

LUOVAA TYÖNOHJAUSTA LIIKKEEN KEINAIN: Luovuus on meissä kaikissa!

Merja Männikkö



Voimapuu–työskentely on toiminnallista ja ratkaisukeskeistä työnohjausta. Luovuuden puu – hyvinvointipalveluun linkittyvä Voimapuu on KM Merja Männikön ja tanssitaiteilija Henna Hanhinevan yhdessä kehittämä konsepti, jossa yhdistyvät musiikki, muistelu, tanssi ja kunnioittava kosketus. Voimapuu–työskentely antaa eväitä työssä kehittymiseen ja jaksamiseen.

Männikkö on toiminut pitkään Esteettömän tanssin parissa Oulun seudulla ja kokenut tanssin avulla löytävänsä yhteyden itseensä ja muihin kanssaliikkujiin. Esteetön tanssi tarjoaa mahdollisuuden ilmaista itseään liikkeellisesti omista lähtökohdista käsin. Aina ei tarvita sanoja!

Pia Orell - Liukkunen



Ratkaisu- ja voimavarakeskeisessä työnohjauksessa Pia Orell käyttää mielellään toiminnallisia menetelmiä. Hän on aina ollut kiinnostunut liikkeen yhdistämisestä oppimiseen, oivaltamiseen, mielen maailmaan sekä itsetuntemukseen. Suorituspaineeton, esteetön liike vapauttaa kehoa, ajatusta sekä mahdollisia mielen lukkoja. Kehon joustavuus merkitsee myös mielen joustavuutta; näin näkökulmia on helpompi avata ja löytää omia luovia ratkaisuja mahdollisiin ongelmatilanteisiin.

TYÖNOHJAUS JA LIIKE YHDESSÄ

Merjan ja Pian yhteistyö takaa hedelmällisen työskentelyn, jossa toiminnallisuus ja keskustelu limittyvät ja rytmittyvät osallistujien tarpeiden mukaisesti. Liikkeellistä suorituspakkoa ei ole, vaan jokainen voi osallistua omalla tavallaan. Toiminnallisuus tarkoittaa, että keskustelun lisäksi voidaan käyttää kuvia, tarinoita, pelejä, sosiodraamaa, liikettä, naurua sekä läsnäoloharjoituksia, jotka ovat rentouttavia, voimia palauttavia sekä oivalluksia mahdollistavia.

Kahden ohjaajan mukana olo takaa joustavan työskentelyn, keskinäisen reflektoinnin, mahdollisuuden jakautua pienempiin ryhmiin ja käsitellä luottamuksellisesti siinä hetkessä nousseita asioita.

Tavoitteena on, että osallistujat saavat ottaa etäisyyttä työhönsä, kypsytää mielessä pieniä ratkaisujen alkuja, tiputtaa harteilta turhaa painolastia ja kukoistaa omana itsenään!

Luova liikkeellinen työnohjaus antaa mahdollisuuden tankata lisää voimavaroja, levähtää ja kuulostella omaa senhetkistä tilaa.