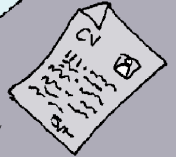


JOHANNA
HOILANEN
TAINA ERA
SUSANNA
NUMMI
KAISA
MALINEN
&
TANJA
TERVANEN



OPAS SUUNTA-RYHMÄN OHJAAJALLE

-ideoita nuorten vanhempien
ryhmätoiminnan
ohjaamiseen



Opas SUUNTA-ryhmän ohjaajalle

JYVÄSKYLÄN AMMATTIKORKEAKOULUN JULKAISUJA 238

JOHANNA MOILANEN, TAINA ERA, SUSANNA NUMMI,
KAISA MALINEN & TANJA TERVANEN

Opas SUUNTA-ryhmän ohjaajalle

– IDEOITA NUORTEN VANHEMPIEN RYHMÄTOIMINNAN OHJAAMISEEN



Euroopan unioni
Euroopan sosiaalirahasto

Vipuvoimaa
EU:lta
2014–2020



NUORTEN
YSTÄVÄT

jamk.fi

JYVÄSKYLÄN AMMATTIKORKEAKOULUN JULKAISUJA -SARJA
Toimittaja • Teemu Makkonen

© 2017

Tekijät & Jyväskylän ammattikorkeakoulu

Johanna Moilanen, Taina Era, Susanna Nummi,
Kaisa Malinen & Tanja Tervanen

OPAS SUUNTA-RYHMÄN OHJAAJALLE
– IDEOITA NUORTEN VANHEMPIEN RYHMÄTOIMINNAN OHJAAMISEEN

Kansikuva & julkaisun kuvitus • Sari Pelho / Pelhodesign
Ulkoasu • JAMK / Pekka Salminen
Taitto ja paino • Suomen Yliopistopaino Oy – Juvenes Print • 2017

ISBN 978-951-830-467-1 (Painettu)
ISBN 978-951-830-468-8 (PDF)
ISSN-L 1456-2332

JAKELU

Jyväskylän ammattikorkeakoulun kirjasto
PL 207, 40101 Jyväskylä
Rajakatu 35, 40200 Jyväskylä
Puh. 040 552 6541
Sähköposti: julkaisut@jamk.fi
www.jamk.fi/julkaisut

SISÄLLYS

| | |
|----------------------------------------------------------------------------|----|
| TIIVISTELMÄ | 7 |
| ABSTRACT | 8 |
| OPPAAN KÄYTTÄJÄLLE | 9 |
| | |
| 1 NUORTEN VANHEMPIEN SUUNTA-RYHMÄTOIMINTAMALLI PÄHKINÄNKUORESSA | 12 |
| | |
| 2 SUUNTA VANHEMMUUDESTA TYÖELÄMÄÄN | 15 |
| | |
| 3 SUUNTA-MALLIN KULMAKIVET: KESKEISET KÄSITTEET JA LÄHESTYMISTAPA | 17 |
| 3.1 Sosiaalinen kuntoutus, toimijuus ja osallisuus | 17 |
| 3.2 Vertaissuhteet, vertaisryhmä ja vertaistuki | 20 |
| 3.3 Integriivinen ja voimavaralähtöinen lähestymistapa | 21 |
| | |
| 4 SUUNTA-RYHMÄN VALMISTELU | 25 |
| 4.1 Ryhmän ennakkojärjestelyt | 25 |
| 4.2 Ryhmään ohjautuminen | 26 |
| 4.3 Alkukeskustelut ja alkutilanteen kartoitus | 27 |
| 4.4 SUUNTA-osallistujatyypit | 29 |
| | |
| 5 SUUNTA-RYHMÄN TOTEUTUS | 33 |
| 5.1 Ryhmätoiminnan perusrakenteet | 33 |
| 5.2 Esimerkkejä SUUNTA-ryhmien teemoista ja toteutustavoista | 35 |
| 5.2.1 Perheenä vahvaksi -teema | 36 |
| 5.2.2 Kohti hyvinvoivaa minää -teema | 38 |
| 5.2.3 Vahvistuva osaaminen -teema | 40 |
| 5.2.4 Suuntana työelämä -teema | 41 |
| 5.2.5 Edessä tulevaisuus-teema | 42 |

| | | |
|-----|---------------------------------------------------------------|----|
| 6 | SUUNTA-RYHMÄN PÄÄTTÄMINEN JA VERTAISTOIMINNAN TUKI | 44 |
| 6.1 | Loppukeskustelut ja jatko-ohjaus..... | 44 |
| 6.2 | SUUNTA-miitit ja some vertaistoiminnan tukena | 45 |
| 6.3 | Osallistujapalautteen kerääminen ja hyödyntäminen | 47 |
| 7 | SUUNTA-RYHMÄ PROSESSINA | 49 |
| 7.1 | Ryhmäprosessin vaiheet..... | 49 |
| 7.2 | SUUNTA-mittari ryhmäprosessin tukena | 55 |
| 8 | SUUNTA-HANKKEEN TULOKSIA JA ARVIOINTIA | 57 |
| 8.1 | Ryhmätoiminnan arviointia osallistujien näkökulmasta | 57 |
| 8.2 | Havainnot ryhmistä, itsearviointia ja kehittämisideoita | 60 |
| | LÄHTEET | 68 |
| | KIRJOITTAJAT..... | 76 |

TIIVISTELMÄ

Johanna Moilanen, Taina Era, Susanna Nummi, Kaisa Malinen
& Tanja Tervanen

Opas suunta-ryhmän ohjaajalle – Ideoita nuorten vanhempien
ryhmätoiminnan ohjaamiseen
(Jyväskylän ammattikorkeakoulun julkaisuja, 238)

Tässä oppaassa esitellään SUUNTA-ryhmätoimintamalli, joka kehitettiin osana Nuorten vanhempien suunta työuralle -hanketta (SUUNTA-hanketta) vuosien 2015–2017 aikana. Hanke oli osa Manner-Suomen ESR-ohjelmaa ja sai rahoituksensa toimintalinjalta 5 (Sosiaalinen osallisuus ja köyhyyden torjunta). Hanketta hallinnoi Jyväskylän ammattikorkeakoulu ja osatoteuttajina olivat Jyväskylän Setlementti (30.6.2016 asti) ja Nuorten Ystävät Palvelut Oy.

SUUNTA-ryhmätoimintamalli on tarkoitettu työ- ja opiskeluelämän ulkopuolella oleville nuorille vanhemmille. Sen tavoitteena on vahvistaa nuorten vanhempien työ- ja toimintakykyä ja vanhemmuutta, erityisesti työn ja vanhemmuuden yhteensovittamista ja suuntautumista työelämään. Hankkeen aikana toimintamallia pilotoitiin Keski-Suomen alueella Joutsan, Jyväskylän, Keuruun, Pihtiputaan ja Äänekosken kunnissa yhteensä kahdeksassa ryhmässä.

Tämä julkaisu esittelee SUUNTA-ryhmätoimintamallia ja toimii oppaana mallin toteuttamiseen. Opasta voivat hyödyntää tukimateriaalina kaikki sosiaali-, kasvatust- ja terveysalan toimijat, jotka toimivat nuorten aikuisten sosiaalisen kuntoutuksen parissa ja ovat omassa työssään kiinnostuneita ryhmätoiminnan toteuttamisesta. Julkaisu on luonteeltaan pikemminkin ideoita tarjoava opaskirja kuin varsinainen manuaali.

Avainsanat: ammatillinen kuntoutus, nuoret aikuiset, ryhmätoiminta, sosiaalinen kuntoutus, vanhemmuus, vertaistuki

ABSTRACT

Johanna Moilanen, Taina Era, Susanna Nummi, Kaisa Malinen
& Tanja Tervanen

Opas suunta-ryhmän ohjaajalle – Ideoita nuorten vanhempien
ryhmätoiminnan ohjaamiseen

(Publications of JAMK University of Applied Sciences, 238)

This guidebook presents COURSE model for groups that was developed as a part of the Young parents on the course into working life -project during years 2015–2017. The project was funded by the European Social Fund (priority axe 5: Social inclusion and combating poverty) and carried out by the JAMK University of Applied Sciences, the Jyväskylä Settlement Association (until 30.6.2016) and Nuorten Ystävät Palvelut Oy.

The COURSE model for groups is designed for young parents outside working life and education. It aims at enhancing their work ability, social functioning and parenthood, especially the reconciliation of work and parenthood and orientation towards working life. This model for groups was piloted in Central Finland (in Joutsa, Jyväskylä, Keuruu, Pihtipudas and Äänekoski) in altogether eight groups during the project.

This publication presents the COURSE model and guides for implementing the model. The guidebook can be utilized as a material by the professionals of social services, education and health care when the focus is on social rehabilitation of young adults and, especially, on work with groups. The publication is rather a guidebook that offers ideas than a strictly guiding manual.

Keywords: groups, parenthood, peer support, social rehabilitation, vocational rehabilitation, young adults

OPPAAN KÄYTTÄJÄLLE

Tässä julkaisussa esitellään integratiiviseen lähestymistapaan pohjautuva SUUNTA-ryhmätoimintamalli, joka on tarkoitettu työ- ja opiskeluelämän ulkopuolella oleville pienten lasten vanhemmille. Toimintamalli kehitettiin Nuorten vanhempien suunta työuralle -hankkeessa vuosien 2015–2017 aikana (SUUNTA-hanke). Hanke oli osa Manner-Suomen ESR-ohjelmaa ja se sai rahoituksensa toimintalinjalta 5 (Sosiaalinen osallisuus ja köyhyiden torjunta). Hanketta hallinnoi Jyväskylän ammattikorkeakoulu ja osatoteuttajina olivat Jyväskylän Settlementti (30.6.2016 asti) ja Nuorten Ystävät Palvelut Oy.

SUUNTA-hankkeen erityistavoitteena oli työ- ja opiskeluelämän ulkopuolella olevien, alle 30-vuotiaiden nuorten vanhempien työ- ja toimintakyvyn parantaminen. Hankkeen alatavoitteiksi määritettiin:

- 1** Ennaltaehkäistä pienten lasten vanhempien haasteita työllistymispoluilla ja ohjata osallistujia työelämään kehittämällä sosiaalisen kuntoutuksen ryhmämuotoista palvelua.
- 2** Kehittää nuorten vanhempien tarpeita vastaavia, toimijuutta ja osallisuutta vahvistavia ja vertaistukea hyödyntäviä ryhmämuotoisia palveluita työ- ja toimintakyvyn vahvistamiseen avoimen verkostotoiminnan avulla, sekä
- 3** Syventää asiantuntijoiden ja ohjaavien tahojen ymmärrystä nuorten vanhempien työ- ja toimintakyvyn erityiskysymyksistä.

Toimintamallia pilotoitiin Keski-Suomen alueella vuosina 2016–2017 Joutsan, Jyväskylän, Keuruun, Pihtiputaan ja Äänekosken kunnissa. Tänä aikana toteutettiin 8 ryhmää, jotka kokoontuivat 12–18 kertaa, 3–5 kuukauden ajan. Ryhmiin osallistui yhteensä 44 vanhempaa, joista kolme oli isiä ja muut äitejä. Ryhmäkoko oli 3–8 osallistujaa per ryhmä. Osallistujat olivat pääasiassa alle 30-vuotiaita ja joko työttömiä työnhakijoita tai vanhempainvapaalla olevia vanhempia. Kaikilla osallistujilla oli pieniä, usein alle kouluikäisiä lapsia.

Tämän julkaisun tavoitteena on ensinnäkin kuvata kehitetty ryhmätoimintamalli. Toiseksi tavoitteena on tarjota käyttöön tukimateriaali niille sosiaali-, kasvat- ja terveysalan toimijoille, jotka toimivat nuorten aikuisten sosiaalisen

kuntoutuksen parissa ja ovat omassa työssään kiinnostuneita ryhmätoiminnan toteuttamisesta. Julkaisu on luonteeltaan pikemminkin ideoita tarjoava opas-kirja kuin varsinainen manuaali. Oppaassa esiteltyä materiaalia voi hyödyntää eri tavoin, erilaisissa käyttöyhteyksissä ja erilaisten kohderyhmien kanssa toimittaessa. Opas sisältää paitsi käytännön ideoita ja vinkkejä SUUNTA-ryhmien toteutukseen, myös pohdintaa toiminnan kannalta keskeisistä teoreettisista käsitteistä.

Opas koostuu kahdeksasta luvusta, joissa esitellään SUUNTA-ryhmätoiminnan tausta ja lähtökohdat ja toteutus eri vaiheineen sekä tuodaan esiin myös toimintaan liittyviä kriittisiä kohtia. Kehitetyn ryhmätoimintamallin taustan ja tarpeen kuvaamisen (luku 2) jälkeen käsitellään ryhmätoiminnan lähtökohdina olevia teoreettisia käsitteitä ja menetelmällistä lähestymistapaa (luku 3). Seuraavaksi kuvataan ryhmätoiminnan rakenteiden luomista ja asiakkaiden toimintaan ohjaamista yhteistyössä paikallisen tai alueellisen verkoston kanssa (luku 4). Tämän jälkeen esitellään SUUNTA-ryhmän rakenteeseen, ryhmätoiminnan sisältöön ja toteutukseen sekä ryhmäprosessin ohjaamiseen liittyviä ratkaisuja ja esimerkkejä (luku 5). Seuraavaksi kerrotaan ryhmäprosessin päättämisestä ja ryhmään osallistuneiden jatko-ohjauksesta sekä vertaistukea ylläpitävästä toiminnasta (luku 6). Luvussa 7 kuvataan hankkeessa rakennetun, työ- ja itsearviointimenetelmäksi tarkoitetun SUUNTA-mittarin kehittämistyötä ja sosiaalisen median sekä digitaalisten menetelmien hyödyntämismahdollisuuksia. Viimeisessä luvussa 8 käsitellään SUUNTA-ryhmiin osallistuneiden nuorten vanhempien kokemuksia ja kehittämisehdotuksia heiltä kerätyn haastatteluaineiston valossa sekä tuodaan esille itsearviointia ja keskeisiä havainnotoja ryhmänohjaajan näkökulmasta. SUUNTA-ryhmän ohjaamiseen liittyviä materiaaleja (esim. SUUNTA-mittari; alku- ja loppukeskustelujen kysymysrungot) siirretään hankkeen päättymisen jälkeen Innokylän verkkopalveluun (www.innokyla.fi). Materiaalit ovat Innokylässä niiden hyödyntämisestä kiinnostuneille vapaasti saatavilla.

Kirjoittajien työnjako on ollut seuraavanlainen: luvun 2 ovat kirjoittaneet Johanna Moilanen ja Taina Era ja luvun 3 Johanna Moilanen. Luvusta 4 ovat vastanneet Taina Era, Johanna Moilanen ja Susanna Nummi. Luvut 5, 6 ja 7 on kirjoitettu Taina Eran, Johanna Moilasan ja Kaisa Malisen yhteistyönä. Luvun 8 ovat kirjoittaneet Susanna Nummi ja Tanja Tervanen ja sitä ovat täydentäneet muut kirjoittajatiimin jäsenet. Mainittujen vastuualueiden ohella kaikkien kirjoittajien työpanos on nähtävissä oppaan luvuissa kauttaaltaan, sillä teoksen sisältö on syntynyt keskustelevana yhteistyönä. SUUNTA-hankkeen harjoittelija Sanna Nousiainen-Pelkonen on toiminut apuna oppaan oikoluvussa, josta esitämme hänelle kiitoksen.

Haluamme kiittää SUUNTA-ryhmätoimintamallin kehittämisen ja tämän oppaan laatimisen mahdollistamisesta hankkeen rahoittajaa, Euroopan sosiaalirahastoa, ja sitä edustavaa viranomaista, Keski-Suomen elinkeino-, liikenne- ja ympäristökeskusta. Lisäksi osoitamme kiitoksemme hankkeen ohjausryhmälle, kunnissa toimiville yhteyshenkilöille, SUUNTA-ryhmien ohjaajille, ryhmissä toimineille lastenhoitajille ja ennen kaikkea ryhmiin osallistuneille nuorille vanhemmille lapsineen.

Jyväskylässä
2.10.2017

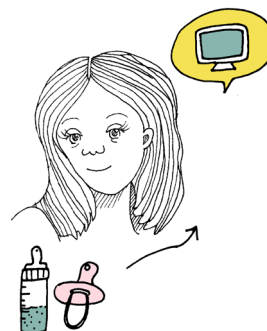
Kirjoittajat

Johanna Moilanen, Taina Era, Susanna Nummi, Kaisa Malinen
& Tanja Tervanen

1 NUORTEN VANHEMPIEN SUUNTA-RYHMÄTOIMINTAMALLI PÄHKINÄNKUORESSA

1. Kenelle SUUNTA-ryhmä on tarkoitettu

- Työelämän ja opiskelun ulkopuolella oleville nuorille vanhemmille, joilla
 - on pieniä lapsia tai joilla on kokemus vanhemmuudesta.
 - on keskeytynyt tai puuttuva koulutus.
 - ei ole työpaikkaa, johon palata vanhempainvapaiden jälkeen.
 - on toimintakyvyn rajoitteita, jotka vaikeuttavat työelämään siirtymistä.
 - on halu pohtia toimintakykynsä haasteita ja rajoitteita.
 - on halu löytää vaihtoehtoja työelämässä tai koulutuksessa.
 - siirtyminen työelämään tai opiskelemaan on haasteellista.
 - on vanhempainvapaiden jälkeen epävarmuus tulevaisuudesta.



2. SUUNTA-ryhmän tarkoitus ja tavoitteet

- Ryhmässä on mahdollista tavata muita nuoria vanhempia, syventää ymmärrystä itsestä, vanhemmuudesta ja oman elämän ihmissuhteista sekä pohtia arjen selviytymistä ja suuntaa työelämässä.
- Toiminnassa painottuvat vanhemmuuden ja oman identiteetin vahvistaminen sekä työuralle siirtymismahdollisuuksien tunnistaminen ja siirtymien tukeminen.
- Tavoitteena on vahvistaa nuorten vanhempien työ- ja toimintakykyä ja vanhemmuutta, erityisesti työn ja vanhemmuuden yhteensovittamista, ja suuntautumista työelämään.
- Toiminta on tavoitteellista, 3–5 kuukautta kestävää ammatillisesti ohjattua ja digitaalisesti tuettua vertaisryhmätoimintaa.

3. SUUNTA-ryhmän kokoaminen

- Ryhmä kootaan yhteistyössä perheiden kanssa työskentelevien toimijoiden, viranomaisten ja järjestöjen kanssa ja yhteistyökumppanit ohjaavat vanhempia ryhmään.
- Ryhmän ohjaajat laativat tiedotteet ja esitteet, järjestävät ryhmästä kiinnostuneiden alkukeskustelut sekä valitsevat osallistujat ryhmään.
- Ryhmän kokoamisessa tulee huomioida, että osallistujiksi on hyvä saada ainakin jossain määrin erilaisissa elämäntilanteissa tai vanhemmuuteen, työelämään tai opiskeluun liittyvissä prosesseissaan eri vaiheissa olevia henkilöitä.

4. SUUNTA-ryhmän toteutus

- Ryhmä kokoontuu osallistujien kanssa yhdessä sovitun mukaisesti yhteensä 12–18 kertaa siten, että yksittäisen ryhmäkerran kesto on vähintään kolme tuntia kerrallaan ja tapaamiset järjestetään aamupäivisin kerran viikossa. Tämän lisäksi ryhmän aikana voidaan järjestää muutamia ajallisesti pidempiä teemapäiviä tai retkiä.
- Ryhmä toteutetaan pienryhmänä eli osallistujia on enimmillään 6–8 henkilöä.
- Osallistujille toteutetaan yksilölliset alku- ja loppuhaastattelut sekä SUUNTA-mittari alku- ja lopputilanteen kartoittamiseksi ja ryhmätoiminnan suunnittelemiseksi.
- Lähtökohtana on ryhmäytymisen tukeminen ja osallistujien vahva aktivointi toiminnan suunnitteluun.
- Ryhmäkerran rakenne sisältää aina 1) aloituksen, 2) teeman käsittelyn ja 3) päätöksen. Lisäksi osallistujille järjestetään yhteinen ruokailu (aamupala tai lounas) ja mahdollisuus lastenhoitoon.
- Ryhmän yhteydenpito- ja kannatteluvälineenä hyödynnetään sosiaalista mediaa (WhatsApp, Facebook, sähköposti jne.) tai muita digitaalisia välineitä.
- Ryhmässä käytetään keskustelua, luovia ja toiminnallisia menetelmiä, asiantuntija-alustuksia, tutustumiskäyntejä ja -vierailuja.

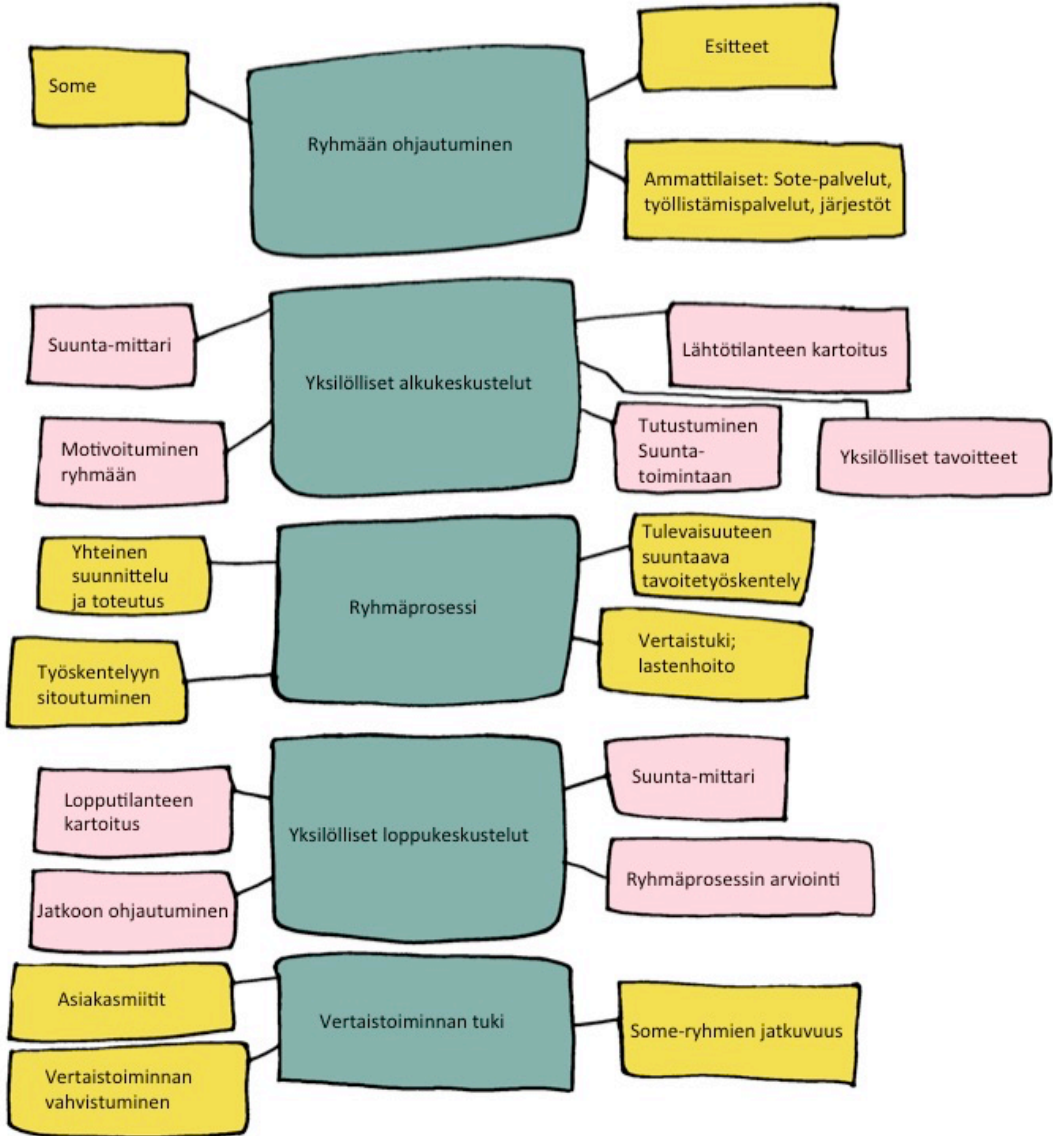


5. SUUNTA-ryhmän ohjaaminen

- Ryhmän ohjaajina voivat toimia monenlaisen koulutus- ja ammattitaustan omaavat sosiaali-, terveys- tai kasvatustieteen ammattilaiset, joilla on kokemusta ryhmien ohjauksesta.
- Ryhmällä on hyvä olla kaksi ohjaajaa, joilla on omat, yhdessä sovitut roolinsa ryhmäprosessissa.
- Ohjaajilla on päävastuu ryhmän suunnittelusta ja toteutuksesta sekä tiedotuksesta.
- Ohjaajien tulee tuntea alueen toimijat ja palvelut hyvin sekä koota ryhmä ja järjestää toiminta yhteistyössä muiden toimijoiden kanssa.
- Ohjaajat toimivat ryhmän ankkureina ja toteuttavat ryhmän ohjauksen perustehtävää, ryhmän tunneilmapiirin ja vuorovaikutusprosessien säätelyä ja ylläpitämistä sekä tavoitteellista ryhmätyöskentelyn ohjaamista.
- Ohjaajat rohkaisevat ja tukevat osallistujia oman elämäntilanteen pohtimiseen sekä kokemusten jakamiseen ja vertaisoppimiseen ryhmässä.
- Ryhmäohjaajat dokumentoivat ryhmätoimintaa taustaorganisaation käytäntöjen mukaisesti. Näin reflektoidaan toimintaa ja seurataan tavoitteiden täyttymistä ja se palvelee myös toiminnan kehittämistä.

