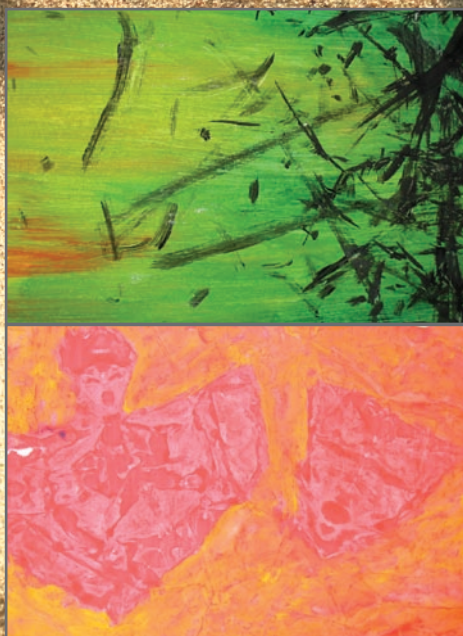
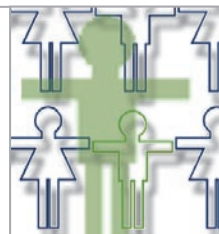


OVI – Oppimisen Välineet Itsenäistyneen MITÄ ja MIKSI?



Mirja Heikkinen

OVI
Oppimisen Välineet Itsenäistymen
MITÄ ja MIKSI?

Mirja Heikkinen

Worth the Work -projekti

Hämeen ammattikorkeakoulu, ammatillinen opettajakorkeakoulu

Kiipulan ammatillinen aikuiskoulutuskeskus

Mirja Heikkinen
OVI – Oppimisen Välineet Itsenäistyneen
MITÄ ja MIKSI?

ISBN 951-784-273-2
ISSN 1795-4266
HAMK Ammatillisen opettajakorkeakoulun julkaisu 8/2005

JULKAISIJA – PUBLISHER
Hämeen ammattikorkeakoulu
PL 230
13101 HÄMEENLINNA
puh. (03) 6461
faksi (03) 646 4259
julkaisut@hamk.fi
www.hamk.fi/julkaisut

Ulkoasun suunnittelu ja taitto: HAMK Julkaisut / Minna Ruusunen
Kannen pienet kuvat: OVI-oppijat

Painopaikka: Saarijärven Offset Oy, Saarijärvi

Tämän teoksen kopioiminen on tekijänoikeuslain (404/61, muut. 897/80) ja valokuvauslain (405/61, muut. 898/80) sekä Suomen valtion ja Kopiosto ry:n tekemän sopimuksen mukaisesti kielletty.

Hämeenlinna, huhtikuu 2005

Kiinalainen maanviljelijä oli kylvänyt riisintaimensa oikeaan aikaan eikä mennyt aamuakaan ilman, että hän olisi käynyt katsomassa hentojen korsiensa kasvua.

Kaikki hyvän kasvun edellytykset olivat olemassa: hän oli lannoittanut, kastellut ahkerasti ja painanut taimet varmasti ja tiiviisti maahan. Aurinko paistoi ja ilma oli lauha ja lempeä.

Kaksi viikkoa kului – maanviljelijämme tuli kärsimättömäksi. Taimet näyttivät hänestä kasvaneen vain vähän. Hän etsi keinoa, jolla kasvu nopeutuisi. Hänelle ei tullut mitään parempaa mieleen kuin vetää korsiä joka päivä vähän ylöspäin. Kun hän seitsemäntenä päivänä saapui pellolle – mikä näky häntä odottikaan? Taimet lojuivat kuihtuneina ja juurettomina vedessä ja hänen ei auttanut muu kuin aloittaa koko työ uudestaan alusta.

~ Tuntematon





Sisällysluettelo

Aluksi.....	7
Ihminen on enemmän kuin – hän on mahdollisuus.....	7
1 OVI – mihin ja kenelle?.....	9
2 Ryhmässä – mitä ja milloin?.....	11
3 Ohjausmenetelmien monimuotoisuutta.....	19
3.1 Ei toivotonta tilannetta, eikä ihmistä, jolla ei olisi toivoa!.....	19
3.2 Kohti oppimisen iloa!	30
3.3 Henkistä hierontaa – rentoutumista	60
3.4 Luovuuden käynnistäminen	64
3.5 Kehon, mielen ja liikkeen harmoniaa	66
3.6 ”Oma pesä”	67
4 Kannustava kokemus – tästä on hyvä jatkaa!	69
5 Lopuksi	73
LIITE 1.	77
LIITE 2.	82



Aluksi

Ihminen on enemmän kuin – hän on mahdollisuus.

Meidät on luotu yhteistyötä varten
– samoin kuin kätemme ja jalkamme,
ylä- ja alaleukamme.
Lähimmäisen vastustaminen on
luonnotonta.
~ Marcus Aurelius

Tässä lyhyessä opinnollisen kuntoutuksen menetelmäkuvauskoosteessa kerrotaan Worth the Work -projektin, Kiipulan ammatillisen aikuis-koulutuskeskuksen toteuttamassa OVI – Oppimisen Välineet Itsenäistyen -kuntoutuskokeilussa käytetyistä menetelmistä ja niistä saaduista kokemuksista.

Koosteen tavoitteena on esitellä monimuotoisen menetelmäpaketin mahdollista kokoonpanoa sekä rohkaista ohjaajia kokoamaan ja kokeilemaan erilaisia, laaja-alaisia menetelmäkokonaisuuksia. OVI-kuntoutuskokeilusta kokonaisuudessaan enemmän julkaisussa: Heikkinen, M. 2005. (toim.). OVI – Oppimisen Välineet Itsenäistyen. Raportti OVI-oppimiskuntoutusmallin kehittämistä Lahdessa. HAMK Ammatillisen opettajakorkeakoulun julkaisuja 3/2005.

Tämä on yksi ajatus ja esitys siitä, miten erilaisista aineksista opinnollisen kuntoutuksen menetelmäkokonaisuus voidaan kasata. Vaikka saatu kokemus ja palaute on suorastaan huikean hyvää, se ei tarkoita, että tämä on ainut oikea kokoonpano. Eiväthän menetelmät sinänsä ole tärkeitä vaan se, miten ihminen kohdataan, miten hänet nähdään ja miten hän tulee kuulluksi, miten kannustetaan ja mihin, sekä se, että oppija saa kokea olevansa tasavertainen toimija yhdessä ohjaajan ja ryhmän kanssa. Mikään menetelmä sinänsä ei ole itsetarkoitus.

Tämä ei siis ole valmis oppimateriaalipaketti vaan käytettyjen menetelmien kuvauskooste. OVI-II-ohjelmassa käytettyjen menetelmien käyttöönotto vaatii kouluttautumista ja kurssittautumista. Jokaisen yksittäisen menetelmäkuvauksen ja käyttöesimerkin jälkeen on vinkkejä siitä, mistä kiinnostuneet saavat lisätietoja, millaista koulutusta niiden käyttöönotto vaatii ja missä sitä tarjotaan.

Tästä onnistuneesta ja mielenkiintoisesta OVI-kokeilusta saan kiittää todella monia tahoja ja tekijöitä: WtW-projektia ja Kiipulan ammatillista aikuiskoulutuskeskusta kokeilun mahdollistamisesta, WtW-tiimiä ja muita työystäviä toimivasta yhteistyöstä ja arvokkaista palautteista. Loistavasta paikallisesta yhteistyöstä Lahdessa haluan kiittää muun muassa Lahden sosiaali- ja terveysvirasto, Työvoiman palvelukeskus LYHTY ja kuntouttavan työtoiminnan vastaavaa sosiaalityöntekijää Maarit Laitista sekä työtoiminnanohjaajia Katri Rantasta ja Taina Platania, Päijät-Hämeen sosiaalipsykiatrisen säätiön vastaavaa työhön valmentajaa Pirjo Savolaista sekä Päijät-Hämeen työvoimatoimiston nuorten yksikön johtavaa työvoimaneuvojaa Seija Kallioniemeä. Ilman tätä verkostotyötä OVI-kokeilu olisi mahdollisesti jäänyt toteutumatta.

Kiitän myös opettajaani, Suomen Logoterapiainstituutti Oy:n koulutuspäällikkö Tuula Kataista kasvuni vahvistamisesta kohti logoterapeuttituttu ja kouluttajaani ja entistä työnantajaani Tiedonpuu ry:n johtaja Taru Kiveä siitä, että IE on tullut osaksi ohjausmenetelmärepertuaariani. Kuvataiteilija ja Vedic Art -taideopettaja Maija Pitz, aivojumppa – Brain Gym-kouluttaja ja -ohjaaja Maija-Liisa Leppänen ja taiji-kouluttaja Marja Tuovinen saavat myös isot kiitokset johdattamisestaan omien menetelmiensä saloihin. Kuntoutussäätiön neuropsykologi, erikoistutkija Seija Haapasalo ja kuntoutuspäällikkö Lauri Seppoa sekä HEROn puheenjohtaja Airi Valkamaa ja vt. toiminnanjohtaja Sirkku Suvikorpea kiitän hienosta yhteistyöstä oppimisen vaikeuteen liittyvissä kysymyksissä.

Viimeisimpinä, vaan ei suinkaan vähäisimpinä, kiitän kaikkia OVI-oppijoita. Teidän panoksenne on korvaamattoman arvokas koko OVI-kokeilulle. Te teitte rohkeudellanne, innostuneisuudellanne ja aktiivisuudellanne OVI-ryhmästä todella voimavararyhmän! Kaikkea hyvää elämänpoluillenne – iloa, valoa ja toivoa!

Lahdessa 7.2.2005
Mirja Heikkinen

1 OVI – mihin ja kenelle?

Maailmaa rakentamaan tarvitaan
enemmän muurareita
kuin arkkitehtejä.

~ Amerikkalainen sananlasku

OVI-kuntoutuskokeilu johdatti oppijansa pienryhmätoiminnan ja monimuotoisen menetelmäkokonaisuuden kautta kohti yksilöllisiä opinto- ja työelämäpolkuja. OVI-kuntoutuskokeilu mahdollistui Lahdessa Worth the Work -projektin Kiiipulan ammatillisen aikuiskoulutuskeskuksen pilotoinnin ansiosta, ja se toteutettiin yhteistyössä paikallisten yhteistyökumppaneiden eli Lahden sosiaali- ja terveystieteiden Työvoiman palvelukeskuksen (LYHTY) ja kuntouttavan työtoiminnan kanssa. WtW-projektista ja sen toiminnasta Lahdessa lisää Petteri Oran ja Pirjo Lampisen artikkelissa Worth the Work – Jokainen ihminen on työn arvoinen 2001–2005 sekä Petteri Oran artikkelissa Worth the Work Lahdessa julkaisussa Heikkinen, M. 2005. (toim.). HAMK Ammatillisen opettajakorkeakoulun julkaisuja 3/2005. Myöhemmin mukaan tuli myös Päijät-Hämeen sosiaalipsykiatrinen säätiö. Kun tästä eteenpäin puhutaan kuntouttavista työtoiminnoista, tarkoitetaan sekä ensiksi mainittua Lahden kaupungin kuntouttavaa työtoimintaa – palvelun hankkijaa – että yllä mainittua Säätiötä – palvelun tuottajaa. Kokeiluajana järjestettiin kaksi opinnollisen kuntoutuksen ryhmää. Tämä materiaali on koottu toisen ryhmän kanssa kokeilluista ja käytetyistä menetelmistä. Ryhmätoiminta toteutettiin 11.2.–23.6.2004.

OVI-kuntoutuskokeiluun ohjattiin LYHTY-palvelukeskuksen ja kuntouttavien työtoimintojen asiakkaita, jotka tunnistivat itsellään olevan jonkinlaista oppimiseen liittyvää vaikeutta. Kuntoutuskokeilun tavoitteena oli vahvistaa oppijan minäkuvaa ja itsetuntemusta, tuottaa keinoja arjes-

sa jaksamiseen sekä selvittää omaa koulutus- ja työelämäsuhdetta. Ote oli ratkaisukeskeinen, ja sisältö koostui seuraavista osioista: logoterapia, IE, oppimistyylit ja opiskelutekniikat, erilaiset lukiharjoitteet, rentoutusharjoitteet, aivojumppa, kuvallisen ilmaisun menetelmä Vedic Art sekä liikunnallinen harjoite taiji. Lisäksi kaikki oppijat hyödynsivät mahdollisuuttaan Kuntoutussäätiön neuropsykologisiin testeihin.

Kuka OVI:lle sitten uskaltautui? Tästä OVI:sta astui sisään viisi nuorta aikuista. Ryhmän keski-ikä oli 25,4 vuotta. Nämä jo monia ovia elämässään aukoneet ja sulkeneet OVI-oppijat ovat lahjakkaita; heillä on paljon erilaisia kykyjä, tietoja, taitoja, haaveita, unelmia, osaamista ja mahdollisuuksia. Heillä on tulevaisuus. Heillä on myös jonkinasteista oppimiseen liittyvää vaikeutta. Tämän lisäksi heillä saattaa olla ongelmia psyyke- ja/tai päihdepuolella.

Ryhmä kokoontui kerran viikossa, neljä tuntia kerrallaan: yhteensä noin 100 tuntia. Ryhmätoiminnan lisäksi oppijoilla oli mahdollisuus henkilökohtaiseen ohjaukseen. Ohjelman aikana toteutettiin jokaisen oppijan kanssa kaksi pienimuotoista verkostopalaveria, joihin osallistuivat oppijan lisäksi hänen yhteyshenkilönsä LYHTY-palvelukeskuksesta tai kuntouttavasta työtoiminnasta (Lahden kaupungin) sekä OVI-ryhmän ohjaaja. Oppijoiden saamalla ja antamalla vertaistuellalla on myös huumorin ja elämän ilon ohella ollut suuri merkitys OVI-kokonaisuudelle.

Huumorin ihana lahja,
ylistetty olkoon se!
Sen avulla murramme muureja.
~ Knut Kjellberg

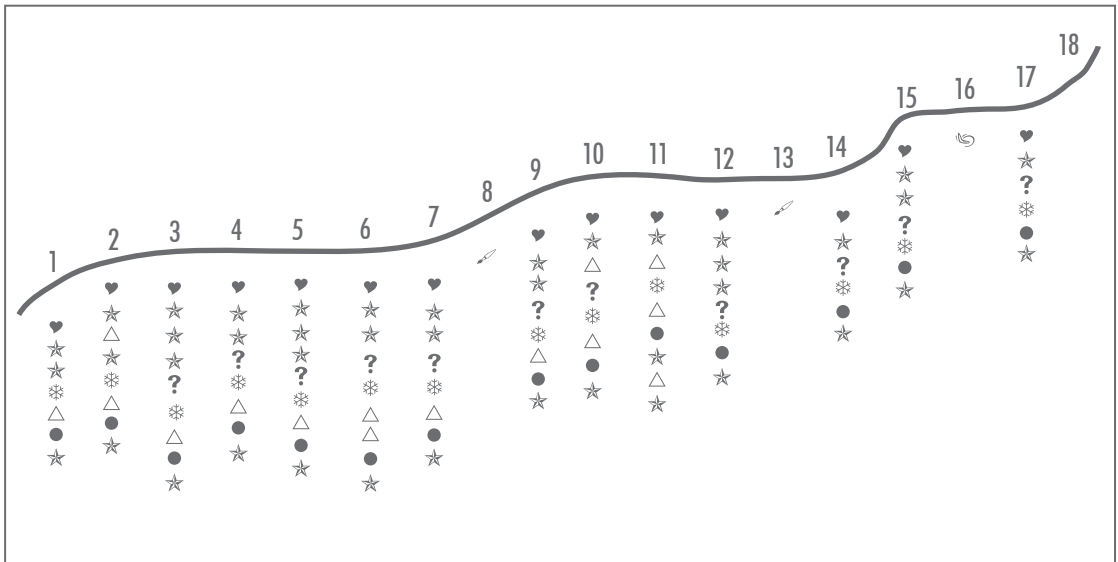
2 Ryhmässä – mitä ja milloin?

Omenankukka on jo lupaus hedelmästä,
toukka perhosesta.
Keskeneräisestä tulee täydellinen,
rikkinäisestä eheä.
Jonakin päivänä.
~ Maija Paavilainen

Ryhmätapaamiset alkoivat valmiiksi muokatussa ”pesässä” kahvin ja voileipiä äärellä. Kahvittelun lomassa jokainen sai vuorollaan kertoa ja jakaa ryhmälle omat kuulumisensa, mitä kenenkin elämään ja kuluneeseen viikkoon kuului. Kukin kertoi juuri sen verran, kun hänestä tuntui hyvältä, tarpeelliselta ja turvalliselta. Tästä jatkettiin ajattelun avaruuden avartamista logoterapeuttisin keskusteluihin ja ratkaisukeskeisin harjoittein, tehtiin aivojumppaa ja rentoutusharjoitteita. Tällä rytmityksellä edettiin tapaamisten ensimmäinen puolikas, kaksi tuntia.

Toisella puoliskolla harjoiteltiin oppimaan oppimisen ja ajattelun taitoja miniluentojen, erilaisten kartoitusten ja harjoitteiden avulla. Ryhmätapaamiset päättyivät tarinaan. Tarinan äärellä oppijat saivat lyhyen rauhallisen hetken intensiivisen toiminnan jälkeen ennen kotiin lähtöä. Tarinoita ei purettu, vaan ne jäivät sellaisinaan ”matkaeväiksi”.

Ohjelmaan oli varattu aikaa myös tauolle, mutta koko ohjelman aikana kukaan oppijoista ei halunnut pitää pitempiä taukoja. Näin ehkä muun muassa vapautuneen, leppoisan ja pakottoman ilmapiirin ansiosta. Yksi oppija ilmaisikin asian sanomalla: ”*koko jutun olevan taukomaista*”. Aika upea palaute, kun ottaa huomioon sen valtavan määrän erilaisia keskusteluja, harjoitteita ja tehtäviä, joita oppijat tekivät innokkaasti osallistuen!



Kuvio 1. OVI-polku

OVI-polku kuvaa menetelmäkokonaisuuden muodostumista menetelmä menetelmältä. Jokainen menetelmä on saanut oman merkin ja siitä sen tunnistaa myöhemminkin tässä julkaisussa.

- ★ Logoterapia
- IE
- △ Erilaiset oppimisvalmiuksien tukemiseen liittyvät osiot
- ? Aivojumppa
- ❄ Rentoutusharjoitteet
- 🖋 Vedic Art
- ☯ Taiji
- ♥ ”Oma pesä”

Ryhmätapaamisten teemoitus:

1. tapaamiskerta:

- ♥ Tervetuloa!
- ★ Kuulumiset
 - Tutustuminen: OVI-ohjelman esittely; odotukset, tavoitteet, toiveet, ryhmän yhteiset säännöt – mitä tarvitaan, että meistä muodostuu voimavararyhmä?
- ★ Minä olen: kokonainen ihminen
- ❄ Rentoutus
 - Tauko
- △ Käsitys itsestä oppijana, attribuutiotyylit, erilaisia toimintastrategioita
- IE: I-instrumentti, pisteet
- ★ Hyvien hetkien päiväkirja

2. tapaamiskerta:

- ♥ Tervetuloa!
- ★ Kuulumiset
- △ Värilläkö väliä?
- ★ Ihmis- ja maailmankuva: käsitys itsestä ja muista (fyysinen, psyykkis-sosiaalinen, henkinen)
- ❄ Rentoutus
 - Tauko
- △ Oppimistyyleistä: miellejärjestelmät; audi, visu, kine ja taktiilinen, optimismia oppimiseen
- IE: I-instrumentti, pisteet
- ★ Tarina: Kiinalainen maanviljelijä

Yksilölliset alkukeskustelut: yhteistyötaho – oppija – OVI-ohjaaja

3. tapaamiskerta:

- ♥ Tervetuloa!
- ★ Kuulumiset
- ★ Itsen transsendenssi – katseen suunta
- ★ Minuuden eri tasot
- ? Aivojumppa
- ❄ Rentoutus
 - Tauko
- △ Oppimistyyleistä: kartoitus
- IE: I-instrumentti, pisteet
- ★ Tarina: Mullahin parta

4. tapaamiskerta:

- ♥ Tervetuloa!
- ★ Kuulumiset
- ★ Itsestä etäännyminen
- ? Aivojumppa
- ❄ Rentoutus
 - Tauko
- △ Mitä ajattelen oppimisesta?
- IE: I-instrumentti, pisteet
- ★ Tarina: Linnuilta opittua

5. tapaamiskerta:

- ♥ Tervetuloa!
- ★ Kuulumiset
- ★ Vapaudesta ja vastuusta
- ★ Laadunvaihto
- ? Aivojumppa
- ❄ Rentoutus
 - Tauko
- △ Oppimisvaikeudesta
- IE: I-instrumentti, pisteet
- ★ Tarina: Varsan vihreä laidun

Yksilölliset alkukeskustelut: yhteistyötaho – oppija – OVI-ohjaaja

6. tapaamiskerta:

- ♥ Tervetuloa!
 - ★ Kuulumiset
 - ★ Arvoista: luovat -, elämys-, asennearvot
 - ? Aivojumppa
 - ❄ Rentoutus
 - Tauko
 - △ Motivaatiosta ja tahdosta oppimiseen, eläköön erilaisuus – erilaiset oppijat
 - △ Esitietolomakkeen täyttö oppimisvaikeuksien kartoittamiseen Kuntoutussäätiölle
 - IE: I-instrumentti, pisteet
 - ★ Tarina: Rakastunut maalaisyttö
-
- △ LUKIBUSSiin tutustuminen
-
- △ Oppimisvaikeuden ryhmättestaus: Kuntoutussäätiöltä Piia Rantanen, OVI-ohjaaja mukana

7. tapaamiskerta:

- ♥ Tervetuloa!
- ★ Kuulumiset
- ★ Traaginen kolmio: tuska ja taakka, syyllisyys, kuolema
- ? Aivojumppa
- ❄ Rentoutus

Tauko

- △ Lukivaikeudesta
- IE: I-instrumentti, pisteet
- ★ Tarina: Elämän suuret kivet

8. tapaamiskerta:

- ✍ Vedic Art – luovuuskoulutus/maalauskurssipäivä: Maija Pitz, 17 taiteen perinnettä 1–6 periaatteita, OVI-ohjaaja mukana

9. tapaamiskerta:

- ♥ Tervetuloa!
 - ★ Kuulumiset
 - ★ Lisää traagisesta kolmiosta: kun elämä satuttaa, motivoituminen elämänpuolesta asenteeseen, miten auttaa ihmistä kohtaloniskuissa?
 - ? Aivojumppa
 - ❄ Rentoutus
 - Tauko
 - △ Teksti tutuksi: lukiharjoitteita
 - IE: I-instrumentti, pisteet
 - ★ Tarina: Tarina valosta
-
- △ Yksilölliset neuropsykologiset testit sekä henkilökohtaiset palautteet kaikille oppijoille: Kuntoutussäätiöltä Pirkko Koskiniemi, Piia Rantanen, Lauri Seppo, OVI-ohjaaja mukana

10. tapaamiskerta:

