksti; mitä näyttämöllä näkemäni ja kokemani merkitsee minulle henkilökohtaisesti. Forum-teatteri-työpajoissa hyödynnetyt työtavat mahdollistavat ilmiön tarkastelun fiktion kontekstin lisäksi yksilön ja yhteiskunnan tasoilla.

3. Jaettu asiantuntijuus

Todellisen elämän vallankäyttötilanteet ja toimintamalleihin ripustautuminen ovat monimutkaisuudessaan haastavia eikä niihin löydy yksinkertaisia taikaratkaisuja. Forum-teatterin tekijät eivät tarjoa valmiita vastauksia eikä muutos tapahdu sormia napsauttamalla. Mielestäni yksi Forum-teatterin perustehtävistä on tilanteen kompleksisuuden näkyväksi tekeminen ja moniäänisyyden mahdollistaminen. Forum-teatterin tarkoitus ei myöskään ole osoittaa sormella oletettuja ongelmia. Esinäytelmä ei ole kuva-arvoitus, josta on löydettävä siihen piilotetut sorto-suhteet ja ratkaisun paikat. Katsoja-näyttelijät nostavat esinäytelmästä esiin ne seikat, jotka he kokevat merkityksellisiksi.

Tämä on mielestäni erityisen tärkeää sovellettaessa Forum-teatteria päihdetyössä: esitys tai esittäjä ei asetu asiakkaiden yläpuolelle "tietämään" etukäteen heidän ongelmiaan. Asiantuntijuus siirtyy silloin päihdekuntoutujille. Esitys pyrkii tarjoamaan raamit, joihin he katsoja-näyttelijöinä, jokerin avustuksella sijoittavat itselleen merkitykselliset kysymykset, joita he haluavat lähteä työstämään eteenpäin. Tämä nostaa esiin muuttuvan subjektin merkityksen Forum-teatterissa: muutos voi lähteä ainoastaan yksilöstä itsestään eikä siihen voi patistaa ulkopuolelta. Yksilön aktiivisuuden herättelemisen nousee päätavoitteeksi. Arvopohjan tähän luo ihmiskäsitys, joka korostaa ihmistä aktiivisena ja vastuullisena toimijana, jonka motivaationa toimii merkityksen löytäminen.

David Diamondin osin systeemiteorioihin perustuvan näkemyksen mukaan yksilö ja yhteisö nähdään Forum-teatterissa elävinä organismeina, jotka pystyvät aktiivisesti rakentamaan ja korjaamaan itse itseään sisältäpäin. Tämä edellyttää kuitenkin tilanteen tiedostamista ja motivaatiota muutokseen. Systeemiteoreetikko Fritjof Capra kuvaa Diamondin teokseen kirjoittamassaan esipuheessa jokerin tehtävää siten, että antamalla äänen harvoin kuulluille yksilöille tai mahdollistamalla ristiriitaiset näkemykset jokeri häiritsee ja horjuttaa yhteisön / yksilön vakiintuneita toimintamalleja. Tämä horjutus aiheuttaa liikettä ryhmän dynamiikassa ja voi toimia impulssina muutokseen. "Elävää systeemiä ei ikinä voi ohjata; sitä voi ainoastaan horjuttaa." (Diamond 2007, 17) Mielestäni tämä on kiteytys myös Forum-teatterin tehtävästä. Sanavalintoina horjuttaa ja häiritä ovat hivenen provosioivia, mutta kuvaavat tarvetta sille, että jokin pysähtynyt tai jumiutunut saadaan liikkeelle - virtaamaan ja hengittämään vapaasti.

4. Somaattinen liiketyöskentely forum-teatterin opetuksessa

Omassa ajattelussani Forum-teatterin opettajana asiat nivoo yhteen pyrkimys ymmärtää muutoksen ydin ja askeleet kokemuksellisesti ja kokonaisvaltaisesti. Somaattisella työskentelyllä tarkoitan kehollisen työskentelyn käytäntöjä, joita yhdistää pyrkimys syventää osallistujan itseymmärrystä, havainnointikykyä ja toimintamallien joustavuutta². Somaattisen työskentelyn ajatusmaailma ja käytänteet Forum-teatterin opetuksessa muodostavat konkreettisen viitekehityksen muutoksen jäsentämiselle ja sen lähestymiselle elävässä vuorovaikutustilanteessa; kontaktissa katsoja-näyttelijöihin. Muutoksen ymmärtäminen on eräänlainen metakognitiivinen taito, joka tukee Forum-teatteriin sisältyvien tekniikoiden ja toiminnallisten harjoitteiden soveltamista.

Somaattinen työskentely suuntaa tietoisuutta kohti yksilön omaa kokemusta. Sen tavoitteena on hyväksymisen ja ymmärtämisen kautta lisätä kokijan omistajuutta omasta kokemuksestaan ja sen merkityksestä. Uteliaisuus ja oma halu muutokseen ovat työskentelyn pohjalla. Itsetuntemuksen syventäminen on olennainen tavoite työskentelyssä, sillä halu muutokseen syntyy ainoastaan, jos kokee, että oma itseys säilyy vielä muutoksen jälkeen. Itseydestä, omista rajoista ja niiden joustavuudesta on oltava kokemus, jotta yksilö voi tunnistaa itsensä muutosprosessissa. Mielestäni tässä on yhtymäkohta päihdetyöhön: päihdeiden käyttäjän elämä ja minuus on rakentunut päihdeiden käytön ja siihen liittyvien sosiaalisten konventioiden varaan. Jos nämä tukipuut poistetaan, päihdekuntoutuja voi jäädä tyhjän päälle toteuttamaan ulkopuolelta määriteltä päihdeettömää ihanne-elämää. Todellinen sitoutuminen muutokseen ei ole mahdollista, sillä yksilö ei välttämättä tunnista itseään tästä kuvasta.

Sisäsyttyisen muutoksen ominaislaadun ymmärtämisen ohella halusin opiskelijoiden tarkastelevan muutosprosessin vaiheita somaattisen työskentelyn kautta. Ymmärrän muutoksen askelmerkit seuraavasti:

1. Havaitse ja tule tietoiseksi siitä, mitä teet / mitä tapahtuu.
 2. Hyväksy se mitä tapahtuu ja tiedosta, mitä toimintamalli palvelee. Tähän liittyy ajatus siitä, että jokainen toimintamalli on syntynyt jostain syystä, palvelemaan jotain tarvetta. Kyseinen tapa ei välttämättä ole enää tarpeellinen, mutta se ei ole syntynyt tyhjästä.
 3. Pohdi, millaista muutosta itse haluat ja muodosta sen pohjalta tavoite. Tietoinen ja selkeä päämäärä vaikuttaa muutoksen käynnistymiseen.
 4. Anna itsellesi aikaa ja useita erilaisia tilaisuuksia harjoitella käytännössä uutta toimintamallia. Muutos ei ole yksi yksittäinen teko, vaan prosessi. Prosessi ei myöskään aina etene suoraviivaisesti eteenpäin, vaan saattaa ottaa takapakkia tai poiketa sivupoluille. Tällaisessa tilanteessa perimmäisen tavoitteen palauttaminen mieleen toimii kompassina.
- (Hackney 2002, 24 – 26)

² Esimerkkejä somaattisen työskentelyn käytänteistä ovat esimerkiksi Feldenkreis tai Autenttinen liiketyöskentely. Itse pohjaan somaattisen työskentelyn asiantuntemukseni erityisesti Laban liikeanalyysiin ja sen viitekehitykseen kuuluvaan Bartenieff Fundamentals –työtapaan, mutta tässä artikkelissa viittaan yksittäisiä työmuotoja laajempaan somaattisen työskentelyn filosofiaan; työtapojen taustalla vaikuttaviin ajatuksiin.

Liiketyöskentely sopii muutoksen tarkasteluun ja harjoitteluun, sillä liikkeen olemus on muutos. Koska elämä itsessään rakentuu jatkuvasta muutoksesta, pääasialliseksi kysymykseksi nousee kuinka paljon yksilö itse haluaa ottaa osaa omaan muutosprosessiinsa. (Hackney 2002, 17.)

5. Forum-teatteri päihdetyössä –opetuksen eteneminen

Centria ammattikorkeakoulun esittävän taiteen koulutusohjelmassa Forum-teatteriin syvennytään kolmannen opiskeluvuoden syksyllä. Ohjattu harjoittelu asiakastyö organisaatioissa sosiaalialalla ja ohjaajuus 3 -opintojaksot toteutetaan yhdessä, yhteensä 10 opintopisteen laajuisena kokonaisuutena, jonka kesto on noin seitsemän viikkoa. Tässä artikkelissa kuvaan syksyllä 2010 läpikäytyä prosessia, jossa opettajina toimivat itseni lisäksi Marja Ranta-Ylitalo (päihdetyön opetus), Juha Pekola (luento päihteiden käytöstä perheessä lapsen näkökulmasta) sekä Kati Sirén (Forum-teatterin dramaturgia).

Esittävän taiteen koulutusohjelman opetussuunnitelma jäsentää Ohjaajuus 3 -opintojakson tavoitteet seuraavasti:

- opiskelija syventää ryhmän ohjaamisen taitoja
- opiskelija soveltaa draamallisia ja toiminnallisia menetelmiä
- opiskelija syventää osaamistaan osallistavan teatterin esitysmuodoissa ohjaajana, fasilitoijana ja esiintyjänä.

Harjoittelujakson Asiakastyö organisaatioissa sosiaalialalla tavoitteiksi on lisäksi kirjattu:

- Opiskelija perehtyy sosiaalialan toimintaympäristöihin, erityisryhmiin ja moniammatilliseen yhteistyöhön.
- Opiskelija oppii soveltamaan osallistavan teatterin työ- ja esitysmuotoja erilaisissa yhteisöryhmissä.

Prosessin kuvaus jäsentyy työpajan etenemisen mukaan. Työpaja jakautui neljään vaiheeseen (tutustuminen forum-teatterin ja päihdetyön teoriaan, toiminnallinen käsikirjoittaminen, osallistamisen harjoittelu ja Forum-teatterityöpajat asiakasryhmissä), joita esittelen seuraavassa.

Tutustuminen Forum-teatterin ja päihdetyön teoriaan

Ensimmäisen kahden viikon aikana opetuksen tavoitteena oli tutustuttaa opiskelijat niin Forum-teatterin kuin päihdetyön perusteisiin. Olennainen osa oli myös vierailu asiakasorganisaationa toimivaan päihdekuntoutusyksikkö Ventuskartanoon. Vierailulla opiskelijat saivat käsityksen asiakasryhmästä, jonka kanssa he tulisivat myöhemmin työskentelemään sekä ennen kaikkea Ventuskartanon toimintatavoista päihdetyön alueella. Tähän prosessin vaiheeseen kuului myös aiheeseen liittyvän aineiston keruu ja sen tarkastelu toiminnallisesti.

Mielestäni on tärkeää, että opiskelija ryhtyy alusta lähtien rakentamaan omaa kosketuspintaansa käsiteltävään aiheeseen. Uskon tämän synnyttävän motivaatiota ja rohkaisevan taiteellisten valintojen tekemiseen prosessin aikana. Omien päihteiden käyttöä ja päihdeongelmaa koskevien kokemusten, uskomusten ja asenteen näkyväksi tekeminen oli mielestäni tarpeellista työskentelyn käynnistämiseksi. Toteutimme tämän *elävän mieliekartan* avulla. Kukin opiskelija kirjoitti lapuille kolme ajatusta aiheesta seuraavien kysymysten pohjalta: Mitä tiedän tai uskon aiheesta? Mitä teemoja, käsitteitä tai kysymyksiä nousee esiin?

Koko ryhmä järjesti laput tilaan suureksi miellekartaksi, ryhmitteli esiin tuodut asiat ja nimesi syntyneet ryhmittymät. Tätä kautta syntyi yläotsikoita, jotka kuvaavat juuri tämän ryhmän esiyymmärrystä aiheesta työskentelyn alussa. Opiskelijat nostivat esiin seuraavia teemoja ja yläotsakkeita:

Onko riippuvuus sairaus ja mikä sen aiheuttaa? Pitääkö parantumista itse haluta?
Omat kokemukset päihteiden käytöstä (alkoholin positiiviset ja negatiiviset vaikutukset, päihteidenkäyttö sosiaalisena tapahtumana)
"Isoveli Suomi": holhous vai yhteinen ongelma? Onko alkoholismi suomalaisten kansansairaus?
Lastenkasvatus ja alkoholi: minkälainen kuva lapsille annetaan alkoholista (media, vanhemmat)? Sopiiko alkoholista kasvattajaksi? "Miten kukaan aikuinen voi valita alkoholin lapsen sijasta?"
Opiskelijat sijoittivat itsensä osaksi karttaa seuraavien suhteessa seuraaviin kysymyksiin:
Mikä kohta kartassa kiinnostaa sinua eniten? Miksi?
Mikä kohta kartassa herättää eniten tunteita? Mitä tunteita?
Missä kohdassa kartassa on jotain, mikä pohdituttaa sinua tai mistä haluaisit kysyä?
Oman paikan ottaminen kartassa oli alku oman mielipiteen ilmaisemille ja toimi keskustelun herättäjänä.

