

# Sokran arvio toimintamallista: Elävä Portfolio - oman osaamisen tunnistamisen prosessi

Elävässä Portfoliossa osallistuja oppii erilaisten taidelähtöisten menetelmien avulla löytämään vahvuuksiaan ja kertomaan niistä.

**Malli on arvioitu**<sup>1</sup> osana Sosiaalisen osallisuuden edistämisen koordinaatiohanke – Sokran ja Euroopan sosiaalirahaston TL 5 -hankkeiden Osallisuuden palaset -kehittämistyötä. Arvio on tehty Sokra-hankkeen päätoteuttaja Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksessa.

## Kehittäjä

LUmOaVA - Taidelähtöiset menetelmät osallisuuden ja osaamisen tukena -hanke, Kokkola (Keski-Pohjanmaan sosiaali- ja terveystalvolutuntayhtymä Soiten alue). Centria ammattikorkeakoulu Oy, 1.8.2017 - 31.3.2020. Malli on arvioitu osana Sosiaalisen osallisuuden edistämishanke Sokran ja ESR TL5 -hankkeiden Osallisuuden palaset -kehittämistyötä.

**Kehittäjän yhteyshenkilöt:** Minna Koivula, Centria ammattikorkeakoulu Oy, minna.koivula(at)centria.fi, Sanna-Kaisa Karvonen, sanna-kaisa.karvonen@centria.fi, Centria ammattikorkeakoulu Oy

## Sisällys

Mallin kuvaus.....	2
Kohderyhmä.....	2

<sup>1</sup> Malli on arvioitu Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksessa kehitettyjen osallisuuden osa-alueiden ja lupaavan käytännön kriteerien näkökulmista Sokran toimesta hankkeen dokumentaatiota hyödyntäen.



Toimintaympäristö .....	2
Toteutus .....	3
Osaamiskortilla omaa osaamista näkyväksi .....	3
Toiminnan alkukartoitus tehdään Helmikorttien avulla .....	3
Oman elämän näyttämö -mallilla ja My Movie -digitarinalla hahmotetaan yksilön osallisuutta omassa elämässään .....	3
Oman elämän kehukset .....	4
Taidelähtöisen työskentelyn periaatteista .....	4
Mallin arviointi .....	5
Osallisuuden toteutuminen mallissa .....	5
Toimintamalli lupaavana käytäntönä .....	6
Samankaltaista toimintaa on kehitetty myös: .....	7

## Mallin kuvaus

Toimintamallilla kartoitetaan kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin eri osa-alueita ja pyritään lisäämään ihmisen minä-pystyvyyden tunnetta. Kyseessä on toimintamalli, jossa hyödynnetään erilaisia taidelähtöisiä, konkreettisia tehtäviä, joiden avulla osallistuja osaa käsitellä omaa tilannettaan. Toimintamalli mahdollistaa henkilölle itsestään kertomisen omannäköisellään tavalla.

## Kohderyhmä

Toimintaa on kehitetty ryhmissä, joissa on nuoria, joilla on vähän tai ei lainkaan työkokemusta, sekä ikääntyviä, jotka ovat olleet pitkään työelämän ulkopuolella. Mukana on ollut myös maahanmuuttajataustaisia. Menetelmät soveltuvat erilaisille kohderyhmille.

## Toimintaympäristö

Kyseessä on kulttuurihyvinvointipalvelu, jossa kulttuuri ja taide linkittyvät hyvinvointiin. Toiminta on matalan kynnyksen palvelua osana sosiaalityön kenttää.



