

Svetlana Happo

**VOIMAANNUTTAVA
VALOKUVA-ALBUMI
KEHITYSVAMMATYÖSSÄ**

Opinnäytetyö
Sosionomi-koulutusohjelma

2017



**Kaakkois-Suomen
ammattikorkeakoulu**

| Tekijä/Tekijät | Tutkinto | Aika |
|---|-----------------|-------------------------|
| Svetlana Happo | Sosionomi (AMK) | Lokakuu 2017 |
| Opinnäytetyön nimi | | 61 sivua 1 liitesivu |
| Voimaannuttava valokuva-albumi kehitysvammatyössä | | |
| Toimeksiantaja | | |
| Villa Susanna Oy | | |
| Ohjaaja | | |
| Eija Karjalainen | | |
| Tiivistelmä | | |
| <p>Tässä toiminnallisessa opinnäytetyössä käytetään valokuva-albumia työkaluna, jolla havainnollistetaan kehitysvammaiselle henkilölle hänen elämänsä positiivisia lähtökohtia. Albumin avulla voidaan auttaa näkemään, mitä hyvää hänen elämänsä jo kuuluu, mitä voidaan vielä saavuttaa tai käyttää voimavarana. Unelmoimalla ja näkemällä, mihin pystyy ja haluaa pyrkiä, hän avaa itselleen uusia polkuja, näkee maailman uusin silmin, ja hahmottaa paikkansa siinä. Oman elämän selkeyttämällä ja positiivisten asioiden vahvistamisella saa voimaa pärjäämiseen ja omaan elämänhallintaan.</p> <p>Vaikka valokuvamenetelmä hoito- ja ohjaustyössä on nykypäivänä hyvin esillä sekä tuttu, harvassa työyhteisössä sitä hyödynnetään päivittäin. Menetelmän arkipäiväistäminen on tämän kehittämistyön päätavoite. Kehittämistyö on tehty pienessä ryhmäkodissa. Kehitysvammaiset ihmiset, jotka asuvat siinä, hyötyvät tämän kaltaisen kuvakirjan tekemisestä ja käyttämisestä työkaluna oman minänsä vahvistamisessa.</p> <p>Tässä työssä on yksityiskohtaisesti kuvattu valokuva-albumin tekemisen prosessi. Kehittämistyön analyysi perustuu päiväkirjaan ja havainnointiin. Analyysin avulla työ sai tutkimuksellisen elementin, jolla valokuva-albumin vaikutus voimavaroja ja pärjäämistä vahvistavana työkaluna on saatu paremmin esille. Kehittämistyön tuloksena on kuvakirja, jonka tekemisellä ja käyttämisellä kehitysvammaisen henkilö sai uutta sisältöä arkeensa ja sen hallintaan. Myös asumisyksikön henkilökunta sai valokuvakirjan muodossa hyödyllisen ja kätevän apuvälineen asukkaan ohjauksen.</p> | | |
| Asiasanat | | |
| kehitysvammaisuus, valokuva-albumi, voimaannuttava toiminta, identiteettityö, elämänhallinta | | |

| | | |
|---|-----------------------------|--------------------------------|
| Author (authors) | Degree | Time |
| Svetlana Happo | Bachelor of Social Services | October 2017 |
| Thesis Title | | |
| Empowering photo album for the intellectually disabled | | 61 pages 1 page of appendix |
| Commissioned by | | |
| Oy Villa Susanna Ab | | |
| Supervisor | | |
| Eija Karjalainen | | |
| Abstract | | |
| <p>The photo album method used in this functional thesis helps intellectually disabled persons to see and understand all the good things in their life, what else they could still achieve and from where they could get strength in the future, too.</p> <p>By dreaming about new things, by understanding what to strive for and what one is actually able to do an individual opens up new horizons to act in this world and to see that one belongs in it. By strengthening one's own identity it is possible to become stronger and get means to get along and manage one's own life.</p> <p>Even though the photo method is well known today, there are still only few work environments where it is utilized in everyday work.</p> <p>The major objective of this development work is to make the photo album method a commonplace activity in the working environment. The intellectually disabled living in group homes benefit from drafting this kind of a photo album and using it in improving their own identity.</p> <p>This thesis describes in detail the process of making a photo album. The result of this development work is a picture book and by making and using it an intellectually disabled person gets a valuable tool for understanding one's own identity and contents of life. The picture book also helps the group home staff to support the residents in their efforts to build up their own identity and to help in their empowerment. The analysis in this development work is based on a diary and observations, which provided a research element to this thesis work thereby better disclosing the effects of the photo album on the process of the empowerment work.</p> | | |
| Keywords | | |
| intellectually disabled, photo album, empowering activity, identity work, life management | | |

SISÄLLYS

| | | |
|-------|---|----|
| 1 | JOHDANTO..... | 6 |
| 2 | KEHITTÄMISTYÖN TAUSTA JA TAVOITTEET | 6 |
| 2.1 | Kehittämistyön tausta | 7 |
| 2.2 | Kehittämistyön tavoitteet..... | 9 |
| 3 | TEOREETTINEN VIITEKEHYS | 11 |
| 3.1 | Kehitysvammaisuus..... | 11 |
| 3.1.1 | Kehitysvammaisuuden määrittely | 11 |
| 3.1.2 | Mielenterveyden riskitekijät kehitysvammaisilla henkilöillä | 14 |
| 3.1.3 | Kehitysvammaisuus ja itsemäärääminen..... | 16 |
| 3.1.4 | Kehitysvammaisen ihmisen hyvän elämän turvaamisen keinot | 17 |
| 3.2 | Elämänhallinta | 20 |
| 3.3 | Identiteettityö | 23 |
| 3.4 | Voimaannuttava toiminta | 25 |
| 3.4.1 | Voimaannuttavan toiminnan muotoja..... | 25 |
| 3.4.2 | Voimaannuttava valokuva..... | 28 |
| 4 | KEHITTÄMISTYÖN TOTEUTUS JA MENETELMÄT | 31 |
| 4.1 | Mikä on toiminnallinen opinnäytetyö..... | 31 |
| 4.2 | Käytetyt menetelmät | 32 |
| 4.3 | Kehittämistyön vaiheet..... | 36 |
| 5 | KEHITTÄMISTYÖN TULOKSET | 40 |
| 5.1 | Valokuva-albumi kehittämistyön tuotoksena..... | 41 |
| 5.2 | Päiväkirjan ja valokuva-albumityöskentelyn analyysi..... | 42 |
| 5.2.1 | Identiteettityö ja voimaannuttava vaikutus | 42 |
| 5.2.2 | Työskentelyn erityispiirteet..... | 46 |
| 5.2.3 | Omaohjaajan ja ohjattavan suhteen syventäminen | 49 |
| 5.3 | Kehittämistyön tulosten luotettavuus | 50 |
| 5.4 | Kehittämisehdotukset | 51 |

| | | |
|---|---------------|----|
| 6 | POHDINTA..... | 52 |
| | LÄHTEET..... | 57 |
| | LIITTEET | |

Liite. Lupa ryhmäkodin asukkaalta opinnäytetyön tekemiseen

1 JOHDANTO

Opinnäytetyön tarkoituksena on kehittää voimaannuttavan valokuva-albumin menetelmä kehitysvammaisten ryhmäkodin tarpeisiin. Selvitän mikä voimaannuttava valokuva-albumi on, mihin sen tekeminen perustuu, miten albumin tekeminen tapahtuu kehitysvammaisen henkilön kanssa ja mitä prosessi sisältää, miten se auttaa asianomaisen henkilön elämänhallinnassa ja identiteettityössä. Lähtökohtana on ajatus, että valokuva-albumi, jonka luomiseen on itse osallistunut, tekee kehitysvammaisen elämän sisällöstä selkeämmän ja mielenkiintoisemman. Albumi auttaa häntä näkemään itseänsä, oman elämänsä ja sen mahdollisuuksia uudessa valossa. Myös henkilökunta pääsee tutustumaan ohjattavaan paremmin prosessin aikana ja saa lisää vinkkejä ja syvyyttä ohjaustyön.

Nykypäivänä vammaispolitiikan tärkeimpiä periaatteita on oikeus yhdenvertaisuuteen ja osallisuuteen. Itsemäärääminen ja omista asioista päättäminen ovat paljon esillä yhteiskunnan kehityksessä, mikä näkyy lainsäädännön muutoksissa ja ammatillisessa keskustelussa. Lakien avulla on pyritty parantamaan vammaisten henkilöiden asemaa ja palveluita sekä oikeutta elää niin kuin valtaosa ihmisistä elää.

Nykypäivänä pyritään normaaliuuden periaatteen toteuttamiseen sekä mahdollisuuksiin toimia yksilöllisten kykyjensä mukaisesti yhteiskunnan täysivaltaisena jäsenenä. Näitä tavoitteita ei ole helppo saavuttaa ja ne ovat jokaisen kehitysvammatyöyksikön suuri haaste. Luovat menetelmät yleensä ja valokuva-albumin tekeminen tukevat kehitysvammaista henkilöä tämän suuntaisessa työssä oman identiteetin selkeyttämisen kautta.

2 KEHITTÄMISTYÖN TAUSTA JA TAVOITTEET

Vilkaan ja Airaksisen mukaan (2003, 23) opiskelijan tulee pystyä opinnäytetyössä näyttämään omat parhaimmat osaamisalueet jollakin oman alan osa-alueella. Aihepiirin valinnassa on ensisijaisen tärkeää, että aihe motivoi tekijää,

joka näin pääsee opinnäytetyöprosessin avulla syventämään omaa asiantunte-
mustaan aiheesta. Aiheen pitäisi olla sen verran ajankohtainen tai tulevaisuu-
teen luotaava, että aihe saattaisi kiinnostaa myös muita ammattilaisia.

2.1 Kehittämistyön tausta

Opinnäytetyön aihe nousi suoraan työstäni. Työskentelen kehitysvammaisten ryhmäkodissa. Kehittämistyön kohteena on ryhmäkodin asukas, joka on muut-
tanut ryhmäkotiin vasta reilu vuosi sitten. Minä olen hänen omaohjaajansa. Tällä henkilöllä on ollut huomattavaa taantumista hänen psyykkisessä ja sosi-
aalisessa olemuksessaan. Hän oli myös vaikuttanut surulliselta eikä osannut
olla innostunut juuri mistään.

Asukas, jonka nimeän tässä kehittämistyössäni *päähenkilöksi*, on ollut hyvin
hiljainen ja häneen on ollut vaikea saada aito toimiva kontakti. Päädyin ajatuk-
seen, että valokuvakirjan tekemisen prosessi voisi antaa eväitä paremman luot-
tamussuhteen luomiseen tähän henkilöön. Luottamuksellisen vuorovaikutuk-
sen vahvistamisen lisäksi sekä sen avulla oli tarkoitus saada esille positiivisia
kokemuksia, joiden avulla päähenkilöni itsetuntemus, kiinnostus omaan elä-
mään ja itseensä kohenisivat.

Vehmaksen (2005, 210) mukaan vammaisten ihmisten tasa-arvoisen sosiaali-
sen ja moraalisen aseman saavuttamiseksi on tärkeää heidän subjektiivensa
tunnistaminen. Siihen auttavat vammaisten omat kertomukset kokemuksistaan
ja siitä, miten he näkevät itsensä suhteessa heidän ominaispiirteisiinsä, vertais-
ryhmäänsä, läheisiinsä ja valtaväestöön. Valokuva-albumin tekeminen tähtää
juuri tämän subjektiivisuuden tunnistamiseen ja näin myös edesauttaa asukkaan it-
semääräämistä omassa elämässään.