Ryhmään osallistuvan vanhemman näkökulmasta SUUNTA-ryhmätoimintamalli rakentuu neljästä toisistaan seuraavasta vaiheesta 1) *Ryhmään ohjautuminen*, 2) *Yksilölliset alkukeskustelut*, 3) *Ryhmäprosessi* ja 4) *Yksilölliset loppukeskustelut*. Lisäksi toimintamalliin kuuluu koko toiminnan ajan kestävä ja varsinaisen ryhmäprosessin jälkeenkin jatkuva 5) *Vertaistoiminnan tuki*. Seuraavassa kuviossa 1 esitellään yksityiskohtaisemmin, mitä kuhunkin vaiheeseen sisältyy.

Suunta



Kuvio 1. SUUNTA-prosessi ryhmäläisen näkökulmasta

2 SUUNTA VANHEMMUUDESTA TYÖELÄMÄÄN

Nuorelle oman paikan löytäminen opinnoissa tai työelämässä ei välttämättä ole helppoa. Nuorten työmarkkinoille kiinnittymisen on nähty vaikeutuneen laajan rakenteellisen työttömyyden ja perinteisten ”ensityöpaikkojen” katoamisen myötä (Harkko, Lehikoinen, Lehto & Ala-Kauhaluoma 2016). Arvioiden mukaan Suomessa on useita kymmeniä tuhansia syrjäytyneitä nuoria, jotka paitsi koulutukseen ja työelämään hakeutuakseen, myös kuntoutuakseen tarvitsevat suunnitelmallista monialaista ja moniammatillista tukea (Tuusa & Ala-Kauhaluoma 2014, 17–18; myös Hiilamo, Määttä, Koskenvuori, Pyykkönen, Räsänen & Aaltonen 2017). Samalla tiedetään, että esimerkiksi mielen hyvinvointiin liittyvät haasteet ja mielenterveysongelmat johtavat nuorilla aikuisilla usein koulutuksen ulkopuolelle jäämiseen (Korkeamäki, Haikkonen & Poutiainen 2015, 16, 19).

Kouluttamattomilla ja työkokemusta vailla olevilla nuorilla vanhemmilla työelämään pääsy voi olla vaikeaa, ellei vanhemmuuden rinnalle rakennu yhteiskunnallista työroolia. Työllistymisen mahdollisuuksia vähentää ja kynnyksiä hakeutua työelämään voi nostaa heikko kiinnittyminen työmarkkinoille ja pitkä vanhempainvapaa. Perhevapaan jälkeen lisää haasteita voivat aiheuttaa vanhempien muuttuneet, työelämää koskevat arvot sekä läheisten ristiriitaiset odotukset koskien työhön siirtymistä. (Perhevapaalta takaisin työelämään 2012; Pulkkinen & Toppinen-Tanner 2014.) Erityisesti teiniäitien on nähty olevan vanhempia äitejä suuremmissa riskissä kohdata erityisiä haasteita opiskelussa ja työelämään siirtymisessä (Halonen & Apter 2010).

Perheissä tapahtuu aina suuri muutos, kun pienten lasten vanhemmat siirtyvät kotoa työelämään. Työn lisäksi on järjestettävä päivähoitopaikka, suunniteltava arjen sujuminen ja perheen sisäinen työnjako sekä otettava huomioon omat voimavarat. Vanhempien hyvinvoinnin kannalta on tärkeää saada etukäteen tietoa tulevista muutoksista, aktivoida tarvittavat verkostot, vahvistaa itseluottamusta ja lisätä uskoa uusista haasteista selviytymiselle. (Pulkkinen & Toppinen-Tanner 2014.) Työelämän ja perheen yhdistämisen haasteet muodostavat monisyisen tilanteen, jonka ratkaisemista voidaan ja kannattaa tukea monialaisesti ja ennaltaehkäisevästi (esim. Pulkkinen & Toppinen-Tanner 2014).



Nuorten vanhempien näkökulmasta nykyisistä palveluista puuttuu vanhemmuuden ja työelämän yhdistäviä, integratiivisiä, laaja-alaisia ja kohderyhmän puolesta heterogeenisiä toimintatapoja. SUUNTA-ryhmätoimintamalli vastaa tähän tarpeeseen, sillä sen avulla tuetaan sekä osallistujien valmiuksia työ- ja opiskeluelämäänsä että vanhemmuutta lapsi- ja perhelähtöisesti. Ryhmätoiminnassa vertaisryhmällä ja -tuella on tärkeä merkitys, koska toiminnan yksi tukijalka on kokemusten jakaminen ja niistä oppiminen vertaisten kesken.

3 SUUNTA-MALLIN KULMAKIVET: KESKEISET KÄSITTEET JA LÄHESTYMISTAPA

SUUNTA-ryhmätoiminta pohjautuu teoreettisesti sosiaalisen kuntoutuksen, toimijuuden, osallisuuden sekä vertaistuen käsitteille. Seuraavassa esittelemme näiden käsitteiden keskeistä sisältöä ja kuvaamme niiden merkitystä SUUNTA-ryhmätoimintamallin jäsentämisessä. Luvun lopussa kuvataan myös, mitä integratiivinen ja voimavaralähtöinen lähestymistapa toimintamallin lähtökohtana tarkoittaa.

3.1 SOSIAALINEN KUNTOUTUS, TOIMIJUUS JA OSALLISUUS

SUUNTA-ryhmätoiminta on luonteeltaan (varhaista) sosiaalista kuntoutusta. Toiminnan tavoitteena on vahvistaa ryhmän osallistujien työ- ja opiskeluvaihtoehtoja ja sosiaalista toimijuutta. Ryhmätoiminnalla tuetaan osallistujien identiteetin vahvistumista sekä kasvua sosiaalisissa suhteissa, kuten parisuhteissa, läheissuhteissa ja vertaissuhteissa sekä vanhempana. Näin tuetaan osallistujien yksilöllistä arjesta selviytymistä, tulevaisuuteen suuntautumista sekä onnistuneita siirtymiä koulutukseen ja työelämään.

Sosiaalinen kuntoutus sisällytettiin Suomessa ensimmäistä kertaa vuonna 2015 voimaan tulleeseen sosiaalihuoltolakiin, vaikka sitä on määritelty eri yhteyksissä vähintäänkin 1970-luvulta lähtien (Puromäki, Kuusio, Tuusa & Karjalainen 2017, 11). Sosiaalisen kuntoutuksen termiä käytetään väljästi ja se myös ymmärretään monin eri tavoin. Käytännössä toiminta on muodostunut pitkälti paikallisten tarpeiden ja käytäntöjen perustalta ja voi sisältää hyvin monenlaista toimintaa. Sosiaalista kuntoutusta voidaan tarkastella rinnan esimerkiksi WHO:n tukemien yhteisöpohjaisten kuntoutusmallien (Community Based Rehabilitation) kanssa. Yhteisöpohjaisessa kuntoutuksessa yleisiä tavoitteita ovat inklusio, ihmisoikeudet, lähiyhteisöissä toimiminen ja osallisuuden edistäminen. Keskeistä on yhdistää kokonaisvaltaisesti terveyttä, kasvatusta, toimeentuloa ja sosiaalisten verkostojen tarjoamaa tukea, kuten esimerkiksi Suomessa mielenterveyskuntoutujien klubitalo toiminnassa on pyritty tekemään. (Puromäki ym. 2017, 11–14.) Yhtenä sosiaalisen kuntoutuksen lähikäsitteenä voi pitää myös vuoden 2006 nuorisolaissa esiteltyä sosiaalista vahvistamista, jota on käytetty erityisesti nuorisotyön ja -palvelujen kentällä. Sosiaalinen vahvistaminen merkitsee väljästi jäsenettynä (nuorten) sosiaalisen toimintakyvyn, arjen

asioiden hallinnan ja elämänhallinnan parantamista. (Kuure 2015.) Käsitteenä ja käytäntönä se on liitetty syrjäytymistä ennaltaehkäiseviin ja varhaisen tuen palveluihin elämäntilanteissa, joissa nuoren riski syrjäytyä on lisääntynyt (Purromäki ym. 2017, 14; Tuusa & Ala-Kauhaluoma 2014).

Sosiaalihuoltolain mukaan sosiaalinen kuntoutus on ”sosiaalityön ja sosiaaliohjauksen keinoin annettavaa tehostettua tukea sosiaalisen toimintakyvyn vahvistamiseksi, syrjäytymisen torjumiseksi ja osallisuuden edistämiseksi” (SHL 2014/1301, 17 §). Laissa sosiaalisen kuntoutuksen muotoina tai työmenetelminä esitetään 1) Sosiaalisen toimintakyvyn ja kuntoutustarpeen selvittäminen, 2) Kuntoutusneuvonta ja -ohjaus sekä kuntoutuspalvelujen yhteensovittaminen, 3) Valmennus arkipäivän toiminnoista suoriutumiseen ja elämänhallintaan, 4) Ryhmätoiminta ja tuki sosiaalisiin vuorovaikutussuhteisiin sekä 5) Muut tarvittavat sosiaalista kuntoutumista edistävät toimenpiteet.

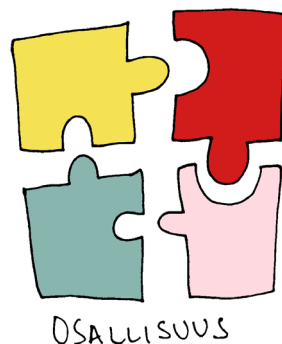
Sosiaalihuoltolain soveltamisoppaassa (2017) sosiaalinen kuntoutus kuvataan yksilön arkipäivän toimintoihin, vuorovaikutussuhteisiin ja oman toimintaympäristön rooleihin liittyvän selviytymiskyvyn vahvistamisena. Sosiaalisen kuntoutuksen toteuttamisessa vaaditaan ammatillista (sosiaalihuollon) erityisosaamista ja sen tulee pohjautua paitsi toimintakyvyn ja kuntoutustarpeen kokonaisvaltaiseen selvittämiseen, myös pitkäjänteiseen ja systemaattiseen työskentelyotteeseen. Keskeistä on yksilöllisen tuen ja toiminnallisuuden yhdistyminen, ja kuntoutuksen sisältöihin ja työvälineisiin voivat kuulua esimerkiksi arkielämän taitojen opettelu, koulutuksessa tai työssä tarvittavien asioiden harjoittelu, yksilöllinen psykososiaalinen tuki, erilaiset toiminnalliset ryhmät ja ryhmässä toimimisen tukeminen, vertaistuki, päihteettömyyteen tukeminen tai työtoiminta. Kantavana periaatteena on ”yksilön integroituminen yhteiskuntaan kykyjään ja suoriutumistaan vastaavalla tavalla.” (emt., 56–57.)

Sosiaalihuoltolaissa määritellään nuoriin suuntautuvaa sosiaalista kuntoutusta erikseen niin, että tavoitteena on tukea nuorten sijoittumista työ-, työkokeilu-, opiskelu-, työpaja- tai kuntoutuspaikkaan sekä ehkäistä näiden keskeyttämistä (SHL 2014/1301, 17 §). Nuorten sosiaalisen kuntoutuksen voi siten jäsentää merkittävänä osana nuorisotakuun toteuttamista (Sosiaalihuoltolain soveltamisopas 2017, 57). Tärkeä osa nuorten tai nuorten aikuisten sosiaalista kuntoutusta on ryhmämuotoinen tuki ja valmennus, jonka avulla voidaan edistää nuorten osallisuutta, elämänhallintaa, vuorovaikutustaitoja, tulevaisuuden suunnitelmia, arjessa selviytymistä ja itsenäistä asumista (Tuusa & Ala-Kauhaluoma 2014). Honkakosken, Kinnusen & Vuorijärven (2016, 12–13) mukaan nuorten sosiaalisen tuen ammatillisina ydinajatuksina tulisi olla yksilöllisesti ohjattuun vertais- tai ryhmätoimintaan osallistaminen ja nuoren autonomian vahvistaminen.

Sosiaalista kuntoutusta voidaan jäsentää toimijuuden ja osallisuuden käsitteiden kautta. *Toimijuuden* voi tiiviisti määritellä yksilön mahdollisuutena toimia, tehdä valintoja tai merkityksellistää tilannetta (Ronkainen 2008). Sosiaalinen toimijuus muodostuu ihmiselämän aikana paitsi erilaisissa sosiaalisissa yhteisöissä ja ympäristöissä, myös erilaisten taloudellisten, materiaalistien ja kulttuuristen rakenteiden ohjaamana (esim. palkkatyö; sukupuoli- ja sukupolvijärjestys). Yksilöllisen toimijuuden kannalta olennaista on, että myös yhteisö- ja rakennetekijät (esim. lähiyhteisöt; asuinalue) muovaavat yksilön sosiaalista toimijuutta. Samalla yksilöllistä toimijuutta voidaan tukea ja vahvistaa vaikuttamalla toimijuuden yhteisö- ja rakennetason tekijöihin. (Ketola, Era & Moilanen 2017.) SUUNTA-ryhmätoiminnan tavoitteena on, että toiminnan kautta osallistujat saavat kokemuksia ja tunteen omasta toimijuudesta niin, että myös luottamus omiin voimavaroihin ja tulevaisuuteen vahvistuu. Taustalla on oletus, että sosiaalista toimijuutta ja arjen toimintaa tukemalla voidaan luoda riittävä perusta työ- ja opiskeluvaihtumien vahvistamiselle.

SUUNTA-ryhmätoiminnassa keskeistä on sosiaalisen *osallisuuden* edistäminen. Se konkretisoituu toiminnan tavoitteissa ehkäistä syrjäytymistä, mahdollistaa nuorten vanhempien yhteiskuntaan osallistumista ja ”tarjota mahdollisuuksia ja voimavaroja sekä edistää taitojen ja kykyjen kehittymistä” (Leeman & Hämäläinen 2016, 586). Sosiaalisen osallisuuden näkökulmasta eri tasoilla ilmenevät sosiaaliset suhteet ovat tärkeitä. Ne kiinnittävät yksilöitä paitsi markkina- tai byrokraattisiin suhteisiin, kuten tavaroiden ja palvelujen vaihtamiseen ja varallisuuteen tai kansalais- ja työelämäsuhteisiin, myös assosiativisiin ja yhteisöllisiin suhteisiin, esimerkiksi intressien perustalta rakentuviin harrastusyhteisöihin tai perheeseen ja ystäviin. Olennaista on käsittää, että sosiaaliset suhteet ovat dynaamisia ja suhteessa aikaan ja paikkaan; esimerkiksi työikäiselle voivat markkinasuhteet olla merkityksellisempiä kuin teini-ikäiselle tai eläkeläiselle. (emt.; Reimer 2004.)

Osallisuuden voi määritellä kuulumisena yhteisöön, vaikuttamisena oman työn ja oman kuntoutumisen suunnitteluun ja päätöksentekoon sekä vaikuttamisena yksikön toiminnan suunnitteluun ja päätöksentekoon. Osallisuuden käsitteellä kuvataan usein vastakohtaa syrjäytymiselle, osattomuudelle, ulkopuolisuudelle tai sosiaaliselle eksklusiolle. (Mattila-Aalto 2010, 21.) Käsitteelle ei ole vakiintunutta määritelmää, vaan se sisältää monia erilaisia näkökulmia ja lähestymistapoja (Romakkaniemi & Rätty 2017, 23). Närhin, Kok-



kosen ja Matthieksen (2014, 232) mukaan osallisuus on ennen kaikkea identiteettikäsite; se tarkoittaa yksilön kiinnittymistä yhteisöön tai mukanaoloa yhteisöllisesti tärkeissä prosesseissa. Osallisuus ilmentyy yksilön kuulumisena johonkin ja omakohtaisesta sitoutumisesta lähtevänä pyrkimyksenä vaikuttaa tuohon ”johonkin” liittyviin asioihin (ks. myös Nivala & Ryyänen 2013).

3.2 VERTAISUHQTEET, VERTAISRYHMÄ JA VERTAISTUKI

SUUNTA-ryhmät ovat ammatillisesti ohjattuja ryhmiä, mutta toiminta pohjautuu vertaisuuhteisiin ja -tukeen eli osallistujien keskinäisen ajatustenvaihdon tukemiseen ja ratkaisujen pohtimiseen. Lähtökohtana on ajatus vertaisuuhteisiin liittyvistä voimavaroista ja tavoitteena on vahvistaa ryhmäläisten yhteenkuuluvuutta ja tukea itsenäisyyttä omaan elämään liittyvien ongelmien tai haasteiden ratkomisessa ja vahvuuksien tunnistamisessa. SUUNTA-ryhmissä vertaisuus liittyy osallistujien samantyyppiseen elämäntilanteeseen, vanhemmuuteen ja työelämän ulkopuolella olemiseen sekä kokemuksiin näihin teemoihin liittyvästä tuen tarpeesta. Vertaistuen ja -oppimisen avulla osallistujat voivat syventää ymmärrystä itsestään, vanhemmuudestaan ja oman elämänsä ihmissuuhteista. Ryhmässä koettu vertaisuus ja vertaisilta saatava sosiaalinen tuki voi parhaimmillaan muodostua tärkeäksi voimavaraksi.

Vertaistuki on yksi sosiaalisen tuen muoto. Sosiaalinen tuki merkitsee väljästi määriteltynä voimavaroja, joita saadaan muilta ihmisiltä (Taylor 2007, 145). Vertaistuki tarkoittaa avun antamisen ja vastaanottamisen tapaa, joka perustuu kunnioitukseen ja jaettuun vastuullisuuteen sekä keskinäiseen sopimukseen siitä, mikä ymmärretään avuksi. Vertaistuki ei perustu ammatillisiin malleihin tai diagnostisiin kriteereihin, vaan siinä on kyse jaetun kokemuksen kautta tapahtuvasta toisen tilanteen empaattisesta ymmärtämisestä. Vertaistuen voi mieltää eräänlaisena yhteisöllisyyden luonnollisena jatkeena ja laajentumana, jonka taustalla on ajatus erilaisuuden rohkaisemisesta ja yksilöllisten vahvuuksien tunnistamisesta. (Mead, Hilton & Curtis 2001.) Sosiaalisen tuen kannalta vertaistuessa keskeistä on vastavuoroisuus: vertaiset asemoituvat suhteessa toisiinsa sekä antajan että saajan rooliin.

Vertaistukiryhmien lähtökohtana on, että samassa tilanteessa olevat, toisilleen ennestään tuntemattomat ihmiset jakavat kokemuksiaan toistensa kanssa (Nylund 2005, 195; Jenkinson 2015). Kokemusten jakaminen vertaisryhmässä voi normalisoida haastavaksi koettuja yksilöllisiä kokemuksia ja antaa mittasuhteita omaan tilanteeseen (Mead ym. 2001; First, First & Houston 2017). Ryhmä voi myös mahdollistaa henkilökohtaisten kokemusten ”validoinnin” ja avata näkemyksiä vaihtoehtoiisiin ratkaisuihin ja voimavaroihin, joiden avulla

muut osallistujat ovat selviytyneet haastavista tilanteista (First ym. 2017; Järvillehto & Kiiski 2009, 44–46). Vertaistuesssa on kyse ennen kaikkea vastavuoroisesta tuesta, jonka lähteenä ovat ihmisten samankaltaiset elämäntilanteet ja kokemukset. Ryhmän jäseniltä vertaistuen toteutuminen vaatii sekä halua toimia toisten hyväksi että antautumista toisten tuettavaksi. Samalla kokemus vertaistuesta rakentuu yksilöllisesti, jolloin se, minkä toinen kokee tueksi, voi olla toiselle taakka. (Fink 2011, 84–85; myös Taylor 2007, 151.)

Vertaisryhmä voidaan ohjauksen näkökulmasta kuvata paikkana, jossa on mahdollista jakaa kokemuksia, saada sosiaalista ja emotionaalista tukea, palautetta ja uusia näkökulmia sekä vahvistaa sosiaalisia taitoja niin, että ryhmätoiminnan avulla vastataan myös osallistujien yksilöllisiin tarpeisiin. Ryhmätoiminnassa on aina oltava jokin suunta, yksi tai useampi tavoite tai päämäärä, johon toiminnalla pyritään. (Penttinen, Skaniakos, Valkonen & Plihtari 2011, 6–7.) Vertaisryhmä pohjautuu osallistujien vertaisuuteen liittyvälle tietoisuudelle, mikä samalla luo edellytyksiä sosiaalisen tuen rakentumiselle ryhmän sisällä (emt., 5; SunWolf 2008, 19). Ryhmään ja toisiinsa samaistuessaan ja toisaalta myös heistä erottautuessaan osallistujat voivat vahvistaa omaa yksilöllisyyttään ja identiteettiään (Järvillehto & Kiiski 2009).

3.3 INTEGRATIIVINEN JA VOIMAVARALÄHTÖINEN LÄHESTYMISTAPA

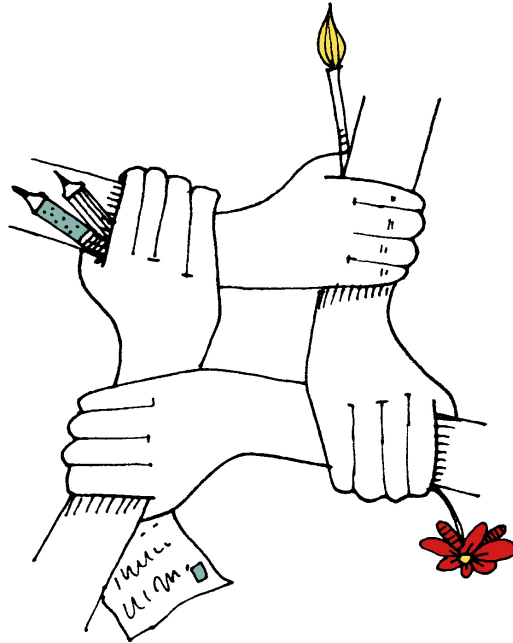
Aiemmista tutkimuksista tiedetään, että työllistymisen tai opiskelun esteiden poistamiseksi ja sosiaalisen toimijuuden tukemiseksi tarvitaan usein monialaista, integratiivista ja pitkäjänteistä yhteistyötä (esim. Harkko ym. 2016). Ongelmallista on, että koulutuksen ja työelämän ulkopuolella oleville nuorille ja nuorille aikuisille palveluita järjestetään usealla eri hallinnonalalla. Tällöin tuki ja ohjaus hajautuvat useamman toimijan tarjoamiksi palveluiksi ja yksittäisiksi tuki- tai etuuspäätöksiksi ja nuoren näkökulma voi peittyä erilaisten diagnoosien ja työelämä- ja opiskelulähtöisten statusten taakse. Monialaisessa kuntoutustarpeessa olevien nuorten ja nuorten aikuisten palvelujen sisällön ja palveluyhteistyön on katsottu vaativan erityistä kehittämistä. (Parempia ratkaisuja koulutuksen ja työn ulkopuolella olevien nuorten tukemiseen 2015; Hiilamo ym. 2017.)