thl

Diak

Programme for Sustainable Growth and Jobs

Leverage from  
the EU  
2014–2020



European Union  
European Social Fund

## Toteutus

Ryhmätoiminnassa hyödynnetään taidelähtöisiä menetelmiä monipuolisesti yhdistäen ne kerta kerralta tiiviimmin omaelämäkerrallisuuteen ja sitä kautta omaa itseä läheisemmin koskettaviin asioihin. Aluksi kartoitetaan osallistujan tarpeet. Osallistuja vastaa kartoituksessa kysymyksiin, jotka käsittelevät muun muassa hyvinvointia, osallisuutta, arkea sekä työtä ja tulevaisuutta. Toimintaa suunnataan osallistujalähtöisesti sen mukaan millä kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin osa-alueella tuen tarvetta ilmenee. Taidelähtöisistä menetelmistä kootaan osallistujan mielenkiinnon kohteiden mukaan pakki, jota hän toteuttaa ohjatusti. Toimintajakson jälkeen muutosta omassa hyvinvoinnissa arvioidaan. Arvioinnin perusteella suunnitellaan tulevaa toimintaa ja mahdollisesti suunnataan sitä uudelleen. Menetelmäpakkiä muutetaan tarpeen mukaan. Työskentelyn lopputuloksia tärkeämpää on prosessi itsessään, jonka aikana osallistuja käsittelee itselleen tärkeitä asioita.

## Osaamiskortilla omaa osaamista näkyväksi

Toiminnan aikana osallistuja jäsentää havaintoja itsestään ja osaamisestaan osaamiskorttiin. Jäsennyksen jälkeen voidaan esimerkiksi tehdä elokuva, jossa kuvataan omaa prosessia ja osaamiskorttiin koottuja havaintoja. Menetelmä vahvistaa myönteistä minäkuvaa ja itseluottamusta. Havaintojen koostaminen korttiin tai valitun Elävä Portfolio -mallin työstäminen tekee osaamisen näkyväksi osallistujalle itselleen ja muille. Prosessi jaetaan vaiheisiin, mikä helpottaa työskentelyä ja eri asioiden käsittelyä.

## Toiminnan alkukartoitus tehdään Helmikorttien avulla

Aluksi osallistuja täyttää Helmikortin Hyvinvointisimpukan sen hetkisten tuntemuksiensa pohjalta. Osallistujan täytettyä Helmikortin Hyvinvointisimpukan, tuloksia on helppo tarkastella visuaalisesti ja muodostaa kokonaiskuva osallistujan yksilöllisestä tilanteesta. Korttien avulla osallistujan on helpompi kertoa itse omin sanoin tilanteestaan. Taidelähtöiset tehtävät auttavat osallistujaa käsittelemään havaittuja kehityskohtia. Helmikortit pohjautuvat Sosiaalinen osallisuus ja työ- ja toimintakyvyn muutos -koordinaatiohankkeen kehittämään Kykyviisariin ja asiakkaiden palautteisiin sen käytöstä ja tuloksista. Kykyviisarin tutkimukseen perustuvat kysymykset otettiin käyttöön muokkaamalla ne tiiviimpään ja myönteisempään muotoon.

## Oman elämän näyttämö -mallilla ja My Movie -digitarinalla hahmotetaan yksilön osallisuutta omassa elämässään

Osallistuja rakentaa oman näyttämönsä kulliseineen, itseään kuvaavine hahmoineen sekä rekvisiittoineen. Näyttämöllä voi kuvata oman elämänsä voimaannuttavia asioita, unelmia, haaveita, omia vahvuuksia sekä kuormittavia asioita. Voimaannuttavien ja kuormittavien



Programme for Sustainable Growth and Jobs

Leverage from  
the EU  
2014–2020



asioiden keskinäisiä suhteita pohditaan lopuksi, samoin niiden sijaintia näyttämöllä. Näyttämöllä esitetyistä tilanteista voidaan kuvata animaatioita, kirjoittaa kertomuksia tai työstää muuten jokaiselle parhaiten sopivalla tavalla. Näyttämöä muokkaamalla voidaan hahmottaa yksilön osallisuutta omaan elämäänsä, konkretisoida kokemusta omaan elämään vaikuttamisesta ja tehdä näkyväksi omassa elämässä vaikuttavia tekijöitä sekä niiden suhteita.

Osana taidetyöskentelyä voidaan tehdä digitarina. Samalla kun opitaan digitaitoja, omaa osaamista sanoitetaan sanataiteen ja musiikin avulla. My movie –menetelmällä tuotetaan muutaman minuutin pituinen oma tarina.