Patsastyöskentelystä kuvien aktivointiin

Opetukseni pohjautui suurelta osin David Diamondin käytännönläheiseen teokseen *Theatre for Living – the art and science of community-based dialogue* (2007). Aloitimme Forum-teatterin opiskelun palauttamalla mieleen patsastyöskentelyn perusteet. Pysähtynyt kuva tarkoittaa, että näyttelijä muodostaa patsaan tai pysähtyneen kuvan henkilöstä jossakin tilanteessa käyttäen vain omaa kehoaan sekä sijoittumistaan tilaan ja suhteeseen muiden näyttelijöiden kanssa. Tällaista pysähtynyttä kuvaa on mahdollista tarkastella erilaisten kuvien aktivointitekniikoiden³ kautta (ks. Diamond 2007, 100 – 105). Syntyneitä pysähtyneitä kuvia tarkasteltiin alusta lähtien myös jokerin näkökulmasta.

Kuvien tarkastelu on ikään kuin sipulin kuorimista kerros kerrokselta kohti syvintä ydintä (Diamond 2007). Tämän perustavanlaatuisen mielikuvan halusin esitellä jo heti alussa, sillä mielestäni toimiva Forum-teatteri perustuu juuri tähän. Kuvaa ei nimetä tekijöiden toimesta etukäteen, sillä yksi yksittäinen kuva on ikään kuin metafora; se pitää sisällään yhden tarinan sijasta kaikki katsoja-näyttelijöiden kuvaan liittämät kokemukset. Jokerin tehtävä on saada katsoja-näyttelijät kertomaan, mitä he näkevät kuvassa. He eivät välttämättä näe samoja asioita keskenään tai suhteessa siihen, mitä näyttelijä alun perin tarkoitti. Keskustelussa avautuu se kokemusten, tunteiden ja ajatusten kirjo, joita käsiteltävä teema herättää.

³ Pysähtyneiden kuvien aktivointitekniikoita on mahdollista käyttää Forum-teatterin harjoittelun lisäksi myös osana elävää vuorovaikutustilannetta Forum-teatterin esityksessä. Diamondin esittelemistä tekniikoista hyödynsimme seuraavia: sisäinen monologi (internal monologue), pelkojen ja halujen tunnistaminen (identifying fears and desires), stand with the character ja salainen ajatus (secret thought). (ks. esim. Diamond 2007)

Kerätty aineisto muuttaa muotoaan monologiksi

Osallistavan Forum-teatteriesityksen valmistamisprosessiin kuuluu aina kiinteänä osana aineiston keruu. Tässä tapauksessa aineiston keruu sisältää kohdeyhteisöön tutustumisen lisäksi päihdeongelmaa käsittelevän aineiston keräämisen ja tarkastelun. Pyysin opiskelijoita etsimään sellaista aineistoa aiheesta, joka jollain tavalla kiinnosti tai kosketti heitä itseään. Aineistoksi luokittelin tietopohjaisen materiaalin lisäksi myös taiteellisen materiaalin kuten romaanit, näytelmät, laululyriikat tai valokuvat. Kerätty aineisto esiteltiin muulle ryhmälle. Tämän jälkeen jokainen opiskelija valitsi kaikista aineistolähdeistä yhden, jota halusi lähteä työstämään eteenpäin.

Opiskelijat saivat tehtäväksi valmistaa lyhyen monologin valitun aineistofragmentin pohjalta. Heidän tuli kehittää henkilöhahmo, jolla on jonkinlainen suhde päihdeongelmaan (esimerkiksi itsellä on/on ollut päihdeongelma tai läheisellä on päihdeongelma). Pyrin siihen, että harjoituksen pohjalta syntyisi niin protagonisteja kuin antagonisteja ja nk. voimattomia sivustaseuraaaja⁴. Henkilöhahmolle kehitettiin tarina tilanteesta, jossa he olivat joutuneet tekemään jonkin valinnan liittyen päihteisiin⁵. Olennaista oli, että opiskelijat pyrkivät valmistamaan hahmon, joka on fiktiota. Tarkoitus ei ollut toisintaa sellaisenaan aineistossa esiintyneitä henkilöitä.

Henkilöhahmot esiteltiin muulle ryhmälle siten, että vuorollaan jokainen istui näyttämölle sijoitettuun tuoliin. Ensimmäiseksi pyysin opiskelijaa kehollistamaan esittämänsä hahmon; löytämään tälle nk. kehollinen asenne⁶. Kun opiskelija sai kiinni siitä, kuinka juuri tämä henkilö olisi kehollisesti läsnä, pyysin opiskelijaa lähtemään kertomaan hahmon tarinaa, tuosta kehollisesta olemisen tavasta lähtien, minä-muodossa ja omin sanoin, ilman ulkoa opetultuja repliikkejä.

Tämän jälkeen otettiin käyttöön yksi Forum-teatterin perusharjoituksista, kuuma tuoli. Harjoitusta voidaan käyttää sekä Forum-esityksen valmistelun tukena että vuorovaikutustilanteessa katsoja-näyttelijöiden kanssa. Roolihenkilö istuu tuoliin ja katsoja-näyttelijöillä on mahdollisuus kysyä häneltä kysymyksiä, joihin näyttelijä vastaa roolihenkilön lähtökohdista ja pyrkimyksistä käsin. Tässä harjoituksessa tähdensin, että kysymysten avulla oli tarkoitus pyrkiä oppimaan mahdollisimman paljon roolihenkilöstä ja ymmärtämään hänen tekemiensä valintojen syitä ja seurauksia. Tarkoitus ei siis ollut tuomita tai moralisoida roolihenkilön ristiriitaisiakin tunteita herättäviä tekoja.

Toiminnallinen käsikirjoittaminen – Forum-esitysten valmistaminen pienryhmissä

Opetuksen teoria-osuuden jälkeen opiskelijat jaettiin heidän kiinnostustensa pohjalta kahteen pienryhmään. Ryhmien tehtävänä oli toteuttaa asiakastyönä Ventuskartanon tilaamat Forum-esitykset ja työpajat aiheista kieltäytyminen päihteistä ja päihteidenkäyttö lapsen silmin. Opiskelijat kertovat raporteissaan, että osa edellä kuvatun monologi-tehtävän hahmoista siirtyi suoraan tai toimi pohjana roolihahmoille heidän valmistamissaan esinäytelmissä.

4 Esim. Diamond 2007: "Powerless observer".

5 Tämä harjoitus on sovellus Michael Rohdin Monologue work –harjoituksesta (ks. Rohd 1998, 68 – 70).

6 Käsite "Body Attitude" nousee Laban Liikeanalyysin (LMA) termistöistä.

Kahden viikon mittaisen toiminnallisen käsikirjoittamisen vaiheen aikana pääpaino oli esinäytelmien ideoinnissa, sarron toiminnallistamisessa sekä forum-teatterin dramaturgian ominaispiirteiden ymmärtämisessä⁷. Kati Sirénin opetus ajoittui tälle jaksolle, jonka päätteeksi tavoitteena oli, että molemmilla pienryhmillä olisi valmiit rungot forum-teatterin osallistavien tekniikoiden ja jokeroinnin harjoittelua varten.

Pidän tärkeänä, että forum-kohtauksen ideointi tapahtuu keskustelun ja kirjoittamisen lisäksi toiminnassa ja ryhmän jäsenet tekevät aktiivisesti havaintoja tuottamastaan materiaalista. Tässä vaiheessa työroolit jaettiin: molemmista ryhmistä valikoitui yksi jokeri ja muut jäsenet toimivat näyttelijöinä. Kahden viikon aikana pidettiin useita work-in-progress-tuokioita, joiden aikana keskeneräistä tai valmisteilla olevaa materiaalia tarkasteltiin muiden ryhmän jäsenten ja opettajien kanssa, ja vuorovaikutus osana esityksen valmistamisprosessia mahdollistui. Tällä tavoin myös jokerit pääsivät alusta pitäen harjoittelemaan ryhmänsä materiaalin esittelyä, kysymysten asettamista sekä yleisöstä nousevien ideoiden toiminnallistamista.

Forum-teatterin ytimessä ovat mietityt, moniulotteiset henkilöhahmot, joiden tahto ja panokset ovat näyttelijälle itselleen selkeät. Taustatyö osana roolinrakentamista on välttämätöntä. Näyttelijän on tunnettava roolihenkilönsä, jotta hän kykenee improvisoimaan vuorovaikutuksessa katsoja-näyttelijöiden kanssa. Henkilöhahmojen rakentamisessa voidaan hyödyntää erilaisia forum-teatterin tekniikoita. Tällä kertaa sovellus *Rainbow of Desire*⁸ -tekniikasta tuntui käyttökelpoisimmalta. Tekniikan kautta on mahdollisuus tarkastella henkilöhahmon sisäisiä tunteita, ajattelumalleja ja muita vaikuttimia. Yksilön sisäiset ristiriidat tulevat näkyviksi ja tarkastelun kohteiksi.

Mielestäni tällainen menetelmä sopii päihdeongelman tarkasteluun, sillä päihdeidenkäyttö kietoutuu niin monelle tasolle yksilön psyko-fyysis-sosiaalisessa kokonaisuudessa, että niin kutsuttua ongelmaa ei voi ratkaista ymmärtämättä tilanteen monimutkaisuutta ja päihdeongelman usealle elämän alueelle ujuttamia lonkeroita. Diamond (2007, 182 – 183) ehdottaa tekniikkaa tutkimusvälineeksi tilanteisiin, joissa protagonistin mielessä näyttää vallitsevan ristiriita tai paljon erilaisia tunteita ja oletuksia, jotka vaikuttavat hänen tapaansa toimia vuorovaikutuksessa. Tällöin sorto saattaa ilmetä henkilön mekanistisena tai tiedostamattomana ajattelumallina tai kahden henkilön vuorovaikutuksen toimimattomuutena huolimatta molempien osapuolten hyvistä aikeista.

Rainbow of fear and desire -harjoituksessa lähtökohdaksi valitaan tilanne, jossa protagonistista tahtoo tai pelkää jotain suhteessa antagonistiin. Jokaisesta tahdonsuunnasta ja pelosta muodostetaan oma patsas. Protagonisti hyväksyy muilta tulleet ehdotukset. Syntyneet halut ja pelot asetetaan näyttämölle tilalliseen suhteeseen antagonistin kanssa. Syntyneitä tilannetta voidaan purkaa erilaisin kuvien aktivoimistekniikoiden kautta. Muodostuu protagonistin tahtojen ja pelkojen kirjo, sateenkaari. Vuorollaan jokainen näkökulma tästä joukosta improvisoi tilannetta antagonistin kanssa. Kompleksisesta tunteiden ja halujen vyyhdistä erotetaan siis elementti kerrallaan tarkastelun kohteeksi. (Diamond 2007, 186 – 188.) Sateenkaaren värit on mahdollista erottaa toisistaan, kun niitä ei sekoiteta epämääräisen ruskeaksi värimassaksi. Liitän tämän somaattiseen liikeyöskentelyynkin yhdistyvään periaatteeseen: kaoottinen ilmiö tai kokemus voidaan ymmärtää vasta, kun se puretaan osiin ja jokaisen osan merkitystä tarkastellaan erik-

⁷ Ks. esim. Diamond 2007, 75 – 76.

⁸ *Rainbow of fear and desire*, ks. Diamond 2007, 182 – 193.

seen. Vasta tämän jälkeen osat on mahdollista integroida kokonaisuudeksi, joka on mahdollista hahmottaa ja jonka osat toimivat elävässä yhteistyössä, ja niitä on mahdollista tietoisesti hyödyntää myös erikseen. (Hackney 1998, 201 – 216.)

Osallistamisen harjoittelu

Forum-teatterin esinäytelmä on vasta lähtökohta varsinaiselle osallistavalle työskentelylle. Halusin varata opetusjaksosta tarpeeksi aikaa jokeroinnin ja elävien vuorovaikutustilanteiden harjoitteluun. Kutsun tätä prosessin vaihetta osallistamisen harjoitteluksi. Käytännössä vaihe piti sisällään Ventuskartanoon tilattujen Forum-teatteri-työpajojen kokonaisuuden suunnittelun pienryhmissä, Forum-teatterin osallistaviin tekniikoihin tutustumisen koko ryhmän työpajoissa sekä somaattisen liiketyöskentelyn harjoitteet havaitsemisen ja havaintojen sanallistamisen näkökulmasta. Jokerointia harjoiteltiin oman opiskeluryhmän kanssa sekä demo-työpajoissa sosiaali- ja terveysalan opiskelijoille.

Jokeroinnin alueella pidän olennaisena oppimistavoitteena kykyä tehdä havaintoja ja tarttua osallistujista nouseviin ehdotuksiin. Jokerin työroolin lisäksi tämä on olennaista kaikessa taiteellisessa työskentelyssä, jossa osallistujien omistajuutta pyritään kasvattamaan ja prosessista pyritään rakentamaan jaettu taiteilijoiden ja osallistujien välillä. Kysymysten esittäminen on jokerin työkalu.