Myös lapsiperheiden nykyisen palvelujärjestelmän on arvioitu olevan hajainen. Palveluja tarjoavat monet eri tahot ja niiden yhteistoiminnassa on usein puutteita. Jos eri tahojen välillä ei ole sovittu yhteisistä tavoitteista ja toimintaperiaatteista, tavoitteet jäävät helposti palvelulähtöisiksi lapsi- ja perhelähtöisyyden sijaan. (Perälä, Halme, Hammar & Nykänen 2011.) Pikkulapsiperheissä vanhemmuuden, parisuhteen ja työelämän kokemukset kietoutuvat usein toi-

siinsa, ja kuormituksen kokeminen jollakin elämänalueella vie voimavaroja myös muilta osa-alueilta (esim. Malinen 2011). Perheille olisi tällöin hyötyä siitä, että heidän käyttämissään palveluissa pystyttäisiin huomioimaan samanaikaisesti heidän palvelutarpeensa kaikilla näillä elämänalueilla. Vanhemmille osoitetun laajan kyselytutkimuksen mukaan eri palveluiden yhteistoiminnassa on kehittämistarpeita erityisesti lapsen ja perheen elämänkulkuun sisältyvissä siirtymävaiheissa (Perälä, Salonen, Halme & Nykänen 2011). Samaisen tutkimuksen mukaan vanhempana toimimisen tavalliset huolet liittyvät yhteisen ajan riittävyyteen lapsen kanssa, vanhemmuuden taitoihin ja vanhemman mallin menettämiseen ristiriitatilanteissa. Kuormitusta lapsiperheisiin tuo myös sosiaalisen tuen vähäisyys, esimerkiksi se, että isovanhempien apu ei ole arjessa saatavilla heidän asuessa kaukana (Perhe-elämän paletti – vanhempana ja puolisona vaihtelevassa arjessa 2009).

SUUNTA-ryhmätoiminta perustuu **integratiiviseen lähestymistapaan**, jossa tuetaan nuorten vanhempien valmiuksia työ- ja opiskeluelämään ja vanhemmuutta lapsi- ja perhelähtöisesti (ks. Perälä, Halme, Hammar & Nykänen 2011). Ryhmätoiminnassa painottuvat paitsi vanhemmuuden vahvistaminen, myös työuralle tai opiskeluihin siirtymismahdollisuuksien tunnistaminen ja siirtymien tukeminen. Ryhmään osallistuminen on vapaaehtoista ja perustuu asiakkaan tunnistamaan omaan tarpeeseen, jolloin toteutuu myös matalan kynnyksen palvelun periaate (esim. Leeman & Hämäläinen 2016; myös luku 4.2). Ryhmässä ei ole kyse diagnoosiin perustuvan toimintakyvyn alenemisen hoitamisesta eikä terapiaryhmästä, mutta toiminnalla voi silti olla osallistujien kannalta terapeuttisia vaikutuksia.

SUUNTA-ryhmätoimintamallissa integratiivisuus toteutuu myös monialaisten asiantuntijuuksien hyödyntämisenä. SUUNTA-ryhmätoiminta edellyttää ensinnäkin eri toimijoiden (kunnat, järjestöt, yksityiset toimijat) aktiivista osallistumista suunnitteluun, asiakkaiden ryhmään ohjaamiseen, ryhmän toteutukseen ja arviointiin sekä omiin toimintaympäristöihinsä soveltuvien toimintatapojen löytämiseen. Jo suunnitteluvaiheessa kunnissa on tärkeitä koota yhteen erilaisia toimijoita sosiaali-, sivistys- ja terveystoimesta, kuten sosiaalitoimen perhetyöstä, aikuissosiaalityöstä ja lastensuojelusta; vapaa-aikatoimesta ja etsivästä nuorisotyöstä sekä äitiys- ja lastenneuvolatyöstä ja mielenterveystyöstä. Yhteinen suunnittelu auttaa löytämään ratkaisuja käytännön asioihin, tunnistamaan kohderyhmän tarpeita ja löytämään asiantuntijoita ryhmän ohjaukseen. Erilaisten asiantuntijoiden hyödyntäminen ryhmätoiminnassa on tarkoituksenmukaista myös siksi, että näin osallistujat saavat käsitystä niin julkisen kuin kolmannen sektorin toiminnasta ja palveluista ja saavat mahdollisuuden tavata heitä kasvokkain (ks. esimerkkejä luvusta 5).



SUUNTA-ryhmän ohjausta kannattelee **voimavaralähtöinen lähestymistapa**, jossa keskeistä on toiminnan suuntautuminen osallistujien olemassa olevista voimavaroista käsin. Voimavaralähtöisen lähestymistavan tärkeimpiä periaatteita ovat Rostilan (2001, 40–42) mukaan esimerkiksi:

- 1 Asiakkaan kuuleminen ja asiakkaan tavoitteista lähteminen.
- 2 Asiakkaan ”toimintavoiman” kasvattaminen (empowerment) ja vahvistumista tukevien puitteiden luominen niin, että asiakas on kohteen sijasta subjekti ja siten määrittelee omin sanoin pulmansa, pyrkimyksensä ja vahvuutensa.
- 3 Dialogisuus, mikä merkitsee asiakkaan tekemien tulkintojen kunnioittamista sekä siirtymistä asiantuntijakeskeisyydestä ”yhteisen jaetun alueelle”.
- 4 Asiakkaan sosiaalisten suhteiden ja yhteenkuuluvuuden tunteen lisääminen niin, että vahvistetaan asiakkaan siteitä paitsi työntekijään, ennen kaikkea muihin ihmisiin (vertaistuki) ja luodaan asiakkaalle mahdollisuuksia kokea yhteenkuuluvuuden ja onnistumisen tunteita.

SUUNTA-ryhmässä tehdään näkyväksi osallistujien olemassa olevia kykyjä, taitoja ja osaamista. Näitä voimavaroja hyödynnetään myös itselle ja ryhmälle asetettujen tavoitteiden saavuttamisessa. Tärkeä osa ryhmän toimintaohjelmaa ovat ryhmäkerrat, joilla keskitytään osallistujien oman osaamisen ja olemassa olevien taitojen tai vahvuuksien tunnistamiseen ja esille tuomiseen (ks. luku 5.2.3). Omia voimavaroja ja mielenkiinnon kohteita tiedostamalla ja ryhmän kanssa tutkimalla voidaan rakentaa yhdessä omaa toimijuutta vahvistavia selviytymiskeinoja ja omaa kyvykkyyttä tukevaa tulevaisuutta (ks. Opas muistikompassikuntoutuksen ohjaajalle 2016; Djupsund 2015).

Voimavarakeskeisen lähestymistavan mukaista ei ole, että ryhmässä kerrotaan osallistujille, ”kuinka ollaan hyviä vanhempia tai työntekijöitä”. Pikeminkin kyse on osallistujien johdattamisesta tutkimusmatkalle oppimaan itsestään ja muista tukevassa ja ei-tuomitsevassa ilmapiirissä (Jenkinson 2015). Ryhmässä käsiteltäviä aiheita lähestytään myönteisen kysymyksenasettelun avulla ja tavoitteena on etsiä osallistujien onnistumisen kokemuksia ja itsestä löytyviä vahvuuksia ja resursseja (ks. esim. Jenkinson 2015; Trevithick 2011, 349–352). SUUNTA-ryhmissä tavoitteena on ohjata osallistujia löytämään ratkaisuja erityisesti niihin elämänsä kohtiin, jotka ovat olleet ryhmään hakeutumisen tai ohjautumisen taustalla.

4 SUUNTA-RYHMÄN VALMISTELU

4.1 RYHMÄN ENNAKKOJÄRJESTELYT

SUUNTA-ryhmätoiminta käynnistyy paikallisen tai alueellisen yhteistyöverkoston kokoamisella ja ryhmätoiminnan rakenteiden luomisella hyvissä ajoin ennen varsinaisen ryhmätoiminnan aloitusta. Verkoston kokoaminen merkitsee perheiden kanssa työskentelevien tahojen, kuten sosiaali-, terveys- ja sivistystoimen tai järjestöjen työntekijöiden, saattamista yhteen pohtimaan, kuinka vanhemmuudesta työhön -siirtymävaihetta voitaisiin tukea ja millaisia paikallisia tarpeita on olemassa. Ennen ryhmätoiminnan järjestämisestä vastaavan tahon tulee myös kartoittaa alueen palveluja ja muuta kohderyhmälle suunnattua toimintaa, sillä ryhmän toteutuksessa on usein tarkoituksenmukaista hyödyntää monipuolisesti olemassa olevaa osaamista ja asiantuntemusta (ks. esimerkkejä luvusta 5).

Yhteistyöverkoston avulla selvitetään SUUNTA-ryhmätoiminnalle soveltuvat tilat. Ryhmätoimintaa voidaan toteuttaa erilaisissa ympäristöissä. Tarkoitukseen soveltuu parhaiten rauhallinen, riittävän väljä, kodinomainen, viihtyisä ja muunneltavissa oleva tila. Kokoontumispaikan tulisi tukea rauhoittumista, tarkkaavaisuuden suuntaamista ja vireystilan säätelyä. Toimivien puitteiden järjestäminen voi myös viestiä ryhmäläisille, miten heitä ja ryhmätoimintaa arvostetaan. (Järvilehto & Kiiski 2009.) Pienten lasten vanhemmille on tärkeätä saada omaa aikaa ja luoda mahdollisuus keskittyä oman tilanteen pohtimiseen, jolloin ryhmätoiminnan aikana vanhemmille tarvitaan oma tila ja lapsille sekä lastenhoitajille oma tila. Vuosina 2016–2017 toteutetut SUUNTA-ryhmät toimivat monenlaisissa, hyvin erilaisissakin tiloissa, kuten Joutsan työvarikon, Jyvälän Setlementin, Jyväskylän ammattikorkeakoulun, Ääneseudun kuntokeskuksen, Äänekosken perhekeskuksen, Keuruun sosiaalitoimen perhetyön ja Pihtiputaalla urheiluseura Tuisku ry:n tiloissa.

SUUNTA-ryhmään osallistumisen tukemiseksi vanhemmille järjestetään lastenhoito ryhmän kokoontumisten ajaksi. Ryhmän toteutuksessa tulee lastenhoitotarpeen ohella ottaa huomioon muutkin vanhempien osallistumisen edellytykset, kuten ryhmätoiminnan aikataulut (esim. kokoontumisten järjestäminen aamupäivisin niin, että toiminta on mahdollista lomittaa lasten päiväuniryhtiin) tai kulkemisjärjestelyt (esim. bussien aikataulut). Huomioitava on myös osallistujien mahdollisuudet omatoimiseen lastenhoidon järjestämiseen

ajankohdiltaan poikkeuksellisilla ryhmäkerroilla, esimerkiksi vierailujen, retkien tai muiden pidempien kokoontumisten yhteydessä.

Vuosina 2016–2017 toteutetuissa SUUNTA-ryhmissä lastenhoito toteutui osittain hankkeen järjestämänä hoitona ja osittain lasten olemassa olevien varhaiskasvatuspalveluasiakkuuksien ja/tai läheisten (esim. isovanhemmat) avulla. Hankkeessa lastenhoito järjestettiin monin eri tavoin. Se toteutettiin esimerkiksi oppilaitosyhteistyönä lähihoitaja- tai kodinhoitajaopiskelijoiden tai sosiaali- ja terveystieteiden amk-opiskelijoiden kanssa. Eräällä paikkakunnalla puolestaan Martta-yhdistys organisoii lastenhoitoringin vanhempien ryhmätoiminnan ajaksi. Tarvittaessa hankkeessa käytettiin lastenhoitajina myös ulkopuolisia työntekijöitä. Lastenhoitojärjestelyjen yhteydessä tulee tarkistaa, millä lailla osallistujien vakuutusturva on järjestetty. Mikäli lastenhoitoa ei ole järjestetty osanaa virallista palvelua (esim. kunnallista varhaiskasvatusta), niin lapset eivät ole vakuutettuja, vaikka esimerkiksi hoitajina toimivien opiskelijoiden vakuutukset järjestyisivätkin oppilaitosten kautta. Tällaisessa tilanteessa lasten vakuuttaminen voi järjestyä vanhempien olemassa olevien vakuutusten kautta ja silloin vanhempien kanssa voidaan tehdä toiminnan ajaksi erillinen lastenhoitosopimus.

SUUNTA-ryhmissä tarjotaan vanhemmille runsas aamiainen tai vaihtoehtoisesti kahvi ja lounas. Ruoan tarjoaminen antaa osallistujille viestin siitä, että heitä arvostetaan ja heidän hyvinvoinnistaan välitetään käytännöllisesti. Ryhmätoiminnan valmisteluvaiheessa on siis selvitettävä, kuinka ruokailu järjestetään ja sovittava eri toimijoiden kanssa yhteistyöstä ja kustannuksista. Vuosina 2016–2017 toteutetuissa SUUNTA-ryhmissä ruokailu järjestettiin monin eri tavoin. Muutamassa ryhmässä tilattiin yksityiseltä palveluntuottajalta valmiit lounasannokset. Yhdessä ryhmässä kunnan palkkatukityössä oleva ammattitaitoinen työntekijä vastasi ruokailuista, ja muutamassa ryhmässä ryhmänohjaajat hankkivat aamiaistarvikkeet ja valmistelivat aamiaisen tarjolle yhdessä ryhmäläisten kanssa. Tarjoilujen valmistelusta yhdessä ryhmäläisten kanssa saatiin hyviä kokemuksia. Tällainen osallistuminen käytännön järjestelyihin tukee myös ryhmäläisten vastuun ottamista ryhmästä ja muista ryhmäläisistä.

4.2 RYHMÄÄN OHJAUTUMINEN

SUUNTA-ryhmään osallistuminen on vapaaehtoista ja perustuu asiakkaan tunnistamaan omaan tarpeeseen, joten toiminnassa tärkeää on matalan kynnyksen palvelun periaatteella toimiminen (ks. Leeman & Hämäläinen 2016, 590). Matalan kynnyksen palveluilla on mahdollista saavuttaa asiakkaita,

jotka jostain syystä jäävät ns. normaalin palvelujärjestelmän ulkopuolelle. SUUNTA-ryhmään pääseminen ei edellytä viranomaisen tai ammattilaisen lähetettä tai diagnoosia, vaan ryhmä on avoin erilaisissa elämäntilanteissa oleville nuorille vanhemmille. Edellytyksenä ryhmään osallistumiselle on osallistujan kyky ilmaista itseään ja riittävät henkiset resurssit ryhmässä toimimiselle (esim. ei akuuttia hoitamaton mielenterveysongelmaa, ks. Järvillehto & Kiiski 2009).

Nuoria vanhempia tiedotetaan toiminnasta paikallisten tai alueellisten yhteistyöverkostojen avulla ja ryhmään ohjaus tapahtuu erilaisten viranomais- ja ammattilaiskanavien kautta (esim. neuvolat, perhetyö, lastensuojelu, aikuis-sosiaalityö, seurakunnat, järjestöt, projektit). Ryhmien kokoamisen kannalta olennaista on, että yhteistyökumppanit välittävät aktiivisesti nuorille vanhemmille tietoa ryhmästä ja ohjaavat heitä ryhmiin. Sosiaalisen median (esim. Facebook, Instagram, Twitter) avulla on mahdollista saada ryhmiin mukaan vanhempia, joita ei tavoiteta palvelujen kautta. Vanhemmille ja yhteistyökumppaneille järjestetyt epämuodolliset tilaisuudet, kuten avoimet ovet ja aamukahvitilaisuudet saattavat olla toimiva tapa tehdä toimintaa asiakkaille ja työntekijöille tutuksi. On tärkeä mahdollistaa vanhemmille tuleminen näihin tilaisuuksiin ja tutustuminen ryhmätoimintaan, -ohjaajiin ja -tiloihin yhdessä mahdollisen oman työntekijän kanssa. Tiedetään, että sosiaalisen kuntoutuksen ryhmiin ohjaaminen vaatii usein aikaa ja oman työntekijän vahvaa motivointia ja tukea osallistumisen mahdollistamiseksi (Juntunen 2016, 8–9; Hankosalo, Hyytinen, Juntunen, Juutinen, Kankaanpää, Kujansuu, Leinonen, Lämsä, Niemelä, Parviainen & Savolainen 2016, 15).

Ryhmän kokoamisessa tulee huomioida, että osallistujiksi on hyvä saada ainakin jossain määrin vanhemmuuteen, työelämään tai opiskeluun liittyvissä prosesseissaan eri vaiheissa olevia henkilöitä. Selviytyminen erilaisista elämäntilanteista mahdollistaa näiden kokemusten jakamisen ja voi siten vahvistaa osallistujien toimijuutta. Tilanne, jossa kaikille on yhteistä vanhemmuus ja työelämän ulkopuolella oleminen, luo perustan vertaisuuden rakentumiselle.

4.3 ALKUKESKUSTELUT JA ALKUTILANTEEN KARTOITUS

SUUNTA-ryhmätoiminta toteutetaan pääosin ryhmämuotoisesti, mutta prosessiin kuuluvat yksilölliset alku- ja loppukeskustelut eli kaksi yksilötapaamista. Alkukeskustelulla helpotetaan nuorten vanhempien ryhmään tulemistä, toimintaan osallistumista ja turvallisen luottamussuhteen rakentamista. Samalla vanhempi saa enemmän tietoa ryhmän mahdollisista sisällöistä, aika-

taulusta ja tapaa ohjaajan etukäteen. Keskustelun tarkoituksena on osallistujan tarpeiden ja vahvuuksien tunnistaminen, ryhmän sisältöjä koskevien toiveiden kartoittaminen sekä motivointi ja rohkaiseminen ryhmään. Alkukeskustelu toteutetaan hyvissä ajoin ennen varsinaisen ryhmätoiminnan alkua ja sen yhteydessä osallistuja asettaa alustavasti omat yksilölliset tavoitteensa. Asetettuja tavoitteita on hyvä pitää esillä läpi ryhmäprosessin ja niihin tulee palata ja tarvittaessa myös määritellä uudelleen. On myös tärkeää, että tavoitteet kiinnittyvät osallistujat omaan kokemusmaailmaan ja ovat tarpeeksi konkreettisia.

Ryhmään osallistujan näkökulmasta alkukeskustelu toimii paikkana tutustua SUUNTA-ryhmätoimintaan ja arvioida omaa halukkuutta osallistua ja mahdollisuutta sitoutua toimintaan. Keskustelun toteuttamiseen tulee osallistua ainakin toisen ryhmänohjaajista. Alkukeskustelun yhteydessä työvälineenä voidaan käyttää SUUNTA-mittaria, joka on hankkeessa kehitetty käytännöllinen työkalu osallistujien alkutilanteen kartoittamiseen (ks. luku 7.2). Ennen ryhmän alkamista on vielä hyvä muistuttaa osallistujia ryhmän aloitusajankohdasta esimerkiksi infokirjeellä, puhelinsoitolla tai muulla tavoin.

Seuraavassa on koottu muistilistaa materiaaleista ja asioista, jotka ohjaajan on hyvä muistaa ennen ryhmän aloitusta (materiaaleja on saatavilla hankkeen päättymisen jälkeen Innokylä.fi-palvelusta).

- Esitteet asiakkaalle ja verkostoille (sähköposti- ja/tai printattava tiedote)
- Kutsut SUUNTA Avoimet ovet -tilaisuuteen
- Alkukeskustelu-lomake, SUUNTA-mittari
- Lastenhoitosopimus
- Infokirje ryhmäläisille lähetettäväksi 1–2 viikkoa ennen ryhmän alkua
- Ryhmän luominen yhteiseen viestintävälineeseen (esim. WhatsApp) (ks. luku 6.2)



4.4 SUUNTA-OSALLISTUJATYYPIT

SUUNTA-ryhmätoiminnan kohderyhmä eli työelämän ja opiskelun ulkopuolella olevat nuoret vanhemmat osallistuvat toimintaan erilaisin tavoittein. Ymmärrystä nuorten vanhempien tavoitteista on saatu, kun hankkeen aikana haastateltiin kahtakymmentä SUUNTA-ryhmätoimintaan osallistunutta ryhmien päätteeksi Jyväskylässä, Joutsassa, Äänekoskella ja Pihtiputaalla (Nummi, 2017a, b). Narratiivisen analyysin avulla haastatteluista muodostettiin tyyppitarinat, jotka kuvaavat SUUNTA-ryhmätoiminnan osallistujatyyppejä ja tavoitteita, joilla ryhmäläiset osallistuvat toimintaan. Tyyppitarinat on koottu eri haastatteluista, joten yksittäisiä vastaajia ei tarinoista pysty tunnistamaan. Ryhmäläisten kokemuksista muodostui kuusi erilaista tyyppitarinaa: vertais-tuen tavoitetarina, toiminnallinen tavoitetarina, itsetutkiskelun tavoitetarina, koulutuksellinen tavoitetarina, ammatillinen tavoitetarina ja voimaantumisen tarina, jotka esitellään seuraavassa tarkemmin.



VIRPI VERTAISTUKI

Virpi Vertaistuen tavoitteena on saada ryhmästä kavereita ja uusia ystävyys-suhteita. Tarinassa korostuu hyvä ryhmähenki ja kannustava ilmapiiri. Ryhmäytyminen on tapahtunut nopeasti ja Virpi kuvaa ryhmähenkeä vahvaksi. Muutokset ja poissaolot vaikuttavat kuitenkin ryhmähenkeen, ja Virpi korostaa, että kaikilla tulee olla samat pelisäännöt. Ohjaajat hän kokee kuuluvaksi samaan porukkaan ja samaan ryhmähenkeen. Virpi on saanut ryhmästä samanhenkisiä ihmissuhteita ja uusia ystäviä. Ryhmäläiset pitävät yhteyttä vapaa-ajallakin sekä myös ryhmätoiminnan päätyttyä. Ryhmätoiminnan loppuminen harmittaa Virpiä, koska tapaamisiin ei tule lähdettyä enää yhtä helposti kuin ryhmätoimintaan.

TIINA TOIMINNALLINEN

Tiina Toiminnallinen haluaa ehdottomasti toiminnalliseen ryhmään. Hän korostaa, että tekemisen kautta on helpompaa tutustua ihmisiin. Toiminnallisuus on hänelle tärkeää aina toiminnan suunnittelusta, toteutuksen läpi tulevaisuuden suunnitelmiin saakka. Mielekkäitä hänelle ovat toiminnalliset harjoitukset, kädentaidot ja vierailukäynnit esimerkiksi kuntosalille tai uimahalliin.

IISA ITSETUTKISKELIJA

Iisa Itsetutkiskelija on ollut pitkään kotona kotiäitinä ja kokee kotoa lähtemisen hankalaksi. Hän hakee ryhmätoiminnasta itsetuntemusta sekä suuntaa ja vahvistusta omalle tulevaisuudelleen. Hän on aluksi ajatellut, että ryhmässä tuetaan ainoastaan työllistymistä, mutta on mielissään siitä, että ryhmässä keskitytään myös itseen ja pohditaan tulevaisuuden tavoitteita. Iisan tavoitteissa näkyy vahvasti pyrkimys ottaa seuraava askel kotiäitiydestä. Mielekkäimmiksi toimintamuodoiksi hän kokee keskustelut ja itsetutkiskelun. Antoisia ovat esimerkiksi kyselylomakkeet ja testit, joiden avulla voi tarkastella omia vahvuuksia. Hän kertoo saaneensa testeistä tukea tulevaisuuden suunnitteluun. Hän kokee, että ryhmätoiminta on tärkeä osa omaa aikaa ja henkistä pääomaa. Toiminta antaa hänelle luottamusta pärjätä erilaisissa ryhmissä, kuten opiskelussa ja työelämässä.

KATJA KOULUTUKSELLINEN

Katja Koulutuksellisen tavoitetarinasta välittyvät vahvasti koulutukselliset tulevaisuuden tavoitteet. Ennen SUUNTA-ryhmän alkamista Katja on jo pitkään miettinyt erilaisia koulutusvaihtoehtoja. Hän kokee, että ryhmästä saa paljon uusia näkökulmia ja vaihtoehtoja koulutuksen suhteen. Vierailut oppilaitoksiin ovat mieluisia. Hänen mielestään on hyvä asia, että vierailut järjestetään ylimääräisinä ryhmäkertoina ja niihin voivat osallistua ryhmäläiset, jotka ovat kiinnostuneet opiskelusta. Erilaisia koulutusvaihtoehtoja on hänen mukaansa käyty monipuolisesti läpi ryhmän aikana, mutta yleisesti aikuisopiskelua koskevia sisältöjä voisi painottaa laajemminkin. Vierailijaksi Katja toivoo ammatinvalinnan ohjaajaa.