### **Oman elämän kehykset**

Tässä työskentelyn osiossa lisätään itsetuntemusta ja löydetään uusia tapoja sanoittaa omaa persoonallisuutta. Lisäksi osion aikana tunnistetaan omia vahvuuksia ja voimavaroja, ja tarkastellaan niitä eri näkökulmista. Persoonallisuuden sanoittaminen alkaa persoonallisuustestillä. Sen jälkeen otetaan kuva, jossa voidaan nähdä yhtymäkohtia omiin luonteenpiirteisiin. Kuva yhdistetään sanoihin, joilla osallistuja kuvaa itseään. Kuva yhdistetään myös piirteeseen, jota osallistuja haluaa itsessään kehittää. Kuvasta ja sanoista muodostuvaa teosta voi käyttää apuna kannustavan ja rohkaisevan lauseen kirjoittamiseen. Lause kuvaa teoksen tekijää, ja siinä on huomioitu myös valittu kehitettävä piirre. Vahvuuksia ja voimavaroja kartoitetaan valitsemalla eläin, esimerkiksi leikkimielisen toteemieläintestin avulla. Valittuun eläimen kuvaan lisätään kuva itsestä. Eläimen kuva ja osallistujan itsensä suunnittelema kuva itsestään yhdistetään toisiinsa ja teokseen lisätään vielä sanoja, jotka tulevat mieleen eläimestä. Nämä inspiroivat kirjoittamaan oman voimalauseen, jossa osallistujan vahvuudet tulevat näkyviin.

### **Taidelähtöisen työskentelyn periaatteista**

Kaikella Elävä portfolio -prosessissa tehtävällä toiminnalla on tavoite, ja prosessien arviointia peilataan asetettuihin tavoitteisiin. Osallistujan tutustuminen itseensä tapahtuu hänen omilla ehdoillaan. Jokaisella osallistujalla on tilaa ja mahdollisuus tarkastella asioita oman elämänsä viitekehyksessä ja niiden voimavarojen mukaan, joita juuri hänellä siinä hetkessä on. Tärkeintä kaikessa on turvallinen ja luottavainen ilmapiiri. Taidelähtöisillä menetelmillä työskenneltäessä on tärkeää tiedostaa, etteivät ohjaajat voi ennustaa, mitä asioita harjoitteet nostavat esille. Asioiden ennakoimattomuus luo ohjaajalle haasteen olla aidosti läsnä, empaattinen ja tilannesensitiivinen joka hetkessä. On tärkeää, että ohjaajat rakentavat ryhmään luottavaisen, toisia kunnioittavan, kannustavan ilmapiirin, jossa jokainen voi käsitellä esiin nousevia asioita turvallisesti. Tehtävänannot rakennetaan niin, että jokainen pystyy ne suorittamaan turvallisesti vaiheittain ilman taiteellista näkemystä.



Programme for Sustainable Growth and Jobs

Leverage from  
the EU  
2014–2020



## Mallin arviointi

### Osallisuuden toteutuminen mallissa

Menetelmän avulla osallistuja voi kertoa itsestään muulle ryhmälle sen verran ja niitä asioita, joita hän itse haluaa tuoda esille. Jokainen saa itse sanoittaa elämänsä, päättää kuinka paljon tuo itseään esille ja kuinka paljon kertoo asioistaan. Osallistujat määrittelevät ryhmässä käytävää keskustelua, sen sijaan, että se olisi ohjaajalähtöistä.

Omia asioitaan voi jäsentää helpommin ja omat vahvuudet saada konkreettisesti sanoitetuksi taidelähtöisten menetelmien avulla. Menetelmää kokeilleiden osallistujien mukaan työkalujen visuaalisuus ja havainnollistavuus tukevat ilmaisua.

Työskentely on jaettu osa-alueisiin ja eri vaiheisiin. Osallistujan on helppo työstää omaa tarinaansa, tunnistaa omaa osaamistaan ja omia voimavarojaan, vaikka hän ei olisi tottunut pitkäjänteisyyttä vaativiin tehtäviin ja pitkälle tähtääviä suunnitelmiin.