Seuraavassa on listattuna mahdollisia jokerin kysymyksiä, edeten niin sanotuista matalan kynnyksen kysymyksistä kohti haastavampia miksi-kysymyksiä⁹.

Havainnoista fiktion ja todellisuuden konteksteissa:

Mitä näette? Mitä tapahtuu?

Keitä henkilöitä näette? Minkälaiset suhteet henkilöiden välillä on?

Onko tilanne tunnistettava?

Mikä tilanne voisi olla kyseessä?

Onko tällainen tapahtuma uskottava todellisuudessa? Jos ei, miksi ei?

Minkälaisia kysymyksiä elämästä (todellisuudesta) näkemänne herättää?

Henkilökohtainen merkitys:

Mikä kuvassa / kohtauksessa kiinnostaa sinua / herättää tunteita?

Kehen henkilöistä voisit samastua?

Henkilöiden väliset suhteet ja muutos:

Mitä henkilöt haluavat? Mikä estää heitä saamasta sitä mitä he haluavat?

Mitä henkilöt pelkäävät?

Kenellä on valta? Miksi?

Onko kuvassa / kohtauksessa jotain minkä haluaisitte olevan toisin? Mikä?

Kenestä muutos voisi lähteä? Mitä muutokseen tarvitaan?

⁹ Kysymykset on kerätty eri lähteistä, käytännön työpajoista ja opettajilta. Esimerkkejä kysymyksistä löytyy esimerkiksi Michael Rohdin teoksesta (1998, 115 – 120).

Koska Forum-työskentelyssä keskustelun herättämisen lisäksi halutaan kannustaa toimintaan, edellä kuvattuja kysymyksiä voidaan tarkastella myös toiminnallisesti näyttämöllä tai harjoitteiden muodossa.

Mielestäni Forum-teatterin tekijän on olennaista tuntea nämä kysymykset ja ymmärtää kysymisen porrastettu eteneminen, sekä se, miksi kysymyksiä esitetään. Pidän kuitenkin tärkeänä sitä, että jokeri ei piiloudu samaa kaavaa noudattavan kysymyslistan taakse. Oman kokemukseni mukaan ajatus siitä, että osallistamisen tulisi edetä tietyllä tavalla - tiettyjen kysymysten kautta kohti katsoja-näyttelijän astumista näyttämölle kokeilemaan omaa ehdotustaan - saattaa käytännössä estää todellisten havaintojen tekemisen tilanteessa. Halusin, että opettamani opiskelijat ennen kaikkea pystyisivät kertomaan, mitä elävässä vuorovaikutustilanteessa tapahtuu: mikä nousee esiin, mistä keskustellaan (toisaalta myös mistä ei keskustella) ja minkälaista polkua osallistujat lähtevät kulkemaan. "Mitä tapahtuu todella?" on kysymyslistaa olennaisempi kompassi tilanteessa toimimiseen.

Havainnoinnin ja päätösten tekemistä tilanteessa pyrin opettamaan myös eräänlaisena metakognitiivisena taitona, hyödyntäen jälleen liiketyöskentelyä. Seuraavassa kuvaan harjoitteen, jonka tavoitteena on harjoitella muutokseen ohjaamisen prosessia jokerin näkökulmasta. Samalla harjoite edustaa esimerkkiä siitä, kuinka liiketyöskentelyä on mahdollista soveltaa jokeroinnin tai ohjaajuuden opetuksessa.

Jotta osallistava tuokio etenee, jokerin tehtävä on tarttua ehdotuksiin, kysymyksiin ja aiheisiin, jotka nousevat katsoja-näyttelijöistä. Haastavinta on mielestäni löytää tasapaino sille, että moniäänisyys säilyy ja toisaalta ehdotuksia pystytään viemään myös syvemmälle. Jokeri tekee valintoja tilanteessa. Se, mistä langanpästä hän ottaa kiinni, on ensimmäinen valinta. Seuraavaksi on valittava, mitä tällä langalla tehdään.

Langoista punoutuu kudos, osallistavan teatterin esteettinen muoto, jonka toteuttavat jokerin fasilitoidessa näyttelijät ja katsoja-näyttelijät. Itselleni ehkäpä suurin oivallus Forum-teatteria opettaessani on ollut se, että tuo kudos voi koostua korvaamisen lisäksi muista erilaisista tekniikoista. Havainnollistava kokemus myös opiskelijoille oli se, kuinka erilaista osallistuminen eri tilanteissa, eri osallistujaryhmien kanssa voi olla. Osallistumisen syvyyttä ei voi arvioida määrällisesti, esimerkiksi laskemalla kuinka moni katsoja-näyttelijä halusi tulla käytännössä kokeilemaan ehdotustaan. Koen, että purettaessa Ventuskartanon Forum-teatteri-tuokioita opiskelijat olivat aluksi hämmentyneitä siitä, kuinka eri tavoin Ventuskartanon asiakkaat olivat osallistuneet eri päivinä pidettyihin kahteen työpajaan. Keskustelun aikana syventyi kuitenkin ymmärrys siitä, että katsoja-näyttelijän osallistuminen voi olla aktiivista, vaikka hän istuisi hiljaa paikallaan.

HARJOITE: MINÄ JA MUUTOS

Havaitse – Sanallista – Aseta raamit muutoksen kokeilulle

Harjoite toteutetaan pareittain; A liikkuu ja B havainnoi, sanallistaa, ehdottaa.

- Jokainen kirjoittaa kaksi sanallista aiheista: 1. Minä olen... 2. Minä haluaisin olla...
- A alkaa liikkua ja kehittää liikettä ensimmäisen sanallistan pohjalta. Hänen tehtävänsä oli pyrkiä paikallistamaan jotain itselleen tyyppillistä sekä sanojen merkityksen että liikemallien ja liikelaadun tasolla. A muodostaa liikkeistä lyhyen liikefraasin tai liiketeeman. B havainnoi ja tekee muistiinpanoja siitä, mitä liikefraasissa tapahtuu.
- B kertoo liikkujalle havainnoistaan. Olennaista on erottaa havainto ja tulkinta toisistaan. B:n tehtävä ei ole tulkita mitä liike merkitsee, vaan harjoitella sanallistamaan havaintonsa. A kuuntelee. Halutessaan hän voi tehdä havaintoja esimerkiksi oman kokemuksen ja ulkopuolisen havainnon vastaavuudesta.
- A kertoo 2. sanallistan olennaisimmat asiat, joita ei tarvitse selittää tai perustella.
- B tekee valinnan hetkessä ja ehdottaa mielikuvaa tai liikkeen raamia, jonka pohjalta olemassa oleva liikefraasi voisi alkaa muuttua kohti sitä, mitä A on nimennyt tavoitteekseen. Tällöin liike ei tyystin korvautu uudella, vaan muutos ikään kuin sisäistyy olemassa olevaan.
- A kokeilee liittää liikefraasiinsa B:n ehdotuksen. B havainnoi.
- A kertoo, mikä ehdotuksessa tuntui toimivalta ja mikä muuttui. B kertoo, mitä havaintoja teki muutoksesta; mikä muuttui ja miten.
- Osien vaihto ja sama toisinpäin
- Tehtävän purku: Mitä tämä kertoi sinusta itsestäsi havaitsijana ja päätöksentekijänä hetkessä?

Mitä elävä vuorovaikutustilanne nostaa esiin? – Forum-teatteri–työpajat asiakasryhmissä

Osana tätä julkaisua (Liite 1) on luettavissa opiskelijoiden koostamien Forum-teatterityöpajojen kulku lämmittelyharjoituksista esinäytelmän käsikirjoitukseen sekä työpajojen purkuun käytetyt harjoitukset. Tässä luvussa nostan esiin esimerkkejä opiskelijoiden toiminnasta vuorovaikutustilanteissa, mainitun käsikirjoituksen luomissa puitteissa. Esimerkit nousevat Ventuskartanossa vedettyjen työpajojen lisäksi harjoitustyöpajoista Centria ammattikorkeakoulun sosiaalialan koulutusohjelman opiskelijoille sekä sosiaali- ja terveysalan oppilaitoksen lähiohjaajaksi opiskeleville.

Päihteiden käyttö lapsen silmin -demotyöpaja vedettiin sosionomi-opiskelijoille osana heidän päihdetyön jaksoaan. Kun osallistuminen alkoi tyrehtyä, jokeri jakoi katsoja-näyttelijät pienryhmiin ja pyysi heitä ideoimaan pysähtyneen kuvan parhaasta mahdollisesta tilanteesta esinäytelmässä käsitellyn päihdeperheen näkökulmasta. Tämä johti keskusteluun muutoksesta ja siinä tukemisesta. Käsiteltävä aihe muodostui sosiaalialan opiskelijoille merkitykselliseksi, kun he alkoivat tarkastella aihetta oman tulevan ammattinsa näkökulmasta: millaista tukiverkos-

toa perhe, jossa on päihdeongelma, tarvitsee ympärilleen ja kuinka sosiaalialan ammattilainen voi tukea päihdekuntoutusta koko perheen tasolla.

Jokerina toiminut Laura Kiretti oivalsi hienosti katsoja-näyttelijöistä nousseen tarpeen ammatilliseen näkökulmaan. Myöhemmin hän ideoi, kuinka ammatillisuuden teemaa olisi voinut viedä pidemmälle, mikäli aika olisi antanut myöten. Päihteiden käyttäjän tukiverkostoja olisi mahdollista hahmotella rakentamalla pysähtyneitä kuvia, eräänlaisia sosiogrammeja verkostoista. Ajatus vanhemmuuden roolikartasta nousi myös esiin. Tämä esimerkki valaisee mielestäni ryhmän omistajuuden merkitystä käsiteltävästä aiheesta, sekä sitä, kuinka jokeri toiminnassaan havaitsee ja tarttuu ryhmästä nousseisiin ehdotuksiin ja tukee ryhmän valitsemaa tietä.

Retkahtamista tarkastelleen pienryhmän työpaja pidettiin Ventuskartanossa ensimmäisenä, sillä aihe ei ole niin rankka kuin toisen tilatun työpajan aihe, lapsen näkökulma päihteiden käyttöön. Tämä työpaja oli mielestäni hyvä esimerkki siitä, miten erilaisin työtavoin katsoja-näyttelijöiden osallistaminen aiheen tutkimiseen voi tapahtua. Tilanteessa jokerina toiminut Minna Högbacka hyödynsi hyvin erilaisia tekniikoita korvaamisen lisäksi. Erityisen toimivina koettiin ajatusäänten antaminen henkilöhahmoille sekä itsensä sijoittaminen pysäytettyyn kohtaukseen valitun henkilöhahmon kanssa.

Ajatusäänet-tekniikassa osallistujat voivat tarkastella eri henkilöhahmojen ajatuksia antamalla heille ajatusääniä. Kohtaus pysäytetään kohdassa, jota osallistujat haluavat tarkastella. Tämän jälkeen halukkaat voivat astua näyttämölle, koskettaa henkilöä, jolle haluavat antaa äänen ja sanoa ääneen tämän ajatukset minämuodossa. Samaan tapaan voidaan tarkastella myös pelkoja ja haluja (Minä pelkään...; Minä haluan...).

Itsensä sijoittaminen pysäytettyyn kohtaukseen on varsinaiselta nimeltään Stand with the character. Siinä kohtaus pysäytetään ja osallistujat sijoittavat itsensä pysäytettyyn kuvaan sen hahmon luo ja samaan asentoon kuin henkilöhahmo, jossa he näkevät jotain tunnistettavaa (tai joka heitä kiinnostaa, koskettaa yms.). Kun jokeri antaa merkin, jokainen alkaa yhtä aikaa puhua ääneen tämän henkilöhahmon ajatusten virtaa, sisäistä puhetta. Koska kaikki puhuvat yhtä aikaa, tilanne on turvallinen eikä toisista tarvitse välittää. Tämä ikään kuin lämmittää osallistujien ajattelun, ja harjoituksen jälkeen on mahdollista pyytää halukkaita sanomaan ääneen toiminnassa hahmottuneet ajatusäänet.

Päihteiden käyttö lapsen silmin –pienryhmän aihe on rankka niin opiskelijoille kuin Ventuskartanon asiakkaille. Osasin odottaa, että osallistuminen tulee olemaan erilaista kuin ensimmäisessä työpajassa. Ryhmän valmistava esinäytelmä oli hyvin koskettava. Se näyttäytyi minulle mahdollisuutena olla aiheen herättämien ristiriitaistenkin ajatusten äärellä, mutta vaati myös hiljaista aikaa sulattaa näkemäänsä. Osallistavan osuuden tunnelma oli hyvin herkkä ja intensiivinen. Aiheesta keskusteltiin, mutta katsoja-näyttelijät olivat paljon myös hiljaa. Lasten kokemukset päihdeperheen elämästä saivat äänen, kun katsoja-näyttelijät halusivat lapsia esittäneet näyttelijät kuumaan tuoliin. Simultaanidramaturgia toimi tilanteissa, joissa korvaaminen tuntui liian rankalta askeleelta. Simultaanidramaturgiassa näyttelijät toteuttavat improvisoiden katsoja-näyttelijöiden tekemän ehdotuksen. Koska jokaisella näyttelijällä on kuitenkin omat motiivinsa, ehdotus harvoin toteutuu sellaisenaan. Tämä tuo näkyville tilanteen monisyisen luonteen.