- ♥ Tervetuloa!
- ★ Kuulumiset
- △ Tuntoja testaamisesta
- Ryhmän väliarviointi – Olemmeko oikealla tiellä?
- ? Aivojumppa
- ❄ Rentoutus
- Tauko
- △ Teksti tutuksi: lukiharjoitteita
- IE: I-instrumentti, pisteet
- ★ Tarina: Koettelemusten keskeä

11. tapaamiskerta:

- ♥ Tervetuloa!
- ★ Kuulumiset
- △ Kuntoutussäätiön suorittamien testien kirjallisten testitulosten läpikäyminen
- ❄ Rentoutus
- Tauko
- △ Empowerment -testin kysymyslomakkeiston arvioiminen
- IE: I-instrumentti, pisteet
- ★ Tarina: Viisaalta
- — — — —
- △ Empowerment -testin kysymyslomakkeiston arvioiminen jatkuu
- — — — —
- ★ Oman elämänpolun tutkiminen kirjoittamalla: omat tarinat

12. tapaamiskerta

- ♥ Tervetuloa!
- ★ Kuulumiset
- ★ Logo-T
- ★ Näkökulmia jaksamiseen
- ? Aivojumppa
- ❄ Rentoutus
- Tauko
- IE: I-instrumentti, pisteet
- ★ Tarina: Kummallinen veturi

13. tapaamiskerta:

- ✍ Vedic Art – luovuuskoulutus/maalauskurssipäivä: Maija Pitz, 17 taiteen periaatteista 7–11 periaatteita, OVI-ohjaaja mukana

14. tapaamiskerta:

- ♥ Tervetuloa!
- ★ Kuulumiset
- ? Aivojumppa: Maija-Liisa Lepänen – omat profiilit, OVI-ohjaaja mukana
- ❄ Rentoutus
- Tauko
- IE: I-instrumentti, pisteet
- ★ Tarina: Vanha mies linnakkeessa
- — — — —

Yksilölliset loppukeskustelut: yhteistyötaho – oppija – OVI-ohjaaja

15. tapaamiskerta:

- ♥ Tervetuloa!
- ★ Kuulumiset
- ★ Elämälle myönteiset rytmit: tavat elämäntyylin rakennuskivinä, omat vuorokausirytmät, tottumusten ja tapojen syntyminen ja niiden muuttaminen, ruokavalio, liikunta
- ? Aivojumppa
- ❄ Rentoutus
- Tauko
- IE: I-instrumentti, pisteet
- ★ Kynttilämeditaatio

16. tapaamiskerta:

- 🌀 Taiji-kurssi: Päijät-Hämeen kesäyliopisto/Marja Tuovinen, OVI-ohjaaja mukana

17. tapaamiskerta:

- ♥ Tervetuloa!
- ★ Kuulumiset
- ? Aivojumppa: Maija-Liisa Leppänen – henkilökohtaiset tasapainotukset, OVI-ohjaaja mukana
- ❄ Rentoutus
- Tauko
- IE: I-instrumentti, pisteet
- ★ Tarina: Onnen salaisuus

Yksilölliset loppukeskustelut: yhteistyötaho – oppija – OVI-ohjaaja

18. tapaamiskerta:

- Päätös
- Noutopöytälounas Ravintola Lokissa
- Palautekeskustelut
- Toiveet mahdollisesta jatko-ohjauksesta
- Osallistumistodistusten jako

Monipuolisuudestaan ja runsaudesta huolimatta ohjelmakokonaisuus oli joustava ja mukautuva. Kaikki toiminta perustui vapaaehtoisuuteen. Kenenkään ei ollut pakko tehdä mitään tai osallistua sellaiseen toimintaan, mikä ei tuntunut hyvältä tai turvalliselta. Oppijoiden tarpeet ja toiveet huomioitiin ohjelmakokonaisuutta muodostettaessa: esimerkiksi aivojumpan, Vedic Artin ja taijin sisällyttämisestä ohjelmaan päätettiin yhteistuumin ryhmäläisten kanssa. Tämä ei tarkoita sitä, että ohjelma olisi koottu sattumanvaraisesti ottamalla mukaan mitä vain, mikä sattui kiinnostamaan ja oli saatavilla. Kaikki menetelmät otettiin keskustelun ja valinnan kohteiksi, jotta ihmisen kaikki olemuspuolet tulisivat ohjelmassa mahdollisimman hyvin huomioituiksi. Johtuneeko vapaaehtoisuudesta, vaikutusmahdollisuuksista vai kaikesta yhdessä, ryhmän sitoutuminen oli loistavaa. Yksi oppijoista ilmaisi asian näin: *”Ihan ekat pari kertaa mietin, tulenko mukaan, sitouduin, kannatti!”* Kukaan ei kes-

keyttänyt kursssia, ja ryhmätapaamisiin tultiin jopa flunssaisina, vaikka muuten oli ollut oltava kotona tiukasti vällyjen välissä.

No, mihin milläkin sitten pyrittiin vaikuttamaan? Kaikki tuntuu vaikuttaneen joiltakin osin kaikkeen, mutta yhdenkin menetelmän poisjättäminen ei olisi enää antanut yhtä tehokasta yhteisvaikutusta. Esimerkiksi: logoterapia ei yksin harjaannuta oppimaan oppimisen taitoja mutta on loistava menetelmä avartamaan oppijan ajattelua kirkastaen arvoja ja vahvistaen toiveikkuutta ja vastuullisuutta. Vedic Art tuo luomisen vapautta ja vahvistaa itseluottamusta muttei yksin harjaannuta kognitiivisia ajattelun taitoja IE:n laajuudessa. IE taas ei mahdollista porautumista luovuuden lähteelle Vedic Artin tavoin. Pelkkä herkuttelu viihtyisässä ”omassa pesässä” ei sinänsä harjoita lukivaikeusasiassa, mutta nälkäisenä oleminen epämukavassa ja -viihtyisässä tilassa voi muodostua suurestikin oppimista haittaavaksi tekijäksi. Jokainen menetelmä on erinomainen yksinkin, mutta näin, yhdistettynä tukemaan toinen toisiaan, ne muodostavat jotakin aivan ainutlaatuista: opinnollisen kuntoutuksen monimuotoisen ohjelmakokonaisuuden. Viitaten s. 22. Kuvio 2. Ihmisen olemassaolon ulottuvuudet, tällä kokoonpanolla on ulottauduttu sopusointuisasti ihmisen kaikille olemuspuolille. *”Haluaisin sanoa eri aihealueista vielä, että ne sopivat hyvin toisiinsa.” ”Ne olivat (eri aihealueet) mielenkiintoisia & niistä voisi keskustella loputtomiin...hyviä aiheita!”*

Ryhmän ohjaaja kehotti oppijoita olemaan uskomatta mitään, mitä heille kerrottiin ja esitettiin valmiiksi annettuina totuuksina. Lähtökohtana oli, että ”näinkin näistä asioista voi ajatella” ja ”näinkin näissä tilanteissa voi toimia.” Tällä oppijoita haastettiin kriittiseen, itsenäiseen ajatteluun ja kannanottoon. Uskon sen omalta osaltaan madaltaneen osallistumisen kynnystä entisestään ja rohkaisevan aitoon ihmettelyyn, erilaisten näkökulmien esilletuomiseen ja omien kokemusten jakamiseen. *”Keskusteluissa oli parasta oman näkemyksen kuuluviin tuonti.”* On helpompi avautua ryhmässä, jossa kaikkia mielipiteitä kunnioitetaan, eivätkä valmiiksi määritellyt oikeat ja väärät vastaukset ole tukkimassa ajatuksenlentoa. *”Mielestäni keskusteluissa parasta oli monipuolisuus.”*

Ä lä hajoita, jos et voi rakentaa jotain tilalle.
~ Karen Aabye

Huumori, jota ryhmässä vapaasti viljeltiin, oli ja pysyi ”hyvällä” tasolla. Ohjaajana tiedostan sen riskin, mikä huumorin käyttöön liittyy, samoin kuin sen mahtavan voimavaran, mikä siinä oikein käytettynä on. Me nauroimme yhdessä ja toistemme kanssa – ei koskaan toiselle.

Ryhmän kanssa tehtiin ”kevyitä kartoituksia” selkiinnyttämään erilaisia oppimis- ja työtyylejä, käsityksiä itsestä oppijana ja mitä kukin ajattelee oppimisesta, erilaisia temperamentteja jne. Kartoittaminen ei kuitenkaan ollut itsetarkoitus, vaan niiden avulla saatiin enemmän/uutta tietoa siitä, miten kukin on reagoanut ja toiminut oppimiseen liittyvissä tilanteissa, millaisia selitysmalleja käyttänyt ja minkälaisia uskomuksia heille oli näiden selitysmallien käyttämisen myötä syntynyt. Kartoituksia ja niiden avulla saatuja tuloksia tarkasteltiin kriittisesti huomioiden se, että ne kertovat ja mittaavat jotakin jossakin hetkessä, eivät koko totuutta heidän toimintatavoistaan ja tyyleistään. Kysymyksessä ei ole lopullinen ja ehdoton, muuttumaton totuus.

Kuntoutussäätiön testit ovat omaa luokkaansa. Nämä hyvin tarkat, huippuammattilaisten tekemät testit antavat todella tarkkaa, laaja-alaista ja yksilöllistä tietoa oppijan kannalta merkittävistä asioista heidän kuntoutumis-, opinto- ja työllistymispolkujaan ajatellen.

3 Ohjausmenetelmien monimuotoisuutta

Älä odota,
että onni tulee luoksesi.
Ota onnesi
ja mene sen kanssa
toisen luokse.”
~ Markku Envall

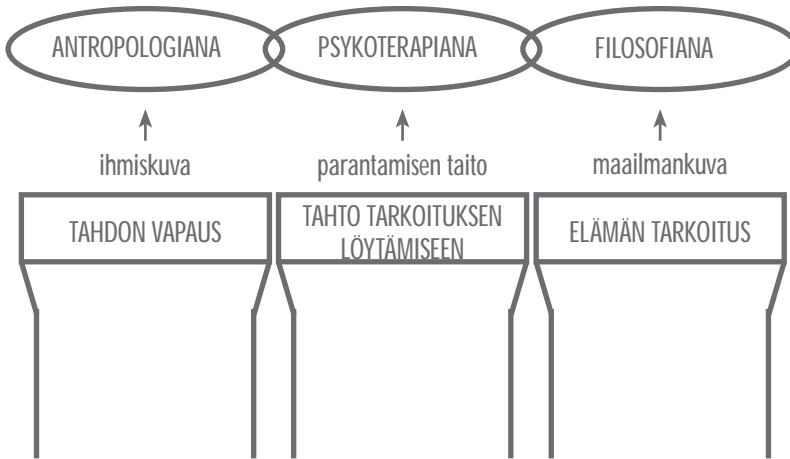


3.1 Ei toivotonta tilannetta, eikä ihmistä, jolla ei olisi toivoa!

II-OVI-ohjelman perusuunteeksi valittiin ihmistä ja elämää syvästi kunnioittava logoterapeuttinen lähestymistapa. Logoterapia on wieniläisen psykiatri ja neurologian professori Viktor E. Franklin (1905–1997) kehittämää, henkistä, tarkoituskeskeistä psykologiaa ja filosofiaa. Sen ihmiskuva ja arvot painottavat jokaisen ihmisen ainutlaatuisuutta ja korvaamattomuutta tuoden esille näkökulman, jonka mukaan ihmisarvo on perusarvo – se on arvo sinänsä. Samalla kun logoterapia arvostaa ihmistä ainutlaatuisena olentona eri olentojen joukossa, se vahvistaa käsitystä elämän tarkoituksellisuudesta olosuhteista riippumatta. Sen mukaan ei ole toivotonta tilannetta, eikä ihmistä, jolla ei olisi toivoa.

Logoterapia luetaan kolmanneksi wieniläiseksi psykoterapian koulukunnaksi (I Sigmund Freudin psykoanalyysi: ”tarve mielihyvään”, II Alfred Adlerin yksilöpsykologia: ”tahto valtaan”, III Viktor Franklin logoterapia: ”tahto tarkoitukseen”). Se ei kuitenkaan ole vain psykoterapiaa, vaan logoterapiaa voidaan soveltaa kaikilla elämänalueilla kuten työelämässä, perhe-elämässä, kasvatuksessa ja opetuksessa sekä elämäntaidollisissa kysymyksissä. Näin ollen logoterapian suurin anti on, että se tukee ihmisenä olemista ja siihen liittyvien ongelmien tarkoituskeskeistä ratkai-

semista tässä ajassa. Logoterapia perustuu kolmelle periaatteelle: tahdon vapaudelle, tahdolle löytää tarkoitus sekä elämän tarkoitukselle.



Kuva 1. Logoterapian kolme periaatetta. Lähde: Lukas, E. 1986, 11.

Filosofian tohtori Elisabeth Lukasin (1986, 11.) kuvio esittää pylvinä logoterapian oppirakennelman painopisteitä. Sen ihmiskäsitys rakentuu tahdonvapaudelle ollen sen antropologisia perusteita. Tahto tarkoituksen löytämiseen on sen psykoterapiamenetelmien lähtökohta ja kaikissa olosuhteissa säilyvä elämän tarkoitus kuuluu logoterapian maailmankuvaan, sen filosofiaan.

Tahdon vapauden mukaan jokaisella ihmisellä on vapaa valinnan mahdollisuus, rajallisen ihmisolennon vapaus rajoittavissa olosuhteissa. Franklin vapaus ei ole vapautta olosuhteista, vaan se on vapautta valita suhtautumisensa elämän erilaisiin olosuhteisiin. Jokainen ihminen määrää viime kädessä itse itsestään, hän päättää hetki hetkeltä tehtävillä valinnoillaan, millainen hänen elämänsä on. Näin ollen ihmisellä on vapaus muuttaa elämänsä suuntaa ja vaikuttaa, miksi hän tulee. Ihminen ei siis ole olosuhteiden uhri, vaan myötäluoja.

Ihmiset eivät epäonnistu elämässään siksi, etteivät saa tehdä mitä haluavat, vaan siksi, etteivät halua tehdä mitä heidän pitäisi.

~ W. Ralph Ward



Tahto löytää tarkoitus on elämän primaarinen voima. Ihmisen löytämä tarkoitus on hänelle ainutlaatuinen ja erityinen, ja se on vain hänen toteutettavissaan, ei kenenkään muun. Logoajattelun mukaan kunkin yksilön elämän todellinen tarkoitus on jotakin sellaista, mikä löytyy toimimalla maailmassa yhdessä toisten kanssa. Ihminen pystyy kärsimään ja selviytymään luontaisista turhautumistaan ja elämän paineista täyttääkseen tahdon löytää tarkoitus. Vahva tahto löytää tarkoitus edistää ihmisen terveyttä sekä fyysisesti että psyykkisesti pidentäen ja suojaten elämää. Franklin mukaan jokainen kriisi on myös mahdollisuus, tilanteen antama haaste löytää tarkoituksen uusia elementtejä.

Elämän tarkoitus opettaa tarkoituksen sisältyvän päivittäisen elämän todellisiin kokemuksiin. Aivan samoin kuin jokainen ihminen on ainutlaatuinen ja korvaamaton, myös elämän tarjoama tehtävä, haaste, on erityinen. Ainutlaatuinen on myös mahdollisuus tehtävän suorittamiseen – ei tule toista mahdollisuutta täyttää juuri tätä tehtävää, josta yksilö on elämässään vastuussa. Jokainen elämäntilanne voidaan nähdä haasteena, elämän ihmiselle esittämänä kysymyksenä. Elämä kysyy, ja ihminen vastaa, ja vastaus on vapaa. Logoterapian mukaan vastuullisuus on ihmisen olemassaolon ydin. Elämän tarkoitus on muuttuvainen, mutta se ei lakkaa koskaan olemasta. Elämällä on tarkoitus kaikissa olosuhteissa, jopa kaikkein vaativimmissa ja vaikeimmissa. Ihmisen elämällä on mitaamaton arvo, se on merkityksellinen: jokainen on ainutkertainen ja jokaiselle on annettu luontainen arvokkuus. (Graber 2004, 93–98.)

Tietoisuus elämän tarkoituksellisuudesta edistää mielekästä elämää ja hyvinvointia; se on suorastaan hyvinvoinnin edellytys. Mielekkyyden löytyminen luo uudenlaisen asenteen, vastuullisen asenteen itseä ja toisia kohtaan. Hyvinvoinnissa on kyse siitä, mikä saa elämän tuntumaan mielekkäältä ja elämisen arvoiselta. Hyvinvointi ei ole sama asia kuin mielihyvä ja hyvä olo. Se on jotakin kestävämpää ja kokonaisvaltaisempaa. (Logoterapeuttipintojen muistiinpanot Katainen, T. mukaan. 2001–2002. Muurla & Ruokolahti.)

A senne, jonka otat ongelmiin ja vaikeuksiin, on ehdottomasti tärkein tekijä niiden hallitsemisessa ja voittamisessa.

~ Norman Vincent Peale

Logoterapian ihmiskuva on kolmiulotteinen. Fyysisen ja psyykkis-sosiaalisen ulottuvuuden lisäksi ihmisellä on henkinen ulottuvuus, jonka ominaisuuksia ovat muun muassa vapaus ja vastuu, aito omatunto ja tahto tarkoitukseen. Henkisen olemuspuolensa ansiosta ihminen kykenee suuntautumaan itsensä ulkopuolelle, tarkastelemaan elämäänsä kauem-paa, valitsemaan vastuullisesti ja toteuttamaan korkeimpia arvojaan.

Lukasin mukaan ihminen ei voi menettää henkistä ulottuvuuttaan, se on aina olemassa, koska juuri se on ihmiselle ominaista. Hänen mukaansa yksistään se tosiseikka, että jokaisella ihmisellä on henkinen ulottu-vuus vähintäänkin potentiaalisesti takaa hänen koskemattoman arvonsa. (Lukas 1986, 22.)

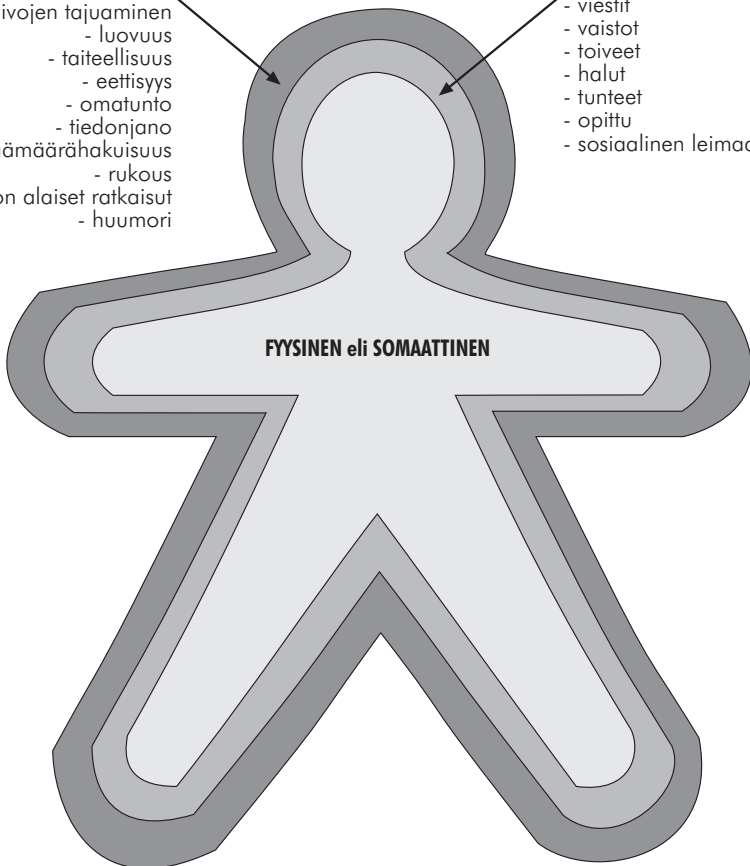
IHMISOLENNON ERI OLEMUSPUOLET

HENKINEN eli NOEETTINEN

- aivojen tajuminen
- luovuus
- taiteellisuus
- eettisyys
- omatunto
- tiedonjano
- päämäärähakuisuus
- rukous
- tahdon alaiset ratkaisut
- huumori

PSYKKIS-SOSIAALINEN

- viestit
- vaistot
- toiveet
- halut
- tunteet
- opittu
- sosiaalinen leimaantuminen



Kuvio 2. Ihmisen olemassaolon ulottuvuudet

Suomen Logoterapiainstituutti Oy:n www-sivulla sanotaan aikamme kysymysten olevan valtaosin henkisen tason ongelmia, jotka ratkaisevammattomina ja virheellisesti ratkaistuina aiheuttavat fyysisiä ja psykososiaalisia häiriöitä ja sairauksia. Logoterapia on kasvunmahdollisuus meille kaikille.

Esimerkki 1. Logoterapeuttista arvokeskustelua

Minua kiellettiin menemästä pahaan maailmaan: itse neuvon menemään mutta pysymään hyvänä.
~ Maija Paavilainen

Teoksessa Tahdonvoimalla terveeksi (1986) Wolfgang Kretschmer sanoo että ”elämän suunta syntyy siitä, millaisia arvoja ihminen päättää toteuttaa”. Vain arvot voivat antaa elämälle tarkoituksen, tarkoitus välittyy arvojen kautta.

Keskeistä logoterapiassa on aikaisemmin mainitun mukaisesti tarkoituksen tajun herättäminen. Tarkoitus puolestaan löytyy kolmella tavalla: 1. tekemällä, 2. kokemalla ja 3. asennoitumalla. Samalla ihminen toteuttaa arvojaan: 1. luovia arvoja 2. elämysarvoja ja 3. asennearvoja. Ihmisen on itse löydettävä tarkoituksensa, toinen ei voi sitä hänelle valmiina antaa. Ohjaaja voi kuitenkin raottaa ja valottaa erilaisia näköaloja.

Tarkastellessamme arvoja tarkastelemme myös elämän lahjaluonnetta. Minkälaisen lahjapöydän olet syntymässäsi saanut? Mitä teet lahjoillasi, miten kehität niitä? Lahjat eivät ole vain itseä varten, vaan ne on saatua edelleen kehitettäväksi ja jaettaviksi.

Synnyit siksi, että teet elämästäsi parhaan mahdollisen.
~ Marja Holm

Arvot ja niiden toteuttaminen:

Luovien arvojen toteuttaminen mahdollistuu

- tekemällä työtä
- toimimalla
- saamalla jotakin aikaiseksi
- asemaa tärkeämpää on se, miten tekee ja näkee työnsä/tehtävänsä
- näkemällä kaikki työ kutsumustyönä
- tekemällä se työ/tehtävä, jonka elämä on juuri minulle antanut
- vastaamalla elämälle, ei vain työnantajalle
- tehtävät tulevat elämän valitsemassa muodossa

Työ/ammatti/tehtävä antaa mahdollisuuden, ”olen korvaamaton”. Jos teen työni vastoin arvojani, teen työtä vastoin henkistä ihmiskuvaani. Kun olen tekemiseni ja toimintani tehnyt: mitä se on tuottanut maailmaan? Mitä tulee maailmaan toimintani kautta?

Teoksessaan Olemisen tarkoitus (1983) Frankl sanoo että, loppujen lopuksi on yhdentekevää, mikä on ihmisen paikka työelämässä tai mitä hän työkseen tekee. Asemaa tärkeämpää hänen mukaansa on se, miten ihminen työnsä tekee. Toimintasäteen laajuutta tärkeämpi on se, miten hän tehtäväkentästään suoriutuu. (Frankl 1983, 85–86.)