Valokuvausta olen harrastanut nuoresta saakka, jolloin työskentelin lastenko-
dissa valokuvauskerhon vetäjänä lapsille ja nuorille. Valokuvaus kaikin proses-
seineen kuvauksesta ja kuvien kehittämisestä näyttelyjen järjestämiseen, oli
erittäin tärkeä harraste lapsille heidän oman identiteettinsä etsimisessä. Las-
tenkodin haastavat olot ja lasten oman tilanteen ristiriidat eivät ole helpottaneet
heidän oman minän rakentamistaan. Valokuvauksen voimaannuttavan vaiku-
tuksen olen huomannut jo sen tuolloin.

Olen käyttänyt taidetta hoitotyössä jo toista kymmentä vuotta muun muassa soittamalla musiikkia vanhuksille. Lisäksi olen hyödyntänyt piirtämistä, käsityötä sekä näyttelemistä. Yhteisöpedagogin tutkinnon suorittuani sain Mikkelin ammattikorkeakoululta ”erinomaisesta opinnäytetyöstä ja sinnikkyydestä” tunnustuksena Miina Savolaisen *Maailman ihanin tyttö* -kirjan, joka vaikutti innostukseeni käyttää valokuvausta opinnäytetyössäni.

Ryhmäkodissa, jossa työskentelen, asuu kuusi aikuista kehitysvammaista henkilöä. Asukkaiden ikä, kunto ja kehitysvammaisuuden aste vaihtelevat. Suurin osa asukkaista tarvitsee elämäänsä enemmän sisältöä, tekemistä ja kiinnostuksen kohteita. Toisin sanoen he kaipaavat ”ravintoa” ajatuksille ja potkua kehitykselle. Melkein kaikki asukkaat tulivat pienryhmäkotiimme isoista laitoksista, joissa heidän elämäntaitojensa kehitys oli syystä tai toisesta hidastunut tai pysähtynyt. Osa asukkaista oli myös taantunut tuntuvasti. Oman elämänsä sisällön hahmottaminen muuton ja muutosten jälkeen oli tehtävä uudestaan. Tällaiseen hahmottamisprosessiin on aina hyvä ottaa mukaan myös aikaisemman elämän sisältö ja asukkaille itselleen tärkeät asiat.

Pienryhmäkodissa henkilökuntaa on vähän mutta se on hyvin sitoutunut talon ja asukkaiden elämään. Tässä eletään perheenä, jakamalla iloiset ja surulliset asiat, tunnetilat, unelmoimalla ja tekemällä tulevaisuuden suunnitelmia. Pienessä yhteisössämme välitämme toisistamme ja annamme toisillemme kaiken mahdollisen tuen. Asukkaita tuetaan ja autetaan elämään arvokasta elämää ongelmistansa huolimatta. Ongelmia ei korosteta, vaan pyrimme löytämään asukkaan kanssa resursseja pärjätä niiden kanssa. Jokainen positiivinen elämys tukee pärjäämistä. Näihin pärjäämisen tukemisen ja positiivisten asioiden esille tuomiseen tähtää myös tämä kehittämistyö. Työn tarkoitus on myös tukea asukkaan itsemääräämistä korostamalla hänen valintojaan.

Kehittämistyön päähenkilö on ryhmäkodin kehitysvammaisen asukas, keskiikäinen nainen. Tämän henkilön elämässä pätee se, että kehitysvammaisten elämä on usein hyvin suppeaa ja rutinoitunutta hyvin samantilaisiin arkisiin kaavoihin. Varsinkin ikääntyvät kehitysvammaiset taantuvat nopeasti ilman mielekästä tekemistä. Heidän maailmansa kapenee pieniin ympyröihin. He etäännyvät pikkuhiljaa isosta maailmasta ja perheistään eivätkä he kaipaa juurikaan

tekemistä arkeensa. Myös elämänhallinnan taidot surkastuvat tai eivät juurikaan kehity. Valokuva-albumin tekemisen menetelmällä pyritään vaikuttamaan parantavasti näihin asioihin sekä avaamaan ja vahvistamaan henkilön omia vahvoja puolia.

Hirvosen mukaan (2015, 23) valokuvatyöskentelyn menetelmässä kuntoutustyössä sovellettava voimaannuttava valokuvaus edellyttää laajempaa osaamista. Ohjaajan tulee tuntea kuntoutujan erityistarpeet, voimavarat ja toimintakyvyn vajeet, sekä omata taito toteuttaa menetelmä. Hänellä tulee olla vuorovaikutustaitoa ja kykyä tunnistaa eettiset kysymykset. Työskentely edellyttää sosiaalialan ydinosaamista.

Näiden perusteella minulla on ollut tarpeeksi edellytyksiä käyttää tätä menetelmää, koska olen toiminut päähenkilöni omaohjaajana ja tuntenut hänet jo ennestään. Minulla on myös vankkaa kokemusta hoito- ja ohjaustyöstä ja vuorovaikutustilanteista sekä valmistuvan sosionomin tietotaidot.

Omaohjaajana olen odottanut tämän menetelmän auttavan luomaan paremman vuorovaikutussuhteen omaan asukkaaseeni. Tavoitteenani oli tarkastella asukkaan omia sekä meidän yhteisiä tavoitteitamme ohjaustyössä. Myös muiden asukkaiden arkea oli tarkoitus rikastaa tämän kehitymisprosessin kautta näkemällä, kokemalla ja mukana elämällä.

Minkälainen valokuva-albumista tulisi ja miten sen tekeminen tapahtuisi oli tarkoitus määräytyä vasta tekemisen prosessin aikana ottamalla huomioon asukkaan osallistumisen tapa, toiveet ja tarpeet. Myös valokuva-albumin rakenne ja sisältö oli tarkoitus muodostua päähenkilön tarpeiden mukaisesti.

2.2 Kehittämistyön tavoitteet

Tämän opinnäytetyön päätavoite oli kokeilun avulla luoda, mallintaa ja saattaa kehitysvammaisten ryhmäkodin käyttöön työkalu työskentelyyn kehitysvammaisten kanssa. Voimaannuttavan valokuva-albumin tekeminen tähtäsi erityisesti tämän identiteetin selkeyttämiseen ja vahvistamiseen. Tähän tavoitteeseen kuului kuvata albumin tekemisen prosessi ja tuoda esille sitä, miten valokuva-albumityöskentely voi auttaa ryhmäkodin asukkaan mieltymysten, tarpeiden ja

kiinnostusten kohteiden esille tuomista ja hahmottamista hänelle itselleen sekä asumisyksikön henkilökunnalle.

Toinen kehittämistyön tavoite oli valokuva-albumityöskentelyn avulla kohentaa päähenkilön mielentilaa keskittymällä positiivisiin kokemuksiin ja saada sen avulla voimaannuttava vaikutus. Valokuvaus on voimaannuttava menetelmä, jota käyttämällä kodissa halutaan parantaa asukkaiden omaa elämänhallintaa, itsemääräämistä ja elämänlaatua.

Kehittämistyöni kolmas tavoite oli ohjaustyön vuorovaikutuksen vahvistaminen ja omaohjaajan ja ohjattavan suhteen syventäminen. Omaohjaajana odotin kehittämishankkeeni vahvistavan minun ohjaaja-ohjattava suhdettani asiakkaan kanssa niin, että työn tavoitteet näkyisivät selkeämmin ja toimintatapoja voisi tarkentaa niiden mukaan.

Voimaannuttavan valokuva-albumi -menetelmän käyttäminen voi olla hoitokodissa varteenotettava työkalu vuorovaikutuksen luomiseen ja vahvistamiseen sellaisen henkilön kanssa, joka on sulkeutunut omaan maailmaansa heikkouksiensa kautta, tai hänen vuorovaikutustaitonsa eivät mahdollista toimivaa vuorovaikutusta muiden asukkaiden ja henkilökunnan kanssa. Valokuva-albumin tekeminen erilaisissa yhteisöissä voi antaa monille muillekin kehitysvammaisille tai muuten elämässään jollakin tavoilla rajoittuneille ihmisille uutta sisältöä elämään.

Jotta valokuvatyöskentelystä tulisi sosiaalialan kuntouttavan työn menetelmä, tulee Hirvosen mukaan (2015, 22) valokuvatyöskentelyn olla ammattialan käytännöissä vakiintunut työkäytäntö, jota voivat myös muut menetelmään perehtyneet ammattilaiset soveltaa. Valokuva-albumin käyttäminen asukkaan voimaannuttamiseen voi olla hyvä menetelmä moneen hoitokotiin, jossa on jatkuva kiire, ja aikaa perehtyä asukkaan maailmaan ja mahdollisuuksiin on rajallisesti. Valokuva-albumia voi nykyisellä teknisillä välineillä tehdä monien muiden asioiden ohella. Sen vuoksi se ei ole ajallisesti niin kuormittavaa. Asukkaan ja ohjaajan kanssa yhdessä vietetty ”laatu-aika” albumin tekemisprosessissa voi olla hoitosuhdetta syventävä ja vuorovaikutusta ja parantava.

3 TEOREETTINEN VIITEKEHYS

Tämän opinnäytetyön keskeisinä käsitteinä ovat kehitysvammaisuus, elämänhallinta, identiteetti ja voimaannuttava toiminta. Näiden käsitteiden ympärille rakentuu tämä kehittämistyöni teoreettinen tausta.

3.1 Kehitysvammaisuus

Kehitysvammaisuuden määrittelyä on pyritty täsmentämään vuosien varrella monella tavalla ottaen huomioon yhteiskunnan kehitys ja sen mukainen näkemys asiaan. Kehitysvammatyöhön liittyy paljon eettistä ja ammattilista pohdintaa ja osaamisvaatimusta, joiden avulla päästään auttamaan ihmistä tekemään elämästään elämisen arvoisen. Näitä asioita käsittelemän tämän otsikon alla.