AINO AMMATILLINEN

Aino ammatillinen on heti innostunut ryhmän mainoksessa olevasta SUUNTA-nimestä ja on mielissään, että tarjolla on juuri sellaista, mitä hän on pitkään toivonut. Ailon tavoitteena on saada mahdollisimman paljon tietoa työmahdollisuuksista. Toiminnan hän kokee mukavaksi, mutta toivoisi vielä enemmän mahdollisuuksia tarkastella omia henkilökohtaisia tulevaisuuden näkymiä. Erilaisilla työpaikoilla vierailut ja erilaisiin työtehtäviin tutustuminen ovat Ailon mielestä antoisia ja hän toivoo vierailijaksi asiantuntijaa TE-palveluista. Myös työelämän ohjaukseen liittyviä näkökulmia voisi hänen mielestään tarkastella ryhmätoiminnassa enemmän.

VIENO VOIMAANTUJA

Voimaantumisen tarinassa korostuu ryhmään osallistuminen aluksi epäilevin odotuksin. Vieno Voimaantujalla ei ole minkäänlaisia odotuksia ryhmätoimintaa kohtaan ja tavoitteena on vain raahautua paikalle. Hän ajattelee, että jos ryhmään ei muodostu ryhmähenkeä, niin ryhmätoiminta loppuu hänen osaltaan siihen. Ryhmähengen hän kokee kuitenkin hyväksi, mikä vaikuttaa siihen, että hän jatkaa osallistumista ryhmään alun epävarmuudesta huolimatta. Ryhmätoiminnan hän kokee monipuoliseksi ja antoisaksi. Erityisen hyvää ryhmätoiminnassa on, että ryhmäkerrat aloitetaan ja lopetetaan kiireettömästi kuulumisten vaihdolla. Hän kokee, että ryhmästä saa positiivista energiaa ja on huomannut, että muutkin innostuvat uusista asioista. Toiminnan aikana Vieno huomaa, että on kaivannut ihmisten kanssa tekemisissä olemista ja että kotona olo on ollut yksinäistä. Vieno saa ryhmästä arkeen jaksamista ja on tyy-

tyväinen, että osallistui ryhmään. Ryhmän loppumisen hän kokee surulliseksi, koska kerran viikossa hänellä on ollut jokin oma juttu. Tulevaisuutta ajatellen ryhmä on herättänyt mielenkiintoa itseä koskeviin asioihin. Vieno kokee myös positiivisena ohjaajien jakamat ajatukset siitä, että ei pidä hermostua, vaikka ei heti omaa juttua löydäkään. Ohjaajien kertomat omat elämäntarinat ja vastoinkäymiset ovat saaneet hänet huomaamaan, että vastoinkäymisiä löytyy kaikilta, mutta niistä huolimatta elämä voi silti päätyä hyvään tilanteeseen.

5 SUUNTA-RYHMÄN TOTEUTUS

5.1 RYHMÄTOIMINNAN PERUSRAKENTEET

RYHMÄKOKO

Ryhmä koko vaikuttaa ryhmädynamiikkaan. Pienryhmässä yksilöillä on mahdollisuus päästä helpommin esiin ja ryhmä voi päästä sujuvammin yhdenmukaiseen ja yhteistyökykyiseen toimintaan kuin isommassa ryhmässä (Niemistö 1998, 58). SUUNTA-ryhmätoiminnassa osallistujista muodostetaan yksilöllisten alkukeskustelujen jälkeen enimmillään 6–8 henkilön suljettuja pienryhmiä. Tätä pienempikin ryhmä voi olla toimiva, mutta ryhmässä tulisi olla vähintään kolme osallistujaa. On kuitenkin huomioitava, että näin pieni ryhmä on haavoittuvainen mahdollisten poissaolojen tai keskeytysten vuoksi (myös Djupsund 2015).

AJALLISET PUITTEET JA RYHMÄN SÄÄNNÖT

Ajalliset puitteet luovat ryhmätoiminnan keskeisimmät rajat (Järvilehto & Kiiski 2009, 37). SUUNTA-ryhmissä ryhmän toiminta-ajaksi rakennetaan osallistujien kanssa yhdessä aikataulutettu ohjelma, joka kestää 3–5 kuukauden eli koulujen lukukausirytmisiä mukailien syys- tai kevätkauden ajan. Ryhmän kokoontumiset järjestetään aamupäivisin kerran viikossa, jolloin tapaamisia toteutuu yhdessä sovitun mukaisesti yhteensä 12–18 kertaa. Tämän lisäksi ryhmän aikana voidaan järjestää muutamia ajallisesti pidempiä teemapäiviä tai retkiä. Ensimmäisellä ryhmäkerralla sovitaan yhdessä ryhmän toimintakäytännöistä, kuten yksittäisen ryhmätapaamisen kestosta (esim. kolme tuntia) ja ajankohdasta, ruokailuun ja lastenhoitoon liittyvistä järjestelyistä, yhteisistä toimintaperiaatteista (esim. luottamuksellisuus), yhteydenpidosta ja poissaolojen ilmoittamisesta ryhmän aikana. Näin sovitaan samalla yhdessä ryhmätoimintaa koossa pitävistä rakenteista ja rajoista.

YKSITTÄISEN RYHMÄKERRAN RAKENNE

Yksittäisen ryhmäkerran rakenne ja samalla ryhmän rajat muodostuvat kolmesta eri vaiheesta: aloituksesta, teeman käsittelystä ja päätöksestä. Tapaamisten on hyvä toteutua pääsääntöisesti saman ajallisen rakenteen mukaan.

Ryhmäprosessin kannalta ryhmän rakenteet luovat rajoja ja turvallisuutta ja ovat varsinkin ryhmän aloitusvaiheessa tärkeitä. Ryhmän kehittyessä ja päämäärätietoisien toiminnan kasvaessa voidaan tehdä poikkeuksia. Esimerkiksi yhdessä toteutuneessa SUUNTA-ryhmässä ryhmä näyttäytyi ohjaajien näkökulmasta haavoittuvaisena ja kaikenlaiset poikkeukset rutiineissa herättivät osallistujissa huolta. Toisessa ryhmässä vastaavasti vastuunoton vähittäinen siirtyminen ohjaajilta osallistujille ryhmäprosessin edetessä näkyi esimerkiksi käytännön asioissa, kuten kahvinkeitto- ja muiden aamiaiseen liittyvien järjestelyjen hoitamisena ja aktiivisena osallistumisena lastenhoito- ja kuljetusjärjestelyihin vierailujen ja tutustumiskäyntien yhteydessä.



Yksittäisen ryhmäkerran vaiheet:

1 *Ryhmän aloitus:* Kesto noin puoli tuntia.

Tapaaminen avataan samankaltaisella tavalla kullakin ryhmäkerralla. Voidaan esimerkiksi pyytää osallistujia valitsemaan jokin kuva tai esine, joka kertoo jotain hänestä tai hänen tunnelmistaan juuri sillä hetkellä. Ryhmäkerta voidaan aloittaa myös lyhyellä keskittymisharjoituksella, ja samalla voidaan opetella hyödyntämään harjoitusta myös oman arjen hallinnassa. Aloitusharjoitusten tavoitteena on purkaa kuluneen aamun ja/tai viikon kokemuksia ja johdatella osallistujat ryhmätilanteeseen.

2 *Teeman käsittely:* Kesto noin kaksi tuntia.

Kunkin ryhmäkerran teemoja käsitellään ryhmänohjaajien ja/tai vierailijoiden ohjaamana. Kahvitukset ja mahdolliset ruokatarjoilut lomitetaan työskentelyyn ja ne voivat sopia hyvin esimerkiksi toiminnallisten tehtävien lomaan. Etukäteen sovitaan esimerkiksi kahvin keittämisvuoroista ja muista tarvittavista valmisteluista.

3 Ryhmän päätös: Kesto noin puoli tuntia.

Päättämisen yhteydessä kootaan yhteen ryhmäkerran tunnelmia ja annetaan palautetta ryhmälle kyseistä kertaa koskevista asioista. Yhdessä käydään läpi seuraavaa ryhmäkertaa mahdollisesti koskevat etukäteis- ja/tai erikoisjärjestelyt.

RYHMÄTOIMINNAN SISÄLTÖJEN SUUNNITTELU

On tärkeä tarjota ryhmäläisille mahdollisuuksia osallistua aktiivisesti toiminnan suunnitteluun, järjestämiseen, kehittämiseen ja arviointiin (Leeman & Hämäläinen 2016, 587). SUUNTA-ryhmätoiminnassa toiminnan sisällöt tarkennetaan yhdessä ryhmän kanssa ensimmäisillä ryhmäkerroilla osallistujien tarpeita ja toiveita kuunnellen. Käsiteltävät teemat saattavat siten vaihdella ryhmäkohtaisesti. Kun osallistujille luodaan mahdollisuuksia vaikuttaa ryhmän sisältöön ja toteutukseen, voi se vahvistaa ryhmään sitoutumista.

Jotta ryhmäläisille voidaan mahdollistaa todellinen osallisuus prosessiin, on toiminnan lähtökohdaksi otettava osallistujien aiemmat kokemukset ja niiden synnyttämät tunteet, tieto ja tarpeet. E erityisen tärkeää ryhmän toteutuksessa on vertaisohjaus ja -tuki eli osallistujien keskinäinen ajatustenvaihto ja ratkaisujen pohtiminen pari- ja pienryhmäharjoituksissa. Tavoitteena on näin vahvistaa ryhmäläisten yhteenkuuluvuutta ja avata tilaa teemojen tarkasteluun ja pohtimiseen ilman, että ohjaaja välttämättä osallistuu kaikkiin ryhmässä käytyihin keskusteluihin. (Poutanen & Nieminen 2012.)

5.2 ESIMERKKEJÄ SUUNTA-RYHMIEN TEEMOISTA JA TOTEUTUSTAVOISTA

SUUNTA-ryhmissä toiminnan sisällöt tarkennetaan yhdessä ryhmän osallistujien kanssa. Teemat voivat liittyä esimerkiksi arjen hallintaan ja arjessa selviytymisen taitoihin; vanhemmuuteen, perhesuhteisiin ja parisuhteeseen; sosiaalisiin suhteisiin, verkostoihin ja taitoihin; psyykkiseen hyvinvointiin ja itsetuntemukseen; hyvinvointia ja terveyttä edistäviin elämäntapoihin; itselle soveltuvan ammattialan tai työtehtävien määrittämiseen; työelämävalmiuksiin ja -taitoihin sekä työnhakutaitoihin. Seuraavissa alaluvuissa kuvaamme esimerkkejä toteutuneiden SUUNTA-ryhmien teemoista ja niiden käsittelyssä hyödynnetyistä menetelmistä.

Keskeistä on joustava teemojen ja aikataulutuksen suunnittelu. Ensimmäisillä ryhmäkerroilla tehtyä alustavaa suunnitelmaa voidaan siten prosessin

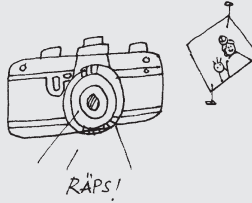
edetessä täydentää ja päivittää esiin nousseiden tarpeiden mukaan. Ryhmässä käsiteltävien teemojen hahmottelemisen ohessa tarkennetaan myös ryhmän yhteiset tavoitteet, jotka muodostavat perustan yhteiselle työskentelylle. Yhtäällä ryhmän toteutuksessa olennaista on huomioida myös yksilöllinen näkökulma ja jokainen osallistuja yksilönä.

Vuosina 2016–2017 toteutuneiden SUUNTA-ryhmien sisällöt ja toteutustavat ovat vaihdelleet ryhmäläisten kiinnostusten kohteiden ja alueellisten mahdollisuuksien mukaan. Ryhmien pysyvinä ohjaajina on toiminut seuraavia ammattilaisia: sosiaalityöntekijä, sosionomi, sosiologi, psykoterapeutti, seksuaaliterapeutti, ammatillinen opettaja, psykiatrinen sairaanhoitaja, toimintaterapeutti, psykologi, draamakasvattaja ja kuntoutuksenohjaaja (opiskelija). Ryhmissä on vierailut monien eri alojen ammattilaisia ja asiantuntijoita, kuten kotitalousopettaja, ravitsemusterapeutti, liikunnan ohjaaja, psykologi, pari- ja seksuaaliterapeutti, perheterapeutti, TE-keskuksen asiantuntija, opintojen ohjaaja, ammatinvalinnanohjaaja, palveluohjaaja, personal trainer, fysioterapeutti ja eri alojen yrittäjiä sekä opiskelijoita ja kokemusasiantuntijoita, esimerkiksi työllistämistoimenpiteiden avulla työllistyneitä työnhakijoita.

5.2.1 PERHEENÄ VAHVAKSI -TEEMA

SUUNTA-ryhmissä vanhemmuus on kaikkia ryhmäläisiä yhdistävä kokemus. Keskeinen teema ryhmätapaamisissa on muuttuva vanhemmuus, johon kuuluvat vanhemmuuden lisäksi esimerkiksi lapsen kehitykseen, työn ja perheen yhteensovittamiseen tai parisuhteeseen ja seksuaalisuuteen liittyvät teemat. Tavoitteena on tarjota osallistujille mahdollisuuksia jakaa kokemuksia vertaiselta vertaiselle, tunnistaa oman arjen voimavaroja sekä löytää vaihtoehtoisia toimintatapoja haastaviksi koetuissa tilanteissa. Ryhmässä voidaan käsitellä myös perhe- ja sukulaissuhteita laajemmin tai niitä haasteita, joita sosiaalinen media vanhemmuuteen ja kasvatukseen tuo. Ryhmäkerrat rakennetaan huomioiden ja kunnioittaen ryhmäläisten erilaisia perhetilanteita (esim. lasten ikä, parisuhteessa eläminen vs. yksinhuoltajuus).

Miten tehtiin?

- Vanhemmuuden teemoja lähestyttiin useassa toteutuneessa SUUNTA-ryhmässä keskustelevien asiantuntijaluentoja kautta. Asiantuntijavierailuja ryhmiin tekivät neuvolan perhetyöntekijä, seksuaali- ja parisuhdeterapeutti, psykologi ja sosiaalityöntekijä. Asiantuntijalustukset toimivat keskustelun virittäjinä osallistujien yhteiselle ajatusten ja kokemusten vaihtamiselle.
- Vanhemmuuteen liittyvää identiteettiä pyrittiin yhdessä ryhmässä vahvistamaan vanhempi ja lapsi/lapset-valokuvauksen avulla. Valokuvaajana toimi ryhmän toinen ohjaaja, jolla oli myös alaan liittyvää koulutusta. Vanhemmat havaitsivat olevansa yleensä valokuvien ottajia, joten heille tarjottiin mahdollisuutta olla myös itse kuvassa.  Jokaisesta perheestä otettiin muotokuvat, ja samalla keskusteltiin kustakin lapsesta ja perheen sisäisistä rooleista. Valokuvaaja jakoi kuvat kullekin perheelle sähköisessä muodossa. Valokuvaus koettiin tärkeänä, ja sen avulla syntyi uusia jaettuja kokemuksia perheille.
- Vanhemmuus-teemaa käsiteltiin useiden erilaisten harjoitusten avulla. Vanhemmat kirjoittivat esimerkiksi itselleen unelmien äitien-/isänpäiväkortin ajankohdalle, jolloin heidän esikoisensa tulee täysi-ikäiseksi tai ryhmässä tehtiin ”Mitä otan reppuun mukaan”-harjoitus. Siinä erivärisille lapuille kirjattiin asioita, joita kukin haluaa lapsuudenkodistaan siirtää omaan vanhemmuuteensa ja toisille lapuille niitä asioita, joita ei halua mukaansa ottaa.
- Kasvatus-teemaa tarkasteltiin esimerkiksi erilaisten konkreettisten tapausesimerkkien kautta ja pohdittiin yhdessä, miten tilanteessa itse reagoisi ja millaisia vaihtoehtoisia toimintatapoja tilanteessa voisi olla. Työskentelyn pohjalta rakennettiin lopuksi yhdessä jaetut vanhemmuuden teesit.
- Keskustelevan asiantuntijaluennon pohjalta tutustuttiin temperamentti-piirteisiin. Tämä johdatti osallistujia pohtimaan lasten erilaisia piirteitä ja sitä, millaista toimintaa nämä piirteet edellyttävät vanhemmilta.
- Parisuhde ja seksuaalisuus-teema sisältyi osallistujien toiveesta jokaiseen toteutettuun SUUNTA-ryhmään. Toimivaa parisuhdetta lähestyttiin yhteisen keskustelun ja erilaisten harjoitusten avulla, esimerkiksi hyödyntämällä Pesäpuu ry:n Tarvekortteja, joista osallistajat poimivat oman parisuhteensa näkökulmasta ajankohtaisimmat kortit yhteisen keskustelun pohjaksi.
- Erilaisia vanhemmuuteen, kasvatukseen ja parisuhteeseen liittyviä harjoituksia löytyy esimerkiksi Väestöliiton ja Mannerheimin Lastensuojeluliiton internet-sivuilta.

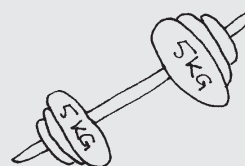
5.2.2 KOHTI HYVINVOIVAA MINÄÄ -TEEMA

Tämän teemakokonaisuuden kohdalla pysähdytään pohtimaan oman hyvinvoinnin tärkeyttä ja sitä rakentavia tekijöitä. Huomiota kiinnitetään niin fyysiseen hyvinvointiin, itsetuntemukseen kuin vuorovaikutussuhteisiin ja sosiaalisiin verkostoihin. Hyvinvointiin liittyvien harjoitusten tavoitteena on tukea osallistujien kykyä ja motivaatiota pitää huolta itsestään sekä tutkia yhdessä ryhmän kanssa niitä omaan hyvinvointiin liittyviä kohtia, jotka vaativat tulevaisuudessa panostusta. Sosiaalisen osallisuuden laajentamiseksi osallistujia myös rohkaistaan kokeilemaan ja käyttämään omassa toimintaympäristössä olevia mahdollisuuksia, kuten uimahallien, kuntosalien, erilaisten järjestöjen ja yhdistysten tai kansalaisopistojen palveluja.

Tässä teemakokonaisuudessa korostuu, että keskeinen osa sosiaalista hyvinvointia on sosiaalisten taitojen ja vahvuuksien sekä omien sosiaalisten suhteiden ja verkostojen tunnistaminen ja sosiaalisen toimintaympäristön toimivuus. Sosiaaliset suhteet ja verkostot ovat yksilöllisen identiteetin rakennuspuita, ja lähisuhteisiin liittyvät rajat, roolit ja niiden rakentaminen ja kunnioittaminen ovat yksilöllisen hyvinvoinnin kannalta olennaisia (Djupsund 2015). Yhtä tärkeän perustan identiteetille ja sen vahvistamiselle muodostavat tietoisuus omista persoonallisista ominaisuuksista, riittävä itsetuntemus sekä itseen suuntautuva reflektiivinen pohdinta. Identiteettiin liittyvät myös erilaiset temperamenttipiirteet ja niiden näkyminen lapsuudessa, nuoruudessa ja aikuisuudessa (esim. Dunderfelt 2012).

Miten tehtiin?

- Kaikissa toteutuneissa SUUNTA-ryhmissä käytiin yhdessä ryhmän kanssa kuntosalilla, vesijumpassa tai vastaavassa. Joissakin ryhmissä saatiin myös ohjausta personal trainerilta tai kunto-ohjaajalta vinkkejä oman kunnan ylläpitämiseen ja parantamiseen sekä lasten kanssa yhdessä liikkumiseen.
- Vierailut uimahalliin, kylpylään tai luontopolulle merkitsivät osalle osallistujista itsensä ylittämistä ja sosiaalisen ympäristön laajentumista. Uusiin paikkoihin ja toimintoihin lähteminen koettiin jännittävänä, mutta ryhmältä saatu tuki auttoi uusien asioiden kokemisessa.



- Eräässä ryhmässä omaa arkista ympäristöä tutkittiin valokuvauksen avulla. Osallistajat valitsivat kodistaan sekavaksi ja epäsiistiksi kokemansa paikan, kuvasivat sen ja toivat valokuvan ryhmään. Ryhmässä ideoitiin yhdessä, miten tilannetta voisi korjata. Kun ratkaisu löytyi ja osallistuja toteutti sen kotonaan, niin hän toi kuvan ryhmään uudelleen järjestetystä paikasta. Harjoituksen jälkeen keskusteltiin siitä, miten koti- ja lähiympäristö vaikuttaa omaan hyvinvointiin ja millaisiin asioihin voi itse omassa ympäristössään vaikuttaa.
- Useassa ryhmässä pohdittiin ravitsemusta ja ruokailua osana terveellisiä elämäntapoja. Välillä ruokaa myös valmistettiin yhdessä paikan päällä ja välillä asiantuntijan opastamana esimerkiksi kotitalousoppilaitoksen tiloissa.
- Joissakin ryhmissä tutustuttiin rentoutumista tukeviin menetelmiin, esimerkiksi musiikkirentoutukseen ja mindfulness-aiheisiin harjoituksiin, joihin ryhmää perehdytti vieraileva asiantuntija. Rentoutumis- ja mindfulness-harjoituksia on saatavilla esimerkiksi Suomen Mielenterveysseuran internet-sivuilta.
- Yhdessä ryhmässä sosiaalisiin taitoihin ja jämäkkyYTEEN liittyvien voimavarojen kartoittamiseksi osallistajat täyttivät sosiaalisten taitojen itsearviointilomakkeen. Tämän jälkeen keskusteltiin yhdessä sosiaalisista taidoista ja niiden luokittelusta sekä siitä, millä osa-alueella kukin kokee omaavansa voimavaroja ja millä puolestaan kehittämiskohteita. Seuraavaksi jäsenettiin jämäkkää vuorovaikutusta skaalalla: hyökkäävä, jämäkkä, alistuva ja lopuksi käytiin yhteistä keskustelua aiheesta. (Erkko & Hannukkala 2013.)
- Kaikissa ryhmissä minuutta ja omaa identiteettiä tarkasteltiin osana sosiaalista verkostoa ja sosiaalisia suhteita. Useassa ryhmässä osallistajat kuvasivat verkostokartan avulla omia sosiaalisia suhteitaan ja pohtivat niiden merkitystä itselleen (esim. Lastensuojelun käsikirja 2016; Djupsund 2015). Kartan avulla käytiin keskustelua siitä, millaisia suhteet ovat, mitä niissä tärkeää ja merkityksellistä tai kehitettävää.
- Muutamassa ryhmässä tutkittiin ihmisten välistä vuorovaikutusta ja itsetuntemusta draamaharjoitusten avulla. Draama mahdollistaa vuorovaikutuksen ja itsetuntemuksen tarkastelun irti arjen rooleista ja tilanteista, fiktion maailmassa (Heikkinen 2004; Routarinne 2004). Draaman avulla voidaan myös löytää ilmaisia asioille, joista on syystä tai toisesta vaikea puhua. Ryhmissä kokeiltiin esimerkiksi improvisaatioharjoituksia (Routarinne 2004), joiden avulla voi harjoitella uskalluksen kehittämistä, liiallisesta ennalta suunnittelusta irrottamista sekä itsensä tarkkailun vähentämistä.

5.2.3 VAHVISTUVA OSAAMINEN -TEEMA

SUUNTA-mallissa yksi periaatteista on toiminnan suuntaaminen osallistujien olemassa olevista voimavaroista käsin. Vahvistuva osaaminen-teemassa keskitytään osallistujien yksilöllisen osaamisen ja voimavarojen tunnistamiseen ja näkyväksi tekemiseen, mikä nähdään samalla keskeiseksi identiteettiä lujittavaksi tekijäksi. Tavoitteena on myös vahvistaa osallistujien käsitystä itsestään osaavina aikuisina.

Oman osaamisen teemakerrat ovat tärkeä osa ryhmän toimintaohjelmaa. Jokaiselle tarjotaan mahdollisuus esitellä ryhmässä jotain itselle tärkeää ja hyvin hallitsemaansa asiaa ja siten vastuu ryhmäkerran toteutuksesta siirtyy joillakin kerroilla ryhmäläisille itselleen. Oman osaamisen tunnistaminen voi olla osalle ryhmäläisistä haastavaa, jolloin on muistettava, että he saattavat tarvita ohjaajilta ja muilta ryhmäläisiltä runsaasti kannustusta ja rohkaisua esiteltäväksi tuotavan osaamisen löytämiseen. Toisaalta osaamisen ja voimavarojen kartoittaminen voi edesauttaa osallistujien luottamusta omiin kykyihin selviytyä haastavista tilanteista tulevaisuudessakin.

Miten tehtiin?

