

# Löydä oma luovuutesi - harrastekurssi

Löydä oma luovuutesi harrastekurssilla osallistuja pääsee kokeilemaan erilaisia kuvataiteen muotoja ja tekniikoita sekä löytämään oman luovuutensa. Tavoitteena on innostaa taiteen tekemisestä kiinnostuneita, kursseilla ennestään aliedustettuja ryhmiä, uuden harrastuksen pariin. Ennen kurssia järjestetään ennakkotapaaminen taidetyöpajan muodossa, jossa kurssista kiinnostuneiden on mahdollista tulla tutustumaan kurssiohjelmaan ja opettajaan. Tutustuminen madaltaa osallistumiskynnystä.



## Kohderyhmä ja asiakasymmärrys

Ryhmä on suunnattu kuvataiteen eri tekniikoista kiinnostuneille. Liikkeelle lähdetään perusasioista, joten aikaisempaa tietotaitoa ei tarvita. LUMI-hankkeessa toiminta kehitettiin heikosti työelämään integroituneille henkilöille.

Ohjaustapa on osallisuuden huomioiva. Ohjaajalle tarjotaan tarvittaessa perehdytystä osallisuuden käsitteeseen. Osallistujien toiveet kuullaan kurssia suunniteltaessa. Sisällön painotukset voivat muokkautua kurssin aikana osallistujien toiveiden mukaan. Perusrunko on suunniteltu etukäteen, mutta tehtävänannot valitaan osallistujien taitotasojen mukaisesti. On tärkeää antaa kurssilaisille mahdollisuus myös opettaa ja näyttää osaamistaan muille, ja sitä kautta rakentaa onnistumisen ja tarpeellisuuden kokemuksia.

Kohderyhmän tavoittamisessa markkinointi kotisivuilla ei riitä. Osallistujia on tavoitettu parhaiten ammattilaisverkoston kautta ja kontaktoiden kohderyhmää henkilökohtaisesti. Tämä vaatii jalkautumista yhteistyöverkoston tiloihin ja tapahtumiin.

## Ratkaisun perusidea

Kokoontumiskertoja on 8: 6 x 1,5h ja 2 x 3h. Kurssin aikana tehdään myös luontoretki, jossa toteutetaan ympäristötaideteos.

Kurssilla opetellaan erilaisia tekniikoita kuten maalausta, piirtämistä, grafiikkaa ja savitöitä. Lopuksi kurssilaiset koostavat näyttelyn kurssitoistään.

Kustannukset muodostuvat opettajan palkkiosta, luontoretken eväistä ja kuljetuksista sekä taidemateriaaleista.

## Toimivuuden ja käyttönoton ehdot

Ohjaajan tulee olla kuvataiteeseen perehtynyt henkilö, jolla hyvät pedagogiset taidot. Hän osaa ottaa huomioon osallisuuden osa-alueet, eri kansallisuudet ja osallistujien erityistarpeet.

LUMI-hankkeen tavoitteena on juurruttaa uudet harrastekurssit Kuusamo-opiston kurssivalikoimaan. Hankkeen aikana käytettiin aikaa yhteistyöverkoston luomiseen ja kierrettiin kertomassa harrastekursseista erilaisissa ryhmissä ja tapahtumissa. Verkostoa hyödynnetään kohderyhmän tavoittamiseen hankkeen päätyttyä.

## Vaikutukset

Säännöllisen harrastuksen lisääminen viikko-ohjelmaan tuo arkeen rytmiä, rakennetta ja positiivisia hyvinvointivaikutuksia. Taide ja taiteen tekeminen rentouttaa, vähentää ahdistuneisuutta ja aggressiivisuutta. Ryhmätoiminta mahdollistaa osallistujalle lisää sosiaalisia tilanteita ja kohtaamisia. Ryhmään ja yhteisöön kuulumisen kokemukset ovat LUMIn kohderyhmälle erityisen tärkeitä.

Taiteellinen toiminta voi tarjota monia hyötyjä, kuten:

- Luottamuksen parantaminen: Taiteen avulla voi kehittää itseluottamusta ja tuntea saavuttavansa jotakin merkityksellistä.
- Mielenterveyden ylläpitäminen: Luovat taidot voivat auttaa ylläpitämään mielenterveyttä ja tarjoavat välineitä itsestä huolehtimiseen.
- Vaihtoehtoiset selviytymisstrategiat: Taide voi auttaa huomaamaan uusia tapoja selviytyä haastavista tilanteista.
- Rauhoittuminen ja rentoutuminen: Taiteellinen toiminta voi toimia suojapaikkana, jossa voi hetkeksi irrottautua arjen rutiineista ja rentoutua.
- Positiivisen identiteetin rakentaminen: Taide voi auttaa rakentamaan positiivista identiteettiä, joka ei ole sairauden tai diagnoosin määrittämä.

Lähde: Liisa Laitinen: Taide, taiteellinen toiminta ja mielenterveys -artikkeli. Teoksessa: Taide ja hyvinvointi. Toim. Lehikoinen, K. & Vanhanen, E. Taideyliopisto. Kokos-julkaisusarja 1/2017.

## Arvioinnin tulokset tiivistettynä

Hanke sai yhteistyökumppaniksi maahanmuuttajien SelkoTUV-ryhmän, joka suoritti osan koulutuksestaan taidekurssilla. Yhteistyö toi kurssille useita osallistujia ja mahdollisia harrastajia myös tuleville kursseille. Osallistujat saivat vastavuoroisesti uuden harrastuksen ja tietoa siitä, mistä kursseja ja harrastuksia voi löytää tulevaisuudessakin.

Osallistujien sitoutuminen kurssiin oli erinomaista. Harrasteryhmään osallistui eri sukupuolten edustajia sekä maahanmuuttajataustaisia henkilöitä. Aliedustetut ryhmät tavoitettiin ja saatiin mukaan toimintaan.

## **Vinkit toimintamallin soveltajille**

On tärkeää löytää taideopettaja, jolla on hyvät pedagogiset taidot ja joka osaa huomioida eri kansallisuudet ja osallistujien erityistarpeet.

Ympäristötaideteosten teossa kannattaa hyödyntää lähiluontokohteita.