3.1.1 Kehitysvammaisuuden määrittely

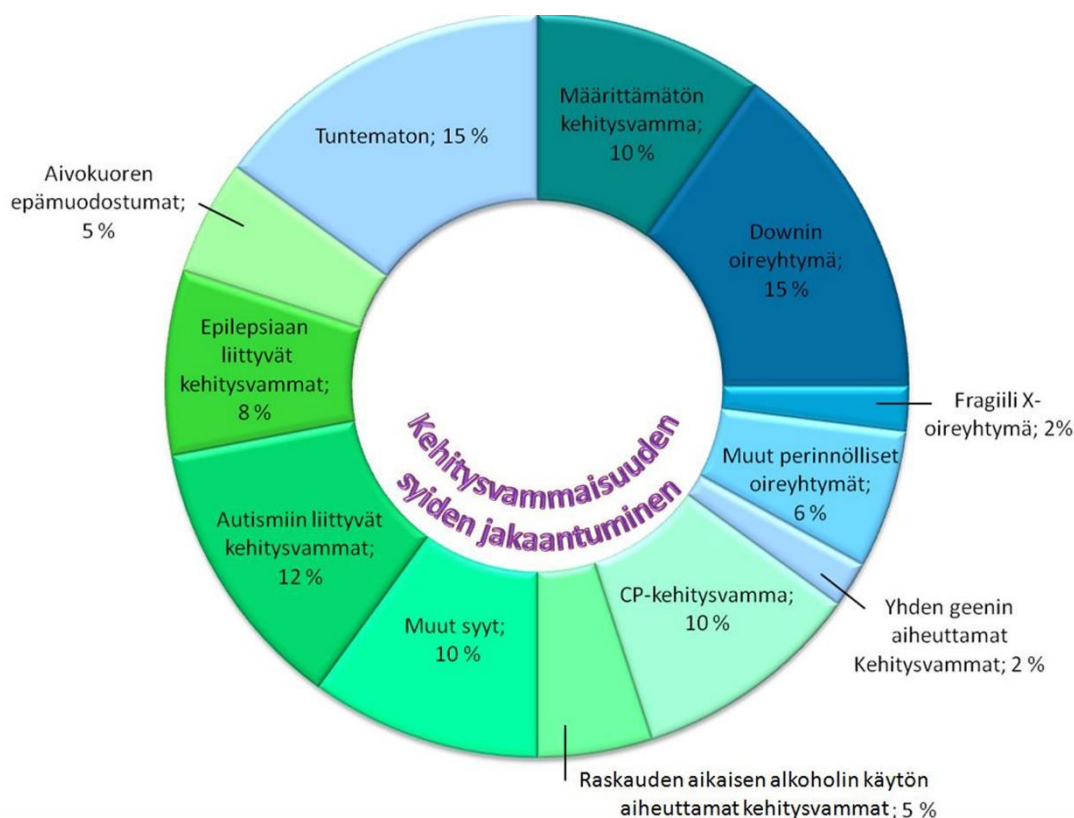
Maailman terveysjärjestö WHO määrittelee tautiluokituksessa I-cd-10 (International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problems) älyllistä kehitysvammaisuutta tilaksi, jossa henkisen suorituskyvyn kehitys on estynyt tai on epätäydellinen. Puutteellisesti kehittyneeksi jäävät yleensä kehitysiässä ilmaantuvat kognitiiviset, kielelliset, motoriset ja sosiaaliset taidot, joilla on suurta vaikutusta henkiseen suorituskykyyn. Älyllinen kehitysvamma voi esiintyä yksinään tai yhdessä fyysisen tai psyykkisen ongelman kanssa. (Kaski ym. 2012, 16.)

AAIDD:n (The American Association on Intellectual and developmental Disabilities) mukaan kehitysvammaisuuden määrittely perustuu toiminnallisuuteen ja käsittää tämänhetkistä toimintakyvyn huomattavaa rajoitusta. Älyllinen suorituskyky (ÄÖ) älykkyydosamäärässä mitattuna jää alle 70–75 ja samanaikaisesti rajoituksia on kahdessa tai useammassa adaptiivisessa taidossa kuten kommunikaatiossa, itsestä huolehtimisessa, kotona asumisessa, sosiaalisissa taidoissa, yhteisössä toimimisessa, itsehallinnassa, terveydessä ja turvallisuudessa, oppimiskyvyssä, vapaa-ajassa ja työssä. (Kaski ym. 2012, 16.)

Merkittävin ryhmä kehitysvammaisuudessa on hermoston sairaudet, vauriot ja muut toiminnan puutokset tai poikkeavuudet, joita nimitetään hermoston kehi-

tyshäiriöiksi. Tärkeimpiä niistä ovat aivojen kehityshäiriöt, joihin liittyy usein älyllisten toimintojen vajavuutta, ja jota sanotaan älylliseksi kehitysvammaisuudeksi. Samanaikaisesti kehitysvammaisuuden kanssa esiintyvät muut vammat tai sairaudet niin sanotut lisäsairaudet. Kuta vaikeampi on kehitysvamma, sitä runsaammin on lisävammoja tai -sairauksia, jotka kehitysvammaisilla saattavat merkittävästi alentaa suoriutumiskykyään, ja niiden ilmentymismuodot poikkeavat huomattavasti tavanomaisista. Tämä kaikki vaikeuttaa kehitysvammaisten kanssa työskentelevien ammattilaisten mahdollisuuksia tulkita heidän käyttäytymistään. (Kaski ym. 2012, 16, 98.)

Kehitysvammaisuuteen voi liittyä useita eri oireita tai oireyhtymiä. Kuvassa 1 näkyy kehitysvammadiagnoosien karkea jakauma länsimaissa.



Kuva 1. Kehitysvammadiagnoosien karkea jakauma länsimaissa (KV-tietopankki 2016)

Kehitysvammaisuuden kohtaamisessa on tärkeää normaaliuden periaate, jossa korostuu se, että vammaisen ihmisen tarpeet ovat pääosin samanlaiset, kuin muidenkin, ja hänellä tulee olla samanlaiset mahdollisuudet niiden tyydyttämiseen. Kehitysvammaisten oikeuksia on tarkasteltu yleisten ihmisoikeuksien, kansalaisten perusoikeuksien, osallisuuden ja syrjimättömyyden näkökulmasta. Tarkastuksen tuloksena yhteiskuntaa on pyritty rakentamaan sellaiseksi, että

vammaisen ihminen voisi ilman erottelua elää yhteiskunnan jäsenenä asukkaan oikeuksin ja velvollisuuksin. Pitkällä tähtäimellä on kehitysvammaisen henkilön inkluusio eli todellinen mukaan ottaminen yhteiskuntaan. Inkluusion toteutumiseksi ja vammaisen ihmisen hyvän elämän turvaamiseksi tarvitaan vammaisuuden hyväksymistä, tietoa ja toimivia ihmissuhteita. (Kaski ym. 2012, 148.)

Seppälä ja Rajaniemi (2016) korostavat, että kehitysvammaisuus lääketieteellisenä terminä on hyvin epämääräinen. Samalla diagnoosilla leimataan hyvinkin erilaisia ihmisiä ja raja, kenelle kehitysvammadiagnoosi annetaan ja kenelle ei, on usein hyvin häilyvä. Se, mitä yhteiskunnassa pidetään normaalina tai poikkeavana, on sen kulttuuriin sidottua. Pitää muistaa, että ihminen on aina enemmän kuin diagnoosi, eikä kaikki henkilön käyttäytyminen välttämättä johdu diagnoosista. Englannin kielessä tästä tavanomaisesta diagnoosin ylikorostamisesta käytetään ilmaisua diagnostic overshadowing.

Toimiessa kehitysvammaisen henkilön kanssa pitää muistaa, että älyllinen kehitysvammaisuus ei ole sairaus, vaan vamma ymmärtämisen alueella, mikä aiheuttaa vaikeuksia uusien asioiden oppimisessa ja opittujen asioiden hyödyntämisessä uusissa tai muuttuneissa tilanteissa. Kehitysvammaisen henkilön todellisuuskäsitys on konkreettinen ja yksinkertainen, sen muodostumista voi tukea tarjoamalla vaihtelevia kokemuksia eri tilanteissa. Tämän vuoksi on virikerikas ja monipuolinen elämä tärkeitä jokaiselle kehitysvammaiselle. Ohjaajan on tuettava kehitystä välittämällä ohjattavalle ympäristöä tavalla, jonka tämä pystyy vastaanottamaan. (Kaski ym. 2012, 153.)

Seppälä ja Rajaniemi (2016) tarkastelevat tarkemmin kehitysvammaisuutta uudesta, sosiaalisesta näkökulmasta. Tarkastelutavassa korostuu se, että kehitysvammaisuus näyttäytyy yhteisön suhteena yksilöön, ja siihen suhtaudutaan eri tavalla eri kulttuureissa. Kehitysvammaisuuteen vaikuttaa lisäksi henkilön oma, subjektiivinen kokemus omasta tilanteestaan. Sosiaalinen näkökulma korostaa myös kehitysvammaisen henkilön olevan samanlainen ihminen kuin kaikki muutkin. Vammaisen henkilön riippuvuutta muista ihmisistä synnyttävät ennakkoluulot, syrjäytyneisyys, köyhyys ja rakenteelliset esteet, jotka ovat usein seurausta siitä, että yhteiskuntaa ei ole rakennettu tasapuolisesti kaikille sen jäsenille.

Seppälän ja Rajaniemen mukaan (2016) kehitysvammaisen ihmisen ominaisuudesta tulee vammaisuutta yhteiskunnan asettamien esteiden ja asenteiden kautta. Sosiaalisessa näkökulmassa vammaisuudessa kysymys on myös siitä, minkälaista tukea vammaisen henkilö saa. Myös on löydettävä toimiva kommunikaatiotapa, sillä vaikeasti kehitysvammaiset ihmisetkin yleensä pystyvät tekemään omaa elämäänsä koskevia päätöksiä, jos he saavat siihen oikeat välineet. Siten vammaisuutta määrittelee pitkälti se sosiaalinen ja kulttuurinen ympäristö, jossa vammaisen ihminen elää.

Pietikäinen (2012) tarkastelee kehitysvammaisuuden osa-alueiden kehittymistä, kehitysvammahuollon rakenteita ja käytäntöjä asiantuntijoiden määritelmiä kehitysvammaisuudesta. Tutkimuksessa kartoitetaan diskursseja kehitysvammaisuudesta suomalaisessa painetussa ja sosiaalisessa mediassa. Tutkija kyseenalaistaa yksinkertaistavia tapoja määrittää kehitysvammaisuutta, koska kehitysvammaiset ihmiset ovat yhtä moninaiset, ja heillä on samanlaiset oikeudet kuin kaikilla muillakin.

Myös Vehmas (2005, 173) korostaa että ihmisten yksilölliset ominaisuudet eivät aina ole keskeisimpiä tekijöitä hyvinvoinnin ja vammaisuuden arvioinnissa. Vammaisuuden kokemus määräytyy yksilöllisten ominaisuuksien, subjektiivisten tulkintojen ja kokemusten sekä sosiaalisen ympäristön välisessä monimutkaisessa vuorovaikutuksessa. Tämän perusteella vammaisuuden määrittelyssä tulee ottaa huomioon henkilön elämän erityistekijät, jotka antavat viime kädessä muodon elämälle.

3.1.2 Mielenterveyden riskitekijät kehitysvammaisilla henkilöillä

Mielenterveyden riskitekijöitä kehitysvammaisten ihmisten elämässä on usein enemmän ja useammin kuin muilla ihmisillä. Niiden vaikutus voi myös olla heille suurempi kuin muille sen vuoksi, että heillä on vähemmän suojaavia tekijöitä, esimerkiksi sosiaalista tukea. (Hongisto ym. 2008.) Tavallisesti depressiota kehitysvammaisilla aiheuttavat henkiset järkytykset, elämän virikkeettömyys, tuntekontaktien häiriintyminen sekä onnistumisen kokemusten puuttuminen. Vai-

keudet elämän sosiaalisten perusröolien osaamisessa saattavat aiheuttaa halua välttää tilanteita, joihin liittyy epäonnistumisen riski. Alisuorittamisesta kehittyy helposti myös käyttäytymismalli. (KV-tietopankki 2013b.)

Brooken mukaan (2003) mielenterveyden kuormittajina ovat kehitysvammaisilla ihmisillä myös kehitysvammaisuuteen liittyvät biologiset ja fyysiset riskitekijät. Esimerkiksi Down-ihmisillä on muita suurempi todennäköisyys sairastua Alzheimerin tautiin ja Fragile X -syndrooma altistaa ahdistuneisuushäiriöille. Kehitysvammaisilla ihmisillä yleisenä olevalla epilepsialla, vaikka se ei ole sinänsä mielenterveyden häiriö, on todettu olevan yhteyttä masennukseen, ahdistuneisuuteen ja harhoihin. Myös ennen syntymää tai syntymässä aiheutuneet neurologiset vauriot ovat syynä psyykkisiin sairauksiin. (Hongisto ym. 2008, 6.)