Menetelmän keskiössä ovat henkilöstä itsestään taiteen avulla nousevat asiat. Taiteen avulla voidaan etäännyttää oma persoona käsiteltävästä asiasta. Menetelmässä asioita tarkastellaan aina sen hetkisten voimavarojen puitteissa. Luovat menetelmät lisäävät kykyä sietää erilaisuutta antaen mahdollisuuden asettua toisen asemaan ja nähdä asiat toisin. Vuorovaikutuksellisuus auttaa näkemään itsensä ja oman toimintansa toisten silmin ja vahvistaa taitoa toimia sosiaalisissa tilanteissa.

Omaa elämää voi tarkastella uusista näkökulmista. Samalla osallistuja saattaa tunnistaa itsestään taitoja, joita ei ole tullut aiemmin ajatelleeksi. Menetelmän työkalujen avulla ihminen voi tehdä omaa elämäänsä ja taitojaan näkyväksi myös muille. Omien vahvuuksiensa tunnistaminen voi auttaa tarttumaan haastaviksi kokemiinsa asioihin ja helpottaa tilanteita, joissa kohtaa vastoinkäymisiä.

Kehittäjäasiakkaat ovat olleet merkittävässä roolissa Elävä Porfolio -mallin ja sen osana käytettävien työkalujen kehittämisessä. Prosessien suunnittelussa on kuunneltu osallistujien tarpeita ja mielenkiinnon kohteita. Prosessin aikana on ideoitu yhdessä toimintatapoja osallistujien kanssa. Jokainen osallistuja saa suunnitella itse oman prosessinsa.

Taidelähtöiset menetelmät auttavat jäsentämään sisäistä narratiivia, koska niissä hyödynnetään taidetta ja kulttuuria sekä kulttuurisia merkityksiä. Näiden avulla voidaan laajentaa ihmisen ja ryhmän kuvausta itsestään sekä tuoda esille uusia mahdollisuuksia ja näkökulmia elämään.



Programme for Sustainable Growth and Jobs

Leverage from  
the EU  
2014–2020



## Toimintamalli lupaavana käytäntönä

Toiminnan kehittäminen perustuu tutkimukseen ja selvityksiin. Toiminnalliset, vuorovaikutukselliset ja kokemukselliset menetelmät mahdollistavat omaan itseen tutustumisen ja merkityksellisyyden löytämisen. Taide antaa mahdollisuuden tarkastella asioita uusista näkökulmista ja ottaa etäännyttää niihin.

Toiminnallisuus mahdollistaa ihmisen elämän käsittelyn kokonaisvaltaisesti, ei vain puheen keinoin. Jokainen voi päättää omasta toiminnastaan oman kiinnostuneisuutensa ja omien arvojensa pohjalta.

Taidelähtöisten menetelmien avulla voi tulla tietoiseksi itsestään ja omasta ilmaisustaan, mikä vaikuttaa rakentavan vuorovaikutustilanteen luomiseen. Rakentava vuorovaikutus vaatii läsnäoloa, taitoa kuunnella ja rohkeutta heittäytyä hetkeen, jossa jokaisella osallisella on vastuu tilanteen etenemisestä. Erilaisten toiminnallisten ja osallistavien harjoitteiden avulla vuorovaikutustilanteita voidaan harjoitella turvallisessa ympäristössä.

Taidelähtöiset menetelmät auttavat kokeilemaan uusia vuorovaikutuksen tapoja, jolloin voi kertomastaan tarinasta voi löytyä uusia aineksia. Taidelähtöiset menetelmät avaavat uuden ja aikaisempaa myönteisemmän näkökulman.

Toiminta vastaa tarpeeseen tutustua osallistajaan ja hänen tulevaisuuden toiveidensa selvittämiseen. Ryhmämuotoisessa taidelähtöisiä menetelmiä hyödyntävässä toiminnassa voidaan keskustella ihmisen elämästä monipuolisemmin ja myönteisemmin kuin sosiaalivirkailijan kanssa kahden kesken tapahtuvassa keskustelussa. Usein omaa elämää kerrotaan sosiaalityöntekijän luona esimerkiksi työn hakemisen tai elämässä koettujen ongelmien kautta. Tällainen voi väaristää minäkuvaa. Taidelähtöisen toiminnan avulla omaa elämää tulee kerrottua myönteisten ja itselle tärkeiden asioiden valossa.

Uusi tapa kertoa itsestään tukee ammattilaisen työtä, joka yrittää arvioida ihmisen työ- ja toimintakykyä sekä palveluntarvetta. Myös mahdollisia muita palveluita ja vaihtoehtoja on helpompi suunnitella yhdessä asiakkaan kanssa. Kun asiakkaan vahvuuksia tuodaan esille, hänen luottamuksensa itseään ja palveluita kohtaan voi parantua, jolloin kiinnostus osallistua ja sitoutua saattaa parantua. Näin ihminen pääsee osalliseksi palveluista ja eri toiminnoista sekä pystyy paremmin hyödyntämään niitä vaikuttaakseen omaan elämäänsä ja yhteisönsä toimintaan.

Toiminta sopii erilaisille kohderyhmille. Työkalut mahdollistavat myös ei-kielellisen ilmaisun. Erikieliset voivat toimia samassa ryhmässä, eikä ryhmän ohjaajalla osallistujalla ei tarvitse olla yhteistä kieltä.



Programme for Sustainable Growth and Jobs

Leverage from  
the EU  
2014–2020



Hankkeen tarkoituksena on juurruttaa menetelmä osaksi Keski-Pohjanmaan sosiaali- ja terveystalvokuntayhtymä Soiten alueen sosiaalityön toimintaa. Menetelmästä käyttöoppaineen tulee sähköinen julkaisu, joka on vapaasti ladattavissa. Menetelmän käytön tueksi on saatavilla koulutusta.

Menetelmiä ja Helmikortit on esitelty ammattikorkeakoulu Centrian sosiaalialan opiskelijoille, jolloin luodaan taidelähtöisiä menetelmiä tunteva, tulevien ammattilaisten verkosto. Helmikortteja on levitetty muiden saman kohderyhmän kanssa työskenteleville hankkeille sekä kunnille.

LUMOaVA-hankkeen kehittäjät ovat saaneet rahoitusta uuteen hankkeeseen, jossa hyödynnetään luovien menetelmien käytäntöjä ja työkaluja kuten Helmi-kortteja LUMOaVA-hankkeesta.

### **Samankaltaista toimintaa on kehitetty myös:**

Kirjava-hankkeessa (ESR 2019-2022)

Digitarina on elämäntarinan dokumentointimalli. Se on lyhyehkö video, joka voi sisältää still-kuvia, tekstiä, ääntä sekä videokuvaa. Digitarina vahvistaa minäkuvaa ja voi tukea kielen oppimisessa sekä luoda yhteyksiä eri kulttuurien välille. Se on helposti omaksuttava itseilmaisuuden muoto. Digitarinan avulla voi löytää itsestään vahvuuksia ja se tukee omien kiinnostuksen kohteiden löytämisessä. Uudet mediataidot voivat antaa itsensä ylittämisen kokemuksen.

Kirjava (ESR 2019-2022) hankkeessa menetelmää on hyödynnetty pakolaistaustaisilla. Tarinat ovat saaneet aineksensa siitä, mikä on itselle tärkeä paikka ja mikä tuo itselle hyvää oloa. Tarinat kirjoitetaan tekstimuotoon, jonka jälkeen ne äänitetään. Esitykseen lisätään itse otettuja valokuvia, videokuvaa ja musiikkia. Esitykset voidaan julkaista yhteisessä tilassa, kuten kirjastossa. Digitarinoiden tehneet tulevat myönteisessä valossa huomatuksi.



Programme for Sustainable Growth and Jobs

Leverage from  
the EU  
2014–2020

