



Osallistuimme toukokuussa 2024 Barcelonassa Erasmus+ kurssille nimeltä "Happy school". Kun ryhdyimme pohtimaan millaista koulutusta haluaisimme ja tarvitsisimme, tulimme aika nopeasti yhteiseen lopputulokseen siitä, että koulutuksen tulisi sisältää jotain hyvinvointiin liittyvää. Happy school kurssi olikin juuri sellainen. Kurssi keskittyi nimenomaan erilaisiin tekniikoihin ja harjoitteisiin, joilla voidaan lisätä oppilaiden hyvinvointia koulussa ja siten myös vähentää koulupudokkaiden määrää. Kurssilla oli osallistujia meidän suomalaisten lisäksi Irlannista ja Kreikasta, joten pystyimme paljon myös vertailemaan ja keskustelemaan maiden välisistä eroista ja oppimaan myös paljon toistemme koulujärjestelmistä.

Kurssin suurinta antia olivat konkreettiset harjoitteet, joiden avulla voidaan lisätä ryhmähenkeä, oppia paremmin tuntemaan toisemme, vähentää koulunkäyntiin liittyvää jännitystä ja ahdistusta ja myös motivoitumaan paremmin koulunkäyntiin. Kurssilla käytimme paljon taidetta itseilmaisun muotona ja ryhmäytymisharjoituksina. Piirsimme mm. sokkona omakuvia, teimme yhteistyötaidetta ja yhdistelimme musiikkia ja kuvataidetta. Tämän lisäksi opettelimme myös monenlaisia hengitysharjoituksia, joiden avulla on mahdollista esimerkiksi vähentää jännitystä ja ahdistusta. Tutkimme myös omia ja muiden vahvuuksia eri harjoitteilla ja pohdimme esimerkiksi erilaisia ammatteja, joissa näitä voisi hyödyntää.



Tällä kurssilla ehkä parasta olikin juuri se, että kaikkia näitä harjoitteita voi sellaisenaan hyödyntää luokassa oppilaiden kesken. Ja aina tällaiset kurssit antavat myös paljon lisäideoita omaan opetustyöhön. Näitä ideoita olemme myös opettajakunnan kanssa kokeilleet. Taide hyvinvoinnin tukena ei ole ollut meille kummallekaan ihan tuttu aihe ja olikin kiinnostava ja mieltä huojentavaa huomata, että kuvataidetta voi käyttää monella sellaisella tavalla, joka ei vaadi suurta lahjakkuutta itseltäkään. Ja että se on itseasiassa aika hauskaakin. Ihan kokonaan omiin taideteoksiin ei reissulla kuitenkaan tyydytty, sillä Barcelonassa kun oltiin, oli tietysti päästävä katsomaan myös ihan mestarin teoksia Picasso museon.