Myös erilaiset psyykkiset ja sosiaaliset riskitekijät ovat vahvasti läsnä kehitysvammaisten ihmisten elämässä ja vaikuttavat kuormittavasti heidän mielenterveyteensä. Heitä usein kohdellaan kykenemättöminä päättämään omasta elämästään, heidän itsemääräämisoikeutensa voi olla toteutumatta pienissäkin asioissa, heille tapahtuu paljon epäonnistumisia. Näiden kokemusten vuoksi heille muodostuu kielteinen minäkäsitys ja uskomus, ettei heidän tulekaan itse päättää omista asioistaan. Näihin kokemuksiin reagoidaan usein passiivisuudella, masennuksella tai aggressiivisellä käyttäytymisellä. (Hongisto ym. 2008, 7–8.)

Jatkuvat muutot ja erot synnyttävät kehitysvammaisissa ihmisissä surua, hylkäämisen ja epäonnistumisen tunnetta. Pysyvä elinympäristö ja erityisesti vaakat, jatkuvat ihmissuhteet usein puuttuvat heiltä, vaikka he erityisesti tarvitsevat niitä paljon. Kehitysvammaiset ihmiset, erityisesti itsenäisesti asuvat, ovat myös usein alttiita hyväksikäytölle, sekä fyysiselle että henkiselle. Heillä on myös vähemmän suojatekijöitä erilaisilta stressiltä kuin tavallisilla ihmisillä, tämä kaikki altistaa mielenhäiriöille. (Hongisto ym. 2008, 8, 15.)

Myös Grönvall (2011, 98) tuo esille sen, että kehitysvammaisen ihmisen elämään liittyy tekijöitä, jotka kuormittavat psyykkisiä voimavaroja, kuten vaikeuksia tulkita ympäristön viestejä, jolloin hän ei ymmärrä, mitä tapahtuu ja miksi hänelle tapahtuu näin. Kehitysvammaisten masennus ilmentyy yleensä häiriökäyttäytymisenä, ja sitä hoidetaan yleensä psyykenlääkkeillä, mikä ei juurikaan

riitä. Tärkeitä ovat myös onnistumisen kokemukset kuten myös läheiset ihmis-kontaktit ja ystävyysuhteet. Myös erilaiset luovat terapiat ovat tehokkaita hoi-tomuotoja kehitysvammaisille ihmisille. Kehitysvammaisten mielenterveyson-gelmia tutkinut kuvataideterapeutti Mair Rees (Miettinen 2012, 149) perusteli niiden yleisyyttä ylempänä lueteltujen syiden lisäksi epävirallisten tukiverkosto-jen puutteena, systemaattisena vallanmenetyksenä kansalaisena ja vaikeutena saada sosiaalisesti arvostettuja rooleja yhteiskunnassa.

3.1.3 Kehitysvammaisuus ja itsemäärääminen

Kehitysvammaisten itsemääräämisoikeutta on pyritty vahvistamaan muun mu-assa lakien kehittämisen avulla, esimerkiksi 20.5.2016 tuli voimaan Laki kehi-tysvammaisten erityishuollosta annetun lain muuttamisesta, jotta kautta pyri-tään vahvistamaan erityishuollossa olevan henkilön itsemääräämisoikeutta ja itsenäistä suoriutumista sekä vähentää rajoitustoimenpiteiden käyttöä erityis-huollossa. Laissa korostuu jokaisen erityishuollossa olevan kehitysvammaisen ihmisen oikeus täysimääräiseen osallistumiseen yhteiskunnassa. Hänen toi-veensa, mielipiteensä ja yksilölliset tarpeensa tulee ottaa huomioon. Hänelle on myös turvattava mahdollisuus osallistua ja vaikuttaa omiin asioihinsa. (STM 2016.)

Vuonna 2014 voimaan tullut uusi Sosiaalihuoltolaki koskee sosiaalipalveluja, toimeentulotukea, sosiaaliavustuksia ja muita toimintoja, joiden tarkoituksena on edistää ja ylläpitää yksityisen henkilön sekä yhteisön sosiaalista turvalli-suutta ja toimintakykyä (Vernerinen 2016). Vuonna 2019 on tulossa voimaan vam-maislainsäädännön uudistus, jonka tarkoitus on yhdistää vammaispalvelu- ja kehitysvammalait. Uudistuksen lähtökohta on parantaa vammaisten ihmisten osallisuutta ja yhdenvertaisuutta. Tavoitteena on kehittää muun muassa henki-lökohtaista apua ja lyhytaikaista huolenpitoa sekä valmennusta ja tukea uuden-laisena palveluna. (STM 2017.)

Asiakaslaki ja potilaslaki velvoittavat sosiaali- ja terveydenhuollon henkilökun-taa kohtelevaan asiakasta ja potilasta niin, että hänen ihmisarvoaan ei loukata, ja hänen vakaumustaan ja yksityisyyttään kunnioitetaan. Laeissa kielletään myös syrjintä. Sosiaalityöntekijän eettisissä periaatteissa korostuvat erityisesti ihmisen yksilöllisyyden ja ihmisarvon kunnioittaminen, itsemääräämisoikeuden

ja itsenäisyyden tukeminen, ihmisten tasa-arvoinen ja kunnioittava kohtelu ja oikeudenmukaisuuden edistäminen. (Repo 2004, 415.)

Kehitysvammaisen henkilön ja hänen ympäristönsä välinen vuorovaikutus on riippuvainen siitä, onko henkilöllä mahdollisuuksia vaikuttaa omaan tilanteeseensa, ja myös siitä, onko hänellä tarpeeksi toimivia tunne-elämän ja tiedollisia virikkeitä. Tämä voi aiheuttaa sen, että kehitysvammaisen henkilö muuttuu välinpitämättömäksi, masentuneeksi, avuttomaksi, aggressiiviseksi, rauhattomaksi tai itseään vahingoittavaksi. Lopputuloksena voi olla stereotyyppinen tai häiritsevä käytös. (Kaski ym. 2012, 155.)

Työntekijän ammattieettisiin tehtäviin kuuluu tehdä valintoja asiakkaiden suhteen, toisaalta ottamalla huomioon itsemääräämisoikeus, ja toisaalta päättämällä asiakkaan puolesta, koska hän ei vammansa tai tilansa vuoksi kykene tekemään järkevää valintaa tai ymmärrä päätöstensä seurauksia. Jokaisen työntekijän on tällaisissa tapauksissa käytettävä omaa asiantuntemustaan ja ammattitaitoaan parhaan mahdollisen ratkaisun löytämiseksi. Ammattieettisten ohjeiden ja lainsäädännön lisäksi työyhteisöissä pitää käydä keskusteluja yhteisten linjojen löytämiseksi. (Repo 2004, 413-415.)

Vaikka kehitysvammaisten itsemääräämismahdollisuuksia pyritään jatkuvasti parantamaan, on se tällä ihmisryhmällä edelleen vaikeasti toteutettava oikeus monesta syystä. Eriksson (2013, 82-83) on tutkinut vammaispalvelujen käyttäjien itsemääräämistä, jossa hankkeen päämiesten mielestä elämäntätönsä ovat sidoksissa palvelujärjestelmän käytäntöihin ja rakenteisiin. Itsemääräämisoikeuden puutteet jopa hyvin arkisissa asioissa hallitsevat heidän elämänsä palvelujen asiakkaina, ja he asettuvat hyvin usein vastarinta-asemaan silloin, kun heidän kanssaan puhutaan palvelujärjestelmän käytännöistä. Vammaisen henkilön itsemääräämisoikeutta voi parantaa antamalla enemmän mahdollisuuksia suunnitella itse elämänsä ja määritellä omia palveluitaan.

3.1.4 Kehitysvammaisen ihmisen hyvän elämän turvaamisen keinot

Vehmaksen mukaan (2005, 210) yhteiskunnassa vammaisuuden näkeminen yksilöllisenä ja yksilön ongelmana, ei-toivottavana ominaisuutena, jota pyritään

ehkäisemään, parantamaan ja korjaamaan, ei ole eettisesti oikea, koska vammaisista tehdään ”normaaliin” ihmisten kokemusten objekteja, ei heidän omien kokemustensa subjekteja. Vammaisten ihmisten subjektiivuuden tunnistaminen on tärkeä tekijä heidän tasa-arvoisen sosiaalisen ja moraalisen asemansa saavuttamiseksi. Sitä varten vammaisten ihmisten elämästä on hyvä saada monipuolinen ja totuudenmukainen kuva. Sen saamiseksi pitäisi painottaa vammaisten omia kertomuksia kokemuksistaan ja siitä, miten he näkevät itsensä suhteessa heidän ominaispiirteisiinsä, vertaisryhmäänsä, läheisiinsä ja valtaväestöön.

Vammaisuuden voi ja pitääkin nähdä yhtenä inhimillisen moninaisuuden ilmenemismuotona, eikä negatiivisena yksilöllisenä ominaisuutena. Vammaisen ihmisen tasa-arvoisen aseman saavuttaminen edellyttää ammatillisen ja poliittisen kulttuurin muutosta, jonka avulla päästään eroon ”he-me”-ajattelusta. (Vehmas 2005, 210–211.)

Eriksson (2013, 100) korostaa sitä, että pyrkiessämme kehittämään palvelujärjestelmää kohti hyvinvoivaa kansalaista, ja oman elämänsä ohjaksissa olevaa vastuullista yksilöyttä, on tärkeää auttaa ihmistä tekemään omat ratkaisunsa. Palvelujärjestelmän roolin merkitys pienenee yksilön elämässä silloin, kun hänelle kasvaa yksilön vastuutunto omista palveluistaan ja elämästään. Yksilöllä ei tavallaan olisi enää moraalista oikeutta tukeutua suoraan palvelujärjestelmän apuun, vaan hänellä pitäisi olla riittävästi omia voimavaroja, ja vastuun kantaminen omasta elämästään onnistuisi. Aikuissosiaalityön ideologian ydin nyky-yhteiskunnassa pitäisi olla se, että se tukisi apua tarvitsevia ihmisiä yksilöllisellä tavalla, voimavarakeskeisesti, auttamalla yksilöä auttamaan itseään.

Kehitysvammaisten oikeuksien toteutuminen on paljon kiinni ohjaajien ja päättäjiä tekevien ammattilaisten ammattietikasta ja siitä, kuinka paljon he ovat valmiit näkemään vaivaa asiakkaiden etujen ja oikeuksien toteutumisen eteen. Revon (2004, 413) mukaan, jos asiakkaan ja yhteiskunnan edut ovat vastakkain, pääsääntönä tulee ottaa huomioon asiakkaan edut ja vasta sen jälkeen yhteiskunnan. Koska kehitysvammaisten keskuudessa on paljon haastavasti käyttäytyviä tai hankalasti tavoitettavia ihmisiä, valinnat helposti tehdään ryhmän tai yhteiskunnan eduksi, koska ei löydetä oikeita keinoja toimia tai ei saada tarpeeksi resursseja käyttää niistä.

Kehitysvammaisten oikeuksien toteuttamisessa ongelmana on myös se, että vammaispalvelujärjestelmän instituutioissa on paljon yksityisyyden suojaa vaingoittavia käytäntöjä, esimerkiksi huoneen tarkastuksia, joita perustellaan laitoksen yleisenä etuna ilman rajoittavia seikkoja. Laitoksen totuttuina tapoina ne rajoittavat asukkaan itsemääräämisoikeutta ja edustavat repressiivistä tai alistavaa ja rajoittavaa vallankäyttöä. (Eriksson 2013, 91.) Yksityisyyden kunnioittaminen arkipäiväasioissakin, eikä vain silloin kun tehdään elämän suuria päätöksiä, on tärkeä tapa tukea kehitysvammaisen hyvän elämän onnistumista.