- Monissa toteutuneissa SUUNTA-ryhmissä järjestettiin ryhmäläisten oman osaamisen jakamiseen liittyviä teemakertoja. Eräs osallistuja ohjasi muulle ryhmälle jumppatreenin, toinen opetti pipojen ompelua ja kolmas terveellisen ruuan valmistusta. Muutama ryhmäläinen järjesti muulle ryhmälle kauneudenhoitohetken tai tuote-esittelyn. Joku puolestaan valmisti erikoisleivonnaisia, toinen toteutti karaokekerran ja kolmas ohjasi muita ryhmäläisiä Pokemon-pelin saloihin.
- Jokaiselle ryhmän jäsenelle tulee varata riittävä aika paitsi oman osaamisen tai vahvuuden jakamista varten, myös mahdollisuus saada ryhmältä palautetta omasta onnistumisestaan.
- Oman osaamisen teemakerrat voivat vahvistaa ryhmän koheesiota ja hyvää ilmapiiriä. Luottamus omaan osaamiseen vahvistuu muilta saadun myönteisen palautteen ja innostumisen kautta.
- Oman osaamisen ja vahvuuksien tunnistamisessa voidaan käyttää soveltaen apuna esimerkiksi Ole oman elämäsi tähti-julkaisun (2016) harjoituksia ja materiaaleja.
- Myös ryhmänohjaajat voivat osallistua oman osaamisensa esittelyyn silloin, kun ryhmä on pieni. Eräessä SUUNTA-ryhmässä ohjaajat jakoivat ryhmässä harrastuksiin liittyvää osaamistaan, kuten jooga-harjoituksia tai ruoanlaittovinkkejä.

5.2.4 SUUNTANA TYÖELÄMÄ -TEEMA

SUUNTA-ryhmät on tarkoitettu työelämän ja opiskelun ulkopuolella oleville nuorille vanhemmille, joten keskeinen osa ryhmätoimintaa on ammatillisten ja/tai koulutuksellisten tulevaisuudenpolkujen jäsentäminen. Tavoitteena on pohtia työuraa sekä omien unelmien ja arvopohjan näkökulmasta että työllistämispalveluiden ja koulutuksen tarjoamista erilaisista urapoluista käsin. Suuntana työelämä-teemassa käsitellään myös työnhakutaitoja, oman osaamisen tunnistamista ja sen suhdetta ammatillisiin toiveisiin sekä työhakemusten ja CV:n esittämistä kirjallisten ja digitaalisten välineiden avulla. Aiheina voivat lisäksi olla esimerkiksi muuttuva työelämä ja uudet ammatit, yrittäjyys tai omaehtoisen koulutuksen mahdollisuudet.

Ryhmäläisten yhteiskunnallista osallisuutta pyritään vahvistamaan tutustumalla heitä erilaisten toimijoiden tarjoamiin toimintaympäristöihin, jolloin tarjoutuu myös mahdollisuuksia sosiaalisten verkostojen ja osallistumismahdollisuuksien laajentamiseen. Työelämään ja koulutusmahdollisuuksiin tutustuminen tehdään tiiviissä yhteistyössä alueiden työllistämisen toimijoiden ja oppilaitosten kanssa (esim. yrittäjyyspäivä, vierailut työpaikoilla tai oppilaitoksissa). Aitoihin työ- ja oppimisympäristöihin tutustuminen antaa realistisen kuvan työyhteisöön kuulumisesta ja työelämän vaatimuksista. Omatoimisuuden vahvistamiseksi osallistujia voidaan myös ohjata käymään ryhmätapaamisten välillä esimerkiksi tutustumiskäynneillä yrityksissä tai oppilaitoksissa. Ryhmän tuki ja annettu välitehtävä voivat laskea kynnystä toiminnalle, joka muuten voisi tuntua liian haastavalta.

Miten tehtiin?

- Useissa ryhmissä työelämän muutoksista käytiin keskustelua asiantuntija-alustusten virittäminä. Alustajana ryhmissä vieraili esimerkiksi yrittäjä, oppilaitoksen opinto-ohjaaja, opettaja tai suunnittelija, TE-keskuksen asiantuntija, työllisyysyksikön palveluohjaaja sekä työllistämiprojektien toimijoita.
- Muutamassa ryhmässä osallistujat tekivät yksilöllisiä kuvakollaaseja työhön tai ammattiin liittyvistä unelmistaan ja toiveistaan (Järvilehto & Kiiski 2009, 83). Jokainen esitteli kollaasinsa muulle ryhmälle ja kertoi ryhmälle kuvista sen, mitä itse halusi.
- Eräässä ryhmässä tutustuttiin ja kokeiltiin CV:n laatimiseen tarkoitettua digitaalista sovellusta.
- Osallistujille järjestettiin myös tutustumiskäyntejä yrityksiin ja oppilaitoksiin, kuten kansalaisopistoon, ammattiopistoon ja ammattikorkeakouluun.
- Loppukeskusteluissa käsiteltiin osallistujien työhön ja ammattiin liittyviä tulevaisuuden suunnitelmia. Tarkistetun suunnitelman pohjalta osallistujia ohjattiin ryhmän jälkeen eteenpäin tarvittaviin, opiskelemaan lähtöä tai työllistymistä tukeviin palveluihin.

5.2.5 EDESSÄ TULEVAISUUS-TEEMA

SUUNTA-ryhmätoiminnassa tulevaisuuteen suuntaamisen teema on tärkeä, ja tavoitteena on herättää osallistujia ajattelemaan ja havaitsemaan erilaisia tulevaisuuteen liittyviä mahdollisuuksia. Tulevaisuus-teema linkittyy tiiviisti myös ryhmätoiminnan tavoitteellisuuteen. Ryhmäprosessin alussa asetetaan paitsi henkilökohtaisia, myös ryhmän yhteisiä, tulevaisuuteen suuntautuvia tavoitteita. Tällöin korostuu pohdinta siitä, millaisia tavoitteita osallistujilla on elämänsä eri osa-alueilla ja kuinka tavoitteisiin voi päästä mahdollisista haasteista huolimatta. Ryhmässä on tärkeä tarjota tila sekä koettujen vastoinkäymisten että kantavien positiivisten kokemusten läpikäymiselle, sillä tämä luo perustan pohdinnoille siitä, miten oman elämäntarinan toivoisi jatkuvan. Kun osallistujia kannustetaan pohtimaan omien valintojen, tekojen ja seurausten merkitystä oman tulevaisuuden rakentumisessa, ryhmässä saatu tuki ja anti kannattelevat paremmin tulevaisuudessakin. (Djupsund 2015.)

Edessä tulevaisuus-teemaa voidaan ryhmässä lähestyä useista eri näkökulmista käsin. Esimerkiksi vanhemmuuteen liittyen voidaan käsitellä tulevaisuutta erityisesti lasten hyvinvoinnin, kasvun ja kehityksen näkökulmasta.

Työelämään siirtymistä voidaan tarkastella unelmien, toiveiden ja etenemis-
tavoitteiden suuntaamina. Tulevaisuutta ryhmän päättymisen jälkeen on hyvä
pohtia yhdessä viimeisillä ryhmäkerroilla ja toiminnan päätteeksi toteutetta-
vissa yksilöllisissä loppukeskusteluissa (ks. luku 6.1).



Miten tehtiin?

- Yhdessä ryhmässä osallistujien tulevaisuuteen liittyviä tavoitteita jäsennettiin ryhmätoiminnan alussa voimavarapuun avulla (soveltaen Malmi 2003). Voimavarapuu toimi yksilöllisen työskentelyn tukena ja sitä päivitettiin prosessin aikana heränneiden oivallusten myötä.
- Muutamassa ryhmässä tulevaisuuteen ja erityisesti työhön liittyviä unelmia ja haaveita tehtiin näkyväksi kuvakollaasien avulla, jolloin osallistujat käyttivät erilaisia kuvakokoelmia (valmiit kuvasarjat, postikortit, lehtikuvat) ilmentämään omia haaveitaan. Kuvat tarjosivat konkreettisen perustan erilaisten etenemsvaihtoehtojen pohtimiselle.
- Yhdessä SUUNTA-miitissä (ks. luku 6.2) käsiteltiin osallistujien erilaisia tulevaisuusorientaatioita (Tulevaisuusohjauksen työkirja 2017). Osallistujat kirjoittivat tapahtumassa myös postikortin itselleen kolmen kuukauden päähän kannustamaan omissa tavoitteissaan pysymistä. Ryhmänohjaajat postittivat kortit osallistujille sovittun ajan kuluttua.

6 SUUNTA-RYHMÄN PÄÄTTÄMINEN JA VERTAISTOIMINNAN TUKI

SUUNTA-ryhmäprosessin päättämisvaiheeseen kuuluvat viimeisten ryhmätapaamisten suunnittelu ja toteutus ryhmäprosessin vaiheeseen sopivilla tavoilla ja yksilöllisten loppukeskustelujen toteuttaminen. Lähevä ryhmän päättymisen vaikuttaa viimeisten ryhmätapaamisten sisältöjen valintaan ja ryhmälle on hyvä jättää tarpeeksi aikaa ryhmän päättymiseen liittyvään keskusteluun. Tärkeää on myös sopia yhteydenpidosta ryhmän päättymisen jälkeen ja kerätä ryhmäprosessista palautetta osallistujilta. Viimeisellä ryhmäkerralla osallistujille jaetaan päivätty ja allekirjoitettu todistus ryhmään osallistumisesta.

6.1 LOPPUKESKUSTELUT JA JATKO-OHJAUS

Yksilöllisen loppukeskustelun tarkoituksena on palata osallistujan itselleen ryhmän alussa asettamiin tavoitteisiin ja arvioida niiden toteutumista tai muuttumista ryhmäprosessin aikana. Yksilöllisissä loppukeskusteluissa on hyvä antaa tilaa ryhmästä luopumiselle, luopumisen herättämille tunteille ja uusille ajatuksille jatkosta (Haynes 2012). Loppukeskustelussa osallistujalla on myös mahdollisuus pohtia SUUNTA-ryhmän toimivuutta itselleen ja omaa toimintaansa ryhmässä. Loppukeskustelujen yhteydessä voidaan käyttää SUUNTA-mittaria, joka mahdollistaa osallistujan elämäntilanteen ja siinä mahdollisesti tapahtuneiden muutosten tarkastelun (ks. luku 7.2). Mittari voidaan täyttää loppukeskustelun yhteydessä tai siihen on voitu vastata jo viimeisellä ryhmäkerralla, jolloin ryhmänohjaaja on ehtinyt tutustua vastauksiin etukäteen ennen loppukeskustelua.

Ryhmän päättymisvaihe on hedelmällinen ajankohta pohtia ryhmäläisten kanssa yksilöllisesti ja konkreettisesti heidän jatkosuunnitelmiaan. Joillekin ryhmäläisille on voinut ryhmän aikana selkeytyä esimerkiksi tulevaisuuden koulutusala tai syntyä päätös hakea tietynlaisiin työtehtäviin. Näihin suunnitelmiin on hyvä palata yksilöllisissä loppukeskusteluissa, jolloin ryhmänohjaajat voivat vielä tarjota tukeaan esimerkiksi tulevaisuuden suunnitelmien jäsentämiseen tai työhakemuksen kommentointiin.

Ryhmään osallistuneen nuoren vanhemman tuen tarve voi olla suurempi tai pidempiaikaisempi kuin mihin ryhmätoiminnan puitteissa on mahdollista vastata. Mikäli loppukeskustelussa käy ilmi, että osallistuja hyötyisi ryhmän

päättymisen jälkeen jatkotuesta tai muista palveluista, ryhmänohjaajat auttavat sopivan avun tai palvelun etsimisessä. Myös SUUNTA-mittarin tuomaa ymmärrystä asiakkaan elämäntilanteesta ja siinä tapahtuneista muutoksista voidaan hyödyntää jatko-ohjauksessa. Jos ryhmänohjaajan ja ryhmäläisen välille on syntynyt luottamuksellinen suhde, voi ohjaajan mukaantulo uuden työntekijän luo madaltaa ryhmäläisen kynnystä siirtyä uuteen palveluun. Uuden työntekijän näkökulmasta se puolestaan voi auttaa asiakkaan tilanteen selkiyttämistä ja asiakasymmärryksen rakentumista.

6.2 SUUNTA-MIITIT JA SOME VERTAISTOIMINNAN TUKENA

Yhtenä vertaistoiminnan muotona ja sen tukena voidaan järjestää SUUNTA-miittejä eli yhteisiä tapaamisia, joihin kutsutaan paitsi parhaillaan SUUNTA-ryhmissä mukana olevat osallistujat, myös niihin aiemmin osallistuneet henkilöt. Miittien sisällöt ja työskentelytavat suunnitellaan tapauskohtaisesti, ja ideoita ja toiveita teemoiksi on hyvä kysyä ryhmäläisiltä itseltään. Miiteissä toiminta voidaan järjestää osaksi aikaa oman SUUNTA-pienryhmän kesken tapahtuvaksi ja osaksi aikaa kaikille miitin osallistujille yhteiseksi.

Vuosien 2016 ja 2017 aikana SUUNTA-hankkeessa järjestettiin yhteensä kolme SUUNTA-miittiä, joihin kutsuttiin eri paikkakunnilla SUUNTA-ryhmiin parhaillaan osallistuvat ja aiemmin osallistuneet henkilöt sekä kaikkien ryhmien ohjaajat. Miittien sisältöihin yhdistettiin vapaata keskustelua ja kuulumisten vaihtoa, asiantuntija-alustuksia, toiminnallisia harjoituksia sekä yhdessä ruokailua. Yksi miiteistä järjestettiin oppilaitoksen tiloissa JAMKissa, toinen kartanomaisessa ympäristössä maaseudulla ja kolmas green care-palveluita tarjoavalla maatilalla. Osallistujien määrä yllätti positiivisesti, sillä esimerkiksi ensimmäiseen, marraskuussa 2016 järjestettyyn miittiin osallistuivat yhtä lukuunottamatta kaikki edelliskeväänä SUUNTA-ryhmissä loppuun saakka mukana olleet henkilöt.

Vertaistoiminnan ja -tuen näkökulmasta keskeistä on tuoda esiin, että osalla SUUNTA-toiminnan kohderyhmään kuuluvista nuorista vanhemmista voi olla saatavilla vain vähän sosiaalista tukea arjessaan ja ystävyyssuhteiden muodostamisessa voi olla haasteita. Jos vanhemmaksi on tultu nuorena, voi samassa elämäntilanteessa eläviä ystäviä olla tuttavapiirissä vähän. Erityisesti näissä tilanteissa SUUNTA-ryhmä voi laajentaa ryhmäläisten sosiaalisia verkostoja olennaisella tavalla. Joissakin vuosina 2016–2017 toteutetuissa SUUNTA-ryhmissä ryhmäläisten välit muotoutuivat ryhmän aikana niin läheiseksi, että he viettivät myös vapaa-aikaa yhdessä ja toimivat toisilleen tarvittaessa lastenhoitoapuna.

SUUNTA-ryhmien vertaistoiminnan tukena voi hyödyntää myös erilaisia sosiaalisen median (jatkossa: some) sovelluksia ja digitaalisia menetelmiä. Sovellusten käyttönotossa lähtökohtana tulee olla ryhmän osallistujien omat tottumukset ja jo käytössä olevat välineet, jolloin toiminta myös soveltuu kohderyhmän tavanomaiseen toimintaan. Tämän päivän vanhemmat osaavat hakea tietoa netistä ja käyttävät sitä sujuvasti vuorovaikutuksen välineenä. Virtuaalisista yhteisöistä on tullut useille vanhemmille tärkeitä ja helposti saatavutettavissa olevia neuvojen saannin ja tuen lähteitä (Lamberton, Devaney & Bunting 2016; Dworkin, Connell & Doty 2013).

Vuosina 2016–2017 toteutuneissa SUUNTA-ryhmissä WhatsApp-sovelluksesta tuli tärkeä sosiaalisen vuorovaikutuksen ja asiakkaiden kannattelun väline. Useassa ryhmässä digitaalinen työskentely käynnistettiin osallistujan alkukeskustelun yhteydessä, jonka jälkeen osallistujiin pidettiin yhteyttä WhatsApp-sovelluksen tai tekstiviestien ja puhelinsoittojen kautta. WhatsApp-ryhmissä jaettiin tietoa ryhmään liittyvistä käytännöllisistä järjestelyistä, aikatauluista, muuttuneista suunnitelmista tai tapaamispaikoista. Näiden lisäksi osallistujat jakoivat ryhmässä kuulumisiaan ja onnistumisiaan sekä kuvia omasta arjestaan. Myös Facebookia, Instagramia, puhelimen tekstiviestejä ja sähköpostia käytettiin vuorovaikutuksen välineenä joissakin ryhmissä.

SUUNTA-ryhmien välillä oli suurta vaihtelua siinä, kuinka aktiivisesti ja itseohjautuvasti some-ryhmät toimivat. Joissakin ryhmissä some-ryhmä jäi lähinnä ohjaajien tiedonvälityskanavaksi, kun taas toisissa ohjaajien rooli muodostui vähäiseksi ryhmäläisten ottaessa itse aktiivisen roolin some-ryhmässä. Parhaimmillaan ryhmän käytössä ollut some-ryhmä muodosti tärkeän vertaistuen tiedonjakorakenteen ja mahdollisesti vahvisti myös vertaissuhteiden pysyvyyttä. Ryhmän lähestyessä loppuaan ryhmäläisten kanssa tulee sopia some-ryhmien jatkuvuudesta ja ylläpitovastuusta ryhmän päättymisen jälkeen.

Vertaistoiminnan tukemisen ohella sosiaalista mediaa ja digitaalisia menetelmiä voidaan hyödyntää SUUNTA-ryhmissä muillakin tavoin. Some-ympäristöjen tai pilvipalvelujen avulla voidaan esimerkiksi rakentaa ryhmän yhteistä työllistymiseen liittyvää tietovarastoa (esim. työvoiman vuokrausfirmat, TE-toimisto, Kela, oppilaitokset) ja osallistujien omia dokumenttikansioita (esim.



työhakemukset ja CV:t). Myös henkilökohtaisen osaamisen tunnistamisessa voidaan tarpeiden mukaan hyödyntää erilaisia verkkovälineitä (esim. digitaalinen portfolio, osaamiskansio, Näytön paikka-sovellus).

Some-ympäristöjen ja digitaalisten työvälineiden soveltamisen tavoitteena voi olla myös siirtää ryhmässä työstettäviä asioita osallistujien arkeen ja tukea asioiden työstämistä ryhmätapaamisten välillä (Rönkä, Malinen, Jokinen & Häkkinen 2015). Suljetuissa some-ympäristöissä tai digitaalisten työvälineiden kautta annettujen välitehtävien, muistutusten ja palautteiden avulla voidaan tukea osallistujien työ- ja toimintakyvyn rakentumista. Kannustavat yksilölliset ja/tai koko ryhmälle suunnatut mobiiliviestit tai sähköpostit voivat syventää ja pitää yllä orientaatiota tapaamiskertojen välillä. Samalla ne tekevät pitkäjänteisestä työskentelystä näkyvää ja mahdollistavat tiedon ja kokemusten jakamisen osallistujien kesken. Toisaalta ryhmänohjaaja voi myös hyödyntää sosiaalisen median keskustelua ryhmätapaamisten sisältöjen suunnittelussa, mikäli ryhmän jäsenet antavat tähän suostumuksensa.

Some-ryhmät ovat helppoja muodostaa ja osa nuorten aikuisten normaalia toimintaa. Niiden riskitekijänä ovat kuitenkin tietoturvakysymykset. Avoimet järjestelmät ovat haavoittuvia ja ryhmässä on hyvä keskustella siitä, miten voidaan yhdessä sopia tietojen turvallisesta jakamisesta, mitä sovelluksiin kannattaa ja voi laittaa ja millaisista asioista voisi puhua mieluiten kasvokkaisissa tapaamisissa. Ryhmänohjaajien tulee muistuttaa osallistujille, että sosiaalinen media on aina jossain määrin julkinen tai puolijulkinen tila, jossa on hyvä noudattaa varovaisuutta. Samat tietoturvaan liittyvät kysymykset ovat tärkeitä myös kasvatuksellisenä kysymyksenä ja vanhempien kykyinä suojata omia lapsiaan some-kulttuurissa.

6.3 OSALLISTUJAPALAUTTEEN KERÄÄMINEN JA HYÖDYNTÄMINEN

SUUNTA-ryhmien ohjaajien on huolehdittava, että ryhmäläisillä on jatkuva mahdollisuus antaa palautetta ryhmän toiminnasta. Osallistujapalautteen kerääminen osana SUUNTA-mallia palvelee sekä ryhmätoiminnan kehittämistä, toiminnan vaikuttavuuden ja tuloksellisuuden arviointia, osallistujien itsetuntemuksen tukemista kuin ryhmänohjaajien kehittymistä omassa työssään. Palaute voi kohdistua tai sitä voidaan pyytää esimerkiksi ryhmän sisällöistä ja rakenteista, ryhmälle asetettujen tavoitteiden täyttymisestä, ryhmänohjaajan roolista, ryhmän ilmapiiristä ja ryhmäläisen omasta toiminnasta ryhmässä. Ryhmäläisten kokemukset tai muuten mitatut havainnot ryhmän vaikuttavuudesta ja sen tarjoamasta tuesta ovat aina arvokasta palautetta ryhmänohjaajalle.

Palautteen keräämisen on hyvä olla systemaattista ja se tulee suunnitella ainakin alustavasti etukäteen ennen ryhmäprosessia, jolloin palautetta tulee kerättyä kattavasti ja monipuolisesti. Palautteen kerääminen on hyvä suunnitella niin, että se tukee ryhmäläisten toimijuutta. Siinä voidaan esimerkiksi suosia osallistavia palautekeskusteluja itsenäisesti täytettävien ja ryhmänohjaajalle palautettavien lomakkeiden sijaan. Toisaalta ryhmässä ja yksilöllisesti keräämällä voidaan saada erilaista palautetta, joten molempia tapoja on hyvä hyödyntää. Ryhmässä osallistujat voivat jakaa kokemuksiaan keskenään ja myös vertaispalautteen saaminen omasta toiminnasta on mahdollista. On myös tärkeää, että ryhmänohjaajat antavat palautetta ryhmälle heidän toiminnastaan ja oppimisprosessistaan, sillä palautteella voi olla suuri merkitys osallistujien motivaation ylläpitämisessä.

Suunnitelmallisesti kerätyn palautteen ohella ryhmäläisiltä saatu spontaani palaute ryhmäkertojen yhteydessä on tärkeä kanava ryhmätoiminnan kehittämiselle ja arvioinnille. Ryhmänohjaajat voivat prosessin aikana pyytää välitöntä palautetta osallistujilta esimerkiksi tunnejanojen avulla (esim. Aalto 2000) tai fiiliskierroksin. Muutamassa toteutuneessa SUUNTA-ryhmässä palautetta ryhmäprosessista kokonaisuutena kerättiin osallistujilta siten, että viimeisillä kerroilla fläppitaulun papereille koottiin otsikkotasolla ”ryhmän poluksi” kaikki prosessiin kuuluneet ryhmäkerrat. Osallistujia pyydettiin merkitsemään omia muistoja, ajatuksia, tunteita ja tunnelmia eri ryhmäkertojen kohdalle. ”Polku” ohjattiin kulkemaan alusta loppuun joko itsekseen tai parin kanssa ja toteutukseen varattiin runsaasti aikaa.

7 SUUNTA-RYHMÄ PROSESSINA

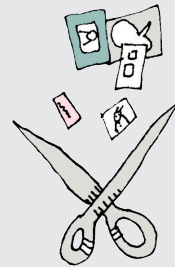
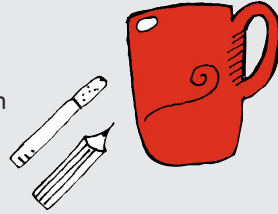
7.1 RYHMÄPROSESSIN VAIHEET

Ryhmän dynamiikka, vuorovaikutus- ja valtasuhteet sekä ryhmäläisten roolit vaihtelevat ryhmäprosessin eri vaiheissa. Yksinkertaistaen voi esittää, että tavoitteellisessa ryhmäprosessissa on kolme perusvaihetta: 1) Aloitus ja ryhmäytyminen, 2) Työskentely tavoitteen suuntaisesti ja 3) Ryhmän päättäminen ja eroaminen (ks. Lindroos 2010; Anttila 2001). Seuraavaksi kuvaamme, miten SUUNTA-ryhmäprosessia on ohjattu sen eri vaiheissa.