Lukasin mukaan on tehtävä se työ, mikä minulle on tarkoitettu – ei MITÄ vaan MITEN. Se, miten teemme työmme, jättää lähtemättömän jäljen. On tärkeätä ymmärtää tilanteen ainutlaatuisuus. Työ ja erilainen toiminta antavat mahdollisuuden olla joku jollekin. Teoksessaan Selkä (1998) Antti Heikkilä kirjoittaa, että valmis työ on kuva sielusta – huono laatu on valehtelua ja rikos itseä kohtaan.

Elämysarvoja voidaan toteuttaa

- kokemalla toinen ihminen rakkauden avulla
- sulautumalla toiseen
- olemalla joku jollekin
- mietiskelemällä
- rukoilemalla
- kauneudelle, suuruudelle, hyvyydelle omistautumalla

- vastaanottamalla, ei analysoiden, luonto, kauneus, musiikki
- kokemalla kulttuurin aikaansaannokset
- kokemalla tilanteet emotionaalisesti

Frankl on sanonut, että elämän suuruus voidaan mitata jopa yhden silmänräpäyksen suuruuden avulla. Aivan kuten vuorijononkaan korkeutta ei ilmoiteta laaksonpohjan korkeutena vaan korkeimman huipun korkeutena, samoin elämän huippukohdat määräävät sen merkityksen. Yksi yksittäinen silmänräpäys saattaa riittää antamaan tarkoituksen koko elämälle. (Frankl 1983, 86.)

Asennearvoja toteutetaan:

- kantamalla väistämätön taakka
- kärsimällä se, mitä ei voida välttää
- muuttamalla kärsimys inhimilliseksi suoritukseksi
- tarpeeton kärsimys on epäjaloa, ei pidä suostua liian äkkiä kärsimään
- olemalla esikuva taakankantamisesta

Elämä on ihanaa,
vaikka olemmekin täällä kärsimässä.
Minun mielestäni se on rikkain,
joka voi eniten kärsiä.
~ Jean Sibelius

Asennearvoissa on kysymys ihmisen asennoitumisesta kohtaloon, jota ei voida muuttaa. Ihmisellä on mahdollisuus toteuttaa näitä arvoja aina kun hän huomaa olevansa vastatusten kohtalon kanssa, jolle hän ei voi mitään, joka on vain otettava omalle vastuulle ja kestävä. Franklin mukaan kysymys on ryhdikkyudesta ja rohkeudesta kärsimyksissä, arvokkuudesta vastoinkäymisten kohdatessa, elämän haaksirikkoutuessa. Niin kauan, kun ihminen on tajuissaan, hän kantaa vastuuta arvoistaan, vaikkeivat ne olisi muuta kuin kuin asennearvoja – niin kauan kuin ihminen on tietoinen, hän on vastuullinen. (Frankl 1983, 87.)

Teoksessaan Ihmisyiden rajalla (1983) Frankl kirjoittaa kärsimyksen tarkoituksesta että, ihmisen kohdatessa tilanteen, jota hän ei voi paeta tai välttää, kun hänen on kohdattava kasvoista kasvoihin kohtalo, jota hän

ei voi muuttaa, hän saa viimeisen mahdollisuutensa toteuttaa korkeimman arvonsa, täyttää syvimmän tarkoituksensa, kärsimyksen tarkoituksen. Kaikkein merkityksellisimpänä hän pitää asennettamme kärsimiseen, sitä tapaa, jolla otamme kärsimyksen kantaaksemme. Hänen mukaansa ihmisen tehtävä ei ole saavuttaa mielihyvää tai vältellä tuskaa, vaan päinvastoin, nähdä tarkoitus. Tämän vuoksi ihminen on valmis jopa kärsimään sillä varmalla edellytyksellä, että hänen kärsimisellään on tarkoituksensa. Hän painottaa kuitenkin sitä, että kärsiminen ei ole mielekästä, jollei se ole ehdottoman välttämätöntä. Esimerkiksi kirurgisin menetelmin parannettavaa sairautta ei saa jättää hoitamatta, ikään kuin se olisi potilaan kohtalo. Hänen mukaansa tämä olisi masokismia eikä sankarillisuutta.

”Hyväksyessäsi urheasti kärsimisen haasteen elämällä on tarkoituksensa viimeiseen hetkeen asti ja se säilyttää tämän merkityksensä kirjaimellisesti loppuun saakka. Toisin sanoen: elämän tarkoitus on rajoittamaton, sillä se sisältää jopa kärsimisen potentiaalisen tarkoituksen.” (Frankl 1983, 102–104.)

Kärsimys ei ole välttämätöntä tarkoituksen toteuttamiseksi, mutta mahdollisuus kärsimyksestä huolimatta. Asennearvojen toteuttaminen ei tarkoita alistumista, voimme aina pyrkiä valitsemaan sellaisen suhtautumistavan, jolla ihmisen arvokkuus voidaan säilyttää. Vaikeudet antavat henkisen kasvun mahdollisuuden – kärsimyksellä on tarkoitus, jos muutun. Eli: elämän kysymys ei muuta meitä – antamamme vastaus muuttaa. (Logoterapeuttiopintojen muistiinpanot Katainen, T. mukaan. 2001–2002. Muurla & Ruokolahti.)

Aloitimme arvokeskustelun kysymyksellä: ”Mitkä viisi arvoa pakkasit tämä aamuna reppuusi?” Tarkastelimme arvoja ja keskustelimme niistä yleensä: Mitä arvot ovat, mitä kukin pitää arvokkaana ja miksi? Miten se näkyy ja todentuu kunkin arjessa? Mitä siitä seuraa? Arvokeskustelun avulla on mahdollista laajentaa ajattelua, ottaa kantaa omiin valintoihin, tarkastella niiden merkitystä ja vaikutusta niin itseen kuin muihin. Arvojen tunnistaminen vahvistaa omaa jaksamista ja valintojen tekemistä. Ihmisen on helpompi olla voidessaan luottaa tekemiinsä ratkaisuihin, kokiessaan olevansa sinut tekemänsä ja tekemättä jättämänsä kanssa. Tämä auttaa päästämään irti tappiomielialasta ja uhriajattelusta. ”Minulla on vaikuttamisen ja valinnan mahdollisuus. Jos ei muuta, niin ainakin asennoitumisen suhteen.” Asennoituminen onkin monta kertaa parasta, mitä jonkin tilanteen äärellä voi tehdä. Sen lisäksi, että se rau-

hoittaa, se auttaa katsomaan tilannetta uudesta näkökulmasta: ”Mitä minulla on vielä jäljellä? Mitä voin tehdä tästä huolimatta? Miten muuten voin toimia? Mitä hyvää tästä voi seurata ja kenelle kaikille?” Arvojen tunnistaminen, aivan samoin kuin oman ihmiskuvan tarkastelu, on hyvin voimaannuttavaa.

Kaiken kaikkiaan logoterapeuttisen viitekehyksen sisällä käydyt keskustelut virittyivät todella vilkkaiksi. Ajatusten ja mielipiteiden vaihto oli joskus jopa kiihkeää. Hieno! Eräs ryhmäläisistä kertoikin että: ”... odotin nimenomaan keskustelua eri aiheista.”

Sovellatko taitojasi kaikkien hyväksi.
~ Marja Holm

Esimerkki 2. Hyvien hetkien päiväkirja

Kauneutta on jos se vain saa mahdollisuuden tulla esiin.
~ Maija Paavilainen

Samasta päivästä tulee toisenlainen, kun päätät sen kiitoksella

- mitä olet saanut osaksesi
- mitä olet nähnyt, kuullut, kokenut, oppinut, mistä selvinnyt
- mitä olet saanut antaa
- miten olet voinut olla joku jollekin
- mitä hyvää olet voinut lisätä maailmaan
- mitkä ovat ne elämäsi lahjat, jotka olet saanut pitää tänäänkin

Uudesta päivästä tulee toisenlainen, kun aloitat sen kiitoksella

- yön levosta, lyhyestä tai pitkästä
- siitä, että olet saanut herätä tähän aamuun
- kaikesta itsestään selvästä, mikä sinua ympäröi

- mahdollisuudesta lähteä työhön, kouluun, erilaiseen toimintaan tai jäädä kotiin olemaan joku jollekin ja lisäämään hyvää tähän maailmaan (Lukas, E. 1985.)

Hyvien hetkien päiväkirjat otettiin käyttöön ensimmäisellä ryhmän koontumiskerralla. Aluksi keskustelimme elämän pienistä hyvistä asioista, siitä, mistä kukin saa elämäänsä iloa ja voimaa. Kiinnitimme huomiota asioihin, joita pidämme arjessa monesti itsestäänselvyyksinä tai emme huomioi lainkaan. Ajatustenvaihdon ja pohdintojen jälkeen kerroin ryhmäläisille päiväkirjan idean, jonka jälkeen päätimme niiden pitämisestä OVI-prosessin ajan. Aina silloin tällöin kyselin ryhmäkoontumisten alussa, mitä he olivat kirjanneet ylös päiväkirjoihinsa. Jokainen sai jakaa ja kertoa sen verran kun halusi, niitä ei tarvinnut näyttää kenellekään.

Päiväkirja toimi ”hyville pienille asioille” herättäjänä. Esimerkiksi kun erään kerran kysyin yhdeltä oppijalta, mitä hyvää hänen kuluneeseen viikkoonsa kuuluu, hän vastasi, että ”ei mitään”. Jatkoin ihmetellen, miten se voi olla mahdollista – hänhän oli tullut ryhmätapaamiseen omin voimin, eli hänellä on ollut riittävästi ruokaa, juomaa, terveyttä, jaksamista jne., koko viikon ajan, jotta hän pystyi saapumaan ja olemaan sekä fyysisesti että henkiseksi läsnä. Oppija hämmästyi ja totesi, että ”joo, jos sitä noin ajattelee, niin onhan sitä hyvää ollut”. Ja kertoi esimerkin siitä, miten aamuauringo paistaa sisälle hänen makuuhuoneen ikkunastaan, radiosta tulee joka päivä hänen lempikappaleitaan jne. Niin, me emme vain tule ajatelleeksi!

E ilinen on kuin uni,
huominen kuin kajastus.
Ota talteen tämä päivä –
Tuo on auringonnousun tervehdys.
~ Kalidasa

”Pidän henkilökohtaisesti asioiden pohtimisesta. Nauttisin jo pelkästään sellaisesta ryhmästä, jossa on mahdollisuus keskustella kaikista elämään liittyvistä kysymyksistä.”

Pitkää, neljä- ja puolivuotista logoterapeutin koulutusta järjestää Suomen Logoterapiainstituutti Oy, joka myös kehittää, valvoo ja koordinoi logoterapiaohjaajan ja logoterapeutin koulutusta maassamme. Instituutin

järjestämän koulutuksen käyneet logoterapeutit ovat: logoterapeutti LTI. Muurlan evankelinen opisto järjestää perusopintoja sekä eletyn elämän eli oman elämäkerran logoterapeuttisen tarkastelun opintoja. Perus- ja syventäviä opintoja, 1. ja 2. vuosi, järjestetään eri puolilla maamme kysynnän mukaan yhteistyössä instituutin kanssa ja myös instituutti järjestää niitä itse. Soveltavan logoterapian 3. kokonaisuus ja eletyn elämän 4. kokonaisuus ovat niin ikään instituutin järjestämiä.

Lisätietoja ja koulutusta:

Suomen Logoterapiainstituutti Oy: <http://www.logoterapia.fi/> (9.2.2005)

Muurlan evankelinen opisto: <http://www.muurlanopisto.org/logoterapia/index.html> (9.2.2005)

Wienin V. Frankl -instituutin viralliset verkkosivut: <http://www.logotherapy.univie.ac>. (9.2.2005) tai <http://www.viktorfrankl.org> (9.2.2005)

Luettavaa:

Frankl, V. 1986. Tarkoituksellinen elämä. Helsinki: Kirjayhtymä.

Frankl, V. 1986. Ehjä ihmiskuva. Helsinki: Kirjayhtymä.

Frankl, V. et al. 1986. Tahdonvoimalla terveeksi. Viktor E. Franklin logoterapia. Helsinki: Kirjayhtymä.

Frankl, V. 1984. Sinunkin elämälläsi on tarkoitus. Helsinki: Kirjayhtymä.

Frankl, V. 1984. Itsensä löytäminen. Vaasa: Vaasa Oy.

Frankl, V. 1983. Ihmissyyden rajalla. Keuruu: Otava.

Frankl, V. 1983. Olemisen tarkoitus. Helsinki: Otava.

Frankl, V. 1981. Elämän tarkoitusta etsimässä. Keuruu: Otava.

Graber, A. V. 2004. Viktor Franklin logoterapia. Löydä tarkoitus elämäsi. Hämeenlinna: Karisto Oy.

Lukas, E. 2001. Elämäntaidot ja hyvinvointi. Taipalsaari.

Lukas, E. 1986. Hengen uhmavoima. Muurla: Muurlan evankelinen opisto.

Lukas, E. 1985. Elämän voimat. Helsinki: Kirjayhtymä.

Lukas, E. 1984. Sinunkin elämälläsi on tarkoitus. Helsinki: Kirjayhtymä.

Pykäläinen, L. 2004. Ihmiskäsitys, arvot ja kasvatustieteet Franklin ja Böschemeyerin logoterapioissa. Väitöskirja. 2 painos. Oulu: Oulun yliopistopaino.



3.2 Kohti oppimisen iloa!

Jos sinulle on annettu neron lahjat,
voit työllä kehittää niitä;
jollat ole saanut näitä lahjoja,
voit työllä korvata ne.

~ Joshua Reynolds

Tässä OVI-osakokonaisuudessa tarkastelimme oppimista ja oppimaan oppimista hyvin laaja-alaisesti ja monipuolisesti. Sisällytimme siihen muun muassa käsityksen itsestä oppijana, attribuutiotyylit ja niiden tunnistamisen, oppimistyylit eri pääaistikanavien käytön mukaan, oppimisvaikeuden tunnistamisen ja huomioimisen sekä erilaisten oppimista ja oppimaan oppimista tukevien menetelmien etsimisen ja kokeilemisen. Kokonaisuuteen liittyi myös vierailu LUKIBUSSiin.

Matkamme kohti oppimisen iloa alkoi tarkastelemalla Tiedonpuu ry:n johtaja Taru Kiven ja professori Kaija Matilaisen oppimateriaaliin nojaten oppijan käsitystä itsestään oppijana eli erilaisia attribuutiotyylejä.

3.2.1 Käsitys itsestä oppijana

Yrjönsuureen viitaten Kivi ja Matilainen ovat sitä mieltä, että oppijan käsitykset itsestään oppijana muodostuvat erilaisista oppimistilanteista saaduista kokemuksista ja opettajan antamasta palautteesta. Kokemukset opiskelussa tapahtuneista tilanteista saattavat vaikuttaa hyvin syvästi joko kielteisesti tai myönteisesti yksilön käsitykseen itsestään oppijana. Myönteiset käsitykset vahvistuvat itseluottamukseksi kun taas kielteiset opiskeluahdistuneisuudeksi. (Kivi, T. Oppimateriaali. 2002–2003.)

Seligmaniin viitaten Kivi puhuu siitä, miten omaksutun selitysmallin ansiosta ihminen saattaa masentua mitättömästä epäonnistumisesta tai kohdata tyynen rauhallisesti isonkin menetyksen. Se voi olla esteenä päämäärien saavuttamiselle tai auttaa häntä ylittämään itsensä. Ihmisen itselleen hyväksymä selitysmalli vaikuttaa myös siihen, miten muut kokevat hänet.

Epäonnistuessaan jossakin ihminen tuntee avuttomuutta ja masennusta, ainakin hetkellisesti. Uusiin toimiin ryhtyminen ei ole yhtä rivakkaa

kuin tavallisesti. Jos hän pettymyksestään huolimatta yrittää, ponnistelu ei ole kovinkaan sitkeätä. Jos ympäristö, perhe ja koulu vielä omalla toiminnallaan vahvistavat yksilön käsitystä siitä, ettei hän ole menestyjä, oppija on vaarassa omaksua opittuun avuttomuuteen johtavan selitysmallin muodostumisen.

Optimistit toipuvat hetkellisestä avuttomuudesta välittömästi: heille tappio on haaste ja pelkkä viivytys matkalla. He suhtautuvat tappioon hetkellisenä, erityistapauksena, mikä ei kosketa koko elämää. Kiven mukaan Seligmanin käsitys on, että opinnoissaan menestyvät eivät välttämättä ole niitä kaikkein lahjakkaimpia. Voitto menee niille riittävän lahjakkaille oppijoille, jotka samanaikaisesti suuntautuvat elämään ja vastoinkäymisiin optimistisesti.

Edelleen Seligmaniin viitaten Kivi jatkaa, että lahjakkuustestien tuloksista riippumatta saadaan kerta toisen jälkeen havaita pessimistien putoavan ”mahdollisen” tasonsa alapuolelle, kun taas optimistit ylittävät sen. Tästä seuraakin ajatus, ettei mahdollisuuksilla ole kovinkaan paljon merkitystä optimistisen asenteen puuttuessa. Koska opiskelupaikat muodostavat niin suuressa määrin oppijoilleen käsitystä itsestään oppijoina, vähintään, mihin jokaisen opettajan/ohjaajan tulisi panostaa, on optimistisen oppimiskäsityksen luominen omille oppijoilleen. Koulumesteytyminen vaikuttaa merkittävästi oppijan attribuutiotulkintoihin itsestään oppijana. (Kivi, T. Oppimateriaali. 2002–2003.)

Attribuutiotyylit:

1. Optimistinen attribuutiotyyli

- attribuutioerhe toimii
- epäonnistumisen syyt ulkoisia ja tilapäisiä
- hyvä itsetunto
- korkea tavoitetaso
- luja usko omaan onnistumiseen
- rationaaliset suunnitelmat
- työskentely tehtävän ratkaisemiseksi
- itsetuntoa tukeva ajattelutapa oman suorituksen arvioinnissa

2. Defensiivis-pessimistinen attribuutiotyyl

- attribuutioerhe toimii
- epäonnistumisen syyt sisäisiä, pysyviä, vaihtelevia
- epävarmuutta itsetunnossa
- matala tavoitetaso
- korkea ahdistuneisuus (motivoivana tekijänä)
- rationaaliset suunnitelmat
- työskentely tehtävän ratkaisemiseksi
- ei itsetuntoa tukevaa ajattelutapaa oman suorituksen arvioinnissa

3. Itseävahingoittava attribuutiotyyl

- attribuutioerhe toimii
- epävakaata itsetuntoa
- epäonnistumisen pelko
- keskittyminen tehtävään liittymättömään toimintaan
- itsetuntoa tukeva ajattelutapa oman suorituksen arvioinnissa

4. Opittu avuttomuus

- attribuutioerhe ei toimi
- epäonnistumisten syyt sisäisiä, pysyviä
- heikko itsetunto
- depressiivisyys
- passiivisuus ja avuttomuus
- ei itsetuntoa tukevaa ajattelutapaa oman suorituksen arvioinnissa

Epäonnistumisensa: oppijalle on muodostunut heikko itsetunto, ja se ruokkii epäonnistumisen pelkoa, mikä puolestaan aiheuttaa korkeaa ahdistuneisuutta. Oppija keskittyy tehtävään liittymättömään toimintaan ja hänellä on itsetunnon kannalta kielteinen ajattelutapa oman suorituksensa arvioinnissa

Näistä erilaista toimintastrategioista menestyksikkäitä ovat optimistinen ja defensiivis-pessimistinen, kun taas itseä vahingoittava ja opittu avuttomuus johtavat ilman apua epäonnistumiseen. (Taru, K. Oppimateriaali Nurmen, Weinerin & Seligmanin mukaan. 2002–2003.)

”Hei, näinhän mä just toimin!”

Mitä hyötyä oppijoille oli oman attribuutiotyylinsä tunnistamisesta? Tarkastellessaan eri näkökulmia ja lähtökohtia oppija tulee tietoiseksi omasta oppimiskäsityksestään ja tyylistään. Tullessaan tietoiseksi hän voi tehdä asialle jotakin. Jos oppija esimerkiksi tunnistaa toteuttavansa itsevahingoittavaa attribuutiotyylä, sen sijaan, että toistaisi jo tavaksi ja tottumukseksi muodostunutta tapaa reagoida ja selittää itselleen pulmalliset ja vaikeat tilanteet, hän voi tietoisesti suhtautua toisella tavalla – itseä ja omaa oppijuuttaan vahvistavalla tavalla. Jos hän aikaisemmin ajatteli jopa onnistumisen hetkellä, että tämän täytyy olla vain jotakin hyvästä onnesta ja jostakin ulkopuolisesta tekijästä johtuvaa, jotakin poikkeavaa ja kertaluontoista, hän voi opetella antamaan itselleen ja toiminnalleen kiitosta todeten: ”Hyvä minä! Tämä meni nappiin ja se johtuu muun muassa siitä, että tein parhaani ja todella yritin, onnistumisen syy on minussa itsessäni. Minulla on kaikki mahdollisuudet onnistua myös toisen kerran. Voin itse vaikuttaa omalla toiminnallani siihen, miten asiat sujuvat. Ja vaikka ne ei aina sujukaan haluamallani tavalla, voin aina ottaa oppia epäonnistumisestani ja yrittää uudelleen. En ole epäonnistuja, vaikka ne juuri tällä kertaa ja tässä asiassa onnistunutkaan. Epäonnistumiset voivatkin olla arvokkaita opettajia.” Tällä en tarkoita sitä, että kun oppija tulee tietoiseksi omasta oppimiskäsityksestään ja attribuutiotyylistään, kaikki oppimiseen liittyvät palikat loksahavat siinä samassa paikoilleen ja aikaisempi, itsevahingoittavatyö muuttuu itseä tukevaksi. Se avaa kuitenkin mahdollisuuden ottaa kantaa ja toimia jatkossa tietoisesti toisin.

Tarkastelimme asiaa ”Pipsa-pelle-esimerkin” avulla. Pipsan koettelemusten valossa etsimme vaihtoehtoisia selittämisen- ja toimintatapoja ja siltasimme niitä ryhmäläisten omiin kokemuksiin.

Pipsalla oli tapana touhuta matematiikan oppitunnilla sitä sun tätä – mitä vain, mikä sai luokkakaverit nauramaan ja kiinnittämään huomion muuhun, kuin itse opetukseen. Minkä vuoksi? Miksi tunnilla pelleily oli hänelle niin tärkeätä, että sitä piti jatkaa opettajan lukuisista kielloista huolimatta? Ihan silkkaa pahansuopuuttaanko? Ei. Pipsa oli havainnut, että matematiikka ei ole alkuunkaan hänen vahvimpia oppiaineitaan, ei sinne päinkään. Matematiikka oli vaikeata: numerot pomppivat, plussat ja miinukset menivät sekaisin laskujärjestyksen ollessa hukassa. Oppimisen tuottaessa vaikeutta hän oli alkanut epäillä omia älynlahjojaan ajatellen olevansa tyhmä, luokkakavereitaan huonompi oppija. Itseluotta-

mus ja -tunto olivat saaneet kovia kolhuja. Hän ei enää luottanut omaan kykyynsä oppia matematiikkaa: se oli mahdotonta, ei sille mitään voi. Hän odotti epäonnistuvansa tehtävien ratkaisemisessa ja kokeissa niin kovasti, että onnistuessaan epäili opettajan tehneen tarkistusvirheen.