Yksi keino turvata kehitysvammaisen ihmisen hyvää elämää on aktiivinen kuuntelu. Sen tavoitteena on paneutua asiakkaan sanottavaan ja varmistaa sen ymmärtäminen, koska heidän ilmaisukykynsä ja käsitteensä voivat olla hyvinkin erilaisia kuin "normi-ihmisillä". He voi olla myös ulkonäöltään oudon näköisiä muiden silmissä, ja ihmiset ja myös ammattilaiset saattavat suhtautua heihin alentavasti väärin perustein. (Repo 2004, 416.) Suvaitsevaisuus ja yksilöllisyyden kunnioittaminen ovat tärkeitä myös kehitysvammatyössä.

Myös Kaskin ym. (2012, 148) mukaan vammaisen ihmisen hyvän elämän turvaamiseksi tarvitaan vammaisuuden hyväksymistä, mutta myös tietoa ja toimivia ihmissuhteita, joiden avulla toteutuu todellinen inklusio eli mukaan ottaminen yhteiskuntaan. Tärkeää on positiivisen erityiskohtelun periaate, joka korostaa palveluja ja tukitoimia, joiden avulla turvataan yhdenvertaisuuden toteuttamista. Tärkeää on myös kohdella vammaisia henkilöitä samalla tavalla kuin muitakin ihmisiä, ja antaa kaikille mahdollisuus terveelliseen ja turvalliseen elämään.

Ikätason mukainen kohtelu ja elämisen malli sekä päivittäisestä toiminnasta selviämisen harjoittelu auttavat vammaista aikuista mahdollisimman itsenäiseen asumiseen ja omien asioiden hoitoon. Vammaisen aikuisen pitää saada myös mahdollisuus työhön tai päivätoimintaan ja sosiaalisiin suhteisiin vaikka harrastusten kautta. Myös läheiset ihmissuhteet ovat tärkeitä heille. Kehitysvammaisuuskaan ei ole enää este avioitumiseen, ja seksuaalisuutta pitää tukea ja opasta jokaisen kehitystason ja tarpeen mukaan. (Matero & Talvela 2004, 402–404.)

Itsemäärääminen kulkee käsi kädessä muista riippumattomuuden kanssa, mihin tarvitaan itsenäistymistä. Ulf Gustafssonin mukaan (1999, 39–40) vammaisen ihmisen itsenäistymisen hyvänä tehostajana toimii provosointi. Provosoidaan esimerkiksi esiin mielipiteitä ja kannanottoja, pakottamista ajattelemaan itse. Itsenäisyyteen kannustava avustaja ei suhtaudu asioihin itsestään selvyyksinä, vaan pakottaa asiakkaansa tekemään yhä enemmän omia valintoja. Monelle laitostuneelle ihmiselle päätösten tekeminen ja mielipiteiden esittäminen ovat vaikeaa, koska hänen itseluottamuksensa on hyvin heikko.

Kehitysvammaiset ihmiset tarvitsevat kognitiivisten, emotionaalisten, fyysisten ja sosiaalisten tarpeidensa täyttämiseen rikastuttava ympäristö, jossa he saavat aktiivisesti toimia. Tällaisen ympäristön luomiseen on hyväksi avuksi todettu taide- ja virkistystoiminta, joka aktivoi kognitiivista toimintaa. (Levine Madori 2010, 35.)

3.2 Elämänhallinta

Keltikangas-Järvisen (2008, 255) mukaan elämänhallinta tarkoittaa ”ihmisen uskoa siihen, että hän voi vaikuttaa asioihin ja muuttaa olosuhteita itselleen suotuisammiksi”. Ihminen pyrkii omalla toiminnallaan muuttamaan niitä ulkoisia tai sisäisiä olosuhteita, jotka ovat hänen kokemansa mukaan hänelle liian rasittavia tai voimavaransa ylittäviä. Hän pyrkii muuttamaan tai olosuhteet tai omat käsityksensä niistä toisiksi, ja prosessi muistuttaa stressihallintaa. Elämänhallinta antaa ihmiselle tunteen, että hän on vastuussa omasta elämästään, uskoo voivansa omilla päätöksillään ja ratkaisuillaan vaikuttaa omiin asioihinsa ja siihen, mitä itselle tapahtuu.

Roos (1988, 206–207) jakaa elämänhallinnan ulkoiseen ja sisäiseen. Hänen mukaansa ulkoinen elämänhallinta viittaa ihmisen kykyyn ohjata elämänsä kulua niin, että mitään odottamatonta suuresti elämänkulkuun vaikuttavaa ei tapahdu. Hyvän elämänhallinnan avulla ihmisen itsensä asettamat tavoitteet suuremmalta osalta toteutuvat. Sisäinen elämänhallinta on ihmisen sopeutumista elämän tapahtumiin, vaikka dramaattisiinkin, hänen kykynsä nähdä asioita parhain päin. Sisäinen hallinta muuttuu elämänaikana, ja se opitaan vähitellen lapsuudesta saakka. Se on myös ihmisen onnellisuuden tunteen perusta.

Vehmaksen (2015, 47) mukaan elämänhallintaan liittyviä käsitteitä ovat sopeutuminen, selviytyminen, puolustautuminen, hallinta ja kontrolli. Keltikangas-Järvinen (2008, 267) kuvaa elämänhallintaa sisäiseksi autonomiaksi, oman itsensä, tunnetilojensa ja niiden käyttäytymisseurausten ohjaamiseksi. Sisäinen autonomia tarkoittaa muun muassa sitä, että ihmisen reaktiot eivät ole suoraviivaisesti ulkoisten ärsykkeiden aiheuttamia, se auttaa ihmistä irtautumaan ärsykkeiden välittömästä vaikutuksesta, antamaan niille uusia tulkintoja, viivyttämään ja kontrolloimaan omaa reaktiotaan niihin.

Elämänhallinnan käsite on lähellä toimintakykykäsitettä. Feldtin mukaan (1997, 134–147) toimintakyky voidaan jakaa fyysiseen, psyykkiseen ja sosiaaliseen toimintakykyyn. Sosiaalinen toimintakyky kuvaa kykyä tulla selviytyä elämän eri alueilla. Psyykkiseen toimintakykyyn kuuluu emotionaaliset ja kognitiiviset toiminnot osana sisäistä elämänhallintaa. Elämänhallinta on yhteydessä tyytyväisyyteen ja terveyteen. Hyvä elämänhallinta vahvistaa terveyttä edistävää käyttäytymistä. (Vehmas 2015, 47.) Ihmisen, jolla on vahva fyysinen, psyykinen ja sosiaalinen toimintakyky, on myös helpompi löytää paikkansa yhteiskunnassa (Vehmas 2015, 47).

Elämänhallinnan tunne, kuten myös elämän merkityksellisyys ja ymmärrettävyys, sosiaaliset verkostot ja identiteetti, ovat kehitysvammaisten mielenterveyteen vaikuttavia asioita. Elämänhallinnan tunne on mahdollisuus vaikuttaa niihin asioihin, joita itselle tapahtuu, ja tämän tunteen puuttuminen voi johtaa mielenterveysongelmiin. Kun ihminen kokee mahdollisuuden vaikuttaa omaan elämäänsä ja itselle tapahtuviin asioihin hänellä käytössä olevien keinojen avulla, se lisää pärjäämisen tunnetta. (Mielenterveystalo 2016.)

Kehitysvammaisen henkilön taidot ja mahdollisuudet vaikuttaa itselle tapahtuviin asioihin ovat usein rajalliset, sen takia tulisi ottaa huomioon arjen toimintaympäristöä niin, että vaikutusmahdollisuudet lisääntyisivät. Usein vaikutusmahdollisuudet ovat kiinni siitä, noudatetaanko yhteisöissä liian tiukkoja rajoja ja normeja vai voivatko asukkaat tuntea ympäristön kodikseen. Heillä pitää olla mahdollisuus noudattaa yksilöllisiä tottumuksiaan, tehdä valintoja ja tuntea olonsa turvalliseksi. Tunnetta oman elämän hallinnasta lisäävät arjen taitojen harjaantuminen sekä henkilön kyvyille sopivat vastuut. (Mielenterveystalo 2016.)

Elämönhallinnalla vaikutetaan elämänlaatuun, hyvinvointiin ja onnellisuuteen. Vehmas (2005, 174) korostaa, että älykkyys ei takaa subjektiivista tyytyväisyyttä. Hyvinvointi on subjektiivinen käsite ja koskee sitä, mikä yksilön omasta näkökulmasta on hyvää tai pahaa hänelle. Tyytyväisyys ja hyvinvointi riippuvat yksilön ja yhteisön suhteesta. Suhteilla muihin ihmisiin on usein suurempi merkitys yksilön hyvinvointiin kuin jollain yksittäisellä ominaisuudella.

Itsemääräämisoikeus on yksi elämönhallinnan tunnetta lisäävä asia, mihin nykypäivänä panostetaan kehitysvammaisten oikeuksien turvaamiseksi. Kehitysvammaisen henkilön oma tahto tulee selvittää häntä koskevissa asioissa tuetun päätöksenteon avulla. Mahdollisuus tehdä valintoja antaa kehitysvammaiselle henkilölle tunteen, että hän voi vaikuttaa siihen, mitä hänelle tapahtuu. Tapahutumien ennakointi auttaa kehitysvammaista hahmottamaan ajan kuluja ja elämän sisältöä sekä valmistautumaan tulevaan, mikä kaikki lisää elämönhallinnan tunnetta. (Mielenterveystalo 2016.)

Elämönhallinnan lisääntymiseen muun muassa kehitysvammaisilla tarvitaan voimaantuminen eli empowerment, joka lisää ihmisen kykyä toteuttaa omia suunnitelmiaan paremmin, ja saavuttaa tavoitteensa. Empowerment-käsite tarkoittaa voimaantumista ja valtautumista. Valtautumisessa otetaan valtaa oman elämän hallintaan, ja voimaantumisessa kyse on psyykkisestä voimasta pitää oman elämänsä ohjat omissa käsissään. (Vehmas 2015, 52–53.)

Terveyden sosiologian tutkija Antonovsky määrittelee terveyttä suojaavaksi tekijäksi koherenssin tunteen, johon kuuluvat elämän ymmärrettävyys (comprehensibility), elämönhallinnan tunne (manageability) ja elämän merkityksellisyyden kokemus (meaningfulness). Koherenssin tunteen saavuttamiseksi yksilö tarvitsee riittäviä henkisiä ja aineellisia, henkilökohtaisia ja ympäristöön liittyviä resursseja. Näitä resursseja ovat muun muassa tiedot ja taidot, persoonallisuus, identiteetti, selviytymiskyky, taloudelliset resurssit, kulttuurinen pääoma, perinteet ja sosiaalinen tuki. Tärkeää on myös yksilön kyky käyttää olemassa olevia resursseja saavuttaakseen koherenssin tunteen. Koherenssin tunne sekä kyvyt, jotka tukevat sitä, kehittyvät läpi elämän. (Hongisto ym. 2008, 9.)

Elämän mielekkyyteen ja koherenssin tunteeseen Antonovskyn (1987) mukaan liittyy olennaisesti osallisuus niihin prosesseihin, joissa yksilö muokkaa omaa kohtaloaan ja arkipäivän kokemuksia, sekä tunne siitä, että hän voi päättää erilaisten tietojensa ja taitojensa käytöstä. Elämönhallintaan kuuluu myös ihmisen kyky hahmottaa ja ymmärtää sisäistä ja ulkoista maailmaansa ja elämäänsä sekä kokea ympäristössä tapahtuvat asiat johdonmukaisiksi, säännönmukaisiksi ja loogiseksi. (Vainio 2008, 10–11.)