Aloitusvaihe voi ryhmän jäsenistä tuntua kaoottiselta, pelottavalta ja jännittävältä. Tunteita herättävät pelko hylätyksi tulemisesta ja toive hyväksytyksi tulemisesta ja muutoksen mahdollisuudesta sekä tähän liittyvä yksilöllisyyden ja ryhmään sulautumisen välinen ristiriita (Lindroos 2010). Aloitusvaiheessa ryhmän osallistujien odotukset suuntautuvat korostuneesti ryhmän ohjaajaan näiden ristiriitaisten tunteiden ratkaisemiseksi. Ryhmäprosessin onnistumisen kannalta olennaista on ryhmätoiminnan rakenteiden selkeys sekä ohjaajan tehtävät ryhmän rajojen ylläpitäjänä ja puolustajana sekä turvallisen ilmapiirin rakentajana (Haynes 2012; Niemistö 1998).

Miten tehtiin?

- Toteutuneissa SUUNTA-ryhmissä ryhmäkerrat aloitettiin kuulumiskierroksilla, joissa hyödynnettiin erilaisia kortteja, pikkuesineitä, kuvia ym., joiden avulla osallistujat kuvasivat sen hetkisiä tunnelmiaan, tunnetta tai tilannettaan. Näin jokainen toi ryhmään jotain itsestään, osallistujat saattoivat löytää yhdistäviä tekijöitä ja saivat yksilöllistä vahvistusta hyväksyttynä olemisesta ryhmässä.
- Useassa SUUNTA-ryhmässä mukuunausta käytettiin tapana esittäytyä ryhmälle. Jokainen osallistuja sai maalaamattoman posliinimukin ja tehtävänä oli kuvioda posliinitusseja käyttämällä mukista oma ”voimamuki”. Mukit jäivät osallistujien omaan käyttöön ryhmän päättymisen jälkeen.
- Kaikissa ryhmissä ryhmän keskinäistä luottamusta luotiin sopimalla ja kirjaamalla yhdessä keskustellen syntyneet ryhmän säännöt.
- Kun joku osallistujista rikkoi ryhmän rajoja esimerkiksi myöhästymällä, niin asia otettiin esille herättämällä keskustelua: ”Nyt näyttää siltä, että Maijan on vaikea tulla ajoissa ryhmään. Mitä haluaisit siitä kertoa meille ja miltä tämä teistä muista tuntuu?”
- Monessa ryhmässä toiminnan suunnittelun menetelmänä käytettiin teemoitettuja ideapajoja, joissa koottiin eri teema-alueisiin liittyviä kysymyksiä sekä toiveita yhteisestä toiminnasta ja käsiteltävistä asioista. Erilaisten sisältöä koskeneiden toiveiden aikatauluttamiseen käytettiin magneettinuolitaluja niin, että nuoliin oli kirjattu avainsanoja ryhmän mahdollisista teemoista ja niiden sisällöistä ja nuolien avulla osallistujat asettivat erilaisia asioita mieleiseensä tärkeysjärjestykseen.
- Ryhmän ohjelmarunko jaettiin osallistujille ja sitä tarkistettiin ja muokattiin prosessin edetessä. Vieraillevien asiantuntijoiden aikataulujen sovittaminen ryhmäprosessiin oli ryhmänohjaajien perustehtävä.

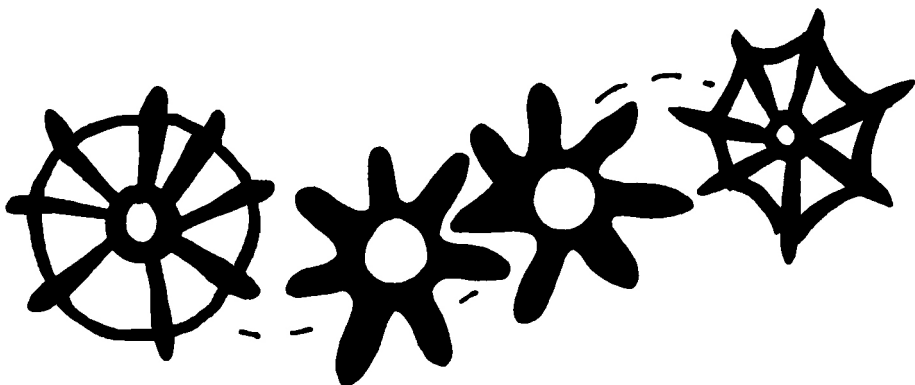


Ryhmän *työskentelyvaiheessa* ryhmä muodostaa ja konkretisoi yhteisiä tavoitteitaan ja niiden toteuttamista ja alkaa toimia tavoitteensa suunnassa. Toiminnan edetessä vahvistetaan osallistujien keskinäistä ja ohjaajien sekä osallistujien tasavertaisuuden kokemusta, keskustellaan ryhmän etenemisestä

ja muokataan tarvittaessa ohjelmaa. Ryhmänohjaajan tunnetason tehtävänä on kannatella ja kuulla ryhmää ja asiantehtävänä on pitää esillä ryhmän tavoitteita ja niiden toteutumisen arviointia.

Heterogeenisuus on ryhmälle vahvuus, sillä erilaisuus luo tilaa ja tarjoaa vaihtoehtoisia ratkaisuja arjen ja elämän kysymyksiin. Se mahdollistaa oman identiteetin moninaisuuden tunnistamisen ja vahvistaa yksilön kykyä mukautua ympäröiviin sosiaalisiin suhteisiin ja vuorovaikutustilanteisiin eri tavoin. Erot ja erilaisuus luovat tilaa yksilölliselle kokemukselle ja samalla ne voivat tuoda ryhmään myös yllättäviä asioita. On tärkeätä kuunnella ja kuulla, mitä osallistujilla on kerrottavaa. Keskustelun siirtyminen sivupoluille voi kertoa jotain ryhmässä esillä olleesta aiheesta. Voi esimerkiksi olla, että käsiteltävä asia on liian ahdistava ryhmälle. Ryhmän ohjaajan tehtävä on kuulla keskustelua herkällä korvalla, tarttua tarvittaessa keskusteluun nouseviin uusiin teemoihin ja palauttaa keskustelu sopivassa hetkessä päivän teemaan. (ks. Järvillehto & Kiiski 2009, 39.)

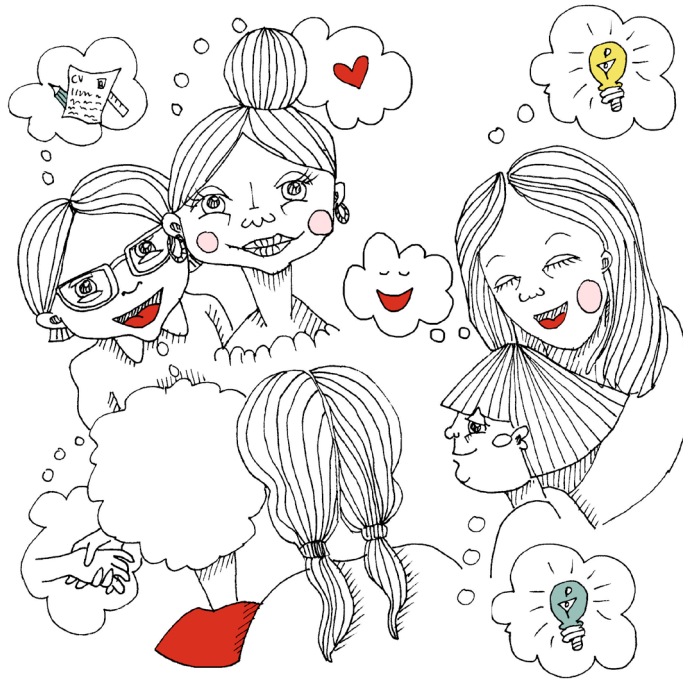
Joskus osallistujien voi olla helpompi ottaa vastaan rohkaisua, kokemustietoa ja ratkaisukeinoja toisiltaan kuin asiantuntijalta tai ryhmän ohjaajalta. Ryhmänohjaajan tehtävänä on ohjata ja tukea osallistujia keskinäiseen vuorovaikutukseen ja ”resurssien vaihtoon”. Keskeistä on, että ohjaaja ei asettaudu ryhmässä korostuneesti asiantuntijan rooliin, vaan tukee osallistujia löytämään ymmärrystä ja vastauksia omaan henkilökohtaiseen tilanteeseen. (Djupsund 2015.) Ryhmänohjauksen asiantuntijana ohjaajan perustehtävä on taata ryhmän jäsenille mahdollisuus osallistua tasaveroiseen vuorovaikutukseen niin, että jokaiselle tarjoutuu tilaisuus ja kokemus olla aktiivinen jäsen ryhmässä. (Järvillehto & Kiiski 2009, 32, 43.)



Ammatillisesti toimivan ryhmänohjaajan työssä tavanomainen jännite liittyy ammatillisten rajojen ylläpitämiseen ja ryhmän toiminnan edistämiseen tarkoituksen- ja todenmukaisella tavalla (Jenkinson 2015). Ryhmänohjaaja voi asemoitua sekä sisäpiiriläisen että ulkopuolisen rooliin. ”Sisäpiiriin” asettautuminen on mahdollista esimerkiksi silloin, kun ryhmänohjaaja jakaa jonkin tietyn identiteettiin liittyvän näkökulman tai kokemuksen ryhmäläisten kanssa (Healy 2012). Ryhmänohjaajan tulee ammatillisesti toimivana työntekijänä itse harkita ja päättää, kuinka paljon – jos ollenkaan – hänen henkilökohtaisten kokemustensa jakaminen saattaisi hyödyttää ryhmää. Samaan aikaan ryhmänohjaajan rooli ”ulkopuolisena” on keskeinen: ohjaajalla on ammatillisena toimiessaan pääasiallinen vastuu ryhmätoiminnan suunnittelusta, sisällöistä ja ryhmäprosessin ohjaamisesta. (Jenkinson 2015.)

Miten tehtiin?

- Kaikissa toteutuneissa SUUNTA-ryhmissä ryhmänohjaaja vahvisti ryhmän rakenteita tuomalla yhdessä hahmotellun ohjelmarungon ja aikataulun tarkistettavaksi ja täydennettäväksi ryhmään. Samalla sovittiin etukäteen myös erityisjärjestelyistä, kuten poikkeavista aikatauluista ja kulkemisista esimerkiksi vierailukäyntien yhteydessä.
- Ryhmäläisten osallisuuden vahvistamiseksi muutamassa ryhmässä toimittiin toiminnan suunnittelussa niin, että SUUNTA-mittarin teemoja koottiin esimerkinomaisesti kommentoitavaksi fläppitaulun papereille. Osallistujat kirjasivat papereille toiveitaan, ehdotuksiaan ja myös kysymyksiään, joita teemat heissä herättivät. Kommenttien ja kysymysten työstämistä jatkettiin kokoamalla aiheita laajemmiksi kokonaisuuksiksi yhdessä keskustelemalla, etsimällä teemoihin sopivia asiantuntijoita ja lopuksi sopimalla ryhmänohjaajien kesken teemakertojen valmistelusta ja aikataulutuksesta.
- Kaikissa ryhmissä ryhmänohjaaja sopi ryhmäkerroilla vierailevien asiantuntijoiden kanssa etukäteen työnjaosta ja roolituksesta. Ennakoon sovittiin esimerkiksi vierailijan esittelystä ja siitä, missä roolissa ryhmänohjaaja osallistuu vierailijan vetämään osuuteen.
- Monissa ryhmissä ryhmänohjaaja vei aktiivisesti eteenpäin ryhmän ”tarinaa” (mitä ollaan sovittu, mitä ollaan tekemässä jne.) ja haki palautetta ja uusia ehdotuksia ryhmäläisiltä.
- Useissa ryhmissä ryhmänohjaaja pyrki prosessin edetessä luomaan enemmän ”tilaa” osallistujille. Esimerkiksi oman osaamisen kerroilla (ks. edellä) osallistujat saivat vuorollaan ryhmänohjaajan tehtävän, mikä osaltaan korosti ryhmäläisten omaa toimijuutta ja osallisuutta.



Ryhmän päättämisvaiheessa eli muutamalla viimeisellä ryhmäkerralla keskitytään ryhmän päättämiseen ja suunnataan tulevaan ja vertaistoiminnan jatkumiseen (ks. luku 6.2). Ryhmän päättyminen on kuitenkin hyvä nostaa keskusteluihin jo aiemmissa vaiheissa ryhmäprosessia, ryhmän puolivälin jälkeen. Yhdessä ryhmän kanssa sovitaan, missä ja miten päätöskerta toteutetaan.

Ryhmätoiminnan lähestyessä päättymistä osallistujien mieleen voivat nousta aiemmat erokokemukset ja niissä heränneet tunteet esimerkiksi menetyksestä tai hylkäämisestä. Ryhmän merkitys osallistujille on voinut olla erilainen, esimerkiksi uusia perspektiivejä ja mahdollisuuksia avannut tai pettymyksiä herättänyt, koska se ei vastannutkaan odotuksiin. Osallistujat valmistautuvat luopumaan yhteisestä kokemuksesta ja heidän on hyvä käydä keskustelua siitä, mitä ryhmä heille merkitsi. Menneen arviointia voidaan toteuttaa viimeisillä ryhmäkerroilla esimerkiksi aloitusvaiheen kuulumiskierrosten tai virallisten päättäjäisten yhteydessä. On tärkeää käsitellä päättymistä yhdessä ryhmän kanssa, jolloin jokainen voi antaa palautteensa ryhmälle. Päättymiskerroilla suuntaudutaan vahvasti myös tulevaan ja tuetaan ryhmäläisiä tulevaisuuteen liittyvien ratkaisujen tekemisessä. Tulevaisuuteen suuntautumista merkitsevät konkreettisten suunnitelmien tekeminen esimerkiksi tulevista asiakasmiiteistä ja ryhmäläisten välisestä yhteydenpidosta ryhmän päätyttyä.

Miten tehtiin?

- Useassa toteutuneessa SUUNTA-ryhmässä ryhmäkertojen palaute koottiin ohjelmarunkoa hyödyntäen siten, että kunkin ryhmäkerran päivämäärät ja teemat kirjattiin fläppipapereille. Osallistujat kuvasivat papereille ryhmäkertojen herättämiä tunteita ja ajatuksia sekä antoivat palautetta niin sisällöstä, toiminnasta kuin puitteista.
- Yhdessä toteutuneessa ryhmässä toteutettiin viimeisellä ryhmäkerralla palauteharjoituksena ”leirinuotio”, jonka ääreen ryhmäläiset kokoontuivat kertomaan ryhmän aikaisista kokemuksistaan ja antamaan palautetta koko ryhmälle.
- Eräissä ryhmässä ryhmän merkitykseen liittyviä tunteita ja ajatuksia käytiin läpi Spectro-kuvakorttien avulla. Jokaista ryhmäläistä pyydettiin valitsemaan kortti, jonka avulla hän kertoi ryhmän merkityksestä itselleen. Seuraavana valittiin kortti, jolla kerrottiin palautetta ryhmälle. Lopuksi valituista korteista muodostettiin yhdessä kuvakollaasi, jonka herättämistä ajatuksista käytiin yhteistä keskustelua. (ks. esim. Martin, Heiska, Syvälahti & Hoikkala 2012.)
- Kaikissa toteutuneissa ryhmissä järjestettiin ryhmän päättäjäiset eli viimeinen ryhmäkerta toteutettiin tavanomaista juhllisemmissa puitteissa, joissa muisteltiin mennyttä ja suuntauduttiin tulevaan.
- Kaikissa ryhmissä osallistujille jaettiin toiminnan päätteeksi osallistumistodistukset, joita he voivat hyödyntää esimerkiksi osana työ- ja opiskeluhakemuksiaan.

7.2 SUUNTA-MITTARI RYHMÄPROSESSIN TUKENA

SUUNTA-ryhmätoiminnan tukena voidaan käyttää SUUNTA-itsearviointimittaria. Mittari on rakennettu SUUNTA-hankkeessa tutkimustietoon pohjautuen ja yhteistyökumppaneiden kanssa niin, että kehittämistyön virikkeenä on ollut Kainuussa Virtaa vielä – Virta II -hankkeessa kehitetty Elämäntilanteen selvittämisen ympyrä (ESY)-menetelmä



(ks. Hankosalo ym. 2016). ESY on luonteeltaan paitsi työmenetelmä, myös itsearviointimittari, joka on tarkoitettu työn ja koulutuksen ulkopuolella olevien nuorten sosiaalisen kuntoutuksen työvälineeksi.

Suunta-mittaria rakennettaessa tutustuttiin seuraaviin aiemmin kehitettyihin mittareihin: Kykyviisariin (TTL), Avain-mittariin (THL, esim. Kivipelto, Blomgren, Karjalainen & Saikkonen 2013), Työllisyyspalvelujen toimintakykymittariin (Kuntaliitto, Aaltio 2013), Työelämä tutkaan (TEM, esim. Spangar, Arnkil, Keskinen, Vanhalakka-Ruoho, Heikkilä & Pitkänen 2013; Arnkil 2014), WHODAS 2.0-mittariin (WHO, Paltamaa 2014) ja Työllistymisen voimavarat-mittariin (Kurvinen & Jolkkonen 2015). Lisäksi käsitteellisenä lähteenä oli sosiaalisen toimintakyvyn käsite monine ulottuvuuksineen (Tiikkainen & Heikkinen 2011).

SUUNTA-mittari on SUUNTA-ryhmien osallistujille tarkoitettu kysely, johon osallistujat vastaavat itsenäisesti. Vastaaminen tapahtuu ensimmäisen kerran ennen SUUNTA-ryhmän alkua osallistujille toteutettujen yksilöllisten alkukeskustelujen yhteydessä ja vie aikaa vastaajalta noin 20–30 minuuttia. Kyselyssä vastaajat arvioivat elämäntilannettaan vastaushetkellä esimerkiksi seuraaviin teemoihin liittyen: perhesuhteisiin ja vanhemmuuteen, muihin sosiaalisiin suhteisiin ja sosiaaliseen tukeen, sosiaaliseen osallistumiseen, arkitaitoihin sekä työhön ja/tai opiskeluun. Toisen kerran osallistujat vastaavat kyselyyn ryhmätoiminnan päättyessä.

Mittarin avulla kartoitetaan osallistujien subjektiivisia arvioita omasta elämäntilanteestaan. Mittari tuottaa tietoa asiakkaiden kokemista muutoksista omassa elämäntilanteessaan SUUNTA-ryhmätoimintaan osallistumisen jälkeen. Konkreettisesti SUUNTA-mittari muodostuu eri osa-alueiden alle sijoitetuista väittämistä, joihin vastaaja pyydetään ottamaan kantaa tämän hetkisen elämäntilanteensa näkökulmasta asteikolla 1–10 (1 = täysin eri mieltä, 10 = täy-

sin samaa mieltä). Mitattavat indikaattorit on operationalisoitu kysymysten sijaan väittämiksi, jotka on muotoiltu voimavarakeskeinen lähestymistavan ohjaamana myönteiseen muotoon (ks. Hankosalo ym. 2016). On mahdollista, että vastaajat eivät välttämättä tunnista tai tunnusta elämäntilanteessaan kehittämisen tarpeita tai puutteita, jolloin lähtöarvot omasta tilanteesta voivat olla korkealla tasolla. Muutokset lähtöarvioita ja toisen mittauskerran vastauksia verratessa voivat siten olla hyvin pieniä tai jopa negatiivisia. (ks. myös Kinnunen 2016, 24).

SUUNTA-mittaria voidaan käyttää käytännöllisenä työkaluna ryhmiin osallistujien alku- ja lopputilanteen kartoittamisessa, ryhmätoiminnan suunnitamisessa ja ohjaamisessa ja asiakkaiden itseymmärryksen lisäämisessä. Suunta-mittarin kehittämistyö on tätä opasta kirjoitettaessa lokakuussa 2017 kesken. Kehittämistyössä tullaan hyödyntämään muita samankaltaisia, tutkittuja työvälineitä (esim. Kainulainen & Juutinen 2017) sekä huomioimaan Toimia-verkoston suositukset (www.thl.fi/toimia). Kun työväline on valmis, se tullaan julkaisemaan Innokylän verkkosivustolla (www.innokyla.fi) avoimesti saatavilla olevana materiaalina.

8 SUUNTA-HANKKEEN TULOKSIA JA ARVIOINTIA

8.1 RYHMÄTOIMINNAN ARVIOINTIA OSALLISTUJIEN NÄKÖKULMASTA

SUUNTA-ryhmiin osallistuneiden nuorten vanhempien kokemuksia ryhmätoiminnasta tutkittiin sosiaalialan YAMK-opinnäytetyössä (Nummi 2017a), sekä kevään ja kesän 2017 aikana toteutetuilla haastattelututkimuksilla (Nummi 2017b). Opinnäytetyössä ja tämän jälkeen toteutetussa tutkimustyössä selvitettiin haastatteleamalla, miten 20 SUUNTA-ryhmiin osallistunutta vanhempaa kuvaavat kokemuksiaan ryhmätoiminnasta. Haastattelut toteutettiin kerronnallista teemahaastattelua käyttäen. Kerronnallisessa haastattelussa keskityttiin haastateltavien viime aikojen kokemuksiin (Hyvärinen & Löyttyniemi 2009, 191).

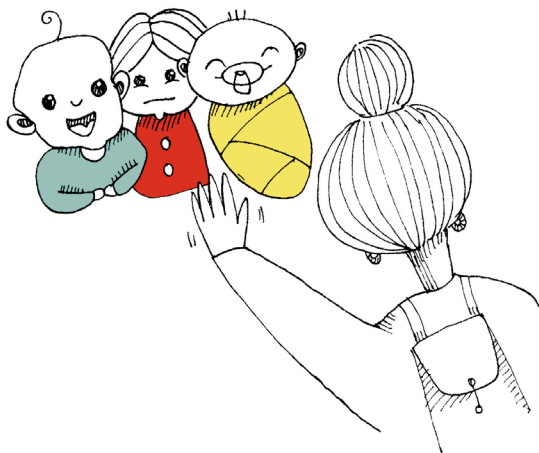
Haastattelut analysoitiin narratiivisella analyysitavalla. Narratiivinen analyysi valittiin siksi, että oltiin kiinnostuneita SUUNTA-ryhmiin osallistuvien kokemuksista ja siitä, miten he jäsentävät kokemuksiaan ryhmätoiminnasta ja sen hetkisestä elämäntilanteestaan (vrt. Partanen 2011, 28). Narratiivisen lähestymistavan taustalla on kiinnostus osallistujan ainutkertaiseen tapaan kokea, ajatella ja toimia, ja ihmisen koko elämän voidaan katsoa rakentuvan tarinoiden kertomisen kautta (Syrjälä 2010, 248). Hännisen (2003, 95) mukaan tarinallinen lähestymistapa antaa muutosten hahmottamiselle ja tapahtumien kululle juonen. Lisäksi haastatteluihin osallistuneet vanhemmat täyttivät ryhmäkoherenssikyselyn (SOC-G-10), jolla selvitettiin ryhmän toimivuutta ja ilmapiiriä. Ryhmäkoherenssikysely on kehitetty Kuntoutussäätiössä ja sen avulla on arvioitu kuntoutusryhmän sisäistä ilmapiiriä ja ryhmän toimivuutta (Julkunen, Pietilä & Gustavsson-Lilius 2013).

Vanhemmat kokivat ryhmät kiinteiksi, turvallisiksi ja avoimiksi. Myös ryhmäkoherenssikyselyjen (SOC-G-10) vastaukset tukivat tätä havaintoa. Ryhmäkoherenssikyselyn tulokset kuvaavat ryhmän toimintaa kokonaisuutena, eivät siis yksittäisen ryhmäläisen viihtyvyyttä ryhmässä. Kyselyjen perusteella ryhmähenki koettiin hyväksi, ilmapiiri turvallisiksi ja osallistuminen ryhmään mielekkääksi. Tärkeänä huomiona kyselyn vastauksista välittyi, että ryhmäläiset kokivat ryhmän antaneen tukea itselleen ja toisille. Ryhmän tarkoitus ei kuitenkaan ollut kaikille ryhmäläisille täysin selvä eli ryhmätoimintaa aloit-

taessa olisi hyvä yhdessä keskustella riittävästi ryhmän tarkoituksesta ja palata aiheeseen tarvittaessa myöhemminkin toiminnan aikana.

Haastatteluissa korostui, että on tärkeää, että ryhmäläiset pääsevät ryhmän alkuvaiheessa kertomaan itsestään ja tavoitteistaan ja myös osallistumaan toiminnan sisältöjen suunnitteluun. Muutama ohjaajien etukäteen antama valmis teema-ehdotus antaa raamit yhteiselle suunnittelulle. Toisaalta haastatteluissa myös toivottiin, että teemat ja aiheet avataan ja selitetään ensimmäisillä kerroilla riittävän hyvin. Ryhmäläisten mielestä ryhmän alkuvaiheessa yhteisistä säännöistä sopiminen ja niistä kiinni pitäminen on tärkeää. Säännöillä viitattiin esimerkiksi ajoissa paikalle tulemiseen ja poissaoloista ilmoittamiseen. Ryhmäläisten turvallisuuden tunne saattaa kärsiä, jos ryhmässä on epätietoisuutta siitä, ketkä kuuluvat ryhmään ja ovat sitoutuneet toimintaan. Olisi siten toivottavaa, että ryhmän kokoonpanossa ei tapahtuisi suuria muutoksia ryhmätoiminnan aikana. Myös Niemistö (2002, 81) korostaa, että rajoista sopiminen yhdessä luo ryhmän pelisäännöt, ryhmää koskeva rakennetietoisuus luo turvallisuuden ja selkeyden tunnetta ja rajoista sopimisen jälkeen ryhmä voi toimia vapaammin tarkoituksensa mukaisesti.

Vanhemmat korostivat tärkeinä toimivien tilojen, lastenhoidon ja ruokailun merkitystä. Toimivat tilat ovat tärkeitä yleisen viihtyvyyden vuoksi, ja jos ryhmä joutuu toimimaan epäsovivissa tiloissa, voi se näkyä kielteisinä tunteina ryhmätoiminnassa (Pennington 2005, 24). Lastenhoitopalvelua ryhmätoiminnan aikana käyttäneet vanhemmat korostivat pysyvien lastenhoitajien merkitystä. Monelle lapselle SUUNTA-ryhmätoiminnan lastenhoito oli ollut ensimmäinen kodin ulkopuolinen hoitopaikka ja vanhemmat kokivat tärkeäksi, että lastenhoitaja tuntee lapsen ja lapsen tarpeet ja että lapsi jää mielellään hoitoon ryhmätoiminnan ajaksi.



Ryhmätoiminnan sisällöt koettiin monipuolisiksi. Toiminnan sisällöissä on tärkeää huomioida elämänhallintaa tukevat toiminnot, kuten arjen ja vanhemmuuden tukeminen, sosiaalisten suhteiden mahdollistaminen ja vahvistaminen, oman osaamisen ja kiinnostuksen kohteiden tunnistaminen sekä opiskelu-, työ- ja toimintakyvyn vahvistaminen. Tutustumis- ja vierailukäynnit yrityksiin, oppilaitoksiin ja muiden palveluntuottajien palveluihin (kuntosalit, teatterit, kotieläintilat) oli koettu mielekkäiksi. Tärkeitä olivat olleet myös ryhmäkerrat, joilla tietoisuus omasta osaamisesta ja omista vahvuusalueista oli vahvistunut.

Tapaamiset säännöllisesti kerran viikossa koettiin ryhmäytymisen kannalta tärkeiksi. Monella vanhemmalla oli ryhmätoiminnan rinnalla muita menoja, kuten osa-aikatyötä, perhekerhoa tai vanhemman ja lapsen yhteisiä harrastuksia, ja he kertoivat, että kerran viikossa järjestetyn toiminnan pystyi hyvin yhdistämään muiden menojen kanssa. Kerran viikossa tapahtuvaan toimintaan oli myös helppo sitoutua. Osa vanhemmista kuitenkin toivoi, että tapaamisia olisi ollut tiheämminkin eli esimerkiksi kaksi kertaa viikossa. Ohjatun toiminnan kestoksi kolme tuntia koettiin pääsääntöisesti sopivaksi. Osa ryhmäläisistä toivoi, että ryhmätoiminnan jälkeen olisi ollut tila käytössä vielä esimerkiksi vapaalle toiminnalle ja ajatusten vaihdolle.

Vertaisryhmät ovat osoittautuneet toimiviksi sosiaalisen kuntoutuksen muodoiksi ja niiden aikana syntyneet kokemukset ja uudet ihmissuhteet ovat osoittautuneet tärkeiksi identiteetin rakentumisessa sekä uusien ihmissuhteiden solmimisessa (Kananoja 2012, 39). Vertaistuki on tärkeässä roolissa ryhmätoiminnassa heti toiminnan alusta alkaen. Vertaistuki näkyi erityisesti vanhemmuuden kokemusten jakamisessa, vaikka kokemukset vanhemmuudesta olivat hyvin erilaisia.

Ryhmäläiset kokivat tärkeäksi, että ryhmätoiminnan lopuksi käydään vielä henkilökohtaisesti läpi ryhmätoiminnalle asetettujen tavoitteiden toteutumista ja suunnataan katsetta tulevaisuuteen. Monelle omat tulevaisuudennäkymät olivat ryhmätoiminnan aikana selkiytyneet. Vaikka osalle tulevaisuudennäkymät olivat vielä avoinna, oli ryhmätoiminta antanut luottamusta omaan osaamiseen, laajentanut omia koulutus- ja työmahdollisuusnäkyviä sekä antanut varmuutta toimia ryhmässä.

Ryhmätoiminnassa viestinnällä on usein erilaisia tarkoituksia, kuten jäsenten kontrollointi, tunteiden ilmaiseminen, tiedon välittäminen tai muiden motivointi (Pennington 2005, 17). Ryhmäläiset kokivat WhatsApp-viestit tärkeäksi yhteydenpitokanavaksi ja niitä käytettiin yhteydenpidon lisäksi kokemusten ja tunteiden jakamiseen. WhatsApp-ryhmissä jaettiin muun muassa kuvia ryhmätoiminnasta, lemmikeistä ja lapsista. Haastatteluilta välittyi, että

viestittely ja yhteydenpito ryhmätoiminnan ulkopuolella vahvisti ryhmän kiinteyttä ja osallistumismotivaatiota toimintaan.

Osa ryhmistä oli pitänyt yhteyttä vielä ryhmätoiminnan jälkeen. Oli pidetty kutsuja, käyty yhdessä kahvilla tai vaihdettu kuulumisia. Suositeltavaa olisikin, että ryhmätoiminnan lopuksi ohjaajat kannustaisivat ryhmäläisiä jatkamaan keskinäistä yhteydenpitoa ja kokemusten jakamista. Myös SUUNTA-miitit eli tapaamiset muiden aikaisemmin järjestettyjen SUUNTA-ryhmäläisten kanssa on koettu tärkeiksi.

Vanhempien kokemuksia tarkastellessa voidaan todeta, että SUUNTA-ryhmäläiset saivat ryhmätoiminnasta tukea arkeen ja vanhemmuuteen, loivat uusia ihmissuhteita, tunnistivat omia vahvuuksiaan, saivat tietoa koulutus- ja työmahdollisuuksista sekä suuntaa omalle tulevaisuudelleen. Tärkeää toiminnassa on huomioida ryhmäläisten yksilölliset tarpeet ja koko ryhmän tarpeet, toiveet ja odotukset ryhmätoiminnalle. Haastattelujen pohjalta voidaan todeta, että selkeät tavoitteet, yhdessä sovitut pelisäännöt, toimivat ulkoiset puitteet, monipuoliset sisällöt ja mahdollisuus kokemusten jakamiseen ovat onnistuneen SUUNTA-ryhmätoiminnan perusteita. Ryhmäläisten kokemusten pohjalta mielekäs ryhmäkerta sisältää sopivassa suhteessa tietoa, aikaa keskustelulle ja kokemusten jakamiselle sekä käytännön toimintaa ja harjoituksia.

8.2 HAVAINTOJA RYHMISTÄ, ITSEARVIOINTIA JA KEHITTÄMISIDEOITA

SUUNTA-hankkeen aikana toteutettiin kahdeksan ryhmää viidellä paikkakunnalla. Kahden ja puolen vuoden työskentelyn aikana SUUNTA-ryhmätoimintamallia kehitettiin jatkuvasti ja toimintamalleja asetettiin arvioinnin alaisiksi. Seuraavassa pohditaan ryhmänohjaajien näkökulmasta, mikä ryhmässä toimi hyvin, mitä olisi syytä tehdä toisin ja mitä muita havaintoja ryhmäprosessien aikana tehtiin.

Joustavuus toiminnan suuntaamisessa

Ensisyntyttäjien keski-ikä nousessa työhön paluun tai oman tulevaisuuden jäsentäminen voi olla haasteellista iästä riippumatta. SUUNTA-toiminnassa tämä huomioitiin niin, että ryhmien ikähaarukkaa laajennettiin ja ryhmiin hyväksyttiin myös yli 30-vuotiaita pienten lasten vanhempia.

Työ- ja opiskeluelämän ulkopuolella olemisen lisäksi SUUNTA-ryhmän osallistumiskriteerinä oli kokemus vanhemmuudesta. Sillä, missä suhteessa osallistuja oli omaan vanhemmuuteensa tai millainen vanhemmuuden rooli parhaillaan oli (esim. yksinhuoltaja, etävanhempi, sijoitetun lapsen vanhempi),

ei ollut merkitystä. Ryhmäläiset kokivat erilaisten perhe- ja elämäntilanteiden olevan näkökulmia avaava rikkaus ryhmässä. Ryhmänohjaajilta erilaisten vanhemmuuden muotojen huomioiminen vaatii kuitenkin sensitiivisyyttä ja kykyä keskustella erilaisista vanhemmuuksista tai parisuhteen muodoista tasavertaisesti ja tasa-arvoisesti.

Toteutuneissa ryhmissä nousi esiin, että vanhemmuuteen ja sosiaalisiin suhteisiin liittyvät haasteet koettiin omassa elämäntilanteessa raskaina ja tästä syystä näiden teemojen osuutta ryhmien sisällöissä vahvistettiin. Osalla ryhmiin osallistujista oli hyvin hauras olemassa oleva sosiaalinen verkosto ja siksi vertaistuen rakentuminen ja tukeminen ryhmäprosessissa oli erityisen tärkeää.

Ohjaajien vaihtuvuus vaikuttaa ryhmään

On tärkeää, että SUUNTA-ryhmän vakituinen ohjaaja ei vaihdu kesken ryhmän. Tämä tuli näkyväksi yhden toteutuneen ryhmän kohdalla, kun vakituinen ryhmänohjaaja joutui äkillisesti jäämään pois ryhmästä muutaman viikon ajaksi. Tämä merkitsi vierailevia ohjaajia näillä ryhmäkerroilla ja näkyi suhteessa ryhmäläisiin eräänlaisena yhteyden katkeamisena, mikä puolestaan saattoi vaikuttaa osallistujien motivaation heikkenemiseen ja yhteishenkeen. Ohjaajan palattua oli havaittavissa, että ryhmä oli edelleen jollain lailla vieras toisilleen ja ryhmän me-henkisyys ei ollut kovin vahvaa. Suullisen palautteen mukaan ryhmäläiset olivat kokeneet, että ryhmä jäi itselle jollain lailla vieraaksi, vaikka heillä säilyikin halu osallistua ryhmään.

Ruokailulla iso merkitys

Yhteiset ruokailuhetket ovat SUUNTA-ryhmätoiminnassa olennaisia. Tämä tuli selkeästi näkyviin toteutuneista ryhmistä saaduista palautteista. Eräässä ryhmässä ruokailuhetken oli yhdellä kerralla varattu kokeiluluonteisesti aikaa normaalin puolen tunnin sijaan yli tunti. Osallistujilta saadun palautteen mukaan ruokailuhetki koettiin erityisen merkityksellisenä. Eräs osallistujista kertoi ruokailun aikana henkilökohtaista elämäänsä sillä hetkellä kuormittavasta asiasta ja aihe herätti empaattista keskustelua niin, että muilta ryhmäläisiltä tuli oivaltavia näkemyksiä ja uusia näkökulmia ryhmäläisen tilanteeseen. Lisäksi ryhmäläiset antoivat tällä kerralla positiiivista palautetta siitä, että ryhmänohjaajat kykenivät luovasti muuttamaan ryhmäkerran suunniteltua rakennetta ja joustamaan ryhmäläisten eduksi. Ryhmänohjaajien kokemuksen mukaan ruoalla ja yhdessä syömisellä oli toteutuneissa ryhmissä muitakin rauhoittava ja osallisuutta tukeva merkitys. SUUNTA-ryhmissä olisikin hyvä varata ruokailuun riittävästi aikaa ja rauhoittaa myös siirtymähetki ruokailuun.



Haasteita isien saamisessa ryhmiin

Toteutuneisiin SUUNTA-ryhmiin osallistui yhteensä kolme isää (/44 osallistujaa). Vaikka isien mukaan saamiseen panostettiin ja heidän osallistumisen tärkeys tunnustettiin, toimintaan onnistuttiin saamaan mukaan isiä hyvin vähän. Toimintaa suunniteltaessa ja ryhmiä koottaessa pohdittiin paljon sitä, miten isät saataisiin tuntemaan tämän kaltaiset ryhmät omakseen ja millä keinoin osallistumiskynnystä voitaisiin edelleen madaltaa. Yhdessä SUUNTA-ryhmässä toinen vakituisista ryhmänohjaajista oli mies, mutta tässä tapauksessa miesohjaajan mukana olemisellä ei ollut merkitystä isien aktivoimiseen. Huomion arvoista kuitenkin on, että yksi toiminnassa mukana olleista isistä ohjautui ryhmään yhteistyötahon miespuolisen työntekijän kannustamana.

Lastenhoitojärjestelyt

Toimivat lastenhoitojärjestelyt on keskeinen tekijä SUUNTA-ryhmätoiminnassa. Lastenhoitojärjestelyjen suunnitteluun kannata varata riittävästi aikaa ja selvittää erilaisia vaihtoehtoja hoidon järjestämiseksi. Toteutuneissa SUUNTA-ryhmissä lastenhoitojärjestelyihin liittyi ajoittain hankaluuksia, esimerkiksi ennakkosuunnitelmasta poikkeavaa hoitajien vaihtumista, ja tästä myös ryhmäläiset antoivat kriittistä palautetta. Vanhemmille on tärkeää päästä tu-

tustumaan hoitajiin ennen ryhmän aloittamista, mutta tämä ei toteutuneissa ryhmissä ollut aina mahdollista, sillä hoitajat saattoivat vaihtua kesken ryhmän. Samalla SUUNTA-ryhmä oli joillekin vanhemmille ensimmäinen kerta, kun he jättivät lapsensa vieraalle hoitajalle ja tämä luonnollisestikin mietitytti ja jännitti vanhempia. Hoitajan iällä, aiemmalla kokemuksella ja halulla sitoutua ryhmätoiminnan ajaksi oli iso merkitys usealle äidille. Lastenhoitojärjestelyjen suunnittelu on hyvä aloittaa mahdollisimman varhain ennen ryhmää alkua ja pyrkiä lastenhoitajien kohdalla samanlaiseen pysyvän henkilöstön malliin kuin ryhmänohjaajienkin kohdalla.

Vaikeista aiheista puhuminen

Yksi SUUNTA-ryhmän keskeisistä tehtävistä on tarjota vanhemmille paikka, jossa voi puhua monenlaisista omaan elämään liittyvistä, vaikeistakin, asioista. Eräässä toteutuneessa ryhmässä yhden kerran asiantuntija-alustus liittyi päih-teisiin. Tämä kerta nosti esiin ryhmäläisissä voimakkaita tunteita ja henkilökohtaisia mielipiteitä, joita osa osallistujista toi rohkeasti esille. Keskustelu jatkui muutaman päivän ajan vilkkaana myös WhatsApp-ryhmässä. Päihteitä puolustettiin, vihattiin, pelättiin ja syytettiin. Toisille päihteet olivat tuoneet iloa, fiiliksiä ja vapautuneita tunteita, kun toisille ne merkitsivät rikkoutunutta kotia, pelkoa, vihaa, sairauksia, keskenjääneitä kouluja, taloudellista ahdinkoa ja välien rikkoutumista. Teemaan liittyvät voimakkaat reaktiot yllättivät joitakin osin myös ryhmänohjaajat, joten aiheeseen palattiin ryhmän kanssa seuraavalla tapaamiskerralla. Tämä ryhmäkokemus toi erityisen selvästi esille sen, kuinka jokainen osallistuja tuo ryhmätoimintaan mukanaan oman henkilökohtaisen historiansa ja itselleen merkitykselliset kokemukset.

Säännöistä sopiminen

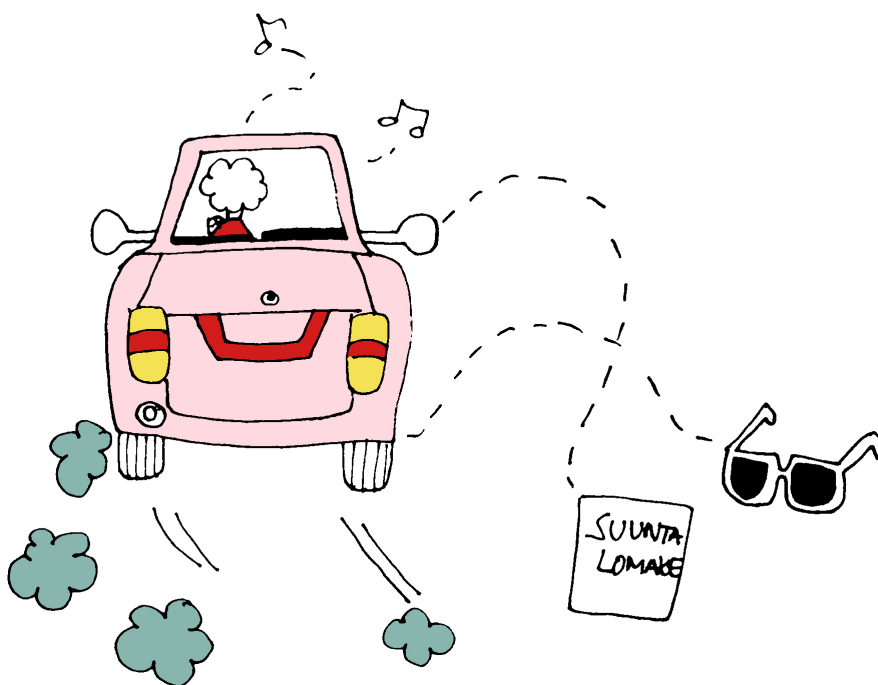
Yhteisistä säännöistä sopiminen ja niistä kiinni pitäminen on ryhmätoiminnan onnistumisen kannalta tärkeää. Yhdessä toteutuneessa SUUNTA-ryhmässä havahduttiin muutaman osallistujan toistuvaan myöhästelyyn ja myös siihen, että myöhästelykulttuuria oli vaikea saada muutetuksi. Asia nostettiin ryhmässä keskusteluun ja muut ryhmäläiset saivat kertoa tunteistaan ja turhautumisestaan silloin, kun ryhmäkerrat päästiin myöhästelyjen vuoksi aloittamaan sovittua myöhemmin. Yhteisesti sovittiin aikataulujen noudattamisesta jatkossa, mutta myös toimintatavoista siinä tapauksessa, ettei myöhästelyä sopimuksesta huolimatta saataisi loppumaan. Kun asiasta keskusteltiin avoimesti koko ryhmän kesken, ilmapiiri selvästi vapautui. Tässä yhteydessä syntyi myös luonnollisesti avointa keskustelua erilaisista tavoista olla ryhmässä.

Herkkyyttä kuulla tarvitaan

Ennalta suunniteltujen ryhmäkertojen ympärillä on hyvä olla joustavuutta ja mahdollisuus muokata ryhmäkerran toteutusta ennakkosuunnitelmasta poiketen. Ryhmän ohjaamisessa korostuu siten myös herkkyys kuulla ja havaita ryhmäläisten kulloisia tarpeita ja toiveita. Eräässä SUUNTA-ryhmässä kuulumiskierroksella nousi esiin yhden ryhmäläisen kohdalla avuttomuuden ja haavoittuvuuden tunteita. Ryhmäläisen tukemiseksi ohjaajapari teki muutoksia ryhmäkerralle suunniteltuun ohjelmarunkoon ja tilaa jätettiin myös esiin nousseiden asioiden käsittelyyn. Osallistujilta saadun palautteen mukaan tämä kerta oli heille yksi tärkeimmistä kerroista.

Ei ryhmiä enää kesäkuulle

Ryhmätoiminnan toteuttaminen kesäaikaan voi olla haasteellista. Yksi toteutuneista SUUNTA-ryhmistä pääsi alkamaan rekrytointiin liittyvistä haasteista johtuen vasta maaliskuun loppupuolella ja kesti juhannusviikolle. Osallistujien aktiivisuudessa havaittiin kuitenkin laskua kesäkuulle ajoittuneilla ryhmäkeroilla ilmeten esimerkiksi lisääntyneinä poissaoloina. Ryhmäjaksojen olisikin hyvä noudattaa koulujen lukukausirytmiiä, jolloin kevään ryhmä päättyisi toukokuussa ja syksyn ryhmä joulukuussa.



Minä ryhmänohjaajana

Millaiseksi SUUNTA-ryhmänohjaajan roolin tulisi muodostua ja miten? Toteutuneissa ryhmissä havaittiin, että ryhmänohjaajan rooli läsnä olevana kannustajana ja motivoijana vaikuttaa ryhmän yhteenkuuluvuuden tunteen ja tasa-vertaisuuden muodostumiseen paljon. Tulee kuitenkin pohtia myös sitä, mihin ryhmätoiminnassa ei voida vaikuttaa, sillä ohjaajan roolista riippumatta ryhmistä voi muodostua aktiivisuus- ja osallistumistasoiltaan hyvinkin erilaisia. Ryhmät eroavat toisistaan niin itseohjautuvuuden, aktiivisuuden, keskustelutaitojen kuin huumorin käytönkin osalta. Vertailua ja liiallista tulkintaa on kuitenkin syytä välttää, koska ulospäin aktiiviselta näyttävä ryhmä ei suoraan kerro siitä, mitä ryhmän jäsenet ovat oivaltaneet. Passiiviselta näyttävä ryhmä ei myöskään suoraan kerro siitä, että ryhmän jäsenet eivät olisi motivoituneita. Toisaalta on selvää, että ryhmänohjaaja voi vaikuttaa vahvasti yleiseen ilmapiiriin ja siihen, millä tavoin ryhmän tapaaminen lähtee käyntiin. Filosofi Esa Saarisen ajatus ”*mitä tulee paikalle, kun sinä tulet paikalle*” pätee oivallisesti ryhmänohjaamiseen. Kiire, valmistautumattomuus, läsnäolon puute, hermostuneisuus, jäykkyys ja tiukkuus rajaavat pois mahdollisuuden aidolle kohtaamiselle ja läsnäololle.

Vertaisuus voimavarana: ryhmäläisestä kokemusasiantuntijaksi tai vertaisohjaajaksi?

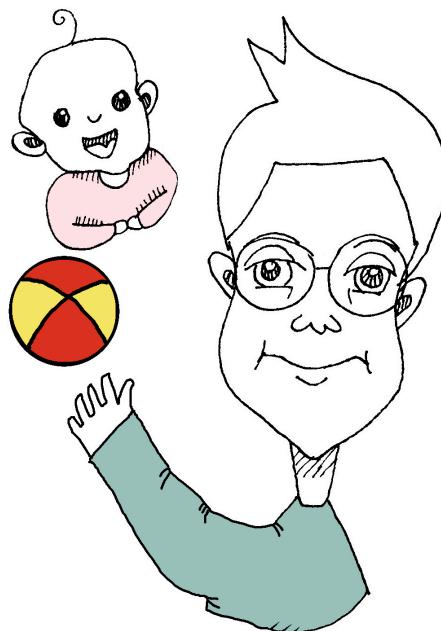
Nuorten ja nuorten aikuisten palveluja tulisi tulevaisuudessa kehittää entistä vahvemmin vertaistuen ja ryhmätoiminnan suuntaan, sillä toiminta vertaisyhteisössä on paitsi nuorten sosiaalisten toimintavalmiuksien, myös osallisuuden kokemuksen kannalta tärkeää (Parempia ratkaisuja koulutuksen ja työn ulkopuolella olevien nuorten tukemiseen 2015.)