No, kukapa haluaisi olla jatkuvasti huono ja osaamaton sen enempää luokan kuin itsensääkään silmissä. On parempi vaikka heittäytyä pelleksi: luokkaa naurattamalla ja opettajan nutturaa kiristämällä voi osakseen hankkia toisenlaista huomiota. Eikä kukaan huomaa, että touhuamisen taustalla on matematiikan oppimisvaikeus. Ei kai kukaan voi odottaa Pipsan osaavan matematiikan tehtäviä ja keskittyvän opetettavaan asiaan, kun kaikki aika meni luokan hauskuttamisesta huolehtimiseen.

Pelleilyllä oli ikävä kyllä kaikkea muuta kuin hauskat seuraukset riittävän kauan jatkuessaan. Pipsa tippui luokan etenemisvauhdista, rästitehtävien määrä sen kuin kasvoi eikä matematiikka muuttunut yhtään helpommaksi, ei, vaikka vaihdettiin geometriasta yksinkertaisiin yhtälöihin.

Pipsalle oli muodostunut itsestään oppijan melkoisen negatiivinen kuva, jota hän entisestään vahvisti omalla sisäisellä puheellaan. Miten Pipsa voisi jatkossa toimia niin, että hänen itsetuntonsa kohenisi, usko omaan oppimiseen lujittuisi ja että hän pystyisi jatkossa työskentelemään tehtävien ratkaisemiseksi ja jättämään pelleilyn vapaa-ajalle? Auttaako häntä se, että hän on tullut tietoiseksi omasta attribuutiotyylisestäään, ja jos auttaa, niin miten? Miten opettaja voisi tukea Pipsaa?

Myös WtW-projektin projektikouluttaja Virpi Hongisto on pohtinut näitä kysymyksiä julkaisussaan Ohjat oppijan käsiin Ammatillinen opetus ja voimaannuttavan ohjauksen malli. HAMK Ammatillisen opettajakorkeakoulun julkaisuja 7/2005.



Luettavaa:

Kivi, T. 1994. Optimistinen oppimiskäsitys. Helsinki: Opetushallitus.

Salmela-Aro, K. & Nurmi, J-E. 2002. MIKÄ meitä liikuttaa: modernin motivaatio-psykologian perusteet (toim.). Jyväskylä: PS-kustannus.

Seligman, M. E. P. 1999. Optimistin käsikirja. Keuruu: Otavan Kirjapaino.



3.2.2 Hetki vain, anna minun ajatella!

Professori Reuven Feuersteinin luoma Instrumental Enrichment eli IE-ohjelma on oppijan kognitiivisen prosessoinnin kehittämismenetelmä, jonka aineisto koostuu pääasiassa visuaalisesta aineistosta.

IE-ohjelma keskittää oppijan tarkkaavuuden tiedon prosessoinnin olennaisiin tekijöihin opettamalla tarvittavat käsitteet, kehittämällä oppijan kognitiivisia operointitapoja ja tuottamalla suunnittelevaa, harkitsevaa ja oivaltavaa ajattelua.

IE-ohjelma on alunperin laadittu oppimisvaikeuksista kärsivien siirtolaislasten opetukseen, mutta viime vuosina harjoitusohjelmaa on laajennettu yleisemmin käytettäväksi ajattelutoimintojen ja opiskelunvalmiuksien kehittämisohjelmaksi. Ohjelma soveltuu yli kahdeksanvuotiaiden lasten, nuorten ja aikuisten oppimisvalmiuksien harjoittamiseen.

Nykyisellään IE-ohjelma on 14-osainen harjoitussarja, jonka eri osia kutsutaan instrumenteiksi. Kunkin instrumentti sisältää noin 20 kynäpaperi-sivua ja ohjaajalle tarkoitettua laajahkon käsikirjan. Ohjelman läpivieminen edellyttää ohjaajalta huolellista valmistautumista, teorian ja käytännön tason opintoja sekä perehtymistä aineistoon omakohtaisesti etukäteen.

IE-ohjelman käyttötutkimusta ja kokeiluseuranta on viime vuosina tehty eri puolilla maailmaa varsin paljon. Ohjelman vaikuttavuudesta sekä vaikutusten pysyvyydestä on tieteellistä evidenssiä saatavana runsaasti. IE-ohjelma on erinomaisesti sovellettavissa myös suomalaisen opetukseen ja kuntoutukseen.

Saadun kokemuksen perusteella voidaan jo todeta, että IE-ohjelmaa voitaisiin Suomessa menestyksellisesti käyttää ainakin seuraavilla opetuksen ja kuntoutuksen alueilla: peruskoulun lisä- ja tukiopetuksessa, erityisopetuksen opetussuunnitelman osana, keskiasteen koulutuksessa, armeijan peruskoulutuksessa, opetus- ja kuntoutustoiminnassa, oppimistaitojen hankkimiseksi ammatinvaihdon yhteydessä, työelämästä syrjäytyneiden täydennyskoulutuksessa ja maahanmuuttajien perehdyttämiskoulutuksessa.

Ohjelma toimii sekä yksilöllisesti käytettynä että pienten ryhmien opetuksessa. Eri alojen kuntoutuskäyttöön ohjelma antaa tehokkaan lisän. Koko ohjelman läpivieminen kestää 200–300 tuntia, mutta sitä voidaan

käyttää myös tarpeen mukaan instrumentti instrumentilta erityisesti silloin, kun on kysymys puutteista kognitiivisissa prosesseissa tai kun tietävissä tehtävissä tarvitaan määrättyjä kognitiivisia toimintoja.

IE:n ensimmäiset osiot (1–7) soveltuvat oppimistaitojen keskeisten alueiden harjoittamiseen ja ohjelman viimeiset instrumentit (8–14) ovat jo lähellä logiikan käyttämää käsitteistöä. (Tiedonpuu ry:n esitteen mukaan Feuerstein, R. 1980.)

Sekä IE I -tason että IE II -tason opintokokonaisuus harjoituksineen on arvioitu kumpikin kahden opintoviikon laajuiseksi opintokokonaisuudeksi.

Aikaisemmin luetellun lisäksi IE:tä on käytetty eri hankkeissa, muun muassa:

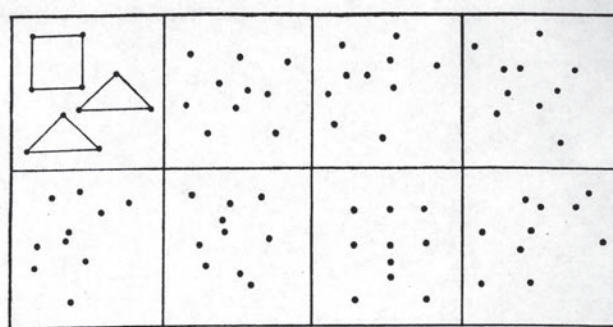
Lahdessa, Tiedonpuu ry:ssä, 15–17-vuotiaille peruskoulupudokkaille tarkoitettussa ELÄMÄN SYKE-hankkeessa. Saadun kokemuksen ja palautteen valossa näyttää siltä, että neurokognitiivinen lähestymistapa palauttaa melko nopeasti opiskelumotivaation nuorille oppijoille, jonka jälkeen opinnot etenevät varsin ripeästi ja itsenäisesti. Hankkeen viidestätoista oppijasta kaksitoista on selviytynyt peruskouluopinnoistaan ja on jatkanut kukin oman suunnitelmansa mukaisesti opintoja ammatilliselle puolelle tai lähtenyt armeijaan.

Lahden kaupungin sosiaali-viraston ja Tiedonpuu ry:n yhteistyössä toteuttamassa LATU-maahanmuuttajille-hankeessa, jossa tarjotaan kuntoutusta ja ohjausta sellaisille maahanmuuttajille, joilla on erityisiä ongelmia oppimisessa. Lisätietoja hankkeesta: <http://www.lahti.fi/uusifiilis/latu/> (22.2.2005)

Vankeinhoitolaitoksen ja Tiedonpuu ry:n kanssa toteutetussa ULOS OSALLISUUTEEN -hankkeessa, jossa viriteltiin vankien opiskelumotivaatiota ja annettiin oppimisvalmiuksia erityisesti niille vangeille, joilla oli puutteellinen koulutus. Pilottikokeilu on suoritettu Riihimäen keskusvankilan päihteettömällä osastolla. Lisätietoja hankkeesta: <http://www.tiedonpuu.fi/lehti/lehti.php?sivu=aihe&juttu=2001a6&kode> = (22.2.2005) (Tiedonpuu ry. Toimintasuunnitelma vuodelle 2004.)

Ajattelu on vaikeinta
mitä on olemassa.
Tämä ehkä selittääkin,
miksi niin harvat siihen ryhtyvät.
~ Henry Ford

IE palveli OVI-oppijoita kahdella tavalla: se toimi sekä oppimisenvaikeuden tunnistamisen että ajatteluntaitojen kehittämisen välineenä. Se kulki logoterapian tapaan perusjuonteena mukana ryhmäprosessin alusta loppuun. Ehdimme tehdä pisteet -osion melkein kokonaan loppuun (jotkut jatkoivat sen tekemistä saaden koko instrumentin valmiiksi ryhmäprosessin jälkeen yksilöohjauksessa).



Kuvio 3. Ensimmäinen instrumentti – pisteet Lähde: Feuerstein, R. Pisteiden järjestäminen – Etsivirhe E 2.

Ennen pisteiden yhdistelyä ja itsenäistä työskentelyä käytiin ryhmäläisten kanssa läpi kyseinen tehtävä määrittäen ja nimeten kuviot, niistä etsittiin sisäiset ja ulkoiset vihjeet ja laadittiin toimintastrategiat. Alkukeskustelu ja informaation kerääminen on tärkeä osa/vaihe tehtäväosioiden suorittamisessa. Kun kaikki kuviot oli nimetty, vihjeet etsitty ja strategiat luotu, oppijat aloittivat itsenäisen työskentelyn pyrkien yhdistämään pisteet siten, että mallikuvioiden mukaiset kuviot löytyivät (kuvioiden muoto ja koko ei muutu, asento muuttuu: voivat olla miten päin tahansa). Oppijat testasivat tekemiään hypoteeseja ja luomiaan strategioita. Jos ne eivät toimineet, niitä muutettiin. Jos oppijalle tuli jumi, eikä kuviota tahtonut löytyä, ohjaaja auttoi kysymyksin eteenpäin. On oleellisen tärkeää, että oppijat itse saavat ratkaista ongelmat, jotta ”ahaa” jää

heille. Se antaa mahdollisuuden itsenä ylittämiseen, todesti sen kokemi-
seen, että on pystynyt enempään, kuin aluksi ehkä usko. ”*Parasta oli*
tehtävien niiden (tehtävien) vaikeutuminen asteittain.” Ja toisaalta op-
pijoita ei saa jättää yksin pakertamaan tehtävien kimppuun, vaan ohjaa-
jan tuki ja apu on oltava koko ajan saatavilla.

Kuvioiden löytymisen jälkeen käytiin keskustelua siitä, miten he olivat
ratkaisseet tehtävät: mikä oli helppoa, mikä oli vaikeata, miksi, miten
he selvittivät ja ratkaisivat tilanteen. Kävimme keskustelua myös siitä,
miten ja missä muualla elämässä näitä samoja tietoja, taitoja ja havain-
toja voidaan hyväksikäyttää ja käytetään, eli tehtävän kautta opittu ja
oivallettu sillattiin omaan elämään. Siltaaminen on erittäin tärkeä osa
IE-työskentelyä. Se auttoi oppijoita kiinnittämään huomiota omaan ar-
jentoimintaan, mikä toimii nyt ja mitä olisi tarpeen muuttaa ja miten. Se
lisäsi heidän itsevarmuuttaan ja omanarvontuntoaan: ”minä osaan, minä
pystyn, minä ymmärrän, minä muistan, minä pärjään”. ”*IE:ssä paras-
ta oli ongelman ratkaisu.*”

IE:n tekeminen oli oppijoista sekä haasteellista että hauskaa. Tosin jonkin
verran toivottiin rivakampaa etenemistä alun informaation keräämisestä
ja toimintasuunnitelman luomisesta varsinaisiin kynähommiin, pisteiden
yhdistämiseen. ”*IE:n alku ärsytti, muuten menee. Anna himaan tehtäväk-
si?*” Impulsiivisuuden hillinnän harjoittelua – toimii! ”*IE – jees!*”!

Lisätietoja ja koulutusta:

Opeko: <http://www.opeko.fi/> (9.2.2005)

Tiedonpuu ry: [http://www.tiedonpuu.fi/lehti/lehti.php?sivu=aihe&juttu=2001a6&ko-
de](http://www.tiedonpuu.fi/lehti/lehti.php?sivu=aihe&juttu=2001a6&kode) (9.2.2005)

Luettavaa:

Feuerstein, R., Kelin, P. S., & Tannenbaum, A. J. 1991. Mediated Learning Experi-
ence (MLE): Theoretical, Psychosocial and Learning Implications. London:
Freund Publishing House Ltd.

Feuerstein, R. 1980. Instrumental Enrichment An Intervention Program for Cognitive
Modifiability. USA: University Park Press.

Feuerstein, R., Rand, Y. & Hoffman, M. B. 1979. The dynamic assessment of retar-
ded performers: The Learning Potential Assessment Device, Theory, Instru-
ments, and Techniques. Illinois: Scott, Foresman and Company.

- Kivi, T. 2000. Oppimisen taidot. Helsinki: Opetushallitus.
- Kivi, T. 1995. Oppimisen ytimessä. Helsinki: Opetushallitus.
- Kozulin, A. 1990. Vygotsky's Psychology: a biography on ideas. London: Harvester Wheatsheaf.
- Vygotsky, L. S. 1978. Mind in Society. The Development of Higher Psychological Processes (M. Cole, V. John Steiner, S. Scribner, E. Souberman, Eds.). Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Vygotsky, L. S. 1962. Thought and language (E. Hanfmann & G. Vakar, Trans.). Cambridge, MA: M. I. T. Press (Original work published 1934).
- Wertsch, J. V. 1984. The Zone of Proximal Development: Some Conceptual Issues. In B. Rogoff & J. V. Wertsch (Eds.). Children's learning in the zone of proximal development (pp. 7-18). San Francisco: Jossey Bass.



3.2.3 Näkemällä, kuulemalla, tuntemalla vai tekemällä?

Pääsääntöisesti erilaiset oppimis- ja työtyylit jaetaan neljään ryhmään niin sanotun pääaistikanavan käyttämisen mukaan, ja ne ovat visuaalinen, auditiivinen, kinesteettinen ja taktilinen. Mitä tämä tarkoittaa oppijan ja oppimisen kannalta? Tarkastellaan aluksi kutakin aistikanavaa erikseen.



1. Visuaalinen eli näkötyyppi

- näkeminen ja katsominen
- tallentaa kuvia ja värejä
- puhe on nopeaa ja hyppivää
- käyttää visuaalisia sanoja, esimerkiksi: näyttää, kuvittelee
- on tarkka ja kriittinen
- on kärsimätön
- on nopea
- käyttää mielikuvia
- häntä tukee: lukeminen/tekstit, kuvat, värit, filmit



2. Auditiivinen eli kuulotyyppi

- on rauhallinen ja looginen
- puhe on keskinopeaa ja korkeata
- käyttää kokonaislauseita

- käyttää auditiivisia sanoja, esimerkiksi: kuulostaa, mitä kuuluu?
- selvittää taustat
- kuuntelee
- häntä tukee: luennot, kasetit, keskustelut, tarinat, suulliset ohjeet



3. Kinesteettinen eli tunnetyyppi

- täytyy saada liikkua
- puhe on hidasta ja ääni on matala
- käyttää kinesteettisiä sanoja, esimerkiksi: tuntuu, kokeiltaan
- pitää puhuessaan taukoja
- tunne tärkeä: hyvä fiilis
- on mukavuudenhaluinen
- tekee itse, kokeminen
- intuitio
- häntä tukee: keskustelu, väittely, fyysinen tekeminen, työsaoppiminen



4. Taktiilinen eli sormenpäätyyppi

- hän kirjoittaa samalla kun kuuntelee
- häntä tukee: käsillä tekeminen, käsitteleminen, alleviivaukset, muistiinpanot, kynän napsuttelu, työsaoppiminen (Marckwort, A. 7.12.2004. Luentomateriaali. Lahti., Savikuja, T. 28.10.2005. Luentomateriaali. HERO, Helsinki.)

Me käytämme kaikkia aistikanaviamme, vaikka joku kanava edustaa-kin niin sanottua pääaistikanavaa.

Eri aistikanavien käytön lisäksi oppimistyyliä voidaan tarkastella **analyttisen** ja **globaalin** näkökulmista. Analyttinen tyyppi huomioi yksityiskohdat, tekee yhden asian kerrallaan, järjestys on hänelle tärkeä. Hän oppii niin sanotusti portaittain. Hän ei anna muiden asioiden häiritä itseään ja keskittymistään. Hän on asiallinen eikä anna arvostelun häiritä itseään. Hän ei ole niin kiinnostunut myöskään henkilökohtaisista kokemuksista.

Elämä on ikävää
ja huonosti ohjattua teatteria,
jolleme ole kiinnostuneita
esitettävästä kappaleesta.
~ Robert Louis Stevenson

Globalityyppi sen sijaan hahmottaa kokonaisuuksia. Hänellä on meillä monta asiaa yhtä aikaa. Siinä voi joskus olla järjestys hukassa. Hänen täytyy ensiksi ymmärtää kokonaisuus, ennen kun hän voi keksittyä yksityiskohtiin. Hän on metaforista pitävä huumorintajuinen ryhmässä toimija. Hän on herkkä arvostelulle. Häntä kiinnostavat henkiset kokemukset.

Edellä mainittujen tekijöiden lisäksi myös sellaiset kuin **ympäristötekijät** (valaistus, äänet, lämpötila, kalustus), **fysiologiset tekijät** (napostelu, vuorokauden aika, liikkuminen), **sisäinen motivaatio** (tietää mitä haluaa, muiden mielipiteet eivät vaikuta, itsenäinen päätöstenteko, palaute ei ole välttämätön), **ulkoinen motivaatio** (muiden mielipiteet tärkeitä, tarkkailee päätöksenteossa muiden reaktioita, palaute, kiitos), **sinnikkyys** (yksi vai monta asiaa kerrallaan menossa), **sopeutuja/sopeutumaton, annetut ohjeet, sosiaaliset tekijät** (yksin, pareittain, pienryhmä, tiimi, vaihtelevuus) vaikuttavat oppimiseen. (Marckwort, A. 7.12.2004. Luentomateriaali. Lahti.)

Keskustelimme ryhmässä siitä, millaisia oppimisen kokemuksia kullakin on, miten hän oppii: mikä on sujunut ja miten ja mikä taas ei. Eri aistikanavien tarkastelu antoi lisätietoa oppimiseen vaikuttavista tekijöistä: ehkä ei olekaan ihan samantekevää, missä päin luokkaa oppija istuu, kummalla korvalla kuuntelee, saako liikkua vai täytyykö tököttää paikallaan, käytetäänkö värejä ja kuvia vai ei, jne.

Oppijat tutkailivat oppimistyylejään kevyen kartoituksen avulla. Kartoitus koostuu kymmenestä väittämästä, joista jokainen sisälsi kolme eri vastausvaihtoehtoa. Oppijat lukivat väittämät läpi ja vastasivat antaen kolme pistettä itselle parhaiten sopivalle väittämälle, seuraavalle kaksi ja viimeiselle yhden pisteen. Kun kaikki väittämät oli käyty läpi ja pisteytetty, pisteet laskettiin yhteen. Oppijan pääaistikanava oli se, joka sai eniten pisteitä. Eri oppimis- ja työtyyleistä saamansa tiedon ja tehdyn kartoituksen avulla he pystyivät jatkossa kiinnittämään enemmän huomiota oppimistapaansa. Samalla kun he oppivat hyödyntämään pääaistikanavaansa ja omaa oppimistyylejään, he pääsevät harjoittamaan mui-

ta, ei vielä niin vahvoja tyylejä. Sillä on monella tavalla oppimista helpottavia vaikutuksia, esimerkiksi mieleen painaminen ja muistaminen helpottuvat.

Lisää oppimis- ja työtyyleistä:

Auvo Marckwort Oy: <http://www.marckwort.fi/yritys.html> (24.2.2005)

HERO: <http://www.lukihero.fi/index2.html> (9.2.2005) tai

<http://www.lukihero.fi/naytto-projekti/tiedostot/huomioiminen.ppt#1> (17.2.2005)

Suomen NLP-yhdistys ry: <http://www.suomennlp-yhdistys.fi/> (24.2.2005)

Luettavaa:

Aulanko, M. 1999. Minä osaan. Anna aivojesi toimia. Juva: WSOY.

Dryden, G. & Vos, J. 2002. Oppimisen vallankumous: uusien oppimistapojen maailma. 2. painos. Pieksämäki: RT-print.

Kauppila, R. A. 2003. Opi ja Opetä tehokkaasti, psyykinen valmennus oppimisen tukena. Juva: WS Bookwell Oy.

Marckwort, A. 1999. Ole hyvä esiintyjä ja kouluttaja. Maarianhamina: Mermerus.

Marckwort, A. & Marckwort, R. 1994. Kouluttajan uudet vaatteet. Tampere: Tammer-paino.

Otala, L. 1999. Osaajana opintiellä: Opas elinikäisen oppimisen tiellä. Porvoo: WSOY.

Prashnig, B. 2000. Erilaisuuden voima: opetustyyliä ja oppiminen. Juva: WS Bookwell.

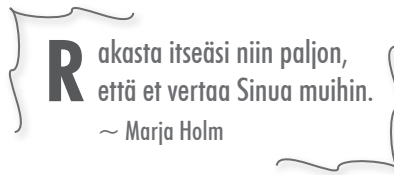
Vakkuri, K. 1998. Opi tehokkaammin – opi oppimaan! 4. painos. Helsinki: BSV-kirja.



3.2.4 Oppimisen vaikeus ja erilainen oppijuus

Erilainen oppijuus – erilainen oppija: kuka hän on? Pitäisikö ennemminkin kysyä, kuka on samanlainen oppija? Ei kukaan, me kaikki olemme oppijoina erilaisia. Puheella erilaisesta oppijuudesta yleensä tarkoitetaan oppijoita, joilla on jonkunlainen tai -asteinen oppimisen vaikeus. Joskus

erilaisuus on oppimista edesauttava, joskus sitä haittaava tekijä. Lukiopettaja Tuija Takalan (HEROn Erilainen oppija näytöissä I raportti) mukaan oppimisvaikeudet eivät ole koskaan este oppimiselle, vaan vaikeuksiin voidaan keksiä ratkaisu- ja tukikeinoja. Arvion mukaan erilaisia oppimisvaikeuksia on noin 10–25 %:lla suomalaisista. Usein käytettävällä ilmaisulla ”yleinen oppimisvaikeus” tarkoitetaan sitä, että oppijalla on vaikeuksia yhdellä tai useammalla eri alueella.