Timo Mäkirannan (2008, 63,62) pyrkimyksessä määritellä elämönhallintaa sosiaalipedagogisena käsitteenä korostui elämönhallinnassa dialogisuus ja dialogin käyttö käytännön menetelmänä, joka on ehtona persoonaksi kasvamiselle ja toimii omaehtoisen elämönhallinnan edellytyksenä. Dialogisuus viittaa asennoitumiseen, joka saattaa muuttua niin, että annetaan lupaa sille, että voi ja saa kiinnostua niistä asioista, joista ei alun perin ollut kiinnostunut. Dialogi tuo uutta tietoa ja uusia näkemyksiä, jotka johtavat laajempaan yhteiseen ymmärrykseen.

3.3 Identiteettityö

Identiteetti on pysyvä, yksilöllinen käsitys omasta itsestään, joka muodostuu omista kokemuksista, tavoitteista ja ratkaisuista. Identiteetin perustana toimivat ihmisen yksilölliset ominaisuudet, sen muodostuminen tapahtuu vuorovaikutuksessa muiden kanssa vielä aikuisiässäkin, erityisesti tärkeät elämänvaiheet ja suuret elämänmuutokset voivat muuttaa sitä. Identiteetti antaa pohjan hänen elämönhallinnalleen. (Keltikangas-Järvinen 2008, 268.)

Savolainen (2009, 218) kuvaa identiteettiä narratiiviseksi, ymmärrettävyyteen pyrkiväksi sisäiseksi rakenteeksi, joka ohjaa ihmisen valintoja ja tulkintoja omasta elämästään. Kokemus omasta minästä on näin sisäinen, itselle kerrottu tarina. Tämä tarina uudistuu jatkuvasti elämällä ja kertomalla sekä omaksumalla itselleen merkityksellisiä ihmisten, hoito- ja kasvatustituutioiden sekä laajemman kulttuurin odotuksia.

Identiteettityötä pidetään keskeisenä osana perustehtävää kaikessa ihmisyydessä. Sosiaalityön perinteiset tavat ottaa huomioon asiakkaan elämäkoke-

mus, vuorovaikutussuhteet ja käsitys omasta itsestä eivät olleet riittäviä. Ihminen tarvitsee myös rakastetuksi tulemista, johon ammatilliset keinot eivät kykene. Syväälle viety dialogisuus antaa menetelmän käyttäjälle enemmän keinoja auttaa ihmistä hänen identiteettityössään, kuin hoidollisessa työssä perinteisesti on käytettävissä. (Savolainen, 2016.)

Vammaisen ihmisen elämässä hyvin vahvana on vallankäyttö, jolla ulkopuoliset asiantuntijat määrittelevät näiden ihmisten elämän sisältöä ja tapoja. Tämän seurauksena ihmisen identiteettiin vaikutetaan niin, ettei hänelle anneta määräysvaltaa toimia niin, miten hän näkee olevan itselleen parasta. Tapahtuu institutionalisaatio, prosessi, jossa ihmisille rakennetaan epätavallisia identiteettejä ja oikeutetaan ne virallisilla perusteilla. (Eriksson 2013, 83.)

Kehitysvammaisille ihmisille on tärkeää lisätä elämän ymmärrettävyyttä ja selkeyttä käsitystä itsestään. Muutosten ja muutoksien vuoksi henkilöllä voi olla hyvin repaleinen käsitys oman elämänsä tarinasta, jonka vuoksi hän ei koe hallittavansa omaa elämää. Tästä syystä voi tuntua siltä, että toiset päättävät henkilön asioista. Käsitys itsestä voi olla epäselvä. Identiteettityöhön kuuluvat eletyn elämän jäsentäminen ja persoonallisuuden eheyttäminen. (Hongisto ym. 2008, 27.)

Muun muassa Minna Enqvist (2017) on korostanut, että kehitysvammaisen henkilö jää helposti sivuosaan omassa elämässään. Kehitysvammaisilla ihmisillä pitäisi olla keinoja itseilmaisuuksiin ja oman identiteettinsä ymmärtämiseen ja vahvistamiseen. Esimerkiksi narratiiviset keskustelut, valokuva ja taiteellinen työskentely voivat olla apuna siihen, koska nämä kolme osa-aluetta tukevat toisiaan ja auttavat tarkastelemaan aiheita eri näkökulmista, mikä mahdollistaa vaihtoehtojen käyttämisen ja omien oivallusten tekemisen. Kehitysvammaisen henkilön Identiteettityöskentelyn tavoitteena on lisätä ja aktivoida vaikutusmahdollisuuksien käyttöä omassa elämässään, kuten myös oman identiteetin ymmärtäminen ja selkeyttäminen sekä omien voimavarojen tunnistaminen. Muun muassa voimaannuttava valokuvakansio tukee yksilökeskeistä elämänsuunnittelua, ja antaa asiakkaalle keinoja tuoda esille omat ajatuksensa. Identiteettityöhön kuuluu muodostaa itselle ja muille tarkempi kuva itsestään ja ympäristöstään.

3.4 Voimaannuttava toiminta

Tarve uudelle täydentävälle, voimaannuttavalle pedagogiikalle on syntynyt lasten erityisongelmien lisääntymisen myöten: sosiaaliset ongelmat, käytöshäiriöt ja levottomuus. Uuden pedagogiikan tavoitteet ovat muun muassa yksilöiden voimaantuminen kaikilla tasoilla, itsetunnon tukeminen, sosiaalisten kykyjen vahvistaminen, syrjäytymisen estäminen. (Sädekoski 2011.)

Voimaannuttavan toiminnan prosessin tavoitteena pidetään asiakkaan auttamista voimaannuttavan menetelmän keinoin. Prosessi selkiyttää ihmiselle itselleen, mitkä asiat hänen omassa elämässään ovat oleellisia. Tämän ymmärtäminen auttaa keskittymään voimavaroja tuoviin asioihin. (Maailman ihanin tyttö 2016.)

3.4.1 Voimaannuttavan toiminnan muotoja

Voimaannuttavalla toiminnalla on paljon muotoja, se voi olla taidelähtöinen toiminta ja taideterapia, voimaannuttava vuorovaikutus ja narratiivinen menetelmä. Taidelähtöinen toiminta on yksi tärkeimmistä niissä. Psykiatri ja aivofysiologian tutkija Johanne Lehtonen (Miettinen 2012, 151) näkee taiteen kehittyneen ihmiskunnassa sitä varten, että syntyisi itsen ja ulkomaailman välillä kantava silta, jota voi käyttää ihmisten väliseen vuorovaikutukseen. Taide on aina terapeutti, koska se edistää yhteyden tunnetta ulkomaailmaan ja auttaa myös hahmottamaan sitä. Taiteella on näin koostava ja turvallisuuden tunnetta vahvistava terapeutti vaikutus.

Taidelähtöisellä toiminnalla pyritään saamaan esiin sitä, mitä kullekin henkilölle tai ihmisryhmälle on merkityksellistä, mikä vahvistaa itsetuntemusta ja voimaannuttaa. Yhteiset kokemukset ja elämykset luovat vastavuoroisen oppimisen prosessin ja auttavat jäsentämään todellisuutta. Taidelähtöisten menetelmien avulla pystytään rikastuttamaan arkista kanssakäymistä, virittää aistit ja mieli toimimaan tehokkaammin. Myös tärkeää menetelmässä on saada esiin kokemuksia ja tunteita, jotka ovat olemassa, mutta niihin ei saa kosketusta ja sen kautta käsitellä niitä. On huomattu, että kyky ilmaista tunteita toimii terveyden suojaavana tekijänä. (Känkänen 2015.)

Taiteellinen toiminta voi olla esimerkiksi teatteri, sairaalaklovnit, tanssi, musiikki, kuvataide ja voimaannuttava valokuva. Niiden kautta taiteellisen ilmaisun turvin voi tulla esiin jotain sellaista, jolle on ollut vaikea löytää sanoja tai muotoa. Taiteen tärkeä tehtävä tässä on myös se, että se auttaa sosiaaliseen kasvuun ja omien vahvuuksien tunnistamiseen. Se myös johdattaa uusiin havaintoihin, tuottaa syvyyttä ja toisenlaisia näkökulmia jo ennestään tuttuihin asioihin. (Känkänen 2015.)

Seeskari (2004) kuvailee taideterapiaan liittyvää kuvien tekemistä tapana kommunikoida. Kuvien kieli voidaan ymmärtää ja tulkita eikä sen kääntäminen sanalliseen muotoon ole aina tarpeen. Sanallistaminen voi jopa vähentää kuvan omaa ilmaisuvoimaa. Sanallisen ja eleiden viestinnän rinnalla kuvat ovat tärkein kommunikaation muoto taideterapiassa. Kuvan tekemiseen voi liittyä elvyttävä ja hyvää tekevä vaikutus eräänlaisena sielua ravitsevana kokemuksena. Taide- ja kuvallinen itseilmaisu ovat aina terapeuttista, koska ne tarjoavat myönteisiä aineksia hyvän mielen rakentamiseksi. Taiteen harjoittamisella on myönteinen vaikutus itsearvostukseen ja itsetuntoon sekä persoonan eheytykseen. (Grönvall 2011, 176, 182.)

Voimaannuttava vuorovaikutus on toimintatapa, joka vahvistaa vuorovaikutusta muun muassa vaikeasti kehitysvammaisten ja autististen ihmisten kanssa, joilla vuorovaikutustaidot ja kielen käyttö sekä kielen ymmärtämisen taito ovat rajallisia. Melanie Nind ja David Hewett (2011, 12–13) kehittivät voimauttavan vuorovaikutuksen (Intensive Interaction) menetelmää, jonkun tavoitteena on auttaa toimivaan vuorovaikutukseen vaikeasti kehitysvammaisten ihmisten kanssa. Voimauttavan vuorovaikutuksen kohderyhmään voi kuulua puhumattomia ihmisiä tai ihmisiä, joilla on kontaktivaikeus, vaikea oppimisvaikeus, autismin kirjo, huonosti kehittyneet sosiaaliset ja kielelliset taidot tai vaikeus käyttäytymisessä. Vuorovaikutuksen laatuun vaikuttaminen auttaa myös elämänhallintaan.

Känkänen mukaan (2015) taiteesta ja kulttuurista on pyritty tekemään osa sosi- ja terveydenhuollon toimintoja. Uudenlainen yhdessä tekeminen, joka yhdistää erilaisia toiminta-alueita, antaa sekä työntekijöille että asiakkaillekin mahdollisuuden rohkaistua yhdistämään ammatillisia, sosiaalisia ja henkilökohtaisia kehitystehtäviä. Taiteen soveltava käyttö hyvinvointialoilla on paljon lisääntynyt

viimeisen kahdenkymmenen vuoden aikana, ja on paljon tutkimuksellista näyttöä siitä, että taidelähtöisistä menetelmistä on käytännön hyötyä. Taiteesta saa apua vuorovaikutussuhteen rakentumiseen, ja ”taiteella on merkitystä kommunikation, ilmaisuuden ja jäsentämisen tilana”. Myös Brett ym. (2012, 171) korostavat, että terveyshuollon ympäristössä monille terveyshuollon ammattilaisille taiteen käyttämisellä omassa asiakastyössä on tänään iso merkitys kuten myös haaste.

