METODGUIDEN

Konstpedagogiska laboratorier | Finland

Luckan Raseborg barnkulturcenter

FÖRBUNDET FÖR BARN-KULTUR I FINLAND

MIND THE GAP

METODGUIDEN

Konstpedagogiska laboratorier | Finland

Luckan Raseborg barnkulturcenter

Författare: Camilla Pulkki
Förord: Henna Kojo-Nieminen
Omslagsfoto: Valtti Visuals
Grafisk formgivning: Hanna Nordström
Utgivare: Förbundet för barnkultur i Finland, 2026
Finansierare: Europeiska unionen. De åsikter och synpunkter som framförs är uteslutande författarens eller författarnas egna och återspeglar inte nödvändigtvis Europeiska unionens eller Europeiska genomförandeorganet för utbildning och kultur (EACEA) åsikter. Europeiska unionen eller EACEA ansvarar inte för dem.

Medfinansieras av Europeiska unionen

FÖRBUNDET FÖR BARN-KULTUR I FINLAND

FÖRORD

Kära läsare,

I dina händer håller du projektets metodguide, som ger en översikt över de konstpedagogiska laboratorier som ordnades i Finland under hösten 2024 och våren 2025.

Dessa verkstäder, som inom projektet kallades laboratorier, genomfördes för unga idrottare i åldern 13–16 år som en del av de högstadieläger som koordineras av Finlands olympiska kommitté. Unga idrottare från olika delar av Finland deltar under läsåret i dessa veckolånga läger vid idrottsinstituten Varala och Kisakallio.

Den nya samarbetsformen mellan idrottsinstituten och kultursektorn fungerade väl. Genom laboratorierna undersökte vi möjligheterna att integrera konstverkstäder som en del av unga idrottares psykologiska träning. Under varje läger ordnades en verkstad, och under läsåret deltog de unga idrottarna sammanlagt i fyra konstverkstäder.

Övningarna i denna metodguide kan tillämpas med olika ungdomsgrupper. Enligt respons från både deltagare och konstpedagoger upplevdes övningarna som lugnande och de stärkte känslan av gemenskap i gruppen. De bidrog också till att bygga laganda bland unga som inte tidigare hade träffat varandra.

Vi önskar dig givande stunder tillsammans med denna guide och dess övningar.

OM MIND THE GAP

Mind The Gap -projektet

Mind the Gap är ett innovativt projekt finansierat inom programmet Kreativa Europa, som stärker konst- och kulturpedagogik och främjar barns och ungas delaktighet runt om i Europa. Projektet bygger tvärsektoriellt samarbete mellan kultursektorn och utbildningssektorn för att möta centrala utmaningar som påverkar ungas välbefinnande.

Under projektets gång planerade varje partner ett konstpedagogiskt laboratorium som genomfördes i skolkontext. Parterna delade metoder med varandra, genomförde kollegiala granskningar och gav respons. Denna samarbetsmodell gav konstpedagoger och organisationer verktyg för att stödja barns och ungas välbefinnande, kreativitet och självuttryck.

Lärdomarna från projektets laboratorier har sammanställts i fem metodguider som beskriver metoderna och stödjer användningen av övningarna i praktiken. Metodguiderna finns tillgängliga både på parternas nationella språk och på engelska.

Metodguiderna och Mind the Gap -projektet har genomförts med delfinansiering från Europeiska unionen.

Mind the Gap -projektet (2024–2026) koordineras av Förbundet för barnkultur i Finland. Projektets partner är Kulturtanken (Norge), Małopolski Instytut Kultury w Krakowie (Polen) och Pionirski dom – Center za kulturo mladih (Slovenien).

MIND THE GAP

Konst- och kulturpedagogik med unga – hur du kan använda denna guide

Ungdomstiden är en period av stark utveckling och förändring, då identitet, självkänsla och upplevelsen av den egna handlingsförmågan formas i relation till jämnåriga. Samtidigt ökar känsligheten för bedömning och rädslan för att misslyckas. Inom konst- och kulturpedagogik förutsätter detta ett tryggt, förtroendefullt och frivilligt arbetssätt där deltagandet inte bygger på prestation utan på möjligheten att pröva, uttrycka sig och få vara ofärdig.

Ur en pedagogisk synvinkel är flexibilitet och anpassning centralt. Övningarna fungerar som verktyg och idéer som kan anpassas efter gruppens behov, färdighetsnivå och motivation. De kan kombineras, förändras och användas i olika ordning – det viktigaste är att välja arbetssätt som passar situationen. När uppgifterna är tillgängliga och meningsfulla stärker de upplevelsen av kompetens och tilltron till den egna förmågan. Kreativt arbete handlar framför allt om växelverkan inom och med gruppen. Ledarens uppgift är att lyssna, stötta och reagera på gruppens behov. Rollen är faciliterande: ledaren möjliggör lärande och kreativitet, uppmuntrar deltagande och ger utrymme för de ungas egna idéer, åsikter och gemensamma beslut.

Parallellt med det konstnärliga arbetet utvecklas emotionella och sociala färdigheter samt delaktighetskompetenser – förmågan att identifiera och sätta ord på känslor, att lyssna på andra samt att agera och skapa mening tillsammans. På så sätt stöder konstpedagogik inte bara konstnärligt uttryck utan också ungas helhetsmässiga utveckling, välbefinnande och gemensamma handlingskraft. En plan som ledaren utarbetat fungerar som en ryggrad och ett stöd, men själva arbetet formas i samspelet med gruppen.

Konstbaserade metoder kan tillämpas i olika teman, situationer och idrottsgrenar beroende på gruppens behov. Övningarna i denna guide är avsedda som metoder som stöder arbetet med din egen grupp. De erbjuder idéer, strukturer och exempel som kan kombineras, anpassas, förkortas eller utvecklas vidare efter situationen. De behöver inte genomföras i en viss ordning eller som färdiga helheter. Det viktigaste är att välja arbetssätt som är meningsfulla och fungerar för just den aktuella gruppen. Ta alltså med dig det du behöver. Anpassa, pröva och gör övningarna till dina egna.

Metoder i konstpedagogiska laboratorier

METOD 1
Rymden och flow – akrylmåleri 7

METOD 2
Designa en kortlek 11

METOD 3
Mitt kraftdjur i lera 14

METOD 4
Logotyp – roller och kroppsmålning 19

METOD 1

Rymden och flow – akrylmåleri

NYCKELORD: Rymden | flöde | skaparglädje

Rekommenderas från 10 år uppåt
Tidsanvändning 2 – 2,5h
Max 12 deltagare

Måla ditt eget rymdlandskap

Vi lever i en värld där tempot ofta är väldigt snabbt och där unga är vana vid ett informationsflöde som inte alltid ger tid till att stanna upp och tänka efter. I den här workshopen tränar deltagaren sig i att reglera sitt eget tempo, att hitta sitt inre flöde och att njuta av det egna skapandet.

Rymden som tema lämpar sig väl eftersom det inte finns ett rätt eller fel sätt att måla rymden på, endast fantasin sätter gränser och skapandet blir kravlöst. Det är också intressant för deltagarna att se hur olika tolkningar av temat deltagarna i gruppen gör, vilket öppnar upp för diskussion kring skapandet och den inre processen.

Workshopen inleds med en avslappningsövning som hjälper deltagaren att hitta närvaro i stunden och att fokusera på sig själv. Det är viktigt att man ger tillräckligt med tid för detta, utan närvaro i stunden kan det vara svårt att hitta sitt eget flöde.

Som stöd för temat kan man med fördel använda sig av ljud och video eller bilder från rymden som visas i bakgrunden under hela workshopen. Materialet hjälper att samla tankarna kring temat och ger möjlighet till mikropauser i skapandet.

Före metodlaboratoriet

Förberedelser

- Tillräckligt med utrymme för både avslappning och skapande
- Skärm för video/bildmaterial, möjlighet att variera belysningen
- Vattenpunkt med möjlighet till tvätt av penslar och händer
- Filtar för avslappningsövningen
- Underlag/skydd till borden
- Akrylfärger, pannåer, penslar, vattenskålar

Förberedande uppgift

- Gå ut på kvällen, hitta en plats där du känner dig avslappnad. Lyssna, dofta, känn efter. Titta på natthimlen och låt tankarna vandra.

Beskrivning av metoden

3 min	Inledande diskussion om workshopen som ett tryggt och positivt utrymme med gemensamma regler och om hur man visar hänsyn.
5 min	Diskussion kring den förberedande uppgiften, be deltagarna dra sig till minnes och be den som vill berätta om vad de upplevde och vilka känslor som väcktes.
3 min	Genomgång av workshopens olika skeden och praktiska frågor.
15 min	Avslappningsövning i dämpad belysning. Deltagarna kan ligga på golvet med en filt eller sitta bekvämt. Djupandning och muskelavslappning. Fantasiresa till rymden med start och slut vid den plats där förhandsuppgiften gjordes.
3 min	Genomgång av uppgiften och dess syfte.
5 min	Materialet introduceras, praktiska råd och tips, t.ex. att måla vått i vått eller penselföring.
1–1,5 h	Deltagarna gör sin egen tolkning av rymden genom att måla med akrylfärger på pannå eller duk.
	Ledaren instruerar i tvätt av penslar och annat praktiskt då deltagarna målat färdigt.

Efter metodlaboratoriet

15 min

Workshopen avslutas med en genomgång där deltagarna får visa sina arbeten och berätta om hur de upplevde workshopen. Ledaren ger positiv respons för varje arbete och uppmuntrar och handleder deltagarna i att göra det samma.

Deltagarna ges möjlighet att anonymt ge respons om workshopen via frågeformulär digitalt eller i pappersformat.

Målningarna lämnas att torka, deltagarna informeras om när de kan hämta sina målningar.

Tips & övriga resurser

Materialet kan varieras enligt tillgänglighet och gruppens tidigare kunskapsnivå, som exempel kan vattenfärger på akvarellpapper eller gouache på grunderad kartong användas.

Ledaren kan gärna ta en plats i gruppen och göra en egen målning tillsammans med deltagarna, detta skapar en avslappnad stämning och deltagarna får en tydlig modell för hur man kan arbeta med sin målning. Ledarens roll ändrar från övervakare och lärare till en stöttande medarbetare som handleder vid behov.

Länk till videomaterial om rymden

METOD 2

Designa en kortlek

NYCKELORD: Spelkort | styrkor och utmaningar | kontraster | finmotorik

Rekommenderas från 13 år uppåt
Tidsanvändning 2 – 2,5h
Max 12 deltagare

Designa en kortlek

Workshopen utmanar deltagaren att bli medveten om sina egna styrkor och utmaningar och att beskriva dem i bilder. En traditionell kortlek består av fyra olika länder, spelkorten har två sidor. Hur skulle ditt eget livs spelkort se ut?

Uppgiften är en övning i koncentration och precision eftersom formatet är ganska litet och utformningen behöver vara tydlig och enkel. Deltagaren uppmuntras till att genom lekfullhet och positiv självacceptans hitta glädje i att utföra uppgiften trots att den kan kännas krävande. Mikropauser används för att stöda koncentrationen.

I workshopen används material som är bekanta för de flesta oberoende av tidigare erfarenhet från kreativt skapande, vilket flyttar fokus från materialkunskap till utförande och innehåll.

Före metodlaboratoriet

Förberedelser

- bekväma bord och stolar
- möjlighet till bakgrundsmusik
- kartong storlek A6 eller mindre
- olika tjocklek och kvalitet av tuscher, färgpennor, blyertspennor, akvareller
- linjaler, saxar
- spelkort som inspiration

Förberedande uppgift

- Hitta kontraster i naturen och fotografera dem: mjuk-hård, mörk-ljus, stor-liten etc.

Beskrivning av metoden

3 min	Inledande diskussion om workshopen som ett tryggt och positivt utrymme med gemensamma regler och om hur man visar hänsyn.
5 min	Diskussion kring den förberedande uppgiften, be deltagarna visa sina fotografier om de vill och berätta om hur de upplevde uppgiften.
5 min	Introduktion av uppgiften och praktiska frågor.
3 min	Materialgenomgång
1,5–2 h	Deltagarna gör sina egna spelkort, målet är att göra ett kort av varje land. Till stöd kan de utnyttja sina fotografier för bildkompositionen.
	Mikropauser med ca 20 minuters mellanrum vid behov.

Efter metodlaboratoriet

15 min

Workshopen avslutas med en genomgång där deltagarna får visa sina arbeten och berätta om hur de upplevde workshopen. Ledaren ger positiv respons för varje arbete och uppmuntrar och handleder deltagarna i att göra det samma.

Deltagarna ges möjlighet att anonymt ge respons om workshopen via frågeformulär digitalt eller i pappersformat.

Tips & övriga resurser

Ledaren kan gärna ta en plats i gruppen och göra egna spelkort tillsammans med deltagarna, detta skapar en avslappnad stämning och deltagarna får en tydlig modell för hur man kan arbeta. Ledarens roll ändrar från övervakare och lärare till en stöttande medarbetare som handleder vid behov.

Ledaren behöver vara lyhörd för utmaningar med koncentration och ta initiativ till mikropauser. Fokus kan också skiftas mellan kortets två sidor, på ena sidan gör man en mera krävande bildkomposition, medan andra sidan kan utsmyckas med mönster, mandalan eller liknande.

Som inspiration kan man använda olika kortlekar, tarotkort eller liknande.

METOD 3

Mitt kraftdjur i lera

NYCKELORD: lera | lekfullt | överraskande | stimulerar olika sinnen

Recommended for ages 7 and up
Time spent 1,5 – 2,5 h
Max 15 participants

Gör ett kraftdjur av lera

Kraftdjur eller totemdjur har funnits i många kulturer redan under förhistorisk tid. Djuret hjälper bäraren att hitta sin inre styrka och ger tröst i svåra stunder. Under workshopen får deltagarna fundera på vilket djur som kunde vara deras kraftdjur och sedan tillverka en figurin av djuret i lera.

Lera är ett material som ger möjlighet till lekfullt skapande, där fel lätt kan korrigeras och slutresultatet kan bli oväntat. Det är svårt att följa en förutbestämd plan då man arbetar i lera, materialet uppmuntrar deltagaren till att använda sin intuition och pröva sig fram. Under workshopen stimuleras också olika sinnen. Leran har en speciell doft, då man bearbetar leran kan man höra olika ljud och leran kan kännas både obehaglig och skön i handen. Att bearbeta lera är en väldigt fysisk upplevelse som hjälper deltagaren att fokusera på skapandet och att njuta av stunden.

Foto:Valtti Visuals

Före metodlaboratoriet

Förberedelser

- gärna ett rum med god ventilation
- brännugn
- utrymme där figurinerna kan torka
- stabila bord
- vattenpunkt för tvätt av händer och verktyg
- underlag som lämpar sig både för arbete och torkning
- lera
- verktyg ämnade för ändamålet
- vattenskålar
- vårdande hudsalva

Förberedande uppgift

- Bekanta dig med hur djur har avbildats i konsten genom att besöka Finlands nationalgalleri på nätet. Välj ett favoritkonstverk.

Foto:Valtti Visuals

Beskrivning av metoden

3 min	Inledande diskussion om workshopen som ett tryggt och positivt utrymme med gemensamma regler och om hur man visar hänsyn.
5 min	Diskussion kring den förberedande uppgiften. Be deltagarna berätta om hurudana konstverk de hittade, vilket som var deras favorit och varför.
5–10 min	Titta på bilder av totemdjur från olika kulturer och diskutera kring vad ett kraftdjur är.
3 min	Genomgång av workshopens olika skeden och praktiska frågor.
5 min	Materiallära. Ledaren visar hur man skär och mjukar upp leran, hur de olika verktygen används och grundläggande arbetssätt.
1–2 h	Deltagarna skapar sina kraftdjur genom att forma små skulpturer i valbar storlek av lera. (1h 7–9 år, 2 h 10 år uppåt)
5 min	Tvätt av verktyg.

Foto:Valtti Visuals

Efter metodlaboratoriet

15 min

Workshopen avslutas med en genomgång där deltagarna får visa sina arbeten och berätta om hur de upplevde workshopen. Ledaren ger positiv respons för varje arbete och uppmuntrar och handleder deltagarna i att göra det samma.

Deltagarna ges möjlighet att anonymt ge respons om workshopen via frågeformulär digitalt eller i pappersformat.

Skulpturerna lämnas att torka, deltagarna informeras om när de kan hämta sina konstverk.

Tips & övriga resurser

Materialet kan varieras enligt tillgänglighet och utrymme, så att självhärdande hobbylera används istället för lera som behöver brännas.

Vid användning av dammande lera behöver man på förhand beakta eventuella allergier eller astma. Leran som material torkar lätt ut huden och man kan med fördel använda vårdande hudsalva på händerna före och efter workshopen.

Ledaren kan gärna ta en plats i gruppen och göra en egen figurine tillsammans med deltagarna, detta skapar en avslappnad stämning och deltagarna får en tydlig modell för hur man kan arbeta med sitt konstverk. Ledarens roll ändrar från övervakare och lärare till en stöttande medarbetare som handleder vid behov.

Länk till Finlands nationalgalleri

METOD 4

Logotyp – roller och kroppsmålning

NYCKELORD: Kroppsmålning | logotyp | skapande process | lek med roller

Rekommenderas för 10 år uppåt
Tidsanvändning 1,5 – 2h
Max 15 deltagare

Gör en logo som beskriver dig själv

Många unga känner att det ställs höga krav på dem att tidigt hitta sin plats i livet. Man måste välja studieinriktning och sedan hålla sig till den, man måste lyckas och man måste visa sig stark. Workshopen erbjuder en möjlighet till att fantasifullt leka med olika roller som motvikt till alla krav.

Hur skulle en logo för dig som idrottare, musiker, företagare eller vetenskapsman se ut? Fantasin får flöda och alla kan välja sin egen drömroll.

Processen går från tanke till bild, bilden förenklas sedan stegvis genom flera olika skisser till en färdig logo. Det är intressant och överraskande att konkret kunna se de olika stegen genom skisserna. Ibland hittas den färdiga bilden/logon bland de första skisserna och ibland bland de sista. Deltagaren övar sig i att iaktta och analysera sitt eget arbete.

Då logon sedan överförs till en kroppsmålning, “tatuering”, kan det ännu hända att den behöver ändras för att passa kroppens färg och form. Processen ändrar och skapandet får en intim och personlig prägel.

Före metodlaboratoriet

Förberedelser

- Storskärm eller liknande
- Papper för skisser
- Blyertspennor, suddgummin, smala tuscher, färgpennor
- Tidtagarur
- Färger och penslar avsedda för kroppsmålning
- Hudsalva
- Vattenpunkt för tvätt

Förberedande uppgift

- Bekanta dig med olika firmors logon, hitta en favorit och fundera på varför du gillar den.

Beskrivning av metoden

3 min	Inledande diskussion om workshopen som ett tryggt och positivt utrymme med gemensamma regler och om hur man visar hänsyn.
3 min	Genomgång av workshopens olika skeden och praktiska frågor.
5–10 min	Diskussion kring den förberedande uppgiften, be deltagarna visa/berätta om de logon de valt och varför de valt just dem.
5 min	Ledaren visar bilder på olika konstverk och logon med enkelt formspråk och tydliga linjer som inspiration.

7 min

Inledande övning i hur man skissar, målet är att deltagarna blir avslappnade och hittar lekfullhet i sitt skapande.

1 min / skiss

- Ledaren väljer ett föremål som alla skissar av. Tid 1 minut/skiss.
- Skissa av föremålet.
- Skissa av föremålet utan att titta på pappret.
- Skissa av föremålet utan att lyfta pennan.
- Skissa av föremålet med pennan i den hand man vanligtvis inte använder.

30–45 min

Deltagarna arbetar fram en logo som beskriver dem i den roll de själva väljer. Ledaren fokuserar på att stödja deltagarna i processen där man genom flere skisser arbetar fram en färdig bild.

10–15 min

Diskussion i små grupper där deltagarna får visa och diskutera sina logon. Vad är bra, vad kunde göras annorlunda?

20–30 min

Deltagarna målar den färdiga logon som en “tatuering” på sin egen kropp/ hjälps åt att måla “tatueringar” åt varandra.

Efter metodlaboratoriet

15 min

Workshopen avslutas med en genomgång där deltagarna får visa sina arbeten och berätta om hur de upplevde workshopen. Ledaren ger positiv respons för varje arbete och uppmuntrar och handleder deltagarna i att göra det samma. (15 min)

Deltagarna ges möjlighet att anonymt ge respons om workshopen via frågeformulär digitalt eller i pappersformat.

Tips & övriga resurser

Om man önskar en kortare workshop kan man lämna bort delen där man gör kroppsmålningar.

Använd högklassiga kroppsfärger för att minska risken för hudreaktioner och kommunicera risken till deltagarna redan då workshopen inleds. Tillhandahåll hudsalva som med fördel kan appliceras på huden innan man målar, detta för att färgen skall lossna bättre från huden.

Ledaren behöver ta en aktiv roll och vägleda deltagarna i processen. Påpeka detaljer i skisserna och få deltagarna att stanna upp och iaktta sitt arbete. Titta på skisserna samtidigt, lägg upp dem i ordning och se hur tanken vandrat vidare genom skisserna. Notera enskilda linjer eller former att arbeta vidare på. Poängtera att en skiss inte är en teckning, utan mer ett sätt att visualisera sina tankar på.

PARTNER I MIND THE GAP

małopolski instytut kultury

CULTURE INSTITUTION OF THE MAŁOPOLSKA REGION

MAŁOPOLSKA

Kulturtanken
Arts for Young Audiences Norway

pionirski dom
CENTER ZA KULTURO MLADIH

FÖRBUNDET FÖR BARN-KULTUR I FINLAND