Edelleen Takalaan viitaten, oppimisvaikeuksiset ovat yleensä kyvyiltään normaaleja. Oppimisvaikeudestaan huolimatta he eivät olet sen ”tyhempinä” tai ”laiskempinä” kuin niin sanotut keskiverto-oppijat. Oppimisvaikeuksien kirjo on hyvin laaja, ja vaikeudet ilmenevät jokaisella oppijalla eri tavoin. Pystyäksemme tukemaan oppimisvaikeuksista oppijaa meidän tulee tunnistaa oppimisvaikeus ja sen piirteet juuri tällä kyseisellä oppijalla. Meidän on tunnistettava vahvuudet, tiedostettava, miten oppimisvaikeus vaikuttaa opiskeluun sekä etsittävä ja kokeiltava erilaisia helpottavia ja tukevia tapoja oppia ja ohjata oppijaa. Oppimisen vaikeuden tunnistamisen jälkeen voidaan etsiä ja löytää juuri tälle oppijalle sopivia oppimisentukikeinoja ja ottaa erilaiset voimavarat ja lahjakkuudet käyttöön. Oppimisen vaikeus voi avata uusia kasvunpolkuja, kuten eräs OVI-oppija totesi:

”Olen kehitellyt laskemista vaativissa tilanteissa ihan omanlaisiani menettelytapoja. Esimerkiksi laittaessani ruokaa en katso keittokirjan ohjeita eri aineksien määrästä, vaan olen opettelut itse arvioimaan, mitä laitetaan minkin verran. Minulle on kehittynyt oma sisäinen mittajärjestelmä.”

Mistä sitten tietää, että kysymyksessä on joku oppimisen vaikeus? Miten se ilmenee?

Kirjoittamisen vaikeus ilmenee muun muassa:

- kirjoitusvirheinä: kirjaimia jää pois, niitä tulee liikaa, ne pomppivat ja vaihtavat paikkaansa, puuttuu tavuja, tavut vaihtavat paikkaansa, sanana loput jäävät pois

- lause- ja virkerakenteiden epäselvyyksinä: sanoja puuttuu, sekava sanajärjestys, lauseista puuttuu osia, välimerkit puuttuvat tai niitä käytetään epäjohdonmukaisesti
- kieliopin omaksumisen vaikeutena: kielioppikäsitteitä on vaikea oppia ja soveltaa
- kirjoitussääntöjen omaksumisen vaikeutena: yhdys sanojen tunnistaminen (yhteen vai erikseen), epätietoisuus ison ja pienen kirjaimen käytöstä, välimerkkien käyttö vaikeata
- oppijan vaikeutena käyttää kirjakielisiä muotoja, puhekieliset muodot sekoittuvat kirjakielen kanssa
- tekstin tuottamisen tuskana: on vaikea aloittaa, saada ajatuksensa paperille, sekava asioiden esittämisjärjestys, kapalejaon tunnistaminen vaikeata
- tekstin tuottaminen sujuu, mutta asioitten esittäminen on sekavaa eivätkä pääasiat erotu sivuseikoista
- vaikealukuisena käsialana, käsin kirjoittaminen on vaivalloista ja kirjoitusjälki on kömpelöä

Lukemisen vaikeuden ilmenemismuotoja ovat muun muassa:

- lukemisen hitaus ja vaivalloisuus, sanoja on vaikea tunnistaa ja niitä on tavattava
- lukemisen nopeus ja hätäisyys, sanoja jää lukematta, ajatukset hyppivät tekstin ohi
- ääneen lukemisen vaikeus ja vastenmielisyys: lukija pelkää lukuvirheitä
- lukuvirheet: sanat luetaan väärin, sanan loppu tai lyhyt sana jää pois
- nopea väsyminen lukiessa, kirjainten ja rivien hyppiminen silmissä, rivien seuraamisen vaikeus
- monivaiheisten kirjallisten ohjeiden seuraamisen ja muistamisen vaikeus
- tekstin ymmärtämisen ja oleellisten asioiden löytämisen ja muistamisen vaikeus
- teksti on luettuna vaikeata mutta kuultuna helppoa

Suullisen esityksen vaikeus ilmenee muun muassa:

- vaikeuksina pitkien ja vieraiden sanojen ääntämisessä
- joidenkin sanojen toistuvana väärin ääntymisenä

- epäselvänä puheena
- pelkoina, esimerkiksi tukipapereiden lukemisen jännittämisenä

Suullisten ohjeiden seuraamisen vaikeus näkyy muun muassa:

- pitkien ja vieraiden sanojen ymmärtämisen vaikeutena
- monivaiheisten ohjeiden ymmärtämisen ja muistamisen vaikeutena

Vieraiden kielten oppimisen vaikeus näyttäytyy muun muassa:

- oikeinkirjoitusvirheinä
- sanaston oppimisen vaikeutena
- kuuntelemisen ongelmina: sanahahmot eivät erotu toisistaan
- rakenteen ja kieliopin omaksumisen vaikeutena
- kielioppisääntöjen muistamisen vaikeutena
- lukemisen ongelmina: lukuvirheet, hitaus, luetun ymmärtäminen
- sanojen ja lauseiden ääntämisen vaikeutena

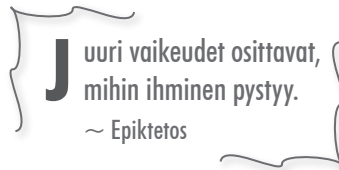
Puheen ja kielen kehittymisen häiriö eli dysfasia

- on luonteeltaan kehityksellistä, ei älyllisistä eikä ympäristökäytännöistä johtuvaa
- lapsuudessa puheen ja kielen kehitys on ollut hidasta, myöhemmin vaikeudet näkyvät kieliopin hallinnan-, sanojen-, ääntämisen ja käsitteiden ymmärtämisen vaikeuksina sekä suppeana sanavarastona
- ilmenee puheen tuottamisen ja/tai ymmärtämisen vaikeutena
- usein dysfaatikolla on myös lukivaikeutta, motorista kömpelyyttä sekä ongelmia hahmottamisessa ja keskittymisessä

Matematiikan oppimisvaikeuden tunnistaa muun muassa siitä, että

- numerot vaihtavat lukusarjoissa paikkaa
- peruslaskutoimitusten oppiminen on vaikeata
- aritmetiikka tuottaa vaikeutta, esimerkiksi lukujen järjestyksen yhteen- ja vähennyslaskussa sekoittuvat

- kertotaulun oppiminen on vaikeata
- jakolaskujen ymmärtäminen ja soveltaminen tuottavat vaikeutta
- mittayksiköiden hahmottaminen on hankalaa
- avaruudellinen hahmottaminen on vaikeata
- sanallisten tehtävien tekeminen on vaikeata: vaikea erottaa, mitä pitää laskea



Keskittymisen ja tarkkaavuuden vaikeudet näkyvät muun muassa:

- keskittymisen ja tarkkaavuuden helppona herpaantumisenä: äänet, valot, liike katkaisevat helposti keskittymisen
- tunteena, ettei jaksaa seurata opetusta kuin hetken, ajatukset harhailevat, tarkkaavuus on epätasaista
- ohjeitten seuraamisen ja mielessä pitämisen vaikeutena
- sarjallisten tehtävien hallinnan vaikeutena
- oman toiminnan ohjaamisen vaikeuksina
- ajan hahmottamisen ja hallinnan vaikeuksina
- väsymyksen ja mielialojen runsaana vaikutuksena keskittymiskykyyn
- ylivilkkautena
- vaikeuksina pysyä paikoillaan, oppijalla on tarve liikkua ja toimia
- herkkyytenä erilaisille häiriöille: työskentely keskeytyy helposti
- lyhytjännitteisyytenä, impulsiivisuutena
- hitautena
- työskentelyn aloittamisen vaikeutena ja hitautena
- ajatuksiin vaipumisena kesken työskentelyn
- syrjäänvetäytymisenä, ujoutena
- diagnosoitujen tarkkaavaisuushäiriöiden nimityksiä ovat:
 - ADD, attention deficit disorder = tarkkaavuuden säätelyn vaikeus,

- ADHD, attention deficit disorder with hyperactivity = tarkkaavuuden ongelmien lisäksi käyttäytymisen oireita, esimerkiksi ylivilkkautta
- (MBD, minimal brain dysfunction = vanhahtava termi, joka nykyisin on korvattu ADD ja ADHD -diagnoseilla)

Motoriikan vaikeus näkyy muun muassa:

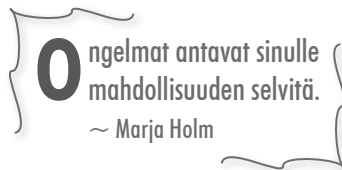
- hienomotoriikan vaikeutena, esimerkiksi kynäote on hankala, kengännauhojen sitominen vaikeata
- tarkkojen käsien käyttöä ja näppäryyttä vaativien tehtävien tekemisen vaikeutena
- silmän ja käden yhteistaitojen hahmottamisen ongelmina, esimerkiksi laitteiden ja työkalujen käytön hankaluuksina
- karkeamotoriikan liikkeiden hallinnan vaikeuksina
- vaikeuksina erilaisten liikuntalajien oppimisessa
- askel- ja liikesarjojen tuottamisen vaikeutena
- vuorotahdin ja ristikkäisliikkeiden oppimisen hankaluutena

Hahmottamisen vaikeudet ilmenevät siten, että oppijalla on muun muassa:

- vaikeuksia kirjainten ja samalta kuulostavien sanojen erottamisessa toisistaan
- vaikeutta etäisyyksien ja esineitten sijainnin arvioinnissa
- vaikeutta suuntien hahmottamisessa, esimerkiksi oikea ja vasen ja ilmansuunnat sekoittuvat
- vaikeutta kartan avulla suunnistamisessa
- vaikeutta asioitten jaksottamisessa ja jaksotusten muistamisessa
- vaikeutta suullisten ohjeiden mieleen painamisessa
- vaikeuksia aika- ja päivämäärien kanssa, aikataulujen ja kellonaikojen noudattaminen ja kuukausien luetteleminen ovat hankalia
- vaikeutta symbolien ymmärtämisessä ja hahmottamisessa
- ongelmia laitteiden toimintamekanismien hallinnassa

Tämän lisäksi voi ilmetä

- muistiin liittyviä ongelmia, esimerkiksi nimien ja lauseiden muistaminen ja toistaminen on vaikeata
- huonommuuden tunteita, heikkoa itsetuntoa
- luovuttamisen halua, helposti horjuvaa motivaatiota
- vaikeuksia sosiaalisissa tilanteissa: päällekkävyys/vetäytyvyys
- käytöshäiriöitä liittyen oppimisen ongelmien mukanaan tuomiin paineisiin
- tunteita siitä, ettei pysty täyttämään muiden odotuksia: voi purkautua tilanteeseen sopimattomana käytöksenä
- liian hitaana tai häiritsevänä toimintana



Oppimisen vaikeuden tunnistaminen auttaa oppijaa eteenpäin oppimisen joskus niin kivikkoisella polulla, mutta se ei ole vielä koko vastaus ja apu asiaan. Vaikeuksien tunnistamisen ohella on tärkeitä tunnistaa vahvuudet. Jokaisella on runsaasti erilaista osaamista ja lahjoja, jokainen on hyvä monessa asiassa.

Opettajan/ohjaajan tehtävä on huomioida oppimista vahvistavat tekijät omassa opetus- ja ohjaustyössään. Kaikki oppijat hyötyvät pedagogisesti monipuolisesta, esimerkiksi kaikki eri aistikanavat huomioivasta opetuksesta. Takalan mukaan parhaat oppimistulokset saavutetaan silloin, kun oppijoiden yksilöllisyys otetaan huomioon ja erilaiset oppimisen tyylit tunnistetaan. Sillä, että opetuksessa ja ohjauksessa käytetään vaihtelevasti opetusmenetelmiä, taataan mahdollisimman monen oppijan mahdollisuus saada omaa tyyliään tukevaa opetusta. Oppimisvaikeudet on huomioitava niin tuntityöskentelyssä, tehtävien laatimisessa kuin arvioinnissakin. Ohjenuoraksi Takala antaa sen, että oppijan tulee saada monenlaisia mahdollisuuksia osaamisensa osoittamiseen. (Hakala, T. 2002.)

Lähde: Pajukoski, S. & Rinne, E. (toim.). 2002 Erilainen oppija näytöissä, I raportti. Takala, T. Erilaisen oppijan tunnistaminen sekä tuki- ja ohjaustoimet ammatillisessa peruskoulutuksessa. HERO. Raportti löytyy verkosta: http://www.lukihero.fi/naytto-projekti/tiedostot/raportti_1.doc (11.2.2005)

Entiset epäonnistumiset ovat
tulevien onnistumisten tiennäyttäjiä.
~ Nicholas Riddle

Oppimisen vaikeuksista puhuminen ja niistä tiedon saaminen oli OVI-oppijoille todella tärkeitä. Oli itsetuntoa ja omanarvontuntoa kohottavaa saada kuulla, että muillakin on vaikeutta oppimisessa – vain eri tavalla kuin itsellä, ja ettei kysymyksessä todellakaan ollut tyhmyys, laiskuus tms. Kuntoutussäätiön neuropsykologiset testit näyttelivät todella merkittävää osaa tässä asiassa. Kun löytyi se, mistä kenelläkin kiikastaa, oli helpompi lähteä etsimään ja tekemään kuntouttavia ja tukevia toimenpiteitä. Kuntoutussäätiön testeistä hiukan enemmän kappaleessa Testattua ja tutkittua.

Syvensimme ja monipuolistimme ryhmän kanssa tietämystämme oppimisvaikeusasiasta vierailemalla LUKIBUSSISSa. Siitä muodostui oppijoille itsetuntoa kohottava kokemus: sen lisäksi, että he saivat tutustua uuteen materiaaliin (muun muassa kirjoihin ja erilaisiin tietokoneohjelmiin), he saivat toimia oman asiansa, tässä tapauksessa oppimisvaikeusasian, asiantuntijoina. LUKIBUSSISSa oli vierailulla kanssamme samanaikaisesti peruskouluikäisen lapsen huolestuneet vanhemmat. He esittivät ”päivystäjälle” kimurantteja kysymyksiä lukivaikeudesta. OVI-oppijat osallistuivat keskusteluun jakaen avoimesti omia kokemuksiaan. Vanhemmat saivat arvokasta ensikäden tietoa, ja oppijat saivat laittaa oman tietonsa ja kokemuksensa kiertoon. Heidän joskus niin ikävistäkin kokemuksista oli jollekin toiselle hyötyä. Oppijat toimivat todella rohkeasti!

LUKIBUSSI-hankkeeseen pääsee tutustumaan linkistä: <http://www.lukibussi.net/> (11.2.2005)

Teimme ryhmän kanssa muutamia lukiharjoitteita, niistä esimerkkinä Mirja Halosen Aikuinen oppimassa -kirjan mukaan ”lukemisen oppimisen tekniikoita”.

Esimerkki 1. Tekniikka A: Miten löydät tekstin keskeiset asiat?

Tehtävä 1.

Alleiviivaa seuraavasta lauseesta keskeiset sanat.

Koulukiusaamisesta on puhuttu viime aikoina paljon eri tiedotusvälineissä.

Tehtävä 2.

Alleiviivaa seuraavasta lauseesta keskeiset sanat.

Myös opetuksesta vastaava ministeri Olli-Pekka Heinonen on ottanut kantaa asiaan.

Tehtävä 3.

Alleiviivaa seuraavasta kappaleesta keskeiset käsitteet.

Heinonen toteaa Vasabladet-lehden haastattelussa, että koulukiusaamiselta ei enää suljeta silmiä. 12-vuotiaan kiusatun pojan itsemurha ei hänen mukaansa merkitse sitä, että tilanne kouluissa on pahentunut. Tilanne on hänen mielestään jopa parempi kuin aikaisemmin.

Tekniikka A: Vastaus

Tehtävä 1.

Alleiviivaa seuraavasta lauseesta keskeiset sanat.

Koulukiusaamisesta on puhuttu viime aikoina paljon eri tiedotusvälineissä.

Älä alleiviivaa liikaa! Tässä tapauksessa riittää korkeintaan kolme käsitettä. Olet oikeilla jäljillä, jos alleviivasit sanat: koulukiusaaminen, viime aikoina ja tiedotusvälineissä.

Alleviivatut sanat ovat usein

- **substantiiveja** eli asioiden, esineiden, henkilöiden nimiä
- **verbejä** eli tekemisen ilmoittavia sanoja

- **aikaa, paikkaa, tapaa, määrää** ilmoittavia sanoja
- alleviivattujen sanojen välissä on näitä yhdistäviä sanoja: **linkkisanoja**, jotka yhdistävät keskeiset käsitteet lauseiksi.

Tehtävä 2.

Alleviivaa seuraavasta lauseesta keskeiset sanat.

Myös opetuksesta vastaava ministeri Olli-Pekka Heinonen on ottanut kantaa asiaan.

Onko lauseessa henkilön nimi? Mitä hän on tehnyt? Jos alleviivasit sanat: Olli-Pekka Heinonen ja ottaa kantaa, olet edistynyt. Varmasti huomasit, että alleviivauksen tavoitteena on löytää sellaiset sanat, joiden avulla koko lauseen, tekstin olennaiset asiat saadaan selville.

Valmistautuessasi näin esimerkiksi tenttiin, sinun ei tarvitse kuin silmäillä alleviivatut sanat ja muistat tekstin keskeiset asiat. Alleviivauksen oppiminen on tärkeä taito.

Tehtävä 3.

Alleviivaa seuraavasta kappaleesta keskeiset käsitteet.

Heinonen toteaa Vasabladet-lehden haastattelussa, että koulukiusaamiselta ei enää suljeta silmiä. 12-vuotiaan kiusatun pojan itsemurha ei hänen mukaansa merkitse sitä, että tilanne kouluissa on pahentunut. Tilanne on hänen mielestään jopa parempi kuin aikaisemmin.

Kuka toteaa, missä ja mitä? Heinonen, Vasabladetissa, koulukiusaamiselta, ei suljeta silmiä. Edellisen lisäksi voidaan kysyä: mikä, ei vaikuta mihin? Pojan, itsemurha, ei merkitse, tilanne, koulussa, pahentunut. Voidaan myös alleviivata: tilanne, jopa, parempi.

Kysymysten tekeminen helpottaa keskeisten asioiden löytämistä. Lähtiessäsi rohkeasti tekemään kysymyksiä huomaat löytäväsi keskeisiä asioita. Nämä vastaukset ovat usein **substantiiveja ja verbejä**. (Halonon, M 1999, 15–16.)

Lähde: Halonen, M. 1999. Aikuinen oppimassa. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaja Oy.

Luettavaa:

Halonen, M. 2002. Oppimisen lukoista oppimisen avaimiin: Opas aikuisten lukikuntoutukseen. Turku: Turun kristillisen opiston säätiö.

Ryhmäläiset pitivät lukiharjoitteita hyvinä ja tarpeellisina mutta myös vaikeina. Sen lisäksi, että he saivat oikeat vastaukset, keskustelimme siitä, miksi mallivastaukset ovat sellaiset kuin ovat, miten kukin oli ratkaissut tehtävän, muuttuiko lauseen merkitys, kun joku oli alleviivannut muita kuin mallivastauksen mukaisia sanoja jne. Työnsä tueksi he saivat ”suomenkielen pienen kieliopin”, eli koosteen suomenkielen perusasioista: sanajärjestys, sanaluokat jne.

Vaikka laaja-alaisesti ajatteluntaitoja harjaannuttava IE kulki mukana koko OVI-ohjelman ajan, näen, että spesifejä luki- ja matematiikan harjoitteita olisi pitänyt ehtiä tekemään enemmän. Tai sitten ehtiä etenemään IE:ssä pisteitä pitemmälle.

Toki lukiharjoitteiden tekemiseen oli muitakin vaihtoehtoja, kuin ryhmässä tapahtuva esimerkin tapaisten tehtävien tekeminen. Muun muassa verkosta löytyvä Luki-Luukas sisältää mainioita harjoitteita, joiden avulla jokainen voi harjoitella itselleen sopivana ajankohtana. Luki-Luukkaan löydät osoitteesta: <http://www.edu.fi/oppimateriaalit/lukiluukas/> (11.2.2005)

**3.2.5 Tutkittua ja testattua**

Työvoimahallinnon tuella oppijoille mahdollistui pääsy ryhmätestauksena suoritettaviin oppimisvaikeuksien kartoituksiin sekä yksilöllisesti toteutettuihin neuropsykologisiin tutkimuksiin. Ennen testien tekoa oppijat täyttivät ”esitietolomakkeen oppimisvaikeuksien kartoittamiseen” (lomake oli Kuntoutussäätiöllä testikäytössä). Oppijat saivat suullisen palautteen yksilötestauspäivän päätteeksi sekä myöhemmin kirjallisen palautteen.

Kaikki OVI-oppijat halusivat käyttää hyväkseen mahdollisuutta osallistua kyseisiin testeihin. Sitä pidettiin erittäin tärkeänä, ja sellaiseksi se osoittautui. ”Mielestäni Kuntoutussäätiön testeissä parasta oli, kun viimeinkin tutkittiin kunnolla.” Oppijat kokivat helpottavaksi saadessaan lopultakin mustaa valkoiselle siitä, että heillä on joku oppimisvaikeus eikä kysymys ole heidän mielikuvituksestaan tai vääristä olettamuksista-

taan ”...jos en osaa selittää asioita itse, minua pidetään pimeenä”. Saatujen tutkimustulosten perusteella voitiin jokaiselle oppijalle antaa suunta- viivoja heille parhaiten sopivista ammattialoista sekä ohjata tarvittavaan kuntoutukseen ja terapiaan. ”Hyvä, kun vihdoinkin tuli tutkituksi.”

Ryhmätoiminnassa hyödynsimme saatuja tuloksia muun muassa aloitta- malla yllä kuvatun mukaisten lukiharjoitteiden tekemisen.

Oppijoiden itsetunto ja -luottamus kohenivat, kun he saivat kuulla, ett- eivät ole tyhmiä, laiskuuttaan opinnoissa pärjäämättömiä, tms. ”Minul- la oli vuosikausia uskomus, että minulla on lukihäiriö ja että olen tyhmä ja minulla olikin keskittymis- ja hahmottamisvaikeuksia. Tämä on nos- tanut itsetuntoani.” Itse asiassa he ovat hyvinkin älykkäitä nuoria aikuis- sia, joilla on jonkinasteinen ja jonkinlainen oppimiseen liittyvä vaikeus. ”OVI-ohjelma auttoi viimeinkin siinä minun apua tarvitsemassa asiassa, johon en saanut mistään muualta apua. Kyllästyin pompotteluun ja luo- vutinkin jo asian kanssa kunnes OVI-ryhmän kautta asia tutkittiin perin pohjin ja asia varmistui & siitä tuli mustaa valkoisella.”