Forum-teatteri ei tarjoa helppoja ratkaisuja tai ihmeitä, mutta se voi horjuttaa kivettyneitä näkemyksiä avaamalla uuden näkökulman tilanteeseen ja koskettamalla kokonaisvaltaisesti. Forum-teatterin näyttelijöiden taustatyö ja oman roolihenkilön syvä ymmärrys nousee välttämättömyydeksi tällaisessa työskentelyssä. Näyttelijän toiminta ajatusten herättäjänä korostuu. Taiteilija ja hänen taitonsa tulevat näkyviksi, mutta eivät keskiöön: ne mahdollistavat tutkittavan ilmiön tarkastelun.

6. Teatteri-ilmaisun ohjaaja sosiaali- ja terveysalalla – pohdintaa palvelumuotoilun onnistumisesta

Yhteistyö Ventuskartanon päihdekuntoutusyksikön ja esittävän taiteen koulutusohjelman välillä on jatkunut jo useita vuosia. Yhteistyö on merkityksellistä molemmille osapuolille. Opiskelijalle se tarjoaa aidon asiakastyökontaktin haastavassa, monialaisessa kontekstissa. Ventuskartanon henkilökunnan mukaan Forum-teatteri ja draamamenetelmät yleisemminkin tukevat laitoksen omia kuntoutusmenetelmiä kuten kognitiivista käyttäytymisterapiaa, yhteisöllisyyttä ja verkostotyötä. Päihdekuntoutujalle taide edustaa päihteiden käytön varjoon jäänyttä kokemusmaailmaa. Taidelähtöiset menetelmät mahdollistavat päihdekuntoutujalle elämykset, jotka ovat olleet piilossa pitkiäkin aikoja. Taidekokemus voi helpottaa masennusta ja auttaa näin päihdekuntoutujaa eteenpäin. Forum-teatteri auttaa päihdekuntoutujaa näkemään asioita uudesta perspektiivistä. Vaikeita hetkiä omasta elämästä on mahdollista tarkastella uudelleen ja löytää ratkaisuvaihtoehtoja oman elämän ongelmiin. Henkilökunnan mukaan parhaassa tapauksessa päihdekuntoutuja saa uusia kokemuksia ja näkemyksiä itsestään, mikä auttaa häntä suuntaamaan kohti tavoitteena olevaa raittiutta. (Palaute Ventuskartanon henkilökunnalta 2010.)

Myös Ventuskartanosta kuntoutujilta tullut palaute on ollut positiivista. Opiskelijat saivat positiivista palautetta näyttelijäsuorituksistaan: taustatyö näkyi ja hahmot olivat uskottavia. Osallistavista työtavoista myönteistä palautetta saivat esimerkiksi ajatusäänet. Tekniikalla koettiin olevan ymmärrystä laajentava merkitys: toisen henkilön ajatusmaailma tulee näkyväksi. Ajatusäänet nousevat ihmisen kokemusmaailmasta ja siksi niiden merkitys on suuri. Palautteen molemmista esinäytelmistä ja niitä purkavista työpajoista on eräs osallistuja kiteyttänyt seuraavasti: "Realistiset, hyvin tehdyt esitykset, joista jokainen löytää itsensä jostain näyttelijän roolista."

Opintojaksopalautteissaan opiskelijat sijoittavat asiakastyön sosiaalialalla sopivaksi jatkumoksi toisen opiskeluvuoden asiakastyölle kasvatusalalla. Päihdetyö nähdään lapsi- ja nuorisoryhmiä vaativampana. Kolmantena opiskeluvuotena on sen verran tietämystä niin erilaisista kohderyhmistä kuin osallistavan teatterin menetelmistä, että näin vaativaan projektiin on mahdollista lähteä. "Mielestäni tämä sopii täydellisesti meidän koulutukseen. Se avaa uuden mahdollisen työkentän, jossa toimia ja työskennellä tulevaisuudessa. Toimiva ja erittäin tarpeellinen kokonaisuus." "Tämä jos mikä opettaa ja antaa eväitä työelämään."

Forum-teatteri koetaan toimivana menetelmänä nimenomaan päihdetyössä. Ventuskartanon "-- toiminta / hoitoperiaatteet tukivat Forum-teatterin periaatetta hyvin. Teatterin ja sosiaalityön liitto sopii minulle. (Se) kehitti / syvensi omaa ihmiskäsitystä."

Eräs opiskelija kertoo, miten kaikki päihteiden käyttäjiin liittyvät ennakkoluulot, mitä hänellä oli ollut, osoittautuivat vääriksi. Hän arvostaa erityisesti sitä, että opetuksessa korostettiin,

että "päihderiippuvaiset ovat tavallisia ihmisiä". Ajattelen, että tässä havainnossa ilmenee jokin olennaista liittyen osallistavan teatterin yhteyteen dialogiseen filosofiaan ja ihmisyiden arvostukseen. Se sijoittaa osallistavan teatterin tekijän tasa-arvoiseen kanssatutkijan asemaan, osallistuvaksi yhteisön jäseneksi. Tämän pohjalta voidaan ajatella, että palvelumuotoilu on osallistavan teatterin asiantuntijuuden osaamisalue.

Kirjallisuus:

Babbage, Frances 2004. Augusto Boal. London: Routledge.

Boal, Augusto 2006. The Aesthetics of the Oppressed. London: Routledge.

Boal, Augusto 1997. Ahdistettujen teatteri. Unesco Kuriiri. Joulukuu 1997. 30 – 34.

Boal, Augusto 2002. Games for Actors and Non-actors. London: Routledge.

Diamond, David 2007. Theatre for Living. The Art and Science for Community-based Dialogue. Victoria: Trafford Publishing.

Hackney, Peggy 2002. Making Connections. Total Body Integration Through Bartenieff Fundamentals. New York: Routledge.

Nikkilä, Päivi 1999. Teatterintekijä sorron yöstä. Teatterikorkea-lehti 1/1999. www2.teak.fi/teak/Teak199/6.htm. Luettu 5.10.2010.

Rohd, Michael 1998. Theatre for Community, Conflict & Dialogue. The Hope is Vital Training Manual. Portsmouth: Heinemann.

Julkaisemattomat lähteet:

Opetusmateriaalit (Ekoluoma)

Opiskelijapalautteet

Luentomuistiinpanot

Palaute Ventuskartanon henkilökunnalta, 2010 (Mikko Saavalainen, Mervi Porkola, Marja-Lee-na Mattila)

Kirjoittamiseen osallistuneiden esittely

Tämä julkaisu on tuotettu syksyltä 2010 suunnittelun ja toteutuksen osalta. Valokuvat ovat syksyn 2011 ryhmän harjoituksista ja toteutuksesta Ventuskartanossa. Asiakastyö organisaatiossa, sosiaalialalla –kurssin kokonaisuuden yhteistyössä ovat toimineet:

Julkaisun kirjoittajat:

Raisa Eklouma työskennellyt lehtorina Centria ammattikorkeakoulussa syksystä 2010. Elokuusta 2012 alkaen hän on toiminut koulutusohjelmajohtajana esittävän taiteen koulutusohjelmassa. Hän on koulutukseltaan teatteriopettaja (TeM) ja Laban Liikeanalyttikko (CLMA). Ennen maisteriopintojaan hän on opiskellut keholähtöistä näyttelijäntyötä ja valmistunut teatteri-ilmaisun ohjaajaksi AMK.

Marja Ranta-Ylitalo toimi kurssilla päihdetyön opettajana syksyllä 2010 ja 2011. Hän on koulutukseltaan KM ja SHO. Hän on lastenhoitotyön erikoissairaanhoitaja ja psykiatrinen erikoissairaanhoitaja. Hän toimi Centria ammattikorkeakoulussa vuosina 1987–2010 ammatillisten aineiden lehtorina. Teatteri-ilmaisun ohjaajatutkintoon johtavassa koulutuksessa hän on opettanut vuodesta 2004 lähtien. Vuodesta 2001 lähtien Marja Ranta-Ylitalo on toiminut erilaisten kehittämisprojektien koordinaattorina lastensuojelulaitoksissa ja palvelukodeissa. Vuodesta 2011 lähtien hän on toiminut psykoterapeuttina, kouluttajana ja työnohjaajana WonderfulLife Oy:ssä.

Marjo-Riitta Ventola on filosofian maisteri ja työskentelee Keski-Pohjanmaan opiston rehtorina. Hän toimi koulutusohjelmajohtajana ja yliopettajana Centria ammattikorkeakoulun esittävän taiteen koulutusohjelmassa vuosina 2006-2012. Hän on teatterikasvatuksen sekä osallistavan draaman ja teatterin asiantuntija, joka on työskennellyt monien eri organisaatioiden ja yhteisöryhmien kanssa. Ventola on osallistunut alan kansainväliseen yhteistyöhön. Vuosina 2002–2006 hän toimi FIDEAN, Suomen draama- ja teatteriopetuksen liiton puheenjohtajana. Hänen lisensiaattityönsä Osallistava teatteri – laadukas aikalaiskonsepti tarkastetaan Taideyliopiston Teatterikorkeakoulussa 2013.

Opiskelijat

3. vuosikurssi 2010 draamojen käsikirjoitukset, toteutuksen suunnittelu, toteutus ja palautteet:

Heli Huovinen, (Forum-teatterityöpajojen käsikirjoitusten kokoaja), Minna Högbäck, Laura Kiretti, Anni Paalanen, Sini Paasila, Liina-Maija Paavilainen, Kimmo Penttilä, Jessica Riippa, Elina Salmi, Essi Salo.

3. vuosikurssi 2011 valokuvat draamojen harjoituksista ja toteutuksesta Ventuskartanossa:

Jauhiainen Hanna, Marjakangas Mirka, Mattila Jenni, Mattila Marita, Myllymäki Tuukka, Purontaka Krista, Puumala Johanna, Seppälä Suvu, Seppelvirta Jenni, Stavén Aapo, Talvio Osmo, Vainionpää Maiju, Karjalainen Niko.

Forum-teatteria päihdetyössä –opintokokonaisuuden kehittämiseen osallistuneita opettajia:

Toni Kettukangas toimi kurssin opettaja syksyllä 2011. Hän on teatteri-ilmaisun ohjaaja AMK ja työskentelee Raahen teatterin toiminnanjohtajana. Hän on toiminut Centria ammattikorkeakoulun hyvinvoinnin ja kulttuurin yksikössä projektipäällikkönä ja perehtynyt yrittäjyyteen kulttuuri- ja hyvinvointityön alueilla. Kettukangas on ollut Forum-teatterinäyttelijänä eri projekteissa ja toiminut myös yhteisöllisen teatterin ohjaajana. Hän toimii esittävän taiteen koulutusohjelmassa sivutoimisena tuntiopettajana.

Juha Pekola toimi vierailevana luennoitsijana projektissa syksyllä 2010. Hän on työskennellyt Ventuskartanossa sosiaalityöntekijänä useita vuosia. Hän tuntee Ventuskartanon toiminnan ja asiakkaiden keskeiset ongelmat juomisen suhteen. Hän on käynyt puhumassa aiheesta lasinen lapsuus. Nykyään hän on ammatillisten aineiden lehtorina Centria ammattikorkeakoulussa sosiaalialan koulutusohjelmassa.

Kati Sirén, teatteri-ilmaisun ohjaaja, vieraileva luennoitsija-ohjaaja syksyllä 2010.

Annikka Valo, teatteri-ilmaisun ohjaaja AMK, kurssin opettaja syksyllä 2011.

Päihdekuntoutusyksikkö Ventuskartano ja yhteistyöhön osallistunut henkilökunta:

Ventuskartano on 1985 perustettu Kokkolassa sijaitseva 20-paikkainen päihdehuollon kuntouttava laitos, jota ylläpitää yleishyödyllinen Ventuskartano ry. Kyseessä on vapaaehtoinen ja aatteellinen yhdistys, jonka tarkoituksena on edistää vapaaehtoisesti hoitoon hakeutuvien päihde- ja muiden riippuvuusongelmaisten kuntoutusta sekä edistää sosiaali- ja terveydenhuollon tukipalveluja. Yhdistys tuottaa laadukkaita päihdehuollon palveluja voittoa tavoittelematta. Ventuskartano ry:n laatujärjestelmälle on myönnetty Sosiaali- ja terveyspalvelujen laatuohjelman (SHQS) kriteeristön mukainen laaduntunnustus, joka on ollut voimassa yhtäjaksoisesti vuodesta 2005 alkaen.

