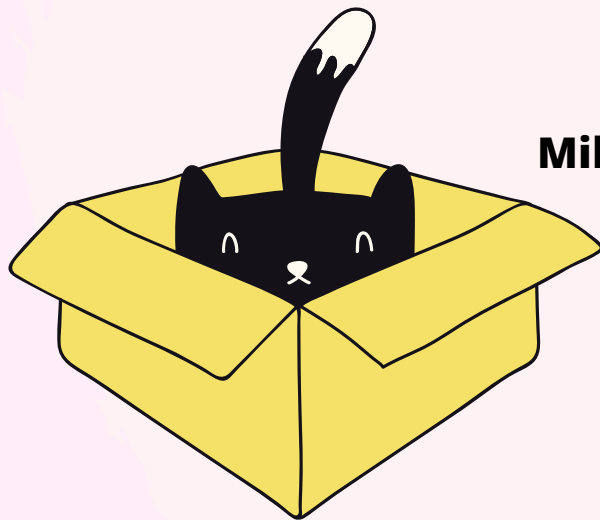


SANAILMAPIIRI

KIRJAKAFFET 30.11.2022



**Mikä on sanailmapiiri?
Millaisten sanojen ympäröimänä olemme?**



**Voinko osallistua?
Onko minun terveellistä ja turvallista osallistua?
Onko järkevää osallistua?
Kenestä sanat kertovat?
Kuulunko mukaan?
Miltä sanat tuntuvat kehossani?**

**Miksi sanat tuntuvat kehossa?
Miksi se on hyvä?**

SANOJEN FYYSISYYS

**Sanat lähtevät kehoista
ja otetaan vastaan kehoissa.
Puhuttu, viitottu, kirjoitettu,
kieli monissa muodoissaan
on kehollista.**

**Keho on kiinnostunut siitä,
onko ihmisellä turvallista.
Keho kerää tietoa kokemusten kautta.**

**Mikä ei ole ollut joskus turvallista,
ei ole kehon mielestä turvallista tänäänkään.**

**Keho kuitenkin päivittää oppimaansa joka hetki.
Uudet hetket, korjaavat kokemukset,
uudistavat kehon suhdetta maailmaan,
Me voimme luoda yhdessä terveellisempää
ja turvallisempaa maailmaa vuorovaikutuksella.**

**Olemme toisillemme tärkeitä,
ja jo muutamalla sanalla tai lauseella
voi olla suuri merkitys.**



**Sanailmapiiri voi olla näkymätön,
mutta sillä on konkreettisia vaikutuksia.**



**Sanoissa voi levätä,
sanoilla voi kannustaa ja tukea,
sanoilla voi ilmaista, kysyä
ja tehdä tilaa kuuntelulle.**

**Sanoihin mukaan pääseminen
voi olla eri hetkinä erilaista.
Vaihtelu on ihan normaalia.**

**Sanalliseen ilmaisuun pääseminen vaatii
tietyn määrän turvallisuuden kokemusta,
sillä hätätilassa kehon toiminta ei tue
parhaalla mahdollisella tavalla - tai ollenkaan-
sanoihin pääsyä.**

**Tämä on hyvä asia!
Jos pitää juosta pakoon sapelihammastiikeriä,
on hyvä käyttää kaikki kapasiteetti
pakenemiseen, taistelemiseen tai
piiloutumiseen, ei sanoittamiseen.**

**Kun keho kokee turvallisuutta,
silloin on mahdollisempaa muodostaa sanoja,
muistaa, keskittyä ja kertoa,
ilmaista ja päästä mukaan
onnistuneeseen vuorovaikutukseen.**





**MAD Pride,
Turku 2019**





Siili tekee pesän lehdistä
ja lämmittävistä
ajatuksista...



Kannustavien sanojen paita- tämä päällä jaksaa paremmin!



Kirje itselle - kirje ystävältä ystävälle



**Voit kirjoittaa itsellesi tähän hetkeen,
tai voit lähettää kirjeen tulevaisuuden itselle:
www.futureme.org**

Herman, J. 1992.

Trauma and Recovery. England: Basic Books.

Hirvaskero, V., Niemelä, H., Pitko, S., Tengvall-Matero, E., Turku, V. 2021.

Harrastustoiminta normien kehystämänä – tietoisuus normeista on tarpeen esteettömän osallistumisen ja yhdenvertaisuuden mahdollistumiseksi. Talk-verkkolehti, Turku amk.

<https://talk.turkuamk.fi/taide/harrastustoiminta-normien-kehystamana-tietoisuus-normeista-on-tarpeen-esteettoman-osallistumisen-ja-yhdenvertaisuuden-mahdollistamiseksi/?fbclid=IwAR1vDzUtWbiCTxs-DCOYvk6aO0-iYAn4l1Dq8T89uW6TNdrU8AxMmMP5sJU>

Hurmerinta, J. Sanojen voimauttava valta.

Teoksessa Ekström, N., Puikkonen, E. & Suoniemi, K. (toim.) Sanataidetta on! Kirjan talo – Bokens hus ry julkaisuja. <https://kirjantalo.org/wp-content/uploads/2021/08/Sanataidetta-on.pdf>

Kapulainen, M. & Kapulainen, M. (toim.) 2020.

Erkkajooga – Turvallista ja terveyttä edistävää joogaa. Helsinki: BoD.

Kolk, B. 2014.

The Body Keeps The Score. U.K.: Penguin Random House.

Oksanen, J. & Sollasvaara, R. (toim.) 2017–2019.

Esteille hyvästit! Opas autismikirjon sekä adhd- ja Tourette-oireisten lasten kasvattajille. Esteetön lapsuus neurokirjon lapselle ja nuorelle 2017–2019-hanke. Autismisäätiö.

Opetus- ja kulttuuriministeriö (OKM) 2004.

Vammaiset ja kulttuuri -toimikunta. Esteettömyyttä pikkurahalla. http://www.kulttuuriakaikille.fi/doc/tietopaketit_ja_oppaat/esteettomytta_pikkurah_alla_opas.pdf

Seta ry 2013.

Älä oleta -opas. Normit nurin -hanke 2013.

<https://seta.fi/2013/12/11/jarjestot-vaativat-yhdenvertaisuuden-vallankumouksen-oppilaitoksiin/>

THL 2021.

Edistääkö toiminta osallisuutta? 24 apukysymystä.

<https://thl.fi/fi/web/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtaminen/osallisuuden-edistaminen/heikoimmassa-asemassa-olevien-osallisuus/osallisuuden-osa-alueet-ja-osallisuuden-edistamisen-periaatteet/edistaako-toiminta-osallisuutta-24-apukysymysta>

Törmi, K. 2019.

Eläin meissä. Kohtaamisen taito ja taide autonomisen hermoston valossa. Teoksessa Monni, K. ja Törmi, K. (toim.). 2019. Yhteisö ja taide: teemoja ja näkökulmia 2000-luvun taiteilijan laajentuneeseen toimintakenttään, Teatterikorkeakoulu, Taideyliopisto, Helsinki: Teatterikorkeakoulun julkaisusarja 71, verkossa. <https://disco.teak.fi/yhteiso-ja-taide/2-1-elain-meissa-kohtaamisen-taito-ja-taide-autonomisen-hermoston-valossa/>