Lisätietoja, kursseja, luentoja ja erilaisia materiaaleja:

Kuntoutussäätiö: <http://www.kuntoutussaatio.fi> (9.2.2005)

Lueettavaa:

- Haapasalo, S. 2005. Oppimisvaikeudet kuntoutuksen haasteena. Artikkeliteoksessa OVI – Oppimisen Välineet Itsenäistyen. Raportti OVI-oppimiskuntousmallin kehittämisestä Lahdessa. 2005. Heikkinen, M. (toim.). HAMK Ammatillisen opettajakorkeakoulun julkaisuja 3/2005.
- Haapasalo, S. 2004. Lupaavia kokemuksia LUKKI-kuntoutuksesta. Kuntoutus 1, 22–33.
- Haapasalo, S. 2002. Näkyvätkö aikuisten oppimisvaikeudet neuropsykologisissa tes- teissä? Lukikuntoutukseen osallistuneiden aikuisten neuropsykologisten tes- tien tulokset. Kuntoutus 2, 37–51.
- Haapasalo, S. & Salomäki J. 2000. “On kuin kivi olisi vierähtänyt sydämeltä”. Koke- muksia aikuisten erilaisten oppijoiden ryhmäkuntoutuksesta. Kuntoutussääti- ön tutkimuksia 64.

Työministeriö. 1998. Asiakkaana erilainen oppija. Helsinki: Oy Edita Ab.

? 3.2.6 Vasemman ja oikean puoliskon yhteistyötä

Virkistymme kun vaihdamme jokapäiväisiä tehtäviämme: jos teemme aivotyötä rupeamme käsin askartelemaan, jos olemme käsityöläisiä annamme aivoillemme työtä.

~ Dorothy Thomson

Oppimiskinesiologian ja aivojumppaprosessin kehittäjä filosofian tohtori Paul E. Dennison oivalsi, miten fyysinen kehitys, kielen hallinta ja menestyminen opinnoissa ovat yhteydessä toisiinsa (Dennison, P. E. & Dennison, G. E. 2001, 3). Aivojumppa koostuu sarjoista helppoja ja miellyttäviä liikkeitä, joita oppimiskinesiologiassa (Educational Kinesiology, Edu-K) käytetään kokonaisvaltaisen oppimisen tukena. Liikkeet helpottavat kaikenlaista oppimista ja ovat osoittautuneet erityisen tehokkaiksi oppimisen perustaitojen omaksumisessa. Kinesiologia tutkii ihmiskehon liikkeitä ja oppimiskinesiologia on liikkumista käyttävä menetelmä. Dennisonien mukaan sen avulla kaikenikäiset ihmiset saavat helposti käyttöönsä omat piilevät mahdollisuutensa.

Oppimiskinesiologisen käsityksen mukaan oppijat yrittäessään liikaa “sammuttavat” kokonaisvaltaisen oppimisen kannalta välttämättömät aivojen yhteistyömekanismit. Informaatio rekisteröityy aivojen takaosiin (vaikutelma), mutta se ei yhdisty aivojen etulohkojen toimintaan (ilmaisuu). Oppija jää toistuvaan epäonnistumiskierteeseen ollessaan kyvytön ilmaisemaan oppimaansa. Oppija integroi oppimansa helpommin silloin, kun hän voi käyttää oppimiseen kaikkia aistejaan eikä opi ainoastaan käsitteellisesti. Ihmisäivot toimivat tehtäväorientoituneesti, ja siksi aivojumppaliikkeiden soveltamisessa tarkastellaan oikean ja vasemman aivopuoliskon yhteistyötä (lateraalisuuden ulottuvuus), aivorungon ja otsalohkojen yhteistyötä (tarkkaavuuden ulottuvuus) sekä limbisen järjestelmän yhteyttä isojen aivojen eli isoaivojen kuorikerrokseen (keskittämisen ulottuvuus).

Aivojumppaharjoitukset on kehitetty vaikuttamaan kolmella tavalla: 1. **aktivoimaan** (lateraalisuuden ulottuvuus), 2. **vapauttamaan** (tarkkaavuuden ulottuvuus) ja 3. **rentouttamaan** (sisäisen keskittämisen ulottuvuus).

Lateraalisuus tarkoittaa ihmiskehon kaksijakoisuutta eli jakoa oikeaan ja vasempaan aivopuoliskoon ja vastaavasti kehon oikeaan ja vasempaan puoleen. Lateraalisuudessa piilee mahdollisuus bilateraalliseen integ-

roitumiseen eli ihminen voi ylittää kehon toiminnallisen keskilinjan ja työskennellä kehon keskialueella. Kun tämä taito hallitaan, ihminen voi työstää lineaarista, symbolista, kirjoitettujen merkkien koodia vasemmalta oikealle tai oikealta vasemmalle – tämä taito on koulumenestyksen edellytys. Kyvyttömyys kehon keskilinjan ylittämiseen havaitaan oppimisvaikeutena tai lukihäiriönä.

Fokusointi eli tarkkaavuus on kyky ylittää kehon keskilinja, joka toisaalta erottaa kehon taka- ja etuosan ja toisaalta aivoissa aivorungon ja otsalohkot. Ihmisen kehitykseen kuuluvien tiettyjen refleksien kypsytömyys vaikeuttaa luonnollista ilmaisua ja aktiivista osallistumista oppimisprosessiin. Havaitsemisen esteistä vapauttavia liikkeitä kutsutaan aivojen etu- ja takaosien yhteistyötä kehittäviksi liikkeiksi.

Keskittäminen on kyky ylittää toisaalta kehon ylä- ja alaosaan vastaava keskilinjan ja toisaalta vastaavat aivojen ylemmät ja alemmat toiminnat: keskiaivojen tunnesisältö ja isoainvojen kuorikerroksen abstrakti ajattelu. Oppiminen on mahdotonta, jos se ei yhdisty tunteisiin ja merkityksiin. Kyvyttömyydestä tunteen ja järjen yhdistämiseen aiheutuu irrationaalista pelkoa, taistele tai pakene -reaktioita ja vaikeutta tuntea tai ilmaista tunteita. Sellaisia liikkeitä ja harjoitteita, jotka rentouttavat mieltä ja kehoa ja valmistavat oppijaa ottamaan uutta tietoa vastaan ja käsittelemään sitä ilman kielteisten tunteiden painolastia, kutsutaan sisäistä keskittämistä ja kehon luonnollisen tasapainopisteen löytämistä vahvistaviksi harjoituksiksi.

Aivojumppa on saavuttanut tavoitteensa ja integraatio tapahtuu automaattisesti oppijan opittua liikuttamaan silmiään, käsiään ja kehoaan koordinoitusti. Jotkut tarvitsevat aivojumppaa tietyn ajan vakiinnutukseen toivomansa taidon kun taas toiset haluavat jatkaa harjoitusten tekemistä viikkoja tai kuukausia vahvistaakseen uuden oppimista. Monet käyttävät hyväksi kokemiaan harjoituksia myöhemmin uudelleen törmätessään elämässään taas stressitilanteisiin tai haasteisiin.

Aivojumpan perustan muodostaa kolme yksinkertaista lähtökohtaa:

1. oppiminen on luonnollista, läpi elämän jatkuvaa, iloa tuottavaa toimintaa,
2. oppimisen esteet ovat kyvyttömyyttä selviytyä uuden tehtävän mukanaan tuomasta epävarmuudesta ja stressistä,
3. olemme kaikki ”oppimisesteisiä” sikäli, kun olemme oppineet olemaan liikkumatta. (Dennison, P. E. & Dennison, G. E. 2001, 10–13.)

Psykologi, aivojumppa – Brain Gym-kouluttajan ja -ohjaaja Maija-Liisa Leppäsen mukaan aivojumppa on konkreettista, henkilökohtaista, henkilön ominaisuuksia arvostavaa ja omia edistymisen toiveita kunnioittavaa toimintaa. Paul Dennisoniin viitaten hän kertoi, ettei oppimista voi tapahtua ilman liikettä. Oppiakseen ihmisen on virittäydyttävä. Liike on avain oppimiseen ja tasapainoiseen, kokonaisvaltaiseen toimintaan.

Leppänen työskenteli OVI-ryhmän kanssa kahdella tapaamiskerralla, 2 h/kerta. Hän johdatti ryhmän aivojumpan maailmaan kertoen sen koostuvan 24 liikeharjoitteesta, jotka perustuvat tarkkoihin tutkimuksiin liikkeiden vaikutuksesta ihmisten aivojen ja kehon yhteistyössä. Pieni ”pesämme” soveltui hyvin liikkeiden tekemiseen: ne eivät vie paljon tilaa, eikä niiden tekemiseen tarvita minkäänlaisia apuvälineitä. Liikkeitä voi tehdä missä ja milloin vain.

Hän teki ryhmäläisten kanssa sellaisia aivojumppaliikkeitä, joista heille voisi olla hyötyä opinnoissa, muun muassa esimerkkinä olevan PACE-ohjelman (josta Suomessa käytetään myös nimitystä VIRE). Oppijoille tehtiin myös omat profiilit, joiden avulla he voivat tunnistaa jumitilanteensa ja vapautua niistä. Lisäksi Leppänen teki jokaiselle oppijalle henkilökohtaiset tasapainotukset opiskelijan itse valitsemaan pulmatilanteeseen.

Kaikki oppijat kokeilivat liikkeiden tekemistä. Toiset pitivät niistä enemmän kuin toiset, ja toisille ne olivat vaikeampia kuin toisille. Yksi piti aivojumpan parhaana antina ”*muutamia tärkeitä harjoituksia*”, kun taas toinen ilmaisi epäuskonsa koko menetelmään: ”*En usko koko juttuun.*” Silloin kun muun ryhmän kanssa teimme (eri kokoontumiskerroilla) lyhyttä harjoitesarjaa, hän rentoutui ja nautti rauhallisesta tuokiosta tekemättä kyseisiä liikkeitä. Kaiken kaikkiaan ”*Aivojumppa oli hauskaa.*”

Esimerkki: 1. PACE-ohjelma

Englanninkielinen lyhenne PACE tulee sanojen Positive, Active, Clear ja Energetic alkukirjaimista. Se tarkoittaa sitä, että jokaisella on oma yksilöllinen luovan oppimisen tilansa ja vauhtinsa. PACE tehdään sanan lopusta alkuun.



1. Juo aluksi vettä (Energetic, energiaa)

Vesi auttaa aivojen sähkö-magneettis-kemiallista toimintaa. Vettä tarvitaan johtamaan kehon sähköisiä impulsseja. Aivoja aktivoiden se myös tehostaa muistiin painamista ja mieleen palauttamista.

2. Hiero aivonappeja (Clear, selkeys)

Aivonapit sijaitsevat solisluiden alapuolella rintalastan molemmin puolin, pehmeässä kudoksessa. Aivonappeja hierotaan yhden käden peukalon ja etu- ja keskisormen päillä noin 30 sekuntia ja toista kättä pidetään vatsan päällä. Vaihtamalla välillä käsiä aktivoidaan molempia aivopuoliskoja.

Vaikutuksia:

- a) aktivoi aivoja kuljettamaan viestejä oikean aivopuoliskon ja kehon vasemman puolen sekä vasemman aivopuoliskon ja kehon oikean puolen välillä, lisää hapenottoa, stimuloi kaulavaltimoita viemään aivoihin enemmän verta ja lisää kehon sähkömagneettista energian virtausta,
- b) parantaa valmiuksia näkökentän keskilinjan ylittämiseen lukiessa, keskilinjan ylittämiseen liikkeiden koordinaatiossa, kirjainten ja numeroiden oikeinpäin tekemiseen, kaksoiskonsonanttien tunnistamiseen ja lukiessa rivillä pysymiseen,
- c) kehon vasen-oikeatasapaino paranee, energiataso nousee, silmien yhteistyö paranee, niska- ja hartialihakset rentoutuvat.

3. Tee ristikäyntiä (Active, aktiivisuus)

Polvia nostetaan rauhallisen paikallaan käynnin tahdissa koskettaen vuorotellen molemmilla käsillä tai kyynärpäillä vastakkaista polvea. Vapaa käsi heilahtaa rentona vartalon sivulinjan taakse.

Vaikutuksia:

- a) aktivoi aivoja ohjaamaan keskilinjan ylittämistä näkemisessä, kuulemisessa, koskettamisessa sekä kehon ja raajo-

jen asennoissa sekä liikkeissä, ohjamaan silmien liikkeitä edestakaisin vasemmalta oikealle, kehittämään binokulaarista näköä (molemmat silmät yhdessä),

- b) parantaa valmiuksia tavuttamisessa, kirjoittamisessa, kuuntelemisessa, lukemisessa ja luetun ymmärtämisessä,
- c) sekä kehittää vasen/oikea-koordinaatioita, parantaa hengitystä ja lisää elinvoimaa, kehittää koordinaatiota ja tilantajuja sekä parantaa kuulemista ja näkemistä.

4. Energiakahdeksikko (Positive, myönteisyys)

Nilkat asetetaan ristikkäin, käsivarret ojennetaan suorina eteen kädenselät vastakkain peukalot alaspäin, nostetaan tässä asennossa ranne toisen käden ranteen yli ja asetetaan kämmenet vastakkain kädet ristiin. Ristissä olevat kädet viedään alakautta lepäämään rinnalle. Kieli nostetaan kevyesti leveänä kitalakeen sisään hengitysten ajaksi. Hengitetään rauhallisesti suun kautta ulos. Näin rentoudutaan hetken ajan.

Sitten avataan nilkat ja asetetaan jalat vierekkäin. Avataan myös kädet ja asetetaan sormenpäät vastakkain. Tässä asennossa keskitytään rauhalliseen syvähengitykseen hetken ajaksi.

Vaikutuksia:

- a) aktivoi aivoja emotionaaliseen sisäiseen jäsentymiseen ja vakautumiseen, kehon painopisteet ja vakaan asennon löytämiseen, lisäämään vireyttä (aktivoi aivorungon aivoverenkiertoa) ja kallon luiden liikkuvuuteen,
- b) parantaa valmiuksia kuulemisessa ja puheen selkeydessä, kokeisiin ja samantapaisiin haasteisiin vastaamisessa, pää-tetyöskentelyssä,
- c) parantaa itsehillintää ja tietoisuutta omista rajoista, tasapaino ja koordinaatio paranevat, tyytyväisyys ympäröiviin olosuhteisiin lisääntyy (yliherkkyys vähenee) sekä syventää hengitystä.

Tämän jälkeen keskitytään vielä lopuksi tarkistamaan oma sisäinen olo kehossa ja mielessä. (Leppänen, M-L. 2.6.2004. Oppimateriaali, Dennison & Dennison 2001, 14, 52, 56, 68.)

Teimme aivojumppaharjoitteita ennen rentoutusta. Energiakahdeksikko asentoon oli hyvä jäädä myös rentoutustuokion ajaksi (niiden, joille se sopi, jotkut halusivat ”maata pöydällä” tai ottaa rennon asennon nojatuolissa tms.). Aivojumppassa oli parasta se, että sai ”huomata miten minä toimin.”

Lähteet:

Leppänen, M. 2.6.2004. Oppimateriaali. Lahti.

Dennison, G. E. & Dennison, P. E. 2001. Aivojumppa-opas. 2. painos. Keuruu: Keuruun Laatupaino. Oy.

Lisätietoja aivojumppasta, ohjaaja- ja muista koulutuksista:

Suomen kinesiologiayhdistys ry: <http://www.kaapeli.fi/kinesiologia/aivojumppa.shtml> (9.2.2005)

Psykologi, aivojumppa – Brain Gym-kouluttajan ja –ohjaaja Maija-Liisa Leppänen: mleppane@edu.lahti.fi.

Luettavaa:

Birath, B. 1999. Aivojumppa: oppimista parantavia liikeharjoituksia. Helsinki: Basam books.

Hannaford, C. 2003. Oppimisen palapeli – yksilölliset aivoprofiilit. Kehitysvammaliitto. Helsinki: Hakapaino.

Hannaford, C. 2001. Aivojumppa opas. Keuruu: Keuruun Laatupaino.

Hannaford, C. 2001. Viisaat liikkeet. Kehitysvammaliitto. Helsinki: Hakapaino.

3.2.7 Lisää linkkivinkkejä matkalle kohti oppimisen iloa

Internetin kautta on mahdollista löytää asiantuntevaa ja monipuolista apua kaikenlaisiin oppimista ja sen tukemista koskeviin kysymyksiin. Alla listattuna muutamia organisaatioita, joiden puoleen näissä kysymyksissä voi kääntyä.

Aivohalvaus- ja dysfasialiitto: <http://www.stroke.fi/> (11.2.2005)

ADHD-keskus: <http://portaali.internetix.fi/> (11.2.2005)

Helsingin seudun erilaiset oppijat ry: <http://www.lukihero.fi/index2.html> (9.2.2005)

Helsingin yliopisto: <http://www.edu.helsinki.fi/eritpeda/> (9.2.2005) tai

<http://www.helsinki.fi/behav/opiskelu/oppiaineet/erilliseterityisopettajanopinnot.htm>
(9.2.2005)

Hämeen ammattikorkeakoulu, Ammatillinen opettajakorkeakoulu: <http://www.aokk.fi/index.php?id=15> (9.2.2005)

Internetix: <http://portaali.internetix.fi/fi/> (11.2.2005)

Joensuun yliopisto: http://www.joensuu.fi/kasvatus/erityiskasvatus/index_2.htm
(11.2.2005)

Jyväskylän yliopisto: <http://www.jyu.fi/tdk/kastdk/eped/ajankohtaista/ajankohtaista.shtml>
(11.2.2005) tai http://www.jypoly.fi/aokk/koulutus/erityisopettajankoulutus_35_ov.htm
(11.2.2005)

Niilo Mäki Instituutti: <http://www.nmi.jyu.fi/> (9.2.2005)

OPH: www.oph.fi (11.2.2005)

Turun Luki-Tuki keskus: <http://www.tk-opisto.fi/lukituki/lukituki.html> (9.2.2005)

Verkko-tutor: <http://www.uta.fi/tyt/verkkotutor/> (11.2.2005)

Åbo Akademi, Vaasa: <http://www.vasa.abo.fi/pf/pispi/default.htm> (11.2.2005)



3.3 Henkistä hierontaa – rentoutumista

Jokainen ryhmäkokoontuminen sisälsi jonkun ohjatun rentoutusharjoitteen. Ideana oli se, että kun rentoutusharjoitteita tehdään säännöllisesti (kerran viikossa), jokaisella on mahdollisuus saada edes pieni/lyhyt kokemus rentoutumisesta. Samalla syntyi mahdollisuus sille, että rentoutusharjoitteista ehti muodostua ns. valmius pikarentoutukseen, jolla oppijat voivat tarvitessaan rentouttaa itseään vaikka bussissa, ennen oppitunnin tai tentin alkua tms. tilanteissa. Eräs oppija pitikin näiden harjoitteiden parhaana antina sitä, ”kun oppi rentoutumaan”. Rentoutusharjoitteet tehtiin aina aivojumpan jälkeen.

NLP Trainer, työfysioterapeutti, rentoutusohjaaja kouluttaja Risto Rannan mukaan rentoutuminen muun muassa:

- aktivoi ja lisää luovuutta
- tehostaa mielikuvaharjoittelua
- aktivoi muistia
- parantaa keskittymis- ja oppimiskykyä
- kasvattaa stressin sietokykyä
- toimii kehon fysiologisia toimintoja rauhoittavana ja tasapainottavana
- rauhoittaa unta ja vähentää unen tarvetta
- tuottaa ahaa-elämyksiä

Esimerkki 1. Aistien avaaminen tasapuolisesti

Ota hyvä asento, niin hyvä kuin tällä hetkellä on mahdollista.

Katsele ympärillesi. Näe asioita, värejä, muotoja, valoja jne.

Kuuntele ympäristön ääniä. Kuule kolinoita, kaukaista puhetta, jne.

Tunnustele, miltä kehossasi tuntuu tämä ympäristö. Tunne käsiesi asento, millainen tunnelma ympärilläsi on, miltä materiaalit ihoa vasten tuntuvat.

Sulje silmäsi kevyesti, jos et ole jo sulkenut.

Anna mieleesi tulla jokin **mielikuva** tai **-kuvia**.

Miltä mielikuvasi **näyttävät**.

Tarkkaile mielikuvasi tarkasti.

Kuvittele kuviesi värit ja kaikkea kiinnostavaa, mukavaa, myönteistä.

Anna mielessäsi **kuulua** ajatuksia, esimerkiksi jokin sinulle tuttu melodia tai runo. Voit myös luetella aakkoset järjestyksessä.

Tunnustele mielessäsi, miltä kehosi **tuntuu**, millaisia **tuntemuksia** sisälläsi on **juuri nyt**?

Nauti hetki tasapainoisesta olostasi, voit olla juuri **tässä ja nyt**.

Hengitä muutama kerta syvään ja **anna itsesi virkistyä**.

Avaa silmäsi. Venyttele itsesi virkeäksi ja hyväntuuliseksi. Elimistösi ja mielesi on tasapainottunut, virkistynyt, rentoutunut. (Ranta, R. 28.11.2003. Opintomoniste. Kiipula.)

Jos apteekissa olisi naurua myytävänä,
lääkärit kirjoittaisivat monta
naurureseptiä päivässä.
~ Helene Christine Bennet

Esimerkki 2. Vaaleanpunainen pilvi

Sulje silmäsi. Ota mukava istuma-asento. Hengitä syvään ja rauhallisesti nenän kautta, jos voit. Sisään ja ulos, syvään nenän kautta. Katsele nyt mielessäsi sisäänhengitystä ja uloshengitystä, sisäänhengitystä ja uloshengitystä. Jos huomiosi vaeltelee, palauta se hengityksen katselemiseen. Katselet vain hengitystäsi. Sisään ja ulos. Hengität rauhallisesti ja syvään. Olet tyyni ja sinulla on hyvä olo. Tiedät, että elämässäsi kaikki on hyvin.

Istut edelleen mukavasti tuolilla. Kuvittele nyt, että harteillasi on painava, hyvin painava kiireistä kudottu viitta! Hyvin painavasta paksusta langasta kudottu viitta. Nyt voit kuvitella, miten tuo viitta alkaa vähitellen purkautua. Joka uloshengityksellä viitta purkautuu. Säie säikeeltä, lanka langalta viitta purkautuu. Samalla olosi alkaa tuntua kevyemmältä ja kevyemmältä. Voit kuvitella, miten viitasta purkautuneet langat putoavat lattialle, pieneksi kevyeksi kasaksi.

Nyt voit kuvitella, miten tuo pehmeä kasa muuttuu kevyeksi pilveksi ja kohoaa ylöspäin. Kohotessaan se muuttuu vaaleanpunaiseksi, kevyeksi pilveksi. Tuo vaaleanpunainen pilvi kohoaa aivan silmiesi tasalle ja jää hetkeksi paikalleen. Nyt voit kuvitella jotakin, jonka haluat tapahtuvan tai toteutuvan, jotain asiaa tai toimintaa.

Luo siitä mahdollisimman selvä mielikuva, niin selvä kuin se on tällä kertaa mahdollista. Mielikuva voi olla myös tunne tai ajatus. Tärkeää on, että näet asian jo tapahtuneena, toteutuneena. Aseta sitten tämä mielikuvasi vaaleanpunaiselle pilvelle.

Vaaleanpunainen on se väri, joka on yhteydessä sydämeen. Sitä kutsutaan maailmankaikkeuden rakkauden väriksi. Kun tämä väri ympäröi mielikuvaasi, tulee se tuomaan luoksesi uusia, hyvinvointiasi lisääviä ja sinua tukevia kokemuksia.