Palveluita tarjotaan naisille, miehille ja perheille. Asiakkaille yhteistä on päihderiippuvuus, muutamilla myös peliriippuvuus. Valtaosalla ongelmana on alkoholi, monilla kuitenkin sekakäyttöön liittyvät lääkkeet ja etenkin nuoremmilla asiakkailla pääongelmaksi voivat nousta myös huumeet. Huumeiden käyttäjien määrän kasvu kuntoutuksessa on ollut hyvin maltillista; pääselitys lienee tähän ongelmaan erikoistuneiden yksiköiden lisääntyminen Suomessa ja laitoksemme lyhyet kuntoutusajat.

Ventuskartanossa työn tavoitteena on päihteiden ongelmakäytön vähentäminen ensisijaisesti korjaavan työn avulla (laitoskuntoutus) ja toissijaisesti ehkäisevän työn (tiedotus, koulutus, vaikuttaminen) menetelmin. Päihdeongelma nähdään Ventuskartanossa ensisijaisesti riippuvuusongelmana ja elämänkaaren aikana opittuna tapana, jota voidaan lähestyä moninaisin keinoin. Menetelminä painottuvat kognitiivinen käyttäytymisterapia, verkostotyö ja yhteisöhoito. Kuntoutuksessa korostuu ihmisen kokonaisvaltainen kohtaaminen. Päihdekuntoutus tapahtuu kurssimuotoisesti. Kuntoutuskurssi on osa kokonaisuutta, johon kuuluu työ läheis- ja viranomaisverkostossa sekä ennen että jälkeen laitoskuntoutuksen.

Laitoksen työryhmä on moniammatillinen; tällä hetkellä ryhmään kuuluvat sosiaalityöntekijä, sairaanhoitajat, ohjaajat, emäntä, toimistonhoitaja ja toiminnanjohtaja. Työntekijöillä on mo-

nipuolinen koulutustausta (yhteiskuntatieteiden maisteri, teologian maisteri, sairaanhoitaja, merkonomi, sosionomi (amk), lähihoitaja, lastenhoitaja ja kokki) ja tämän lisäksi erilaista menetelmäkoulutusta (mm. akupunktio päihdevieroituksessa, kognitiivinen psykoterapia päihdehuollossa, videoavusteinen perhe- ja vuorovaikutusohjaus/ohjaajataso, EMDR-terapia 2-taso, työnohjaaja).

Marjut Lampinen (TM, sairaanhoitaja ja työnohjaaja) on toiminut Ventuskartanon johtajana vuoden 2002 alusta, jossa hän on edelleen.

Kimmo Pahkala (KTM, sosiaalialan tutkinto Ruotsissa yliopistossa) on Marjut Lampista edeltävä Ventuskartanon johtaja vuosina 1985 – 1990 ja lisäksi Ventuskartano ry:n toiminnanjohtajana vuosina 1990 - 2001. Hän on nykyään toimitusjohtaja Akvaterm Oy:ssä Kokkolassa.

Liite 1

FORUM-TEATTERIA PÄIHDEKUNTOUTUJILLE KÄSIKIRJOITUS

Pienryhmien käsikirjoitusten pohjalta kokonaisuudeksi koonnut Heli Huovinen

Vuosikurssimme suunnitteli ja toteutti kaksi erilaista työpajaa Kokkolan Ventuskartanoon päihdekuntoutujille. Työpajat vedettiin peräkkäisinä päivinä, ja Ventuskartanon asiakkailta oli vapaus osallistua niihin tai olla osallistumatta. Myös kuntouttajilla oli mahdollisuus osallistua työpajoihin. Työpajat järjestettiin Ventuskartanon ruokailusalissa, johon järjestimme huoneen reunalle tuoleista katsomon, ja keskelle jäi tyhjä tila harjoitteiden tekoa ja esitystä varten. Tässä esittelen kummankin työpajan kulun.

DRAAMA I: ENSIMMÄINEN PÄIVÄ: PÄIHTEISTÄ KIELTÄYTYMINEN

Ensimmäinen työpaja Forum-kohtauksineen käsittelee päihteistä kieltäytymistä ja kuntoutuksen jälkeistä retkahtamisen vaaraa.

Alkuleikit, jotka toimivat ns. lämmittelyinä:

Aluksi menemme kaikki seisomaan rinkiin. Jokainen sanoo vuorollaan oman nimensä ja samalla alkukirjaimella alkavan asian, josta tykkää. Esim. "Olen Heli, ja tykkään hevosista." Ohjaaja aloittaa, minkä jälkeen vuoro siirtyy aina vasemmalla puolella olevalle henkilölle. Nimen yhdistäminen johonkin asiaan helpottaa nimien muistamista.

Seuraavan leikkimielisen harjoitteen tarkoitus on "lämmittelä" ryhmä osallistumaan työpajaan ja saada myös vähän kehoa liikkeelle. Mokaaminen on myös sallittua, ja virheen tehnyt ei tipu pelistä, vaan saa raikuvat aplodit. Peliin kuuluu kolme mahdollista liikettä. Ensimmäinen on käsien heilautus alakautta sivulle, ja samalla kuuluu sanoa "Jiihaa!" Näin ollen vuoro siirtyy sille henkilölle, joka seisoo sillä puolella mihin kädet huiskaisevat. Seuraava jatkaa samalla liikkeellä ja äänellä, ja liike jatkuu samaan suuntaan, kunnes joku vuoron saanut nostaa käsivarret kyyrärpäitä myöten ylös, ja torjuu vuoron sanomalla "Hold on, cowboy!" Silloin henkilö, jonka liike on tullut torjutuksi, vaihtaa liikkeen suuntaa, ja liike jatkuu siihen suuntaan, kunnes joku taas torjuu liikkeen, ja suunta vaihtuu.

Kun oma vuoro tulee, on mahdollista myös osoittaa jotakuta ringissä seisovaa ja pyytää häntä saluunaan sanoen "Saluunaan!" Katsekontakti on tärkeää, jotta kutsu menee oikealle henkilölle. Kutsuun vastataan osoittamalla kutsujaa takaisin ja toteamalla "Saluunaan". Nämä kaksi henkilöä vaihtavat paikkaa ringissä, ja liike jatkuu hänestä, joka on kutsuttu saluunaan. Jos joku saa kutsun saluunaan, hän ei saa torjua kutsua, vaan saluunan jälkeen on aina tehtävä "Jiihaa"-liike valitsemaansa suuntaan.

Sitten lähestymme varsinaista aihetta mielipidejanaan avulla. Huoneen toisessa päässä on paperi, jossa lukee Samaa mieltä, ja toisessa päässä Eri mieltä. Näiden kahden pisteen välillä on kuviteltu jana. Ohjaaja lukee väittämän, ja osallistujat valitsevat janalta paikan sen mukaan, miten he itse asian kokevat. Tällä kertaa osallistujien tulisi ajatella oman itsensä kautta, ei välttämättä yleisen mielipiteen tai ihanteen mukaisesti. Janalla voi asettua ääripäihin, jäädä johonkin välimaastoon tai keskelle. Jokaisen väittämän jälkeen ohjaaja kyselee osallistujilta miksi he ovat valinneet juuri sen paikan. Oma paikka saa vaihtaa, jos siltä tuntuu.

Väittämät:

Ystävät ovat minulle tärkeitä
Ystävät hyväksyvät minut sellaisena kuin olen
Ystävien seurassa minun on helppo rentoutua
En juo koskaan yksin
Yksinäisyys ei lisää retkahtamisen riskiä
Ystävät ovat päihdekuntoutujan tärkein tukiverkko
Alkoholi kuuluu juhlimiseen
Ryhmäpaineen alla on vaikeaa kieltäytyä
Rankka työ vaatii rankat hovit

Mielipidejanaan jälkeen esitetään seuraava Forum-kohtaus:

Henkilöt: Johanna, 31-v. Sairaanhoitaja, palannut päihdekuntoutuksesta
 Markku, 34-v. Freelance-toimittaja
 Vivian, 27-v. Parturi-kampaaja
 Anne-Maija, 32-v. Farmaseutti

Lisäksi: Kuntouttaja, Johannan äiti ja lapsuudenystävä Emma

Johanna pääsee pois kuntoutuksesta

Kuntouttaja: Mä toivon sulle kaikkea hyvää. Pidä yhteyttä niihin kavereihin, ne on sun turvaverkko.

Johanna: Kiitos! (kättelevät)

Johannan kotona

(Johanna saapuu kotiinsa ja löytää keittiön pöydältä kirjeen)

”Siivosin, vein pullot ja ostin rahoilla ruokaa. Koeta olla ihmisiksi! T: Äiti”

Puhelu Markulle

Markku: Markku Vehmasto

Johanna: Johanna tässä, moi!

Markku: Ai Johanna! Tosi ihana kuulla sun ääntä. Mitä sulle kuuluu?

Johanna: Ihan hyvää. Tuota, vieläkö te kokoonnutte ruokapiirin kanssa?

Markku: Joo, kyllä me ollaan yritetty kerran viikossa nähdä.

Johanna: Okei, no milloin te kokoonnutte seuraavan kerran?

Markku: Itse asiassa ensi lauantaina me ollaan kokoontumassa mun luona, että tervetuloa vain.

Johanna: Okei, nähdään lauantaina!

Markku: Selvä, moi moi!

Johanna: Moikka!

Ensimmäinen tapaaminen ruokapiirin merkeissä Markun luona

(Vivian ja Anne-Maija ovat jo paikalla pöydän ääressä)

Markku: Otetaan aluksi pienet aperitiivit.
A-M: Mutta entä Johanna?
Vivian: Tosi hyvä, että Johanna meni sinne kuntoutukseen, lähtihän sillä se juominen monesti lapasesta.
Markku: Mutta onhan meillä aina ollu yhdessä tosi kivaa. Todella hienoa, että koko porukka on taas kasassa.
A-M: Kehdataanko me ite sitten juoda yhtään mitään?
Markku: Johannahan on vahva nainen, ei se näin pienestä horju.

(Johanna tulee, halit ja tervehdykset kaikkien kanssa)

Markku: Me oltiin just kilistelemässä aperitiiveilla, haluisitko sä vaikka omenamehua?
Johanna: Omenamehu käy oikein hyvin, kiitos.
Vivian: Niin, sehän on ihan siiderin väristä!
(Vaivaantunutta naurua)

Markku: Kilistellään sitte.
Kaikki: Meille!
A-M: Olipa tujakkaa! Tuttu maku...
Vivian: Mitä tää on?
Markku: Muistatteko missä mä olin viime viikolla?
A-M: Kreikassa!
Johanna: Ai ootko sä ollu Kreikassa...?
A-M: Tää maku on jotenkin lakritsainen...
Markku: Se on Ouzoa. Ja niinku kreikkalaiseen perinteeseen kuuluu, niin mä olen valmistanu Salata Horiatikin. Eikä siinä oo käytetty sit mitään Pirkka-fetaa, vaan ihan aitoa kreikkalaista. Ja tietysti kreikkalaisia Kalamata-oliiveja.
Muut: Ihanaa, tosi hyvän näköstä.
Markku: Sit mä ostin tällasta Abaton-punaviiniä. Siinä on tummanpunainen, kehittynyt väri. Luomuviljelty. Täyteläinen ja vaikuttava maku. Luumun, kirsikan ja vaniljan vivahteita. Ja erittäin pitkä jälkimaku, jossa suklaan aromia. Viiniä on kypsytetty uusissa tammitynnyreissä kaks vuotta, ja 12 kuukautta pullossa. Abaton on yksi Kremlin suosikkiviineistä.
A-M: Kaada nyt!
Vivian: Sä alat aina analysoida..

(Markku aloittaa viinitarjoilun)

Markku: Ottaisitko sä vaikka Bonaquaava?
Johanna: Joo se käy ihan hyvin.
Vivian: Ei kai sua haittaa jos me juodaan viiniä?
Johanna: Ei tietenkään. (Saa vesipullon ja nousee Markun tavoin ylös esittelemään) Bonaqua, suomalainen kivennäisvesi. Lisätty kalsiumia ja C-vitamiinia. Sokereita nolla, kaloreita nolla, ja makua nolla!

(Naiset nauravat, Vivian lopettaa kun huomaa Markun nyreän ilmeen)

(Ruokailu alkaa. Muut paitsi Johanna kaatavat viiniä itselleen. Pullo kiertää musiikin soidessa taustalla. Pikkuhiljaa naisten huomio kiinnittyy Johannaan, joka alkaa kertoa kuntoutumispro-

sessistaan. Keskustelu tapahtuu äänettömästi. Markku ei osallistu keskusteluun. Musiikki loppuu.)

Vivian: Oot sä kyllä aikamoisen prosessin käyny läpi.

Markku (käy hakemassa pullon keittiöstä):

Ja kahvin kanssa totta kai otetaan konjakkia, Hennessy XO:ta.

Anne-Maija: En mä ehkä tällä kertaa ota.

Markku: Ai eikö kelpaa? No mutta Vivian, sähän otat ainaki? Vai pitäiskö meidän kaikkien mennä kuntoutukseen? Sano sä Johanna, sähän tiedät siitä?

Vivian: Eiku kyllä mä otan, Markku.