SUUNTA-toiminnassa vertaisuus ja toiminta vertaisten kesken on keskeissä roolissa. Ryhmätapaamisissa annetaan paljon tilaa kokemusten, tunteiden ja ajatusten jakamiselle ja kannustetaan ryhmäläisten keskinäiseen tukeen. Vuosien 2016 ja 2017 aikana toteutuneissa SUUNTA-ryhmissä oli esillä mahdollisuus, että ryhmään osallistuneista vanhemmista halukkaat toimisivat seuraavissa SUUNTA-ryhmissä kokemusasiantuntijan tai vertaisohjaajan roolissa. Toiminta ei vielä hankkeen aikana konkretisoitunut, mutta tällaisesta toimintamallista saattaisivat hyötyä paitsi uuden ryhmän osallistujat ja ryhmänohjaajapari, myös vertaisohjaajat itse. Vertaisohjaajana tai kokemusasiantuntijana toimimisen voi siten jäsentää osaksi kuntoutumisen jatkumoa, jolloin se voi olla väylä tai askel kohti ammatillisia opintoja tai työelämään palaamista (Falk, Kurki, Rissanen, Kankaanpää & Sinkkonen 2013). Vertaisohjaajan roolissa toimiminen avaa esimerkiksi mahdollisuuden työelämävalmiuksien ja muiden työelämässä tarvittavien taitojen kehittämiseen.

Kehittäminen jatkuu: SUUNTA-ohjaajien verkoston luominen

SUUNTA-hankkeen aikana yhteydenpito eri SUUNTA-ryhmien ryhmäohjaajien välillä on mahdollistunut luontevasti hankkeen kautta, esimerkiksi sen järjestämissä koulutuksissa ja työpajoissa. Myös jatkossa ryhmäohjaajien välisen verkoston luominen, ylläpitäminen ja toiminta ovat tärkeä tuki SUUNTA-toiminnalle. Ohjaajaverkoston yhteistyö palvelee myös SUUNTA-toiminnan kehittämistä. Lähiyöpari on ryhmäohjaajalle luonnollisesti tärkeä kumppani oman työn ja ryhmätoiminnan kehittämisessä, mutta ohjaajaverkoston kautta mahdollistuu suunnittelun, kokemusten ja ideoiden laajempi jakaminen.

Yksi luonteva paikka ohjaajien yhteistyölle on myös SUUNTA-miittien järjestäminen. Useamman ryhmän yhteisten tapaamisten järjestäminen edellyttää tietoa muista alueella toimivista SUUNTA-ryhmistä, yhteistä koordinoitua ja sopimista järjestely- ja kustannusvastuiden jakaantumisesta. Pitkällä aikataululla ohjaajaverkoston toiminnan koordinointiin tarvitaan nimetty vastuutaho. Koordinointitehtävä voisi luontevasti sopia esimerkiksi valtakunnallisen Lapsi- ja perhepalvelujen muutosohjelman (Lapsi- ja perhepalveluiden muutosohjelma 2016) yhteydessä kehitettävien perhekeskustoimintojen yhteyteen.



LÄHTEET

Aaltio, E. 2013. Työ- ja toimintakyvyn muutos työllisyyden kuntakokeiluhankkeissa. Työllisyyspalvelujen vaikuttavuus –projektin loppuraportti. Helsinki: Kuntaliitto.

Aalto, M. 2000. Ryppäästä ryhmäksi: turvallisen ryhmän rakentaminen. Hausjärvi: My Generation.

Anttila, S. 2001. Ryhmän kasvu ja kehitys. Julkaisussa Psykoanalyttisesti suuntautunut pienryhmätyöskentely. Toim. M. Arppo & R. Pölönen & T. Sitolahti. Helsinki: Palmenia.

Opas muistikompassikuntoutuksen ohjaajalle. 2016. Miina Sillanpään Säätiön julkaisusarja B:39. Toim. U. Arifullen-Hämäläinen, E. Niini & H. Launiainen. Helsinki: Miina Sillanpään Säätiö.

Djupsund, C. 2015. Löydä oma tarinasi®-ryhmämalli. Ammatillisesti ohjatut vertaistukiryhmät nuorille ja nuorille aikuisille. Ryhmänohjaajan opas. Helsinki: Suomen Mielenterveysseura.

Dunderfelt, T. 2012. Tunnista temperamentit. Jyväskylä: PS-kustannus.

Dworkin, J., Connell, J., & Doty, J. 2013. A literature review of parents' online behavior. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace* 7, 2. <http://dx.doi.org/10.5817/CP2013-2-2>.

Erkko, A. & Hannukkala, M. 2013. Mielenterveys voimaksi. Suomen mielenterveysseura.

Falk, H., Kurki, M., Rissanen, P., Kankaanpää, S. & Sinkkonen, N. 2013. Kuntoutujasta toimijaksi – kokemus asiantuntijuudeksi. THL Työpapereita 39/2013. Helsinki: THL.

Fink, B. 2011. Vertaistuen mahdollisuudet ja haasteet. Julkaisussa Valmistumisen tukeminen korkeakouluopinnoissa. Ohjauksen ja työelämätaitojen kehittäminen korkea-asteella -ESR-hanke 2008–2011. Toim. P. Jääskelä & P. Nissilä. Jyväskylän yliopisto, 83–99.

First, J., First, N. L. & Houston, J. B. 2017. Resilience and coping intervention (RCI): A group intervention to foster college student resilience. *Social Work with Groups*, DOI: 10.1080/01609513.2016.1272032.

Halonen, M. & Apter, D. 2010. Teiniraskauden ja -äitiyden moninaiset haasteet. *Lääketieteellinen Aikakauskirja Duodecim* 126, 881–887.

Hankosalo, T., Hyytinen, P., Juntunen, V., Juutinen, S., Kankaanpää, K., Kujansuu, A., Leinonen, M., Lämsä, S., Niemelä, T., Parviainen, S. & Savolainen, E. 2016. Virtaa vielä – Virta II -hanke. Loppuraportti. Kainuun sote 2016. Kajaani.

Harkko, J., Lehtikoinen, T., Lehto, S. & Ala-Kauhaluoma, M. 2016. Onko osa nuorista vaarassa syrjäytyä pysyvästi? Nuorten syrjäytymisriskit ja aikuisuuteen siirtymistä tukeva palvelujärjestelmä. *Sosiaali- ja terveysturvan tutkimuksia 144*. Helsinki: Kela.

Haynes, N.M. 2012. *Group Dynamics: Basics and Pragmatics for Practitioners*. UPA.

Healy, K. 2012. *Social work methods and skills. The essential foundations of practice*. Basingstoke: Palgrave MacMillan.

Heikkinen, H. 2004. *Vakava leikillisuus. Draamakasvatusta opettajille*. Helsinki: Kansanvalistusseura.

Hiilamo, H., Määttä, A., Koskenvuo, K., Pyykkönen, J., Räsänen, T., & Aaltonen, S. 2017. Nuorten osallisuuden edistäminen. *Selvitysmiehen raportti*. Viitattu 24.9.2017. <http://nuorisotakuu.fi/documents/3924414/4306153/Nuorten-osallisuuden-edistaminen.pdf>

Honkakoski, A., Kinnunen, P. & Vuorijärvi, P. 2016. Nuorten aikuisten sosiaalisen tuen tarpeet ja niihin vastaaminen. Oulu: Pohjois-Suomen sosiaalialan osaamiskeskus.

Hyvän mielen kortit. 2016. PS-Kustannus.

Hyvärinen, M. & Löyttyniemi, V. 2009. Kerronnallinen haastattelu. *Julkaisussa Haastattelu, tutkimus, tilanteet ja vuorovaikutus*. Toim. J. Ruusuvoori & L. Tiittula. Tampere: Vastapaino, 189–222.

Hänninen, V. 2003. *Sisäinen tarina, elämä ja muutos*. Tampere: Tampereen yliopistopaino Oy.

Jauhiainen, R. & Eskola, M. 1994. Ryhmäilmiö. Juva: WSOY.

Jenkinson, H. 2015. The value of peer support and a strengths-based approach in a groupwork programme for fathers in a family support setting. *Groupwork*, 25, 3, 25–40.

Julkunen, J., Pietilä, P. & Gustavsson-Lilius, M. 2013. Kuntoutusryhmän koherenssin arviointi. *Kuntoutus*, 36, 3, 5–19.

Juntunen, V. 2016. VAHVISTU. Sosiaalisen kuntoutuksen ryhmätoiminnan käsikirja. Kajaani: Painotalo Seiska.

Järvilehto, S. & Kiiski, R. 2009. Oman hyvinvoinnin lähteillä. Ohjaajan käsikirja. Helsinki: Kuntoutussäätiö, STM.

Kainulainen, S. & Juutinen, A-M. 2017. Nuoren elämäntilanteen hahmottaminen 3X10D™ -mittarilla. HAMK Unlimited Scientific 9.2.2017. Viitattu 28.7.2017. <https://unlimited.hamk.fi/hyvinvointi-ja-sote-ala/nuoren-elamantilanteen-hahmottaminen-3x10d-mittarilla/>

Kananoja, A. 2012. Sosiaalinen kuntoutus ja sosiaalihuollon uudistuksen suunta. *Kuntoutus* 4/2012, 35–40.

Ketola, T., Era, T. & Moilanen, J. 2017. Tulkintoja sosiaalisesta kuntoutuksesta työvalmennuksen arjessa. Julkaisussa Sosiaalinen kuntoutuksessa. Toim. K. Härköpää, K. Kostamo-Pääkkö & J. Lindh. Tulossa.

Kinnunen, R. 2016. Työpajatoiminnan ja etsivän nuorisotyön vaikuttavuus. Työkäluna sosiaalisen vahvistumisen Sovari-mittari. Pieksämäki: Valtakunnallinen työpajayhdistys ry.

Kivipelto, M. & Blomgren, S. & Karjalainen, P. & Saikkonen P. 2013. Vaikuttavaa aikuissosiaalityötä – arviointimalleista mittareihin. Tutkimus- ja kehittämishankkeen loppuraportti. Helsinki: THL.

Korkeamäki, J., Haikonen, H. & Poutiainen, E. 2015. Opiskeluvalmennuksen kirjallisuuskatsaus. Kelan työpapereita. Kuntoutussäätiö.

Kurvinen, A. & Jolkkonen, A. 2015. Työllistymisen voimavarat -mittarin kokeilun tulokset. Spatia raportteja no 3. Itä-Suomen yliopisto.

Kuure, T. 2015. Sosiaalisen vahvistamisen määrittely ja asema nuorten hyvinvoinnin palvelujärjestelmässä. Teoksessa Sosiaalinen vahvistaminen käsitteenä ja palveluina. Sosiaalisen vahvistamisen kehittämistoiminnan tuloksia. Helsinki: Valtakunnallinen työpajayhdistys ry, 5–67.

Lamberton, L, Devaney, J. & Bunting, L. 2016. New Challenges in Family Support: The Use of Digital Technology in Supporting Parents. *Child Abuse Review*, 25, 5, 359–372.

Lapsi- ja perhepalveluiden muutosohjelma. 2016. Sosiaali- ja terveystieteiden ministeriön raportteja ja muistioita 2016:2. Helsinki: STM.

Leeman, L. & Hämäläinen, R-M. 2016. Asiakasosallisuus, sosiaalinen osallisuus ja matalan kynnyksen palvelut. Pohdintaa käsitteiden sisällöstä. *Yhteiskuntapolitiikka*, 81, 5, 586–594.

Lindroos, H. 2009. Psykoanalyttisesti suuntautunut pienryhmätyöskentely. Julkaisussa *Yksilöksi ryhmässä*. Toim. H. Lindroos & U. Segercrantz. Helsinki: Palmenia.

Perhevapaalta takaisin työelämään. 2012. Työ ja ihminen Tutkimusraportti 42. Toim. R. Luoto, K. Kauppinen, & A. Luotonen. Helsinki: Työterveyslaitos.

Malinen, K. 2011. Parisuhde pikkulapsiperheessä. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto. *Jyväskylä studies in education, psychology and social research*, 426.

Malmi, M. 2003. Voimapuun versoja: Menetelmäopas omaishoitoperheiden parissa työskenteleville ohjaajille. Helsinki: Omaishoitajat ja läheiset -liitto.

Martin, M., Heiska, H., Syvälahti, A. & Hoikkala, M. 2012. Satoa ryhmästä – opas hyvinvointiryhmän ohjaajalle. Helsinki: Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiö.

Mattila-Aalto, M. 2010. Kuntoutusosallisuuden diagnoosi. Tutkimus entisten rappioikäisten kuntoutumisen muodoista, mekanismeista ja mahdollisuuksista. *Kuntoutussäätiön tutkimuksia 81/2009*. Helsinki: Kuntoutussäätiö.

Mead, S. & Hilton, D. & Curtis, L. 2001. Peer support: A theoretical perspective. *Psychosocial Rehabilitation Journal*, 25, 2, 134–141.

Parempia ratkaisuja koulutuksen ja työn ulkopuolella olevien nuorten tukemiseen. 2015. Valtion selvitys- ja tutkimustoiminnan julkaisusarja 16/2015. Toim. M. Määttä & A. Määttä. Helsinki: Valtioneuvoston selvitys- ja tutkimustoiminta.

Niemistö, R. 1998. Ryhmän luovuus ja kehitysehdot. Helsinki: Helsingin yliopiston Lahden tutkimus- ja koulutuskeskus.

Nivala, E. & Rynnänen, S. 2013. Kohti sosiaalipedagogista osallisuuden ideaalia. Sosiaalipedagoginen aikakauskirja, 14, 9–41.

Nummi, S. 2017a. Nuorten vanhempien ja ohjaajien kokemuksia SUUNTA-työuralla ryhmätoiminnasta. Opinnäytetyö. Sosiaali- terveys- ja liikunta-ala, Sosionomi Ylempi-AMK. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu.

Nummi, S. 2017b. Analyysi SUUNTA-ryhmien osallistujien haastatteluista 10.2.2017–10.7.2017. Julkaisematon työpaperi.

Nylund, M. 2005. Vertaisryhmät kokemusten ja tiedon jäsentäjinä. Julkaisussa Vapaaehtoistoiminta. Anti, arvot ja osallisuus. Toim. M. Nylund & A. B. Yeung. Tampere: Vastapaino, 195–213.

Närhi, K. & Kokkonen, T. & Matthies, A. 2014. Asiakkaiden osallisuus ja työntekijöiden harkintavalta palvelujärjestelmässä. Janus, 22, 3, 227–244.

Ole oman elämäsi tähti! Opiskelijan opas elämäntaidoista. 2016. Helsinki: Nyyti ry. Viitattu 1.9.2016. <http://www.nyyti.fi/wp/wp-content/uploads/2016/08/Ole-oman-elamasi-tahti.pdf>

Partanen, A. 2011. ”Kyllä minä tästä selviän”. Aikuisopiskelijat koulutustarinansa kertojina ja koulutuksellisen minäpystyvyytensä rakentajina. Kokkola: Jyväskylän yliopisto, Kokkolan yliopistokeskus Chydenius.

Paltamaa, J. 2014. WHODAS 2.0. Terveiden ja toimintarajoitteiden arvioinnin käsikirjan osat 2 & 3. Jyväskylä: JAMK.

Penttinen, L., Skaniakos, T., Valkonen, L. & Plihtari, E. 2011. Vertaisuus voimavarana opintopolulla: johdantoa kirjan teemoihin. Julkaisussa Vertaisuus voimavarana ohjauksessa. Toim. L. Penttinen, E. Plihtari, T. Skaniakos & L. Valkonen. Jyväskylä: Jyväskylän yliopistopaino, 4–14.

Pennington, D.C. 2005. Pienryhmän sosiaalipsykologia. Helsinki: Gaudeamus.

Perälä, M.-L., Halme, N., Hammar, T. & Nykänen, S. 2011. Hajanaisia palveluja vai toimiva kokonaisuus? Lasten ja perheiden palvelut toimialajohtajien näkökulmasta. THL Raportteja 29/2011. Helsinki: THL.

Perälä, M.-L., Salonen, A., Halme, N. & Nykänen, S. 2011. Miten lasten ja perheiden palvelut vastaavat tarpeita? Vanhempien näkökulma. THL Raportteja 36/2011. Helsinki: THL.

Poutanen, K. & Nieminen, J. 2012. Hyväksyen kohti arvojen mukaista opiskelua? Hyväksymis- ja omistautumisterapian menetelmien soveltaminen opinnoissaan viivästyneiden ryhmäohjauksessa. Julkaisussa Osallistava korkeakoulutus. Toim. M. Mäkinen, J. Annala, V. Korhonen, S. Vehviläinen, A-M. Norrgrann, P. Kalli & P. Svärd. Tampere: Tampere University Press, 230–261.

Pulkkinen, P. & Toppinen-Tanner, S. 2014. Perhevapaalta työelämään – Voimavaroja vertaisryhmätoiminnalla. Helsinki: Työterveyslaitos.

Puromäki, H., Kuusio, H., Tuusa, M. & Karjalainen, J. 2017. Sosiaalihuoltolaki ja sosiaalinen kuntoutus. Kuntakyselyn tulokset. Työpaperi 47/2016. Helsinki: THL.

Reimer, B. 2004. Social exclusion in a comparative context. *Sociologia Ruralis*, 44, 1, 76–94.

Romakkaniemi, M. & Rätty, R. 2017. Sosiaalinen osallisuus käsitteenä ja käytäntöinä. Julkaisussa Lappilaisen nuoren tulevaisuutta tukemassa. Soku – hankkeessa tehtyä, koettua ja uusia visioita. Toim. R. Pietiläinen & R. Rätty. Rovaniemi: Lapin ammattikorkeakoulu, 23–26.

Ronkainen, S. 2008. Kenen ongelma väkivalta on? Suomalainen hyvinvointiyhteiskunta ja väkivallan toimijuus. *Yhteiskuntapolitiikka*, 73, 4, 388–401.

Rostila, I. 2001. Tavoitelähtöinen sosiaalityö. Voimavarakeskeisen ongelmanratkaisun perusteet. Jyväskylä: SoPhi.

Routarinne, S. 2004. Improvisoi! Helsinki: Tammi.

Rönkä, A., Malinen, K., Jokinen, K. & Häkkinen, S. 2015. A mobile-assisted working model for supporting daily family life: A pilot study. *The Family Journal*, 23, 180–189.

Perhe-elämän paletti – vanhempana ja puolisona vaihtelevassa arjessa. 2009. Toim. A. Rönkä, K., Malinen & T. Lämsä. Jyväskylä: PS-kustannus.

Spangar, T., Arnkil, R., Keskinen, A., Vanhalakka-Ruoho, M., Heikkilä, H. & Pitkänen, S. 2013. Ohjauksen liike näkyviin – Tutka ja TE-toimistojen ohjauspalvelut. Seurannan ja arvioinnin prototyyppi. Työ- ja elinkeinoministeriön julkaisuja 32/2013. Helsinki: TEM.

Syrjälä, L. 2010. Elämäkerrat ja tarinat tutkimuksessa. Julkaisussa Ikkunoita tutkimusmetodeihin I. Toim. J. Aaltola & R. Valli. Jyväskylä: PS-kustannus, 247–258.

Sosiaalihuoltolain soveltamisopas. 2017. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2017:5. Helsinki: STM.

Sosiaalihuoltolaki 2014.1301/30.12.2014.

SunWolf. 2008. Peer groups. Expanding our study of small group communication. London: Sage.

Tarvekortit. 2016. Pesäpuu ry.

Taylor S. 2007. Social support. Julkaisussa Foundations of Health Psychology. Toim. H. Friedman & S. R. Cohen. New York: Oxford University Press, 145–171.

Tiikkainen, P. & Heikkinen, R-L. 2011. Sosiaalisen toimintakyvyn arviointi ja mittaminen väestötutkimuksissa. Toimia-verkoston suositus. Viitattu 12.2.2016. http://www.thl.fi/toimia/tietokanta/media/files/suositus/2011/01/26/S008_suositus_sosiaalinen_vt_110126.pdf.

Trevithick, P. 2011. Social work skills and knowledge: A practice handbook. Maidenhead: Open University Press.

Tulevaisuusohjauksen työkirja. 2017. Viitattu 17.2.2017. <https://omasi-hanke.fi/2017/02/20/tulevaisuusohjauksen-tehtavat-koottu-tyokirjaksi/>

Tuusa, M. & Ala-Kauhaluoma, M. 2014. Selvitys nuorten sosiaalisesta kuntoutuksesta. Sosiaali- ja terveysministeriön raportteja ja muistioita 2014:42. Helsinki: STM.

KIRJOITTAJAT

KIRJOITTAJAT

Johanna Moilanen

YTT, sosiaalityöntekijä, yliopettaja
Jyväskylän ammattikorkeakoulu, Hyvinvointiyksikkö

Johanna Moilanen vastasi hankkeen arvioinnista, erityisesti SUUNTA-mittarin kehittämistyöstä, toimi yhden ryhmän ohjaajana sekä vierailevana ohjaajana neljässä ryhmässä.

Taina Era

YTM, projektiasiantuntija
Suunta-hankkeen projektipäällikkö 25.8.2017 asti
Jyväskylän ammattikorkeakoulu, Hyvinvointiyksikkö

Taina Era toimi SUUNTA-hankkeen suunnittelijana ja projektipäällikkönä sekä kahden ryhmän ryhmäohjaajana.

Susanna Nummi

KM, sosionomi (ylempi amk), yliopistonopettaja
Jyväskylän yliopisto, Avoin yliopisto

Susanna Nummi teki sosionomi (yamk)-opiskelijana opinnäytetyönsä SUUNTA-hankeeseen sekä toteutti tämän jälkeen projektin ulkopuolisen arvioinnin haastatteleamalla asiakkaat ryhmäprosessin jälkeen.

Kaisa Malinen

Dosentti (perhepsykologia), psykologi, asiantuntija
Suunta-hankkeen projektipäällikkö 26.8.2017 alkaen
Jyväskylän ammattikorkeakoulu, Hyvinvointiyksikkö

Kaisa Malinen suunnitteli hanketta, vieraili SUUNTA-ryhmissä asiantuntijana ja osallistui ohjausryhmätyöskentelyyn, SUUNTA-tiimin kehittämistyöhön sekä SUUNTA-mittarin kehittämiseen. Malinen toimi SUUNTA-hankkeen projektipäällikkönä hankkeen loppuvaiheessa.

Tanja Tervanen

YTM, kehittäjäsosiaalityöntekijä
Nuorten Ystävät, Avopalvelut Jyväskylä

Tanja Tervanen vastasi hankkeen osatoteuttajan roolista, osallistui hankkeen suunnitteluun ja kehittämistyöhön ja toimi kolmen ryhmän ryhmänohjaajana.

JYVÄSKYLÄN AMMATTIKORKEAKOULUN Julkaisuja



MYynti JA JAKELU

Jyväskylän ammattikorkeakoulun kirjasto
PL 207, 40101 Jyväskylä
Rajakatu 35, 40200 Jyväskylä
040 865 0801
julkaisut@jamk.fi
www.jamk.fi/julkaisut

VERKKOKAUPPA
www.tahtijulkaisut.net

jamk.fi

jamk.fi

JYVÄSKYLÄN AMMATTIKORKEAKOULU
PL 207, 40101 Jyväskylä
Rajakatu 35, 40200 Jyväskylä
Puh. 020 743 8100
Faksi (014) 449 9700
www.jamk.fi

AMMATILLINEN OPETTAJAKORKEAKOULU

HYVINVOINTIYKSIKKÖ

LIIKETOIMINTAYKSIKKÖ

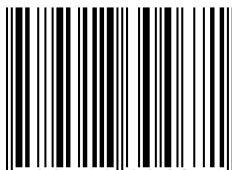
TEKNOLOGIAYKSIKKÖ



Nuorelle aikuiselle oman paikan löytäminen opinnoissa tai työelämässä ei välttämättä ole helppoa. Tämä opas esittelee nuorille työ- ja opiskeluelämän ulkopuolella oleville vanhemmille tarkoitetun SUUNTA-ryhmätoimintamallin. SUUNTA-ryhmätoiminnan tavoitteena on vahvistaa nuorten vanhempien työ- ja toimintakykyä ja vanhemmuutta, erityisesti työn ja vanhemmuuden yhteensovittamista ja suuntautumista työelämään. Opas pohjautuu Euroopan sosiaalirahaston rahoittamaan *Nuorten vanhempien suunta työuralle*-hankkeeseen ja kokemuksiin, joita saatiin osana hanketta toteutetuista SUUNTA-ryhmistä.

Opas sisältää paitsi käytännön ideoita ja vinkkejä SUUNTA-ryhmien toteutukseen, myös pohdintaa toiminnan kannalta keskeisistä teoreettisista käsitteistä. Opas antaa ideoita myös laajemmin nuorten aikuisten sosiaalisen kuntoutuksen toteuttamiseen.

ISBN 978-951-830-467-1



9 789518 304671 >