Nyt voit päästä pilven leijumaan yhä korkeammalle, kauas taivaalle. Se leijuu vapana maailmankaikkeudessa yllä kantaen mielikuvaasi. Se on vapaa keräämään voimia toteutuakseen.



Sinun on oikein hyvä, rento ja tyyni olo. Hengittäminen on helppoa, kevyttä. Pikku hiljaa tulet enemmän ja enemmän tietoiseksi hengityksesi ja palaat jälleen tähän hetkeen. Laske 3, 2, 1, jonka jälkeen voit avata silmäsi tyynenä ja onnellisena. (Henriksson, C. & Litovaara, A. Suggestiivisen rentoutuksen kurssiohjelma. 1992. Opintomoniste.)

Lähes joka kerta teimme erilaisen harjoitteen, mutta alku oli aina samantyyppinen hengityksen tasaamisen ja alkurentoutuksen osalta. Jotkut pitivät rentoutusharjoitteista ja pystyivät hyvinkin rentoutumaan. Toiset taas kokivat ryhmässä rentoutumisen hankalaksi, vaikka se yksin ollessa onnistuikin hyvin. Rauhallinen ja hiljainen hetki oli kuitenkin myös heille mieluinen tiiviin ohjelman lomassa. Yksi oppija sanoikin palautteessaan, että parasta rentoutusharjoitteissa oli ”niiden toimivuus”. Toinen taas piti parhaana ”hiljaisuutta”.

Lisätietoja rentouttamisesta ja rentoutusohjaajakoulutuksesta:

Eeri partners/Clue Ky, Anneli Litovaara: <http://www.eeri.com/alitovaara/etusivu.html> (16.2.2005)

Topos Oy, Risto Ranta: www.topos.fi (16.2.2005)

Kuunneltavaa:

Oksman, R. 2001. Rentoutuminen tukena painonhallinnassa. Helsinki: DHE Castle.

Oksman, R. 2001. Rentoutuen hyvään uneen. Helsinki: DHE Castle.

Ranta, R. 2004. Maailman tuulia. Helsinki: Topos.

Ranta, R. & Peuna, I. 2002. Sateen takana. Helsinki: Topos.

Ranta, R. 1999. Kun aika antaa periksi. Helsinki: Topos.

Ranta, R., Hiltunen, P. & Chydenius, K. 1997. Tie tarinoihin. Helsinki: Topos.

Luettavaa:

Jönsson, B. 2000. 10 ajatusta ajasta. Hämeenlinna: Karisto.

Kataja, J. 2003. Rentoutuminen ja voimavarat. Helsinki: Edita.

Katajainen, A., Lipponen, K. & Litovaara, A. 2003. Voimavarat käyttöön: hyvää oloa ja onnellisuutta. Jyväskylä: Gummerus.

Leppänen, T. & Invalidisäätiö, Kuntoutus Orton, Työturvallisuuskeskus. 2000. RENTOUTUMINEN -avoin ovi jaksamiseen. Helsinki: Invalidisäätiö.



3.4 Luovuuden käynnistäminen

S amankaltaisuus on pahempaa kuin rikos
– se on tyhmyyttä.
Yksilöllisyyttä on pikemminkin korostettava
kuin vaimennettava.
~ Nils Anthoni

Kuvataiteilija ja Vedic Art -taideopettaja Maija Pitzin mukaan Veda on elämää. Veda-sana tarkoittaa tietoa, ja Veda-tieto on ikivanhaa muinaisista sanskritinkielisistä kirjoituksista saatua tietämystä. Se on siis maailman vanhinta tietoa, joka nousee korkeamman tietoisuuden tasolta, sieltä, jolta luovuus käynnistyy. Ruotsalaista kuvataiteilijaa ja Vedic Artin länsimaista isää Curt Källmania mukailleen Maija puhui siitä, miten Vedic Art on helppo ja luonnollinen menetelmä kehittää ihmistä luomaan niin, että hän oppisi tekemään yhteistyötä maailmankaikkeuden luonnolakkien kanssa. Vedic Artin 17 taiteen periaatetta ilmaisevat, muuttavat ja laajentavat tietoisuuttamme. Ne ymmärtäessään ihminen oppii luomaan taidetta omasta sisimmästään. Tavoitteena on henkilökohtainen ja tuore kokemus. Tältä syvältä tasolta ihminen voi löytää ikuisesti etsintä salaisuuden: miten elämä ja taide kytkeytyvät toisiinsa.

Edelleen Maija kertoi kyseessä olevan vaihtoehdoisen tavan oppia ja tehdä taidetta ilman opettajan analyysiä ja arviointia. Muun muassa tästä syystä Vedic Art toimii yksilöllistä ilmaisua syventäen. Pohjakoulutusta tai aikaisempaa piirustustaitoa ei tarvita. Kaiken etusijalla on luovuuden käynnistäminen, sillä Vedic Art on menetelmä, jonka avulla jokainen ohjautuu hakemaan tarvitsemansa tiedon itsestään, luovuuden ja intuition avulla. Omalla painollaan edeten se vapauttaa kaikista pakotteista tuoden uusia ideoita ja oivalluksia niin taiteessa kuin elämässä yleensäkin.

Näin syntyy luottamus omaan itseän. Jokainen pääsee ilman stressiä osallistumaan itsekoetun kuvan tekemisen tuottamaan vapauteen.



Tutustuessaan luovuuden prosessiin ihminen ottaa oman tilansa eikä ole enää ohjailtavissa. Hän alkaa nähdä asioita laajemmin tehden rohkeammin valintoja, elää muutoksessa ja päästää irti vanhasta. Vedic Artissa opettaja ei käy henkilökohtaisesti neuvomassa, arvostelemassa tai vertaile oppijoittensa töitä muihin, siinä ei ole oikeaa tai väärää ilmaisutapaa. Jokainen tekee omanlaistaan taidetta tulkiten sisintään – ainutkertaista maailmaansa. Vaikkei Vedic Art olekaan terapiamuoto, se toimii terapeuttisesti. Se ei myöskään ole uskonto eikä filosofinen suuntaus, vaan kaikessa tavallisuudessaan taiteen kautta luonnollisesti koettua todellisuutta – elämää. Tällä menetelmällä tehdyistä kuvista välittyy tekemisen ilo. ”*OVI:sta jäi mieleen muun muassa vedataide päivät...*”

Kun Luoja haluaa soitta kauniin sävelen, hän ei välitä siitä, että soittimessa on säröjä.
~ J. L. Runeberg

Työskenneltäessä ryhmän kanssa maalaaminen tapahtuu ryhmän oman ohjaajan kanssa yhdessä. Silloin ohjaaja oppii samalla itse, kuinka hän voi tukea ja antaa vapautta oppijoittensa luovuudelle. Oppijat sekä myös ohjaaja saavat kokea maalaamisen kautta nousevan liikkeellepaneuvan sisäisen innostuksen, joka on samalla sekä tasapainottava että eheyttävä. Maalaamisen myötä oppija alkaa tiedostaa luovaa prosessia sekä ymmärtää taiteen ja elämän olevan yksi ja sama asia. Curt Källman painottaa, että Vedic Art on kartta, jonka avulla navigoimme kotiin, sinne missä jokainen meistä saa kohdata todellisen itsensä. Sieltä voimme löytää elämänpolullemme tarvittavan vahvuuden. (Maija Pitzin haastattelu. 17.8.04. Lahti.)

Ryhmälle mahdollistui kaksi pitkää, noin kahdeksan tunnin Vedic Art -koulutuspäivää. ”*Veda oli siistii, ehkä vähän pitkät päivät.*” Kaikki pitivät tästä taiteen teon tavasta. ”*Sai tehdä omaa tahtia omanlaista taidetta.*” Lempeänä ja ihmistä/yksilöä kunnioittavana tapana se tuki jokaisen omaa kasvu- ja eheytymisprosessia lisäten itseluottamusta ja antaen runsaasti tekemisen ja luomisen iloa, ”*väreillä sotkua ja purkauantumista*”. Se, ettei kukaan arvostele ja tulkitse toisten tekemisiä, koettiin helpottavaksi.

Lisätietoja ja koulutusta Suomessa:

Vedic Art -maalaukoulutus koostuu peruskurssista, jatkokursseista sekä tarvittaessa opettajakoulutuksesta. Peruskurssi sisältää 17 taiteen perinnettä ja jatkokurssilla syvennetään edelleen maalaamalla Vedic Art -tekniikkaa. Opettajakoulutus on tarkoitettu henkilöille, jotka ovat kiinnostuneita tämän menetelmän kouluttamisesta. Koulutusta järjestetään eri puolilla Suomea. Sisällöt löytyvät Vedic Art –sivuilta kohdista kurssit.

Kuvataiteilija, Vedic Art kouluttaja Maija Pitz: http://www.vedicart.ws/sivujen_toteutus.php (24.2.2005) ja www.maijapitz.com (9.2.20045)

Vedic Art menetelmän kehittäjän Curt Källmanin sivut: <http://www.vedicart.com/> (24.2.2005) ja <http://www.goldenartgallery.com/> (9.2.2005)

Luettavaa:

Heikkilä, R. 2004. Miten löysin ilon. Omakustanne.

Mikaelsson, M. 2002. 17. – tie taiteen ja elämän periaatteisiin.

**3.5 Kehon, mielen ja liikkeen harmoniaa**

Taiji on vanha kiinalainen liikuntalaji, jossa yhdistyvät perinteinen kiinalainen lääketiede, itsepuolustus ja taolainen filosofia. Sitä kutsutaan usein kiinalaiseksi aamuvoimisteluksi tai varjonyrkkeilyksi. Taijissa tähdätään luonnollisuuteen ja tasapainoon: kehon, mielen ja liikkeen harmoniaan.

Ajan myötä taijin terveydelliset näkökohdat ovat korostuneet, ja itsepuolustuksen harjoittelu on jäänyt taka-alalle. Taiji vahvistaa verenkiertoa, hengityselimiä ja aineenvaihduntaa. Se parantaa myös lihaskuntoa ja koordinaatiokykyä. Keskittymiskyvyn ja koordinaation paranemisen myötä taiji vaikuttaa myönteisesti myös keskushermostoon: sen on todettu lisäävän aivopuoliskojen välisiä hermoratayhteyksiä ja siten lisäävän intuitiivisuutta ja luovuutta, parantavan muistia ja helpottavan laajojen asiakokonaisuuksien hahmottamista. Taiji sopii kaikille terveydestään ja hyvästä olostaan kiinnostuneille ikään tai lihaskuntoon katsomatta. (Tuovinen, M. 10.–12.6.2004. Taiji-kurssilla jaettu oppimateriaali. Lahti.)



Taiji valittiin erään ryhmäläisen ehdotuksesta yhteiseksi liikuntamuodoksi. Se sopii kaikenikäisille, -kokoisille ja -kuntoisille ihmisille, sillä jokainen keskittyy omaan työskentelyynsä edeten omaan tahtiinsa. Helävaraisena ja lempeänä liikuntamuotona se sopi hyvin ryhmälle.

Viikonlopun aikana opettelimme kahdeksan liikkeen sarjan, joka antoi hyvän pohjan itsenäiselle harjoittelulle ja edelleen jatkokursittautumiselle. Oppijapalautteessa kiitosta sai muun muassa taijin ”*rauhallisuus*”.

Laaja linkkihakemisto erilaisiin taiji-sivustoihin: <http://www.kolumbus.fi/taiji/linkit.htm> (9.2.2005)



3.6 ”Oma pesä”

Jos haluat tehdä ihmisen onnelliseksi,
niin täytä hänen kätensä työllä,
sydämensä rakkaudella,
mielensä tarkoituksella,
muistinsa hyödyllisellä tiedolla,
tulevaisuutensa toivolla
ja vatsan ruoalla.
~ Frederick E. Crane

Ryhmäkokoontumisten paikkana toimi Lahden WtW-projektitoimisto. Ryhmätoiminnan tilana se on liian pieni ja hankalakin. Emme antaneet sen kuitenkaan haitata toimintaamme, vaan muokkasimme tilaa ”omaksi pesäksemme” tekemällä muutoksia ja mahdollistamalla niitä asioita, joihin voimme vaikuttaa. Jokaiselle ryhmätapaamiselle katettiin pöytä kauniisti lautasliinoineen, kynttilöineen ja kukkineen. Tarjoiluihin kuuluivat muun muassa juotavat: kahvi, tee ja vesi, sekä syötävät: leipää, juustoa, leikkelettä, kasviksia, hedelmiä ja makeaa kahvileipää. Ensimmäisellä kokoontumiskerralla valmiina vastaanottava kattaus sai kirpoamaan yllättyneen ihastuksen huudahduksen: ”*Onko nämä meille?*” Kiinnitimme myös huomiota valaistukseen, musiikkiin ja tuuletukseen. Valoja rustattiin tarpeen mukaan (keskustelujen aikana riitti pelkkä ikkunoista sisälle tuleva luonnonvalo ja kynttilöiden valo, harjoitteita tehtäessä laittoimme kattovalot), soitimme kaikille sopivaa musiikkia (muun muassa klassista musiikkia, luontoääniä, etnistä- ja panhuilumusiikkia) silloin, kun se sopi kaikille. Joskus myös oppijat toivat omaa mielimusiikkiaan. Sen kuuntelua koskivat samat säännöt.

”Ryhmätila oli ryhmälle sopiva, se oli kodikas, ja tarjoilut toi kodinomaisuutta ja intiimiä. Tyhmätapaamista ei tarvinnut katkaista lounaan vuoksi. Olisin ollut tosi ärsyyntynyt, jos hyvä keskustelu olisi katkennut lounaan takia.”

Oppijoilla oli lupa ja mahdollisuus liikkua niin paljon kuin heidän tarvitsi, ja heille oli tarjolla muun muassa ”riisipalloja” hypisteltäväksi. Kenenkään ei tarvinnut kärsiä puristavista napeista eikä hiostavista kengistä. Pikku pauseja sai pitää tarvittaessa (tupakkatauot, jaloittelut). Tietokoneet olivat valmiiksi auki, joten heillä oli mahdollisuus etsiä tarvitsemiaan tietoja, ottaa kaipaamiaan yhteyksiä ja tehdä haluamiaan harjoitteita (esimerkiksi: Luki-Luukas).

OVI-prosessin aikana oppijat tekivät ja tuottivat hienoja tuotoksia: ”luokkakuva”, piirustuksia, maalauksia ja askarteluja. Niitä laitettiin kaikkien ihailtaviksi seinälle, missä ne saivat olla prosessin loppuun saakka.

Oppijoille jaettuun runsaaseen materiaaliin kiinnitettiin erityistä huomiota (värit, fontti, asettelu, kuvat, muodot jne.). Erilaisten harjoitteiden ja kartoitusten lisäksi he saivat teoriatietoa käytetyistä menetelmistä. *”... materiaali tuli todella tarpeeseen. Siinä käsiteltiin aiheita, joita minä kiipeästi tarvitsin sillä hetkellä: itsetuntoon liittyviä ja motivoivia.”*

Tietyistä puutteistaan huolimatta ”oma pesä” oli kaikkien oppijoiden mielestä oikea ratkaisu: *”...oli kuitenkin hyvä, että meillä oli oma tila, ei muualla oloa.”* Se muotoutui omalla tavallaan kodikkaaksi paikaksi, jonne oli mukava tulla. Sinne oli kiva piipahtaa myös ryhmätapaamisten ulkopuolella. Tarjottavilla oli oma tärkeä painoarvonsa. Tiedetään, miten tärkeää osaa ravinto näyttölee oppimis- ja kuntoutumisasioissa. Myös sillä, miltä oppimispaikka kokonaisuudessaan näyttää, miten tarjoilut on laitettu esille, on iso merkitys. Se kaikki viestittää koulutuksen/kuntoutuksen järjestäjän asenteesta opetettavia/ohjattavia kohtaan – he ovat kaikilla tavalla tärkeitä, ja se näkyy kaikissa yksityiskohdissa. Oppimista tuetaan kokonaisvaltaisesti huolehtien siitä, että oppijoille tarjotaan mahdollisimman miellyttävä paikka/tila oppimista varten.



4 Kannustava kokemus – tästä on hyvä jatkaa!

Koko OVI-prosessin ajan kerättiin aktiivisesti palautetta sekä oppijoilta itseltään että heidän yhteyshenkilöiltään LYHTY-palvelukeskuksesta ja kuntouttavista työtoiminnoista. Oppijoiden etenemistä seurattiin niin yksilö- kuin ryhmätasolla. Varsinaisen OVI-ohjelman päättymisen jälkeen palautetta pyydettiin kirjallisella palautekyselyllä (liite 1).

Näkisin, että avoin ajatusten vaihto ja jokaiselle ryhmätapaamiskerralla keskustelulle varattu aika edesauttoivat ryhmän muodostumista voimavararyhmäksi. Se, että ryhmän ohjaajana havainnoin ja keräsin palautetta koko ajan, ei ole sinänsä riittävää, vaan saadun palautteen täytyy johtaa jonnekin, oppijoiden täytyy saada kuulla, nähdä ja tuntea, että heidän esille tuomansa palaute on kuunneltu, ei pelkästään kuultu. *”Ohjaajalta sain sellaista kannustusta, jota ne ole saanut lähipiiriltäni. Minulle jäi sellainen tunne, että hän näki minussa muutakin mahdollisuutta, kuin mitä sukulaiseni näki.”*

Todella iso merkitys on myös ryhmäläisten toinen toisilleen antamalla palautteella, mikä oli koko ajan runsaampaa ja kannustavampaa. Oli hienoa kuulla ja nähdä, miten toisen ryhmäläisen toiselle antamat keuhut – *”Wau! Ootsä tehnyt ton ihan itse?”* – koko ryhmän kuullen nosti keuhutun olemusta ja rohkeutta: hän rohkeni ottaa annetun hyvän palautteen vastaan väheksymättä sen enempiä itseään kuin keuhuttua työtään.

Sano jollekulle ihmiselle,
että hän on urhoollinen
– ja autat häntä tulemaan sellaiseksi.
~ Thomas Carlyle

Saadun palautteen perusteella OVI-ohjelma palveli hyvin oppijoitaan. Kaikki kokivat hyötynensä ohjelmasta tavalla tai toisella. Niin oppijoilta itseltään kuin myös heidän yhteyshenkilöittensä kautta LYHTY-palvelukeskuksesta, kuntouttavasta työtoiminnasta ja Päijät-Hämeen sosiaalipsykiatriselta säätiöltä saadun palautteen mukaan oppijat olivat kuntoutuneet saaden elämäänsä iloa ja toivoa. *”Iloisempaa, hieman värikkäämpää elämää. Masentuneina hetkinä osaa jo löytää asioita, joista kannattaa iloita!”*

Artikkelissaan Kuntouttava työtoiminta Lahdessa: asiakas- ja hallintonaikokulmaa, Maarit, L., Taina, P. & Katri, R. sanoivat: *”Prosessia läheltä seuranneena työntekijöinä olemme sitä mieltä, että yhdenkin asiakkaan selkiytynyt elämäntilanne on jo riittävä saavutus, jotta toiminta on tarpeellista ja vastaavantyyppistä ryhmätoimintaa tarvitaan myös jatkossa. Joskin näissä prosesseissa pystyttiin auttamaan kaikkia niihin osallistuneita asiakkaita.”* (Heikkinen, M. 2005. (toim.), 40. HAMK Ammatillisen opettajakorkeakoulun julkaisuja 3/2005).

Käytetyissä menetelmissä ei ollut yhtään sellaista, jonka kaikki oppijat olisivat halunneet jättää pois. *”En jättäisi mitään osiota pois.”* Erityisesti pidettiin logoterapiasta, IE:stä, Vedic Artistia, rentoutusharjoitteista ja Kuntoutussäätiön testistä, mutta myös lukiharjoitteilla, aivojumballa ja taijilla oli kannattajansa. *”Oma pesä”* oli kaikkien mielestä hyvä asia. *”Oma paikka – hyvä.”* Pieni ryhmä koko puolustaa myös paikkaansa: *”Ryhmäkoko hyvä, ei enempää osallistujia. Rauhoittaa, kun kymmenen tyyppiä ei puhu yhtä aikaa.”* Pienryhmä mahdollisti keskittymisen paremmin aina kunkin oppijan tilanteeseen, oman polun rakentamiseen, eli yksilölliseen huomioimiseen. Se madalsi monella tavalla oppijoiden osallistumisen kynnyksestä ei-koulumaisuudellaan – esimerkiksi paniikkihäiriöstä kärsivä nuori rohkeni osallistua keskusteluun pienessä, turvallisessa kokemassaan ryhmässä. *”Toin avoimesti esille omat mielipiteeni ja ajatukseni, sain sanottavani sanottua, kaikki, mitä halusinkin sanoa.”*

Oppijoiden on myös saatava osallisuuden kokemuksia, kokemusta siitä, että he voivat ja saavat vaikuttaa itseään koskeviin asioihin. He ovat

oman elämänsä subjekteja, aktiivisia toimijoita, eivät tarjottujen kuntoutustoimenpiteiden passiivisia vastaanottajia ja valmiin sellaisenaan hyväksyjä. Tämä oli otettu huomioon jo kurssiohjelmaa luotaessa ja näin pystyttiin koko prosessin ajan joustavasti ottamaan huomioon osallistujat tarpeineen sekä yksilöinä että ryhmänä. *”Loistava ryhmä! Yhteistointiminta jatkui kurssin ulkopuolelle, Säätioällä ja vapaa-aikana.”*

Ohjelman monipuolisuutta pidettiin siis hyvänä. Kokeilu vahvistaa näkemystäni siitä, että oppijat on huomioitava fyysis-psykkis-sosiaalisen kokonaisuuksina. Ei riitä, että vain ja ainoastaan keskitytään oppimisvaikeuteen, päihdeongelmaan, fyysiseen kuntoon tms. Silloin, kun kuntouttamisen tarvetta on ihmisolelmon usealla elämän ja toiminnan osa-alueella, myös kuntoutuksen on oltava monipuolista ja -tasoisia. Tähän haasteeseen opinnollisen kuntoutuksen OVI-ryhmäohjaus antoi hyvän vastauksen. *”Haluaisin sanoa eri aihealueista vielä, että ne olivat mielenkiintoisia & niistä voisi keskustella loputtomiin... Hyviä aiheita.”*

Tee niin kuin lintu,
joka hetken keinuu liian
heiveröisellä oksalla
ja oksan taipuessakin laulaa,
koska se hyvin tietää,
että sillä on siivet.
~ Alfred de Musset

OVI-kokonaisuuden kannalta joustava yhteistyö yhteistyökumppaneiden – työvoiman palvelukeskuksen (LYHTY), kuntouttavan työtoiminnan sekä Päijät-Hämeen sosiaalipsykiatrisen säätiön – kanssa on ollut erittäin merkittävä. Edellä mainittujen organisaatioiden henkilöstölle tarjottu koulutus on omalta osaltaan tukenut OVI-kokeilua. Heille tarjottiin muun muassa oppimisvaikeusasiaan liittyvää lisäkoulutusta järjestämällä opinto- ja tutustumismatkat Kuntoutussäätiölle ja HEROon. Lahdessa järjestettiin kolme luennon sarja ”Erityistä tukea oppimiseen” -otsikon alla. Sarjan ensimmäisessä luennossa TM, häpeätutkija Ben Malinen tarkasteli häpeän monia kasvoja, toisen luennon aiheena oli Ongelmat ja arjen taide LT, psykiatri, tutkimusjohtaja Eero Riikosen toimiessa aiheen asiantuntijana. Kolmannessa luennossa keskityttiin oppimistyyliihin teemalla: Olemme miehiä ja naisia – kaikki erilaisia Marckwort Oy:n Auvo Marckwortin johdatuksella.

Luentojen aiheet ja vierailukohteet oli valittu juuri yhteistyökumppaneittemme toiveiden ja tarpeiden mukaan. Lisäksi he saivat käyttöönsä kevyen menetelmän asiakkaittensa oppimisvaikeuksien tunnistamiseen: Hanna Ilolan, Seija Oilunkaniemen & Tuija Strömin Hämeen TE-keskuksen Työvoimaosastolle tekemän Oppimisvalmiuksien kartoituksen (2003). (liite 2.)

Saamaansa koulutusta he ovat voineet hyödyntää yhteistyössään asiakkaittensa eli OVI-oppijoitten kanssa. Saumaton yhteistyö projektitoimijan ja edellä mainittujen organisaatioiden henkilöstön välillä säteili oppijoille mitä positiivisimmalla tavalla. Yksi oppija totesikin antamassaan loppupalautteessa että: *”Toteaisin sen, että oli onnen potku, että pääsin LYHTY:n asiakkaaksi. LYHTY-palvelukeskuksessa kaikki olleet täysillä mukana ja ottaneet asiat vakavasti. Ilman sitä tämä ei olisi mahdollistunut.”*

5 Lopuksi

OVI-ohjelma on lyhyt jakso oppijoiden kuntoutumisen poluilla. Se ei pelasta ketään siinä mielessä, että sen aikana ja tuloksena kaikki oppijoiden pulmat ratkeaisivat. Mutta, se osoitti kuitenkin tarpeellisuutensa monella tavalla: oppijat kokivat saaneensa enemmän itseluottamusta ja rohkeutta, luottamus omaan kykyyn oppia ja pärjätä elämässä lisääntyi, ilmaisu- ja vuorovaikutus- ja sosiaaliset taidot harjaantuivat. *”Voitaisiin oppia olemaan puhumatta toisten puheen päälle.”* Kuntoutussäätiön testit antoivat arvokasta tietoa tarkentaen oppijoiden erilaisen tuen (esimerkiksi: terapiat, lääkitys) tarvetta sekä ohjastaen oman ammattialan valintaan: *”Kuntoutussäätiön testit vahvisti alavalintaa, testit oli mielenkiintoiset, vaati rohkeutta, toi varmuutta.”* He saivat hyvä tilaisuuden harjoitella toimeentuloa erilaisten ihmisten kanssa: *”...kun itse asennoiduin eri tavalla, huomasin, miten mielenkiintoista oli keskustella näinkin erilaisten ihmisten kanssa. Minulle opetus oli se, ettei ihmisiä pidä tuomita ensivaikutelman mukaan”*. Erilaiset tulevaisuuden mahdollisuudet alkoivat pilkottaa todellisina vaihtoehtoina, ja he olivat saaneet elämäänsä iloa ja toivoa. *”Sain OVI-ryhmästä hyvin paljon positiivista energiaa, maailman katsomus avartui ja mahdollisuudet alkoi hahmottua ja sain enemmän uskoa itseeni.”* Ehkä tuo toivon merkitys on yksi suurimpia! Kun ihminen pystyy säilyttämään toiveikkuutensa, hän jaksaa kamppailla vaikeuksiensa kanssa nähden niiden tarkoituksellisuuden ja pysyen kääntämään takapakkeja tulevaisuuden voimavaraksi.

Elämä on jatkuvaa kehitystä.
 Olemassaolo on muuttumista,
 muuttuminen on kypsymistä
 - itsensä uudelleen luomista.
 ~ Henri Bergson

Mutta miten on, selkiinnyttikö OVI-ohjelma oppijoihensa opinto- ja työelämäsuhdetta? Saivatko oppijat ohjelmasta jotakin heidän opinto- ja työelämänpolkuja vahvistavaa? Näkisin, että kyllä, ihan oppijoiden antaman palautteenkin valossa.

OVI-ohjelma:

”Selkeytti omaa jaksamista, selviämistä. Koko ohjelma toimi näin.”

”Alussa olin anteeksipyytävä ja itsetunto oli nollassa, nyt paljon parempi, se tuntuu ja näkyy. Nyt on rauhallisempi. Ollut oppia ja iloa.”

”Omat tavoitteeni OVI-kurssille toteutuneet: opin uutta ja tulen paremmin toimeen kuntouttavassa työtoiminnassa. Paniikkihäiriö parempi.”

”Oma filis enemmän kuin hyvä! Näkyy voinnissa ja jaksamisessa.”

Se, mikä vahvistaa oppijoiden jaksamista arjessa ja tukee oman voiman ottamista käyttöön, vahvistaa ja tukee myös heidän suuntautumistaan opinto- ja työelämään. Ihmisolento on kokonaisuus, jossa kaikki vaikuttaa kaikkeen: kun lääkitys on kohdallaan, tarvittava terapia saatu, vuorokausirytmä alkaa palata normaaliksi ja ruoka maistuu, alkaa oman elämän suuntaaminen kohti tulevaisuutta kiinnostamaan enemmän ja enemmän. Näen, että ihmisellä on luontainen halu ja tarve kehittyä, oppia uutta. Kun elämässä kaikki on riittävän hyvin, myös motivoituminen opintoihin ja työelämään syntyy sisältä päin. Päästäksemme siihen, että elämässä kaikki on riittävän hyvin, tarvitaan fyysis-psykkis-sosiaalis-henkisen kokonaisuuden huomioimista erilaista kuntoutusta mietittäessä ja tarjottaessa. Täytyy huomioida, että matka kuntouttavasta työtoiminnasta ja pitkäaikaisesta työttömyydestä takaisin opintojen äärelle ja mukaan työelämään vaatii mahdollisesti hyvinkin pitkän tien. Kuten yksi oppijoista totesi ensimmäisenä tavoitteenaan olevan: *”saa-da pää kuntoon”*.

Innostus on suurin pääomamme.

Se on enemmän kuin raha, mahti ja vaikutusvalta.

Innostus on usko muunnettuna toiminnaksi.

~ Henry Chester

Ennemmin näkisin, että monimuotoinen ohjelma, esimerkiksi osana kuntouttavaa työtoimintaa tai työvoimatoimiston (ohjaavaa) työvoimakoulutusta, olisi tärkeä osa oppijoiden/asiakkaiden kokonaisvaltaisessa kuntouttamisessa siihen, että tulevaisuudessa sekä opiskeleminen että työelämässä pysyminen onnistuu. Erään oppijoista ilmaisi asian näin:

”Tällainen kurssi pitää olla mahdollinen kaikille sitä tarvitseville. Jos on tyhjän päällä istuskelua, esim. pitkäaikaistyöttömille, tämä antaa mahdollisuuden siihen, että mahdollisuuksia kartoitetaan ja avarakatseisuuteen. Joillekin voisi olla tarpeen pidempi aika, enemmän kuin vuosi. Voisi olla mahdollisuus jatkaa toisella kurssilla. Vaikka kurssilla käsiteltäisiin samoja aihealueita, kurssi olisi aina uusi: uudet henkilöt tuovat esille uudet näkökulmat – tuoreus säilyy.”

OVI-oppijat ovat loistavia ihmisiä! Heillä kaikilla on mahdollisuus vaikka mihin, mutta heitä ei saa pakottaa eikä hoputtaa sellaiseen ja sillä tavalla, mihin he eivät vielä ole valmiita. Kaikessa kuntouttavassa toiminnassa, niin myös opinnollisessa, tarvitaan pitkäjännitteistä, yksilön huomioivaa työtä ja otetta. Lahdessa tämä on huomioitu ja oppijoilla on moniammatillinen verkosto tukena. OVI-ohjelman päätyttyä kukaan ei humpsahda tyhjän päälle, vaan olemassa oleva verkosto kannattelee edelleen.

”Huonona puolena voisi laittaa sen, että sessiot olisi voinut olla pitempiä ja koko kurssi olisi voinut olla pitempi – vuosi voisi olla kohtuullinen. Hyvänä asiana näen sen, että kurssin jälkeen on ollut mahdollisuus pitää ohjaajaan yhteyttä ja saada tarvittaessa tukea.”

”Oli hyvä huomata että jostain sai apua ongelmiin & ettei heti jätetty tuuliajolle tai pompoteltu edestakaisin turhaan. Samanlaista ohjelmaa tarvitaan jatkossakin varmasti monille muillekin Toivon, että muutkin saavat tarvittavaa apua kuten minä sain.”

Tietä kulkemalla
sen oppii tuntemaan
ja kohta kulkijalla
on tieto hallussaan.
Niin kuin Tie elämä eläjää opettaa.
Silmien edessä maailma meitä odottaa.
Mutta jos liikaa pinnistää,
se pään vain sekoittaa.

Minä olen minä
ja sinä joku muu,
ja muina ihmisinä
meiltä luonnistuu
se minkä tekijäksi
ei sovi kukaan muu.
Silloin löytynyt on Tie,
ja Tietä kulkiessa muut tiet unohtuu.
~ Benjamin Hoffin mukaan Nalle Puh

LIITE 1.



OVI / II ryhmä _____
10.8.2004

**KYSELY OVI -RYHMÄ –JA YKSILÖKUNTOUTUKSEEN
11.2.–23.6.2004 OSALLISTUNEILLE OPPIJOILLE**

Tämän kyselyn avulla arvoimme projektimme toimien hyödyllisyyttä. Pyydän sinua vastaamaan seuraaviin kysymyksiin. Kysely on nimetön ja tiedot käsitellään luottamuksellisesti.

Yleisiä kysymyksiä

Mitä OVI - ohjelmasta tulee ensimmäiseksi mieleesi?

Mikä OVI - ohjelmassa on ollut parasta?

Mikä on ollut huonoa?

Millä sanoilla kuvaisit ryhmän ilmapiiriä?

Miten viihdyit ryhmässä?

Oliko OVI – ohjelman kesto mielestäsi sopiva (1 kerta viikossa 4 h, puolen vuoden ajan)?

Mitkä asiat vaikuttavat arvioosi OVI -ryhmän toimivuudesta eniten?
Rastita yksi tai useampi vaihtoehto

- | | |
|---------------------|-----------------------|
| Kurssikaverit | <input type="radio"/> |
| Ohjaaja | <input type="radio"/> |
| Kurssitila | <input type="radio"/> |
| Tarjottavat | <input type="radio"/> |
| Käsiteltävät aiheet | <input type="radio"/> |
| Ryhmän ilmapiiri | <input type="radio"/> |
| Ryhmätyöskentely | <input type="radio"/> |
| Oma motivaatio | <input type="radio"/> |
| Muu, mikä | <input type="radio"/> |

Arvioi asteikolla 1-5 omaa suhtautumistasi OVI- ohjelmaan.
Ympyröi mielestäsi parhaiten sopiva vaihtoehto.

1 = täysin eri mieltä

3 = ei samaa eikä eri mieltä

5 = täysin samaa mieltä

Seuraavat kysymykset liittyvät kokonaisuudessaan OVI - ohjelmaan

OVI - ohjelmalle itse asettamani tavoitteet täyttyi

1 2 3 4 5

OVI -ryhmässä mukana olo on vahvistanut arjessa jaksamistani.

1 2 3 4 5

Ohjaaja on lisännyt positiivista ilmapiiriä ryhmässä.

1 2 3 4 5

OVI -ryhmältä saa sellaista apua ja tukea, jota ei ole muualta
saanut tai jollaista ei ole ollut mahdollisuutta hankkia.

1 2 3 4 5

Minusta tuntuu, että ohjaajaan voi luottaa.

1 2 3 4 5

Mielestäni OVI -ryhmän työskentelytapa rohkaisee ja kannustaa ryhmäläisiä.

1 2 3 4 5

Olen kokenut, että OVI -ryhmä tukee minua ja vahvistavat itsetuntoani ja uskoani tulevaisuuteen.

1 2 3 4 5

Mielestäni OVI –ryhmän toimintaa tarvittaisiin jatkossakin.

1 2 3 4 5

Haluaisin vielä sanoa OVI -ohjelmasta, että

Seuraavat kysymykset liittyvät eri aihekokonaisuuksiin.

Kirjoita alla oleville viivoille, mikä kussakin osa-alueessa oli mielestäsi hyvää & toimivaa ja miten niitä voitaisiin edelleen kehittää. Voit jatkaa vastaustasi lomakkeen toiselle puolelle.

1) Mielestäni keskusteluissa parasta oli _____

Edelleen kehitettävää niissä on _____

2) Mielestäni rentoutusharjoitteissa parasta oli _____

Edelleen kehitettävää niissä on _____

3) Mielestäni IE:ssä parasta oli _____

Edelleen kehitettävää siinä on _____

4) Mielestäni Veda-taiteessa parasta oli _____

Edelleen kehitettävää siinä on _____



5) Mielestäni aivojumpassa parasta oli _____

Edelleen kehitettävää siinä on _____

6) Mielestäni taijissa parasta oli _____

Edelleen kehitettävää siinä on _____

7) Mielestäni Kuntoutussäätiön testeissä parasta oli _____

Edelleen kehitettävää niissä on _____

8) Mielestäni jaetussa oppimateriaalissa parasta oli _____

Edelleen kehitettävää siinä on _____

Haluaisin sanoa eri aihealueista vielä, että _____

Yleinen palaute

Kerro, millainen OVI -ohjelman toiminnan mielestäsi pitäisi olla tuleville aloittaville ryhmille.

Ystävällisesti, kirjoita / piirrä tähän mitä tahansa ajatuksia, mitä OVI -ohjelma on sinussa herättänyt. Kerro myös, millaista tukea tai ohjausta olisit kaivannut ohjelman aikana, mutta et ole saanut.

Tahdon, että OVI –ohjelma jatkuu kuluvan syksyn aikana
Rastita sinulle sopivat vaihtoehdot

- Ryhmätapaamisina
- Yksilöohjauksena
- Molempina
- Kerran viikossa
- Kahden viikon välein
- Kolmen viikon välein
- Kerran kuukaudessa
- Harvemmin, _____

Mitä / millaista ohjausta haluat? _____

Kiitos palautteestasi!

Palauta täytetty kyselylomakkeisto palautekirjekuoressa viimeistään pe
20.8.04

Ystävällisin terveisin
Mirja

LIITE 2.

Hämeen TE-keskus, Työvoimaosasto
Hanna Ilola, Seija Oilunkaniemi & Tuija Ström

OPPIMISVALMIUKSIEN KARTOITUS 2003

Oheinen oppimisvalmiuksien kartoittamiseen tarkoitettu materiaali on laadittu Hämeen TE-keskuksen toimeksiannosta asiakaspalvelutyön kehittämiseksi. Materiaalin tavoitteena on kuvata asiakkaan oppimisvalmiuksia ja tunnistaa mahdollisia oppimisvaikeuksia ja kerätä näin tietoa, jota voidaan hyödyntää asiakkaan koulutusta ja työuraa suunniteltaessa.

Ennen kartoituksen käyttöönottoa kartoittajan tulee tutustua huolellisesti Tehtävien yhteenveto-lomakkeeseen, sillä se sisältää kartoitusta ohjaavia kysymyksiä. Kartoitus sisältää kolme osiota, joiden tavoitteena on toimia keskustelun virittäjänä asiakkaan ja asiakaspalveluvirkailijan välillä. Tavoitteena on luoda pohjaa yhteiselle keskustelulle ja suunnittelulle, minkä vuoksi kartoitus ei ole muodoltaan testi.

Kartoituksen jälkeen on olennaista, että tiedot välittyvät asiakasta mahdollisimman hyvin palvelemaan käyttöön. Yhteenveto –lomakkeen Jatkotoimenpiteet –osion täyttö on näin ollen ehdottoman tärkeää. Jatkotoimenpiteitä voivat olla esim. keskustelu ammatinvalintapsykologin kanssa, ohjaaminen kuntouttavaan toimintaan, ohjaaminen kunnan/järjestöjen palveluihin, ohjaaminen oppimisvalmiuksia painottavaan ohjaavaan koulutukseen, yhteistyö ammatillisen koulutuksen valintatilanteissa opilaitoksen kanssa, lisäohjauksen käytön suosittelu, tiedottaminen kurssikummille, yhteistyö koulutuksen pääopettajan kanssa, siirtymävaiheiden ohjauksen koordinointi jne.

Kartoitus on luonteeltaan kokeilevaa toimintaa ja työhallinnon toimijat voivat kehittää sitä haluamaansa suuntaan.

Tampereella 15.2.2003

Hanna Ilola, Seija Oilunkaniemi & Tuija Ström

OHJEET OPPIMISVALMIUS-KARTOITUKSEN KÄYTTÖÄ VARTEN

Hämeen TE-keskuksen työvoimaosasto toteuttaa vuonna 2003 oppimisvaikeuksien tunnistamiseen ja asiakaspalveluvirkailijoiden työn kehittämiseen liittyvän kokeilun. Tämä oppimisvalmiuksien kartoitus on laadittu asiakaspalveluvirkailijoiden asiakastyön kehittämiseksi.

Kartoituksen tavoite

Kartoituksen tavoitteena on kuvata asiakkaan oppimisvalmiuksia ja tunnistaa mahdollisia oppimisvaikeuksia. Tätä tietoa voidaan hyödyntää asiakkaan koulutusta ja työuraa suunniteltaessa.

Kartoituksen sisältö ja toteutus

Kartoituksessa on kolme osaa, jotka voidaan toteuttaa peräkkäin tai erillisillä tapaamiskerroilla. Yhteensä aikaa kartoituksen suorittamiseen käytetään korkeintaan 1 t 10 minuuttia. Kartoituksen osat ovat:

1. Tehtävä: Oman oppimistyylin kartoitus

Kartoitus toteutetaan asiakkaan kanssa keskustellen. Tavoitteena on pyrkiä saamaan esille, miten asiakas oppii uusia asioita ja osio toimii keskustelun virittäjänä. Pohjana kartoituksessa on jako: auditiivinen (oppii kuulemalla), visuaalinen (oppii näkemällä) ja kinesteettinen (oppii tekemällä) oppija. On huomattava, että jokaisesta oppijasta löytyy kaikkia näitä piirteitä. Aikaa osion tekemiseen käytetään korkeintaan 25 minuuttia.

2. Tehtävä: Kysymyksiä omasta oppimisesta

Asiakas vastaa itsenäisesti kyllä tai ei kysymyksiin 1 – 10. Tavoitteena on selvittää, onko asiakkaalla oppimiseen liittyviä vaikeuksia. Vastaukseen voi käyttää aikaa korkeintaan 10 minuuttia, minkä jälkeen asiakas ja testaaja käyvät yhdessä keskustellen läpi vastaukset. Aikaa osion tekemiseen käytetään yhteensä korkeintaan 25 minuuttia. Kysymysten pohjana on käytetty British Dyslexia Associationin (2002) kartoituslistaa (www.bda-dyslexia.org.uk).

3. Tehtävä: Vastaus kysymykseen Millainen olet?



Asiakas kirjoittaa paperille itsestään viisi hyvää ominaisuutta. Nämä ominaisuudet toimivat keskustelun virittäjinä. Tavoitteen on selvittää, miten nämä ominaisuudet vaikuttavat asiakkaan oppimiseen ja työn tekemiseen. Aikaa kirjoittamiseen voi käyttää korkeintaan 10 minuuttia ja yhteensä koko tehtävään 25 minuuttia.

Vastaukset kootaan yhteenvetolomakkeelle, joka käydään läpi asiakkaan kanssa ja sovitaan jatkotoimenpiteistä.

Kartoittajan tulee ehdottomasti tutustua Tehtävien yhteenveto –lomakkeeseen ennen osioiden tekemistä, sillä se sisältää kartoitusta ohjaavia kysymyksiä!

Hämeen TE-keskus, Työvoimaosasto

OPPIMISVALMIUKSIEN KARTOITUS 2003

Asiakas _____

Virkailija _____

Päiväys _____

1. Tehtävä: Oman oppimistyylin kartoitus

Miten opit seuraavia asioita? Yhdistä opittava asia ja tyyli.

OPITTAVA ASIA

TYyli

Uusi puhelinnumero

NÄKEMINEN



Stereoiden kokoaminen

Auton korjaaminen

KUULEMINEN



Ruuan laittaminen

TEKEMINEN



Uusi kieli

Huonekalujen
kokoaminen

Tietokoneen käyttö

2. Tehtävä: Kysymyksiä omasta oppimisesta

Vastaa seuraaviin kysymyksiin kyllä tai ei. Merkitse rasti sopivaan vastaukseen.

Kysymys	Kyllä	Ei
1. Onko kartan lukeminen tai uuden paikan löytäminen vaikeaa?		
2. Onko sinusta epämiellyttävää lukea ääneen?		
3. Kestääkö kirjan sivun lukeminen sinulla kauemmin kuin mielestäsi pitäisi?		
4. Onko sinun vaikea ymmärtää lukemaasi tekstiä?		
5. Onko sinun vaikea ottaa viestejä vastaan puhelimessa ja välittää ne oikeina eteenpäin?		
6. Onko sinun vaikea laskea päässä yhteen ilman että käytät apuna sormia tai paperia?		
7. Sekoitatko numeroita, kun valitset puhelinnumeroa?		
8. Sekoitatko päivämääriä ja aikoja ja unohdat sovitut tapaamisia?		
9. Sekoitatko bussin numeroita kuten 95 tai 59?		
10. Oliko sinun vaikea oppia koulussa kertotaulu ?		

3. Tehtävä: Millainen olet?

Luettele itsestäsi viisi hyvää asiaa (esimerkiksi ominaisuutta tai luonteenpiirrettä).

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

5. _____

OPPIMISVALMIUKSIEN KARTOITUS / TEHTÄVIEN YHTEENVETO

1. Tehtävä: Oman oppimistyylin kartoitus

Millaisen oppijan (auditiivinen, visuaalinen, kinesteettinen) piirteitä asiakas löytää itsestään eniten?

Millaisia asioita hänen on helppo oppia? (Teoreettisen taidot – käytännön taidot)

Millaisia asioita hänen on vaikea oppia? (Teoreettisen taidot – käytännön taidot)

Tuleeko keskustelussa ilmi erityisiä oppimisen vaikeuksia? Millaisia ne ovat? Onko hän saanut tukea vaikeuksiinsa (esim. erityisopetus)?

2. Tehtävä: Kysymyksiä omasta oppimisesta. Jos kyllä-vastauksia on runsaasti, ne voivat viitata erityisiin oppimisen vaikeuksiin.

Millaisiin kysymyksiin asiakas vastasi myöntävästi? Millaisten asioiden oppiminen voi olla hänelle vaikeata?



3. Tehtävä: Millainen olet?

Millaisia vahvuuksia asiakkaan oppimisessa ja työn tekemisessä on?

Mitä kehitettäviä puolia keskustelussa löytyy?

Sovitut jatkotoimenpiteet

Paikka ja aika _____

Allekirjoitukset

Asiakaspalveluvirkailija

Asiakas