(Vaivaantunut hetki)

A-M: Hei mun täytyy nyt alkaa lähteä kotiin, kello on jo niin paljon. Kiitos ihanasta illasta, ja tosi kiva Johanna että oot tullu takaisin.

Vivian: Joo, mun täytyy kans mennä. Kiitos illasta!

(Markku siivoaa pöytää. A-M ja Vivian lähtevät. Johanna jää vielä hetkeksi, aikoen sanoa jotain, mutta ei keksi mitään.)

Johanna: No, heippa sitten Markku.

Markku: Hei hei.

Johannan kotona

(Johanna kotona selailee kännykkää, soittaa)

Emma: Emma.

Johanna: Johanna tässä moi. Onko sulla suunnitelmia tälle illalle? Lähettäiskö vaikka leffaan?

Emma: Tänäänkö? Mä en ehdi oikein, pitäis saada joku vahtiin Ellaa, ja meillä on kerrankin Timon kanssa yhtä aikaa vapaailla.

Johanna: Okei, ei sit mitään.

Emma: No mut ehkä joskus toiste.

Johanna: Okei, heippa!

Emma: Juu hei.

Puhelu äidin kanssa

(Johanna huomaa äidin soittavan)

Johanna: Niin...

Äiti: No se on äiti täällä. Ei oo kuulunu pitkään aikaan mitään?

Johanna: No on ollu menoja...

Äiti: Jaahas, missäs oot ollu?

Johanna: Esimerkiksi töissä.

Äiti: Jaa, no ootkos sä ollu sen Jarin kanssa vielä?

Johanna: Jaristahan on jo puoli vuotta aikaa, eikä se ollu mitään vakavaa. Mitä sä nyt siitä vielä kyselet.

Äiti: Sun ikäsellä vois olla jo mies ja lapsiaki.
Johanna: No eikä tarvi, millä vuosisadalla sä oikein elät!
Äiti: No minä vaan ajattelin, että näenkö vielä tässä elämässä lapsenlapsia...
Johanna: Mun täytyy nyt mennä.
Äiti: Soita nyt edes joskus...
Johanna: Hei hei äiti.

(puhelu loppuu)

Toinen kerta ruokapiirin merkeissä

Vivian: Käykää vaan peremmälle. Johanna tulee varmaan ihan kohta.
Markku: Itse asiassa se tulee vähän myöhemmin.
A-M: Ai miksi?
Markku: Ootteko huomanneet, miten nää meidän tapaamiset on muuttuneet?
Vivian: No onhan nää ehkä vaisumpia ku ennen.
Markku: Minkä takia me ylipäätään kokoonnutaan?
A-M: No hyvän ruoan ja seuran takia tietenki. Mulle tää on ihanaa rentoutumista.
Vivian: Mitä sä Markku tolla tarkoitat?
Markku: Mä en nää enää mitään syytä miksi meidän pitäis jatkaa näitä yhteisiä kokoontumisia. Mun mielestä me ei olla enää mikään ruoka- ja juomapiiri, Me ollaan vaan jatketta Johannan kuntoutukselle. Tuodaanko me omat ongelmamme tänne?
A-M: No mutta Johanna on meidän ystävä. Meidän pitää tukea sitä.
Markku: Totta kai me tuetaan sitä. Siksi mä ehdotanki, että me lopetetaan Johannan altistaminen alkoholille ja päästetään se menemään.
A-M: No mutta Johanna on aina ollu mukana ja sitä paitsi sä itse sanoit että Johanna on tarpeeksi vahva nainen.
Markku: Anne-Maija, onhan sullaki omat ongelmat, niinku meillä kaikilla. Mutta tuodaanko me niitä tänne? Mä haluisin, että tää ryhmä ois enemmänki tuki, eikä taakka.

(koputus oveen)

Vivian: No nyt se tulee sieltä! Shh!

(Vivian menee avaamaan oven)

Johanna: Terve, te ootteki kaikki jo täällä.

(pitkä hiljaisuus)

Markku: Vivian, eikös sulla ollu jotain sanottavaa Johannalle.

(Markku nousee pöydästä ja kävelee Johanna vastapäätä pöydän toiselle puolelle)

Vivian: Niin, hienoa että sä oot parantunu siitä alkoholismista, tai siis.. Siitä. Me halutaan tukea sun päätöstä tässä asiassa. Nää tapaamiset on varmasti täynnä houkutusja ja

Markku: Sen takia me ollaanki ajateltu, ettei sun kannattais enää tulla näihin tapaamisiin. Hyvä ruoka ja viini kuuluu meidän kulttuuriin, ja se on varmasti hankalaa sulle.

(Vivian ja Markku seisovat rinnakkain taaempaan, Johanna etualalla)

Johanna: Mä olen todella pahoillani, jos mä olen aiheuttanu teille mielihapaa. Mun tilanne vaan on tällanen, ja mä oikeesti yritin. (kaivaa laukustaan viinipullon) Mä toin teille tällasenko lahjaksi.

A-M: Oot sä käyny alkossa?!

A-M (liittyy samaan rintamaan Markun ja Vivianin kanssa): Ehkä tää ois oikeesti sulle parasta.

(Johanna lähtee ovet paukkuen kotiinsa. Kaivaa laukustaan kännykän ja viinipullon. Selaa puhelintaan, vilkuilee pulloa. Lopuksi hermostuu, korkkaa pullon ja juo)

Loppu

Kohtauksen jälkeen vapaata keskustelua pareittain tai pienissä ryhmissä muutama minuutti. Sitten jokeri kyselee mitä keskusteluiden pohjalta nousi esille. Kohtausta käsitellään jokerin johdolla foorumoiden. Käyttökelpoisia työtapoja ovat ainakin erilaiset improvisaatiot, korvaaminen, ajatusäänet, kuuma tuoli. Foorumoinnin päätteeksi osallistujat miettivät pareittain kolme elämänohjetta, jotka haluaisivat antaa päähenkilölle. Ohjeet kirjoitetaan papereille ja luetaan sitten päähenkilölle.

Seuraavaksi tullaan rinkiin ja ravistellaan tämä kohtaus ja sen käsittely pois. Ravistellaan vuorotellen jalat, kädet, keskivartalo, pää, ja lopuksi vielä koko kroppa. Voi myös päästää ääntä jos haluaa.

Pysytään ringissä ja leikitään peukun nappausta. Leikin myötä kevennetään tunnelmaa ja palataan tähän hetkeen ja maailmaan. Kaikki nostavat kädet sivuille ja nostavat vasemman peukalon pystyyn. Jokainen laittaa oikean kätensä oikeanpuoleisen henkilön peukalon päälle, niin että kämmen koskettaa peukaloa. Kun ohjaaja huutaa Hep, pitää yrittää napata oikealla kädellä toisen peukalosta kiinni, ja samalla vetää oma vasen peukalo pois, niin ettei toinen saa napattua siitä kiinni. Sitten voidaan vaihtaa niin että oikea peukalo on pystyssä ja vasen käsi yrittää napata toisen peukaloa. Tämä toimii myös motoriikkaharjoitteena.

Lopuksi vapaata keskustelua työpajasta ja Forum-kohtauksesta.

DRAAMA II: TOINEN PÄIVÄ: JUOMINEN LAPSEN SILMIN

Toisen työpajan aihe on Juominen lapsen silmin, ja se käsittelee alkoholismia ongelmana perheessä. Työpaja alkaa ohjaajien esittelyillä. Ensimmäisessä harjoitteessa pyritään tutustumaan ryhmään, päästään liikkeelle tilassa ja kielenkannat aukeamaan. Lisäksi harjoitteessa mennään kohti lapsuutta aiheena.

Kuvitellaan tilaan Suomen kartta. Toisessa päässä huonetta on eteläinen kärki, ja toisessa pohjoisin piste. Ohjaaja pyytää osallistujia asettumaan kuvitellulle kartalle siihen paikkaan, josta hänellä on varhaisimmat lapsuusmuistot. Muiston voi sen jälkeen jakaa vieressä olevan kanssa. Sitten pyydetään osallistujia menemään sen paikkakunnan kohdalle, josta on tullut kuntoutukseen (tässä tapauksessa Ventuskartanoon). Keskustelua myös tästä. Viimeiseksi asetutaan kartalle siihen kohtaan, missä sijaitsee ”sydämen kaupunki”, eli kaikista mieleisin paikka Suomessa. Ohjaaja kysyi kaikilta osallistujilta, miksi juuri tämä paikka on erityisen lähellä sydäntä.

Sitten siirrytään Neljä nurkkaa –mielipideharjoitteeseen. Tila jaetaan neljään nurkkaan, joissa jokaisessa on yksi vetäjä. Harjoitteessa on kolme aihealuetta (lapset ja alkoholi, nuoret ja alkoholi sekä juomisen syyt), joista jokaisesta kuullaan neljä erilaista mielipidettä, yksi kustakin nurkasta. Mielipiteet on myös kirjoitettu lapuille. Osallistujien tehtävä on kuunnella mielipiteet ja valita niistä yksi, joka on lähimpänä omaa mielipidettä, ja mennä seisomaan kyseiseen nurkkaan. Harjoitteen ohjaaja pyytää näin muodostuneita ryhmiä keskustelemaan hetken verran aiheesta ja siitä, miksi valitsi juuri tämän mielipiteen. Jos on nurkassa yksin, voi keskustella nurkassa olevan vetäjän kanssa. Seuraavaksi ohjaaja pyytää jokaista ryhmää avaamaan hieman muille, minkälaisia asioita keskustelussa nousi esille.

Mielipiteet:

Lapset ja alkoholi

Alkoholin käyttö ei vaikuta lapsiin

Lapsen nähden voin juoda kohtuullisesti

Lapsen tulee tietää mitä alkoholi on

En juo, jos paikalla on lapsia

Nuoret ja alkoholi

Alkoholia ei juoda ennen täysi-ikäistymistä

Ostan teini-ikäiselleni juotavaa, jotta tiedän mitä hän juo

Sekoilu kuuluu nuoruuteen

Ensihumala on hyvä kokea kotona isän ja äidin kanssa

Juomisen syyt

Juon, kun ei ole muuta

Juon unohtaakseni

Juon rentoutuakseni

Juon seurassa

Ohjaajan on hyvä mainita, että mikäli joku aiheista ei koske omaa elämää (esim. on lapseton), voi kuvitella, kuinka toimisi vastaavassa tilanteessa.

Tämän jälkeen pidetään tauko, jonka aikana tila laitetaan valmiiksi kohtauksen esittämistä varten.

Ennen kohtausta lyhyt kertaus siitä, mitä Forum on, ja sitten katsomaan kohtausta.

Henkilöt:

Heidi Niemelä 30v.

Marko Niemelä 32v.

Anniina Niemelä 8v.

Emilia Niemelä 5v.

Perhe valmistautuu isän kotiintuloon

(Heidi, Anniina ja Emilia valmistautuvat isän kotiintuloon. Isä tulee.)

Marko: Terveisiä Helsingistä! Onpa kiva olla taas kotona. (Marko antaa lapsille lautapelin ja Heidille viinipullon. Heidille) Miten sä näytät noin kalpeelta?

Heidi: Mä en oo nukkunu kovin hyvin.

Marko: Muista kulta levätä.

(Vanhemmat laittavat pelin lapsille valmiiksi.)

Anniina: Kato isi, mä sain kympin matikankokeesta.

Marko: Hienoa, oot ihan isäns tullu. Ihana nähdä että täällä menee näin hyvin.

(Marko pyytää Heidiä sivummalle. Marko avaa tuomansa viinin ja kaataa sitä molemmille.)

Marko: Kylläpä täällä on siistiä ja kivan näköistä.

Heidi: Mitä sä sanoisit, jos mä veisin tätä sisustamista vähän pidemmälle?

Marko: Ehdottomasti, keittiön voisikin laittaa kokonaan uusiksi.

Heidi: Oikeastaan mä oon ajatellu hakea tällaiseen koulutukseen (näyttää esitettä). Se ois tässä ihan lähellä, eikä kestä ku kaks vuotta.

Marko: Kuulostaa hyvältä, sitten ku lapset on isompia.

Heidi: Mutta ku mä haluaisin vaihtelua ja haastetta nyt.

Marko: Hei Rakas, mehän sovittiin että lapset saa kasvaa äitinsä kanssa ja mä pidän huolen että te pärjätte taloudellisesti täällä. Ja eiks nyt ois sopiva aika pikku-Markolle?

(Markon puhelin soi.)

Marko: Marko Niemelä. Ai, johtaja Mattila ite soittaa. Ai siis maanantaina? Mulla on kyllä lomaviikko just alkamassa.. Joo, joo. No enköhän mä pysty sen hoitaan. Joo ei mitään. Kyllä mä tiedän et se on välillä tällästä. Nähään sit maanantaina. Moi.

Marko: (Heidille) Tuli ylimääräinen keikka Porvooseen, Manulla meni selkä.

Heidi: Mutta sullahan on nyt ensimmäinen loma pitkään aikaan.

Marko: Tää nyt on välillä tällästä.

(Marko poistuu. Musiikkia.)

Heidi: Nyt pidetään tytöt hauskaa.

(Heidi laittaa musiikkia kovemmalle ja tanssittaa Emiliaa. Emilia kaatuu.)

Anniina: (laittaa musiikkia pienemmälle) Me mennään nyt nukkuun.

(Heidi jää juhlimaan, musiikki soi taas kovalla. Lopulta Heidi sammuu.)

Aamulla

(Anniina herää aamulla, yrittää herättää äitiä mutta se ei onnistu. Anniina ottaa puhelimen ja soittaa kouluun.)

Anniina: Anniina Niemelä tässä hei, mä en nyt pääse kouluun ku mulla on kuumetta. Ei äiti nyt voinu soittaa, koska - sillä on vielä enemmän kuumetta. Joo tuon poissaololapun. Kyllä mä varmaan maanantaina jo oon terve. Moikka.

(Anniina menee herättämään Emiliaa.)

Anniina: Herää, Emilia.

Emilia: Iski tulee tänään!

Anniina: Shh. Ollaan hiljaa, äiti nukkuu vielä. Mennään syömään jotain aamiaista.

Emilia: (menee äidin luo) Onko äitillä taas karpula!

Heidi: Olkaa hiljaa. Emilia mene pois!

(Lapset syövät nakkeja.)

Heidi: Anniina, tuo mulle olut! Heti. (Anniina tuo.) Avaisitko sen vielä.

Anniina: (ojentaa avatun pullon) Etkö sä muista että isi tulee tänään.

Heidi: Onko nyt jo perjantai? No voi hemmetti. (Nousee.) Ja miks te nakkeja syötte, olisitte syöny jotain kunnollista.

Anniina: Ei meillä ollu muuta. Enkä mä ehtiny käymään kaupassa.

Heidi: (tuo limupullon) Nyt tytöt saattekin limpparia.

Anniina: Ai aamiaiseksi?

Emilia: Äiti on kiva.

(Heidi, Anniina ja Emilia valmistautuvat isän kotiintuloon.)

Isä tulee kotiin

(Marko tulee.)

Marko: Etelän terveisiä!

Emilia ja Anniina: Isi! Mitä toit?

(Marko antaa lapsille satukirjan ja äidille pullon.)

Marko: (Heidille) Mikä tässä haisee?
Heidi: Mä avasin meille viinipullon valmiiks ja maistoin vähän siitä.
Emilia: Isi tuu lukee!

(Marko asettuu lasten kanssa alas ja lukee heille kirjaa. Lasten katseet kohdistuvat välillä äitiin, joka istuu pöydän ääressä.)

Marko: Olipa kerran kissa Kurnauskis, joka asui lämpimässä isä Viiksekkään kodissa. Isä Viiksekäs asui perheineen keskellä vehreää Kattilaaksoa. Isä Viiksekäs oli rakentanut talon omin tassuin laakson keskelle, parhaalle paikalle. Hän oli ylpeä perheestään ja kodistaan, josta äiti Viirusilmä piti hyvää huolta. Äiti Viirusilmällä oli tapana iltaisin istua keinutuolissa ja kutoa, Kurnauskiksen pidellessä lankakerää. Isä Viiksekäs näet kalasti iltaisin...

Anniina: (Emilialle) Kuuntele satua.

Marko: Sillä kala söi parhaiten juuri silloin. Lähes joka ilta isä Viiksekäs pakkasi onkensa ja suuntasi läheiselle järvelle, mistä hän palasi vasta seuraavana aamuna valtavan kalasaaliin kanssa. Eräänä tällaisena iltana...

Anniina: (Kuiskaa Heidille) Äiti, lopeta.

Heidi: Kuuntele satua.

Marko: Kissa Kurnauskikselta lipesi lankakerä tassuista ja kerä vieri sohvan alle. Silloin äiti Viirusilmä yllättäen vimmastui. Hänen viiksensä suoristuivat, karvansa nousivat pystyyn ja viiruiset silmät alkoivat leimuta. Äiti Viirusilmä tarttui...

Emilia: Äiti on tommonen.. (Anniina peittää Emilian suun)

Marko: Ai mimmonen?

Emilia: Paha. Se suuttuu.

Marko: Ai miksi äiti suuttuu?

Emilia: Se juo kaljaa ja suuttuu.

Heidi: No joskus äiti saattaa ottaa saunakaljan.

Emilia: Äiti ottaa aina saunakaljaa kun sä oot poissa.

Anniina: Emilia valehtelee! (Emilialle) Oo hiljaa.

Marko: (Emilialle) Kyllä vanhemmat saa ottaa saunakaljan tai lasin viiniä.

Heidi: Juothan säkin limpparia.

(Emilia paiskoo tavaroita, heittää repusta Anniinan matikan kokeen lattialle.)

Marko: Mikäs tämä on? Seiska! Anniina, pitää opiskella että pärjää isona. (Heidille) Miten täällä on näin kummallista, onko täällä tapahtunu jotain?

Isän kotiinpaluu

(Heidi juo pöydän ääressä, lapset ovat käymässä nukkumaan.)

Anniina: Millon isi tulee?

Heidi: Ei vielä pitkään aikaan. Käykää nyt nukkumaan.

Emilia: Mä en halua nukkua! Haluan isin tänne!

Heidi: (Paiskaa Emilian sänkyyn) Emilia nyt nukut!

(Heidi juo.)

Anniina: Äiti lopeta.
Heidi: Ole hiljaa.

(Heidi hakee lisää pulloja pöydälle, samalla Anniina piilottaa pulloja sänkyynsä ja Emilia ottaa yhden kaljapullon, juo siitä.)

Heidi: Mihin ne pullot on menny? Anniina oletko sä ottanu äidin pullot? Irti niistä pulloista! Ne on mun pulloja! (Heidi nostaa Anniinan pystyyn ja lyö tyttöä.)

(Heidi järkyttynyt, molemmat lapset itkevät. Marko tulee, lapset juoksevat isän luo.)

Marko: Mitä helvettiä?

Loppu

Kohtauksen katsomisen jälkeen Forum-työskentelyä kohtauksen parissa.

Tämän jälkeen seuraa rentoutus, ajatuksena pyyhkiä kohtauksen työstö mielestä ja palautua tähän paikkaan ja aikaan. Osallistujia pyydetään ottamaan pari. Huom. Rentoutua voi myös yksin, jos ei halua tehdä tätä pariharjoitetta. Ohjaaja laittaa rentouttavaa musiikkia soimaan. Toinen parista menee makaamaan mahalleen esim. jumppapatjan päälle. Toisen henkilön tehtävä on sivellä parinsa selkää, jalkoja ja käsiä suurella puhtaalla maalipensselillä. Muutaman minuutin kuluttua pari vaihtaa osia.

Lopuksi vielä kokoonnutaan ringiin ja laitetaan esityksessä käytetty nalle kiertämään. Jokainen saa vuorollaan kertoa vapaasti ajatuksia joita heräsi.

Opiskeluryhmän NESSo8K työn ja tekstien pohjalta koonnut Heli Huovinen,
Esittävän taiteen 3. vuosikurssi vuonna 2010

Liite 2

Psykodraama

Marja-Ranta Ylitalo

Psykodraaman tutkimus ja kehittäminen ovat kehittyneet viimeisten vuosikymmenten aikana. Jacob Levy Morenoa (1889–1974) voidaan pitää psykodraaman, roolityöskentelyn, sosiometrian ja ryhmäpsykoterapian isänä. Hän kokeili ennakkoluulottomasti ideoitaan ihmisten auttamiseksi teatterin ja sosiaalisen toiminnan avulla perustamassaan psykiatrisessa sairaalassa Yhdysvalloissa. Moreno painotti välittömyyttä, luovuutta, avoimuutta, kohtaamisen riskin ottamista, käsillä olevan hetken tärkeyttä sekä kosketuksen ja sanattoman viestinnän merkitystä, mielikuvituksen ja intuition kehittämistä, huumorin arvoa ja draaman syvyyttä (Nurminen, 2012). Morenon vaimon Zerka Morenon vaikutus psykodraaman kehittymiseen psykoterapiaksi oli merkittävä. (Silvola & Aitolahti, 2006)

Psykodraaman ihmiskäsityksen kolme keskeistä käsitettä ovat suhde, kohtaaminen ja spontaanisuus. Psykodraama käsittelee yksityisen ihmisen erityispiirteitä johonkin tiettyyn henkilöön tai asiaan. Psykodraama on päähenkilökeskeinen, jolla on yksilöitynyt piste. Psykodraama voi liikkua päähenkilön useilla elämänalueilla: menneisyydessä, nykyisyydessä ja tulevaisuudessa. Se etenee kohti syviä tunneperäisiä teemoja. Sosiodraama tarkoittaa pulmatilanteen tutkimista. Se koskettaa useampaa ihmistä samanaikaisesti ja on kietoutunut johonkin rooliin tai roolisuhteisiin. Yksi tärkeä sosiodraaman periaate on, että sen ei anneta muotoutua psykodraamaksi. Sosiodraamaa voidaan käyttää psykodraaman lämmittelyvaiheessa. Draamaterapia ja psykodraama ovat vuorovaikutuksessa keskenään. Niillä on kuitenkin eroavaisuuksia. Psykodraamaa sovelletaan myös kasvatukseen ja liike-elämään. Draamaterapeutit ovat saaneet yleensä ensin teatterikoulutuksen ja sen jälkeen draamaterapian ja psykoterapian erityiskoulutuksen. Draamaterapeutti voi laittaa ryhmän jäsenet improvisoimaan tai rakentamaan toiminnan myyttien tai näytelmien henkilöihin ja juoneen. Taustalla on ajatus, että itsensä ilmaiseminen on sinänsä parantavaa. (Blatner, 1997.)

Psykodraama on koulutetun henkilön ohjauksessa tapahtuvaa ryhmätyötä. Siinä nostetaan esille, näyttämölle, jokin ihmisen eteen tullut ongelma, jossa he kertovat mitä tilanteessa tapahtui. Tämän lisäksi he voivat tutkia asioita, joita ei ole koskaan sanottu ääneen, joita pelättiin ja jotka on tallennettu alitajunnan tasolle. Psykodraaman avulla tavoitellaan johonkin tilanteeseen sisältyneiden mahdollisuuksien tutkimista ja laajentamista. Tämän seurauksena osallistujat voivat vapautua tuskallisista muistoista, vaikeuksista ja voivat löytää tai nähdä tai rakentaa mielikuvissaan tulevaisuutta. Psykodraaman tavoitteena on löytää tasapaino ihmisen olemassaolossaan erilaisten kokemustensa, voimiensa ja tarpeittensa välillä (Nurminen, 2012). Eläytyvä työskentely mahdollistaa tunteiden purkamisen ja elämyksellisen puhdistautumisen, asioiden ilmaisemisen, tutkimisen, harjoittelun ja korjaamisen. Psykodraaman tavoitteet on mahdollista saavuttaa kasvavan itseymmärryksen, lisääntyvän itseluottamuksen ja parantuneen integraation kautta. (Silvola & Aitolahti, 2006; Nurminen, 2012.)

Psykodraaman välineet

Psykodraamassa on viisi välinettä, joiden vuorovaikutuksessa psykodraama syntyy: näyttämö, päähenkilö, ohjaaja, apuhenkilöt ja ryhmä. Näyttämö jakautuu kahteen eri osaan: katsojien eli ryhmän ja esiintyjän tai esiintyjien osaan. Yleensä rekvisiittaa on vähän. Näyttämöllä päähenkilö saa kokemuksellisen ja yksilöllisen todellisuuden, jossa tavoitellaan maailman laajenemista

ja annetaan tilaa mielikuvitukselle. Ryhmän tilassa tavoitellaan transferenssista eli tunteensiirrosta vapaita suhteita ”tässä ja nyt”. Päähenkilö voi elää läpi elämänsä traumoja, antautua unelmoimaan, avautua tärkeille suhteille ja löytää uusia mahdollisuuksia. Näin psykodraama rakentuu yhden henkilön mielenmaailmaksi. Päähenkilö määrää toiminnan sisällön. Ohjaajan tehtävänä on tarttua esille tuleviin vihjeisiin ja löytää niille terapeuttisella tavalla näyttämöllisen ilmaisun. Päähenkilön psyykinen rakenne tulee työskentelyn piiriin sekä näyttämöllä että ryhmäprosessissa. (Bradshaw, 1998; Silvola & Aitolehti, 2006.)

Ohjaajan tehtävänä on auttaa ottamaan päähenkilönroolin. Ohjaaja on aktiivinen. Hän diagnosoi, analysoi tapahtuvaa, toimii terapeuttina, draaman tuottajana, tekniikoiden taitajana sekä ryhmän ja apuhenkilöiden ohjaajana. Ohjaajan ammattitaito ja terapeuttinen ote ilmenee kohtausten luomisessa. Näyttämöllistämisen aikana ohjaajalla on aktiivinen rooli. Hän antaa tilaa sille, mitä päähenkilö elämässään toistaa ja toisaalta hän nostaa esille uusia mahdollisuuksia. Ryhmän jäsenet palvelevat toisiaan apuhenkilöiden rooleissa. Päähenkilö näyttelee läheisiään ja eläytyy näihin. Sen jälkeen hän valitsee itselleen mielestään sopivat apuhenkilöt näihin rooleihin. Apuhenkilön tehtävänä on auttaa päähenkilöä tuomaan kokemuksensa aidosti näyttämölle ja toisaalta hänen tehtävänä on auttaa ohjaajaa terapeutin tehtävässä. Myös apuhenkilölle tämä on terapeuttinen kokemus, jolloin draama avaa myös uusia näkökulmia hänelle. Ohjaajan tehtävänä on huolehtia, että apuhenkilöt eivät vie tilaa päähenkilöltä. Morenon näkökulman mukaan jokainen ryhmän jäsen voi olla terapeuttinen vaikuttaja toiselle. Ryhmän jäsenten mielen kätkeytykset alkavat avautua toiminnan aikana ja jäsenille tulee kokemus yhteisen maailman jakamisesta toisten kanssa. (Moreno, 1975; Silvola & Aitolehti, 2006.)

Psykodraamatyöskentely jakautuu useampaan vaiheeseen, joista tässä otan yleistasolla olevan jaottelun: virittäytyminen, toimintavaihe, jakaminen ja keskustelu. Virittäytymisen aikana ryhmä valmistautuu työskentelyyn ja ryhmän teema alkaa näyttäytyä, ryhmä lämpenee ja avautuu yksityisten maailmojen tutkimiseen. Ryhmä ilmaisee halunsa seuraavan ryhmän päähenkilöksi, ja yksi heistä valitaan tähän tehtävään. Ryhmän roolit alkavat muodostua. Ohjaaja huolehtii, että valinta perustuu ryhmän teemaan, tilanteeseen ja on tasapuolista. Toimintavaiheen aikana päähenkilö ohjaajan avustuksella, yhteistyössä ryhmän kanssa, tutkii, kokee ja ilmaisee itseään. Toiminnalla on diagnostinen, ilmaisullinen ja korjaava ulottuvuus, jossa päähenkilön maailma alkaa elää ryhmän edessä. Tilan saa se, mitä tapahtui ja se, mille ei ollut mahdollisuutta. Useimmille roolissa oleminen osoittautuu näyttölemisen sijaan luontevaksi tavaksi ilmaista itseään, vaikka tilanteen alussa ennakkokäsitys olisi ollut päinvastainen. Eläytyminen mahdollistuu ja avaa uusia ulottuvuuksia toisen ja itsen ymmärtämiselle. (Silvola & Aitolehti, 2006.)

Jakaminen ryhmässä tulee kysymykseen esityksen jälkeen. Jokaisella on mahdollisuus kertoa, miten tilanne ja tapahtumat heitä koskettivat. On tärkeää, että jakamisessa vältetään neuvomista ja analysointia. Päähenkilö saa kokemuksen oman maailmansa ymmärtämisestä ja nähdäksensä tulemisesta, jolloin yksinäisyys ja mahdollinen häpeä vähenevät. Myös apuhenkilöt kertovat kokemuksistaan roolissa, joka voi myös laajentaa lisää päähenkilön kokemusta itsestään ja maailmastaan. Se auttaa apuhenkilöä pohtimaan roolia suhteessa itseensä, omaan elämäänsä ja irtautumaan siitä, tarkastelemaan tilannetta ulkopuolisen silmin. Keskustelu on tärkeä osa psykodraamaa, ja päähenkilölle varataankin pian draaman jälkeen keskusteluaika, jolloin hän voi kertoa, millaisia tunteita, ajatuksia ja oivalluksia hänelle on syntynyt. Myös ryhmän jäsenet voivat puhua rooleistaan ja draaman teemoista. Voidaan myös keskustella ohjaajan ja apuhenkilöiden rooleista. (Silvola & Aitolehti, 2006.)

Psykodraamatekniikat

Psykodraaman tekniikoiden tarkoituksena on saada päähenkilön sisäinen maailma näkyväksi asianomaiselle ja ryhmälle. Psykodraaman tekniikoiden soveltaminen edellyttää hyvää ammattitaitoa ja turvallista etiikkaa, koska ne ovat hyvin tehokkaita ja intensiivisiä. Suomessa on käytössä yksityiskohtaiset eettiset ohjeet psykodraaman soveltamiselle. Näitä periaatteita ovat luottamuksellisuus, vapaaehtoisuus, ilmaisun vapaus, hyväksikäytön ja vahingoittamisen estäminen sekä tasa-arvo ja kuulluksi tuleminen. (MOPSI, 2012.)

Roolinvaihdossa päähenkilö siirtyy roolista, hahmosta, esineestä, unihahmosta tai mielikuvitusolennosta toiseen. Hän näyttää roolien avulla tilanteet tai hahmot näkyviksi ja roolit tutuiksi apuhenkilöille. Roolinvaihdon merkitys on todellisuuden ja itsen tutkimisessa ja kokemisessa toisen henkilön näkökulmasta. Tämä voi syventää empatiakykyä, ilmentää päähenkilön luovutusta, rohkeutta tai viisautta. (Silvola & Aitolehti, 2006.)

Peilitekniikan avulla päähenkilö voi etäännyä näyttämölle luodusta tilanteesta. Peilitekniikka luo tilaa havainnoida, hahmottaa ja ajatella. Toisaalta etäännyttäminen, hidastaminen ja eristäminen antavat mahdollisuuden tuntea kipeitä tunteita tai asioita turvallisesti. Traumaattisia tilanteita käsitellään peilitekniikan avulla. (Silvola & Aitolehti, 2006.)

Kaksoisminän roolissa voidaan käyttää apuhenkilöä silloin, kun päähenkilön on vaikea tunnistaa omia tunteitaan, tarpeitaan tai ajatuksiaan. Kaksoisminän roolissa apuhenkilö asettuu päähenkilön läheisyyteen, eläytyy hänen ruumiinkieleensä ja tilanteeseensa ja ilmaisee sanallisesti kokemustaan. Näin kaksoisminän avulla rakennetaan päähenkilöön terapeutin suhde. Muita tekniikoita ovat monologi, sisäinen puhe ja konkretisointi. Psykodraaman tekniikoiden tavoitteena on laajentaa arkihenkilön todellisuutta, luoda lisätodellisuutta ja antaa lisämahdollisuutta käsitellä lausumatta jääneitä sanoja ja lukkiutuneita tunteita. (Moreno, 2000; Silvola & Aitolehti, 2006.)

Psykodraaman yhteenveto

Ydinasioina voidaan pitää:

- ”Psykodraamaterapia on ryhmäpsykoterapiaa, jossa autetaan ryhmäläistä tutkimaan, kokemaan ja ilmaisemaan itseään näyttömällä roolityöskentelyssä sekä edistetään ryhmän suhteissa transferenssista vapaita nykyhetken suhteita.
- Psykodraamatekniikoiden avulla sisäinen maailma ja sisäiset suhteet konkretisoidaan niin, että niiden tutkimiseen ja ymmärtämiseen voidaan osallistua kaikin aistein.
- Ryhmätapaamisten laajuus, kesto ja pituus vaihtelevat, ja tämä mahdollistaa erilaisten tavoitteiden saavuttamisen.
- Valittaessa psykodraamaterapiaan osallistujia tulee huomioida erityisesti kyky työskennellä ryhmässä ja arvioida, tarjoaako kyseisen ryhmän rakenne riittävän turvallisen työskentely-ympäristön.” (Silvola & Aitolehti, 2006.)

Psykodraaman ideana on, että ihminen voi tulla nähdyksi, ymmärretyksi ja hyväksytyksi omalla itsenään ilman haavoittamisen, hylkäämisen tai hyväksikäytön pelkoa. Jacob Levy Morenon mielenkiinto suuntautui ihmisen sisäisen maailman lisäksi yksilöiden ja ryhmien väliseen vuorovaikutukseen ja yhteiskunnallisiin ilmiöihin. Psykodraaman elävyyden ja eheyden lisääntyminen, monipuolisten ja joustavien sekä tarkoituksenmukaisten roolien kehittyminen lisäävät

psykodraaman mahdollisuutta käyttää sitä yhtenä vaihtoehtona muiden psykoterapioiden rinnalla hoitotyössä. Psykodraaman merkitys sen toiminnallisuuden vuoksi on syvällisempi ihmisen persoonaan kuin verbaalisten terapiamuotojen. (Silvola & Aitolahti, 2006; MOPSI, 2012; Nurminen, 2012.)

Terapeuttisen psykodraaman lisäksi käytetään sosiodraamaa, sosiometriaa ja tarinateatteria

Sosiodraamassa tutkitaan jotakin teemaa tai tilannetta spontaanin roolityöskentelyn avulla. Se on aina ryhmäkeskeistä eikä siinä ole yhtä päähenkilöä, vaan prosessi syntyy tasavertaisesti kaikkien osallistujien kesken. Sosiodraama soveltuu hyvin opetus- ja koulutustyöhön, yhteisölisten kysymysten käsittelyyn sekä rooliharjoitteluun. (MOPSI, 2012.)

Sosiometria määritellään ajattelu- ja työskentelytavaksi. Siinä ryhmän tutkimisen kohteena ovat ryhmän rakenteet, roolit ja valinnat. Voidaan sanoa, että kaikkien draamatyöskentelyyn liittyy myös sosiometrisia näkökulmia, voidaan tehdä erityisiä sosiometrisia harjoituksia ja / tai selvityksiä. Silloin ryhmä tutkii omaa rakennettaan ja prosessiaan sekä omia valintojaan ja tavoitteitaan. (MOPSI, 2012.)

Tarinateatteri pohjautuu kiertävän teatterin perinteeseen ja psykodramaattiseen teoriaan ja työskentelyyn. Se perustuu improvisaatioon. Tarinateatteri kuuluu työryhmä, joka koostuu ohjaajasta, muusikosta ja teatteriryhmästä. He luovat spontaanisti näyttämölle tarinoita, tapahtumia ja tunnetiloja. Aiheet näihin tulevat ryhmältä tai yleisöltä. Tämä synnyttää välittömän vuorovaikutuksen yleisön ja esittävän ryhmän välille. Tarinateatteri sopii koulutukseen, kasvutyöskentelyyn ja yhteisökysymysten käsittelyyn. (MOPSI, 2012.)

Kirjallisuutta

Blatner, Adam, 1997. Toiminnalliset menetelmät terapiassa ja koulutuksessa Psykodraaman ja sosiodraaman tekniikat käytäntöön sovellettuina. Englanninkielestä suomentanut Riitta Virkkunen. Jyväskylä. Gummerus Kirjapaino Oy.

Bradshaw, Tauron, 1998. The protagonist. Teoksessa: M. Karp, P. Holmes & T. Bradshaw (toim.). The handbook of psychodrama. London. Routledge. 91-108.

MOPSI, 2012. Morenolaisen Psykodraaman kouluttajayhdistys ry. <http://www.mopsi.org/psykodraama.html>. Luettu 27.02.2012.

Moreno, JL, 1975. Psychodrama. Foundations of psychotherapy. Second volume 2. painos. Beacon House. 9-13.

Moreno, ZT & Blomkvist LD & Rutzel T, 2000. Psychodrama, surplus reality and the art of healing, London. Routledge. 17-23.

Nurminen, Sirpa. <http://www.netikka.net/foxes/psykodra.htm>. Luettu 27.02.2012.


Silvola, Kirsti & Aitolahti, Sirkku, 2006. Psykodraama psykoterapiana. Duodecim nro. 122. 730–736.


**OSALLISTAVA TEATTERI
SOSIOKULTTUURISISSA
PALVELUMUOTOILUSSA**

Osallistava teatteri sosiokulttuurisessa palvelumuotoilussa -julkaisu koostuu kolmesta osasta, joissa tarkastellaan eri näkökulmista forum-teatterin soveltamista päihdetyössä. Esimerkin palvelumuotoilusta tarjoaa Centria ammattikorkeakoulun esittävän taiteen koulutusohjelmassa vuosittain toteutettava työelämäyhteistyöprojekti, jossa forum-teatterin työtapoja sovelletaan toimimaan osana päihdekuntoutustyötä.

Julkaisun tarkoitus on tehdä näkyväksi kokemuksia osallistavan teatterin palvelumuotoilukokeilusta. Julkaisussa pyritään nostamaan esille niin yhteistyökumppanien ja päihdekuntoutujien kuin toteuttajina toimineiden teatteri-ilmaisun ohjaajaopiskelijoiden kokemuksia projektin ajalta. Toivomme, että julkaisu nostaa keskustelun kohteeksi palvelumuotoilun taiteen ja hyvinvointityön alueella ja innoittaa ideoimaan ja toteuttamaan uusia moniammatillisia yhteistyöprojekteja. Julkaisun artikkelimuotoisuus mahdollistaa tutustumisen erillisiin osa-alueisiin lukijan kiinnostuksista ja tarpeista riippuen.

 B: Ajankohtaista - Aktuellt, 5

 ISBN 978-952-6602-26-4

 ISSN 2341-7838