Taidemenetelmiä on käytetty muun muassa ratkaisukeskeisessä taidepsykoterapiassa, jonkun filosofinen tausta tulee yhteiskunnalliselta konstruktiolta, jossa maailman ja itsensä tuntemusta pidetään alkuperinä ihmissuhteissa, ja se on keskeinen asia ihmisen hyvinvoinnille. Ratkaisukeskeinen taidepsykoterapia korostaa terapeutin ja asiakkaan välistä yhteistyösuhdetta ja ainutlaatuisia yhteistyömuotoa jokaisen perheen, yksilön ja pariskunnan kanssa. Se on suuntautunut tulevaisuuteen ja keskittyy ratkaisuihin ja vahvuuksiin pikemminkin kuin ongelmiin, joiden mukaan ihmiset tarvitsevat resursseja muutosten tekemiseen. Taidepsykoterapia on vaativa luova prosessi asiakkaalle, mikä sisältää tietojen käsittely ajattelun, tunteen ja kuvittelun kautta. (Rüütel 2012,181.)

Therapeutic Thematic Arts Programming (TTAP) -menetelmää kehittänyt Levine Madori (2010, 35) luonnehtii menetelmää strukturoiduksi luovan taiteen ohjelmaksi, jossa hyödynnetään kaikkia taiteen muotoja aivojen toiminnan aktivoitumiseksi. TTAP:n tarkoituksena on tuottaa toimintaa niin, että kullakin aivo-toimintojen alueella käytettäisiin niin monta oppimistyyliä kuin mahdollista. Näin kehitysvammaiset ihmiset saavat rikastuttavan ympäristön, jossa he pääsevät toimimaan aktiivisesti. Tällaisen ympäristön luomisen tukena on taide- ja virkistystoiminta, joka aktivoi kognitiivista toimintaa. Tärkeää luovien menetelmien käytössä on se aivotutkimuksesta saatu tieto, että aivoissa voi syntyä uusia soluja, kun niitä stimuloidaan.

Esimerkiksi voimaannuttavan valokuvauksen menetelmässä käytettävät tunteita herättävät omakuvat voivat muuttaa ihmisen käsitystä itsestään ja auttaa näkemään itsensä erityisenä ja kauniina. Valokuvat auttavat näkemään itsestä erilaisia puolia. Omakuvat saattoivat ensimmäistä kertaa ihmisen elämässä tehdä näkyväksi sellaisen minän, joka ei ollut aiemmin tullut esiin. Valokuvaus-

projektiin osallistuneet ihmiset olivat kokeneet, että he saivat kuvien avulla näytettyä erilaisia puoliaan itsestä myös muille ihmisille. (Maailman ihanin tyttö 2016.)

Oman identiteetin tarkasteluun ja voimavarojen vahvistamiseen on käytetty myös luova menetelmä Tarinoista kuviksi – voimaannuttavat valokuvakansiot. Se soveltuu erityisen hyvin henkilöille, joilla on haasteita muuntaa kokemuksiinsa sanoiksi. Menetelmässä luodaan valokuva-albumi luovan askartelun, niin sanotun skräppäyksen, avulla. Voimaannuttavat valokuvakansiot -työskentelyssä tärkeää olla määräämättä ulkopuolelta sitä, mitä päähenkilöä voimaannuttaa ja mikä hänelle on merkityksellistä. (Enqvist 2017.)

Valokuvaterapeuttisessa työssä Halkolan mukaan (2009, 13) käytetään valokuvia, jotka ovat asiakkaalle merkityksellisiä, apuna itsehavainnointiin, ymmärrykseen ja muutokseen. Valokuvien maailmaan eläytyminen käynnistää terapeutin prosessin, joka herkistää aistit ja tunteet ja tuo lähelle vanhat muistot. Valokuvat luovat siltoja menneisyyden muistojen, tiedostamattoman nykyhetken ja tulevien toiveiden välille. Terapeuttisessa vuorovaikutuksessa asiakkaan on mahdollista nähdä elämänsä uudessa valossa ja oppia itsestään uutta.

Myös erilaiset luontoläheiset menetelmät, kuten Green care -ajattelun mukainen terapeuttinen työskentely maaseudulla, puutarhanhoito, eläinavusteinen toiminta ja luontomatkailu ovat nykypäivänä nouset keskusteluun uudenlaisina työskentelymahdollisuuksina hyvinvointialoilla. Yhteyttä luontoon voi käyttää terapeuttisessa mielessä elvyttämiseen, tai vaikka teknologiariippuvuuden lieveilmiöiden lievittämiseen. (Juusola 2016b, 150.) Luonnon ja eläinläheiset menetelmät sopivat myös kehitysvammaisten tarpeisiin.

3.4.2 Voimaannuttava valokuva

Valokuvaa on käytetty ainakin 60 vuotta terapeuttisessa mielessä: psykiatriassa hoidossa (englantilainen psykiatri Diamond), psykologiassa (David A. Kraussin ja Jerry L. Fryearin teos *Phototherapy in Mental Health*), ihmismielen ja ihmisen elämäntarinan tutkimisessa ja hoidossa (esimerkiksi kahdensadan psykologin ja taideterapeutin verkosto Amerikassa ja Kanadassa) (Halkola 2009, 13). Valokuvamenetelmää ammattilaisten työkaluna käytetään laajasti

maailmassa, erityisesti silloin kun verbaalinen kommunikointi on vaikeutunut tai tehoton.

Terapeuttisen valokuvasta tekee se, että sen viesti aiheuttaa ihmisen mielessä ja sydämessä erilaisia prosesseja. Prosesseja käynnistää ei varsinainen valokuvan kuvaama asiaa, vaan ne viestit, jotka luovat ihmisen oma realiteettinsa valokuvan sisällöstä, ja joihin vaikuttaa olennaisesti henkilön oma ainutlatuinen oman elämänsä tuntemus. (Psykoterapian instituutti 2017.) Vaikka fototerapia on suhteellisen uusi menetelmä, se sopii oikein hyvin nykyihmisen psyykkisen voinnin mittaamiseen (Sosiaalialan kehittämiskeskus 2016).

PhotoTherapy-tekniikoita ovat terapeuttisia käytäntöjä, joissa käytetään ihmisten henkilökohtaisia tilannekuvia, perhealbumeja ja muita kuvia ja niiden herättämiä tunteita ja ajatuksia työkaluina silloin, kun pitää syventää ymmärrystä ja parantaa viestintää ihmisillä, joilla ei sanallinen viestintä ole riittävää. Terapeuttisen valokuvaustekniikan käyttöön ei tarvita terapeutin taitoa, esimerkiksi silloin, kun valokuvausta käytetään lisäämään ihmisten omaa tietämystä, tietoisuutta, parantamaan suhteita toisiin ihmisiin, aktivoimaan osallisuutta yhteiskuntaan, vähentämään sosiaalista syrjäytymistä, auttamaan kuntoutumista ja tuottamaan emotionaalisia parannusta ja oppimista. (PhotoTherapy, Therapeutic Photography & Related Techniques 2017.)

Voimaannuttavaa valokuvaa voidaan Savolainen (2009, 211) mukaan käyttää sosiaalipedagogisena menetelmänä yksilön ja erilaisten ryhmien voimaannuttamisprosessissa. Valokuvan käyttö voi luontevasti soveltaa ammatilliseen käyttöön, koska valokuvauksen käytännöt ja merkitykset ovat osa ihmisten arkea. Menetelmää käytetään vuorovaikutustaitojen parantamiseen, hajanaisten asioiden selkeyttämiseen, voimavarjojen vahvistamiseen sekä oman minän reflektointiin ja kehittämiseen.

Valokuvatyöskentelyn työmenetelmää voi soveltaa eri asiakasryhmissä ja eri tilanteissa. Systemaattisesti ja tavoitteellisesti sovellettavia terapeuttisia valokuvatyöskentelymenetelmiä ovat esimerkiksi voimaannuttava valokuvaus, asiakkaan ottamat kuvat, omaelämäkerralliset valokuvat tai projektikuvat. Valokuvaterapiassa ollaan vuorovaikutuksessa kuvien kanssa, niiden kanssa keskus-

tellaan ja niitä kuunnellaan. Katseleminen aktivoi kuvan herättämät mieliyhtymät. Prosessi rohkaisee ja tukee asiakkaan havainnointia tämän tutkiessa ja ollessa vuorovaikutuksessa omien kuviensa tai perhekuviensa kanssa. (Photo Therapy Techniques 2013).

Edellä mainitun perusteella valokuvatyöskentelymenetelmää voisi käyttää aktiivisemmin, vaikka kuntouttavassa aikuissosiaalityössä. Halkolan (2009, 14, 16) mukaan psykoterapian lisäksi terapeutista valokuvaa käytetään ennaltaehkäisevässä, hoitavassa ja sosiaali-, kasvatusta- ja terveysalan ammattihenkilöiden työssä. Valokuva on viestinnän väline, joka ei vaadi teknistä tai taiteellista osaamista, ja sen arkisen luonteen ansiosta sen sovellukset ovat monipuoliset. Valokuvien käyttäminen, kuten kaikki taideterapiatkin, pyrkii lisäämään asiakkaan itseyttä tunteiden ja ajatusten luovan ilmaisun avulla. Hirvosen (2015, 22) mukaan esimerkiksi mielenterveyskuntoutujien kanssa työskennellessään ohjaaja soveltaa toiminnallisia ohjaustyön menetelmiä muun muassa valokuvatyöskentelyä.

Koska voimaannuttavan valokuvan menetelmä perustuu voimakkaasti visuaalisuuteen, se soveltuu hyvin myös niille ihmisille, joilla verbaalinen kieli ei ole vahva. Visuaalisuus auttaa hahmottamaan oma itseänsä ja omaan elämäänsä liittyviä tunteita. Voimaannuttava valokuvaprosessi auttaa saada näkyväksi arjessa piiloon jäävä arvokas, hyvä ja merkityksellinen. Kuva auttaa näkemään tutut ihmiset uudella tavalla ja ihmisissä olevan ainutlaatuisuuden. Valokuva korostaa myös sitä, että vaikeissakin tilanteissa ihmisillä on voimavaroja ja mahdollisuus onnistua. (Burakoff 2011.)

Kuvaushetken tapahtuma on valokuvassa pysähtyneessä tilassa ja ylimääräinen informaatiokuorma on poissa, kuvaa voi katsoa "hidastuneesti", omassa rauhassa. Kehitysvammaiset ja puhevammaiset ihmiset voivat voimaannuttavan valokuvan ja muiden samankaltaisten työskentelytapojen avulla tehdä näkyväksi heille itselleen tärkeitä asioita. Valokuva pelkistää ja rajaa todellisuutta, mikä tekee valokuvassa olevat asiat selkeämmiksi ja kognitiivisesti helpommin jäsennettäviksi. (Burakoff 2011.) Tämä asioiden selkeyttäminen auttaa myös ihmisten elämänhallintaa. Myös Juusola (2016a, 148) luettelee valokuvausprojektin tavoitteiksi erilaisten tunteiden käsittelyn, identiteetin uudelleen rakentamisen, menneisyyden käsittelyn ja ihmissuhteiden vahvistamisen.

Voimaannuttavan valokuvan menetelmää käytetään myös osana Tarinoista kuviksi – Voimaannuttavat kansiot -menetelmää, joka sopii monenlaiseen identiteettityöhön. Menetelmässä käytetään omaelämäkerrallista työskentelyä, jossa valokuva yhdistetään luovaan askarteluun. Menetelmä sisältää näin narratiiviset keskustelut, valokuva ja taiteellinen työskentely. Nämä kolme osa-aluetta tukevat toisiaan ja auttavat tarkastelemaan aiheita eri kuvakulmista. Työskentelyn tavoitteena on lisätä ja aktivoida vaikutusmahdollisuuksien käyttöä omaan elämään. Voimaannuttava valokuvakansio tukee kehittäjänsä mukaan yksilökeskeistä elämänsuunnittelua, ja antaa asiakkaalle keinoja tuoda esille omat ajatuksensa. (Enqvist 2017.)

4 KEHITTÄMISTYÖN TOTEUTUS JA MENETELMÄT

Tämä opinnäytetyö on toiminnallinen kehittäminen, jonka tarkoituksena on koekielun avulla mallintaa ja juurruttaa kehitysvammaisten ryhmäkodin käyttöön voimaannuttavan valokuva-albumin työtappaa. Tässä selvitän mikä on toiminnallinen opinnäytetyö ja mitä tämä kehittämisprosessi sisälsi.

4.1 Mikä on toiminnallinen opinnäytetyö

Vilkan ja Airaksisen mukaan (2003, 9) toiminnallinen opinnäytetyö tavoittelee käytännön toiminnan ohjeistamista, opastamista, toiminnan järjestämistä tai järjeistämistä. Toteutustapana voi olla kohderyhmän mukaan esimerkiksi kirja, kansio, vihko, opas, kotisivut tai tapahtuma.

Toikon ja Rantasen mukaan (2009, 18) kehittämistoiminnassa lähtökohta tutkimusongelmien ratkaisun sijasta käytännöllisempi, ja tarkoitus on saada aikaan tavoiteltuja tuloksia. Kehittämisvälineitä valitaan sen mukaan, mihin kehittämällä pyritään, esimerkiksi selvittämään kehittämisen tarvetta, ylläpitämään kehittämiseen liittyviä sosiaalisia prosesseja tai arvioimaan tavoitteiden saavuttamista. Osa kehittämismenetelmistä kohdistuu idean keksimiseen ja osa sen jalostamiseen. Tässä työssä kehitän eteenpäin käytössä olevia voimaannuttavan valokuvan työskentelytapojen käyttöä ryhmäkodin asukkaana tarpeeseen.

Kuvataiteen tutkimuksen ja opetuksen professorin Juha Varton mukaan (2003, 7–8) ”opinnäytetyössä on haasteellista löytää tiedonkäsitys, joka parhaiten vastaa omaa alaa”. Toiminnallinen tiedonkäsitys on tärkeää yhä useammilla aloilla, erityisesti siellä, missä keskeisiä ovat taidot, käytännöllisyys ja sovellettavuus. Toiminnallinen opinnäytetyö vastaa sekä käytännöllisiin että teoreettisiin tarpeisiin, sillä yhteiset kokemukset voivat nousta sanallistamisesta ja yhteiseen keskusteluun nostamisesta myös teoreettisemman tarkastelun kohteiksi.

Myös Toikko ja Rantanen (2009, 22) painottavat että kehittämissuorituksella ei tavoitella ainoastaan kehittämisen välittömiä tuloksia, vaan tutkimuksellisten asetelmien ja tiedontuotannon avulla kehittämistoiminnan tulokset ja johtopäätökset pyritään nostamaan yleisemmälle tasolle, käsitteelliseen muotoon. Näin niitä voidaan helpommin arvioida myös yleisen merkityksen kannalta.

Toikko ja Rantanen (2009, 80–81) jäsentävät kehittämistoiminnassa tuotettu dokumenttiaineisto neljään tyyppiin: kehittämistoiminnan viralliseen toteutukseen kohdistuva määrällinen dokumentointi, toiminnan kuvaukset, esimerkiksi kalenteri tai työsuunnitelmat, kehittämistoiminnan epävirallinen seuranta, esimerkiksi työntekijöiden päiväkirjat, ja erilliset arviointidokumentit. Kehittämistyössäni käytän dokumentoinnin apuna opinnäytetyöpäiväkirjaa.

Toiminnallisissa opinnäytetyöissä pyritään turvaamaan saadun tiedon laatu käyttämällä perustasolla valmiita tutkimuskäytäntöjä, kuten esimerkiksi aineiston keräämistä. Toiminnallisissa opinnäytetyöissä ei kuitenkaan ole välttämätöntä analysoida kerättyä aineistoa yhtä tarkasti ja järjestelmällisesti kuin tutkimuksellisissa opinnäytetyöissä. Kerättyä tietoa käytetään opinnäytetyössä kuin lähdeaineistoa eli päättelyn ja argumentoinnin tukena sekä tuomaan teoreettista syvyyttä. (Vilkkä & Airaksinen 2003, 57–58.)

4.2 Käytetyt menetelmät

Keskeinen menetelmä, jota käytän tässä kehittämistyössäni, on voimaannuttava valokuva-albumi. Voimaannuttavan valokuvan menetelmässä hyödynnetään Savolaisen (2009, 217) mukaan neljää keskeistä elementtiä: albumikuvat,

valokuvasutilanteen vuorovaikutus, omakuva sekä arkielämän teemojen kuvaaminen. Kaikki neljä elementtiä olen käyttänyt omassa projektissani, koska jokaisella on oma lähestymistapa ja jokainen pääsee käsiksi erilaisiin asioihin.

Albumikuvilla, joissa käytetään kaikkea elämän varrelta kerääntynyttä kuvamateriaalia, tutkitaan yksilön elämässään ajankohtaisiksi kokemia teemoja sekä jäsennetään niitä kokonaisuuksiksi. Tämä työskentely järjestää uudella tavalla todellisuuden merkityksiä ja nostaa esiin voimavarjoja. Prosessissa tuotetaan omasta itsestä, ihmissuhteista, elämänalueista ja -tapahtumista tulkintoja, jotka auttavat ymmärtämään ja vahvistamaan itseä sekä omia ihmissuhteita. (Savolainen 2009, 217–218.) Terapeuttinen valokuvaustyöskentely voi olla vanhojen perhealbumien tutkimista, josta esille nousevat suhde todellisuuteen, suhde muistoihin ja suhde omaelämäkerrallisiin merkityksiin (Juusola 2016a, 148).

Vuorovaikutus kuuluu olennaisesti tämän kehittämistyön prosessiin. Vuorovaikutukseen kuuluu paljon muutakin kuin kieli, esimerkiksi eleet, ruumin liikkeet, ilmeet, koskettaminen. Vuorovaikutukseen liittyvät olennaisesti tunteet. Valokuvan terapeuttinen vaikuttavuus tapahtuu Burakoffin mukaan (2011) kuvien herättämien kehon reaktioiden ja tunteiden avulla. Kuva herättää ihmisessä tunnereaktion jo ennen kuin syntyy ajatus. Aivotutkimukset osoittavat, että ihmisen hymyyn kytkeytyneet peilisolut aktivoituvat, kun hän katsoo toista hymyilevää ihmistä tai hymyilevän ihmisen kuvaa. Hymy saa aikaan lisää iloa ja myönteinen kierre vahvistuu. Ohjaustilanteessa, silloin kun myös ohjaaja ja muut kuvaa katsovat ihmiset innostuvat näkemästään, kumuloivat nämä myönteiset vaikutukset.

Valokuvasutilanteen vuorovaikutus Savolaisen mukaan (2009, 218–219) tähtää tunnetasolla läsnäolevaan, dialogiseen vuorovaikutukseen toisen ihmisen kanssa. Sen keskeinen vaikutustapa liittyy nähdyksi tulemisen ja hyväksytyksi tulemisen tarpeeseen, jolla on paljon merkitystä oman arvokkuuden näkemiseen ja itseluottamukseen. Tätä vuorovaikutusta voi vertailla voimauttavaan vuorovaikutukseen (Nind & Hewett 2011, 22–23), jonka periaatteisiin kuuluvat tavat toimia kuten esimerkiksi olla valppaana ja mukauttaa ilmaisuja, olla lämmin ja leikkisä, auttaa kumppania johtamaan vuorovaikutusta, luoda tuttuja, yhteistä iloa tuottavia vuorovaikutustapoja.

Toinen tärkeä elementti valokuvatyöskentelyn vuorovaikutuksessa on hyvän näkeminen, joka vahvistaa toiselle ihmiselle oman arvokkuuden tunnetta. Ainutlaatuiset yhteiset voimaannuttavat hetket auttavat näkymättömänä olevaa ihmistä rakentamaan luottamusta toisiin ihmisiin. Ammatillisessa käytössä kokemus on myös tärkeä myönteisen tunnesuhteen rakentamisessa haastaviin asiakkaisiin. (Savolainen 2009, 219.)

Omakuvien avulla tutkitaan omia erilaisia puolia, rooleja ja tunteita sekä opetellaan katsomaan itseä hyväksyvämmiin. Omakuvilla tarkoitetaan kaikkia ihmistä itseään konkreettisesti tai symbolisesti esittäviä valokuvia, joista hän tunnistaa jotain olennaista itsestään, ja jotka hän haluaa lukea omakuviksi. Omakuvien rakentamisprosessissa ihminen pohtii, mitä hän haluaa vahvistaa ja todistaa itsessään olemassaolevaksi. Keskeisenä menetelmässä on ajatus, että jokaisella ihmisellä on oikeus nähdä itsensä merkityksellisenä ja arvokkaana. (Savolainen 2009, 220.) Omakuvan kanssa työskentely opettaa Enqvistin mukaan (2017) uudenlaista armollisuutta itseään kohtaan, ja työstämällä omakuvaa on mahdollista päästä käsittelemään tunteita ja tunnetiloja, joita muutoin on hankala tavoittaa.

Mieli myllertää -projektissa on kehitetty tukimuotoja perheille, joiden kehitysvammaiset perheenjäsenet tarvitsevat mielenterveyteen liittyvää tukea. Projektissa voimaannuttavan valokuvan menetelmänä oli käytetty oma kuva. Työskentelyn perustana pidetty se, että valokuva ja valokuvaustilanne voivat voimaannuttaa eli vahvistaa ihmisen sisäistä voimantunnetta. Menetelmän käyttö pohjautuu jokaisen ihmisen tarpeeseen tulla hyväksyttävästi nähdyksi, juuri sellaisena kuin olemme, unelminemme ja haaveinemme. Omakuvan työskentelyssä pyritään hahmottamaan ja vahvistamaan minäkuva ja omaa päätäntävaltaa. Tärkeänä tavoitteena on positiivisen palautteen vastaanottaminen ja antaminen. (Hongisto ym. 2008, 3, 9.)

Arkielämän teemojen kuvaaminen tähtää elämän ajankohtaisten, voimavaroja kuluttavien asioiden työstämiseen ja voimaa ja iloa tuovien asioiden vahvistamiseen. Kuvat voivat vahvistaa haluttuja, yksilöä rakentavia näkökulmia. Kuvilla voidaan eheyttää hajanaisia ja ristiriitaisia asioita, saada lohtua ja voimaa kiipuun tai tukea muutokseen. Asiakkaan kanssa tehtävät voimaannuttavat projektit

voivat olla apuna hoitosuhteen tietyn vaiheen tukemiseen tai asiakkaan elämäntilanteesta ja minäkuvasta lähtevien tarpeiden tukemiseen. (Savolainen 2009, 222.)

Tarina narratiivisena elementtinä muodostaa myös osan kehittämistyön tuotosta, kuvakirjaa. Erityisesti kehitysvammaisille ihmisille elämäntarinan työstäminen on tärkeää siksi, että se lisää elämän ymmärrettävyyttä ja selkeyttää käsitystä itsestä. Tarina ja sen ymmärtäminen auttavat jäsentämään elettyä elämää ja eheyttämään persoonallisuutta. Tärkeää olisi yhdessä lähihenkilön kanssa käydä läpi elämän vaiheita ja löytää niistä uusia positiivisuuden lähteitä. (Hongisto ym. 2008, 27.)

Tarinallisen elementin tuo kehittämisprojektiini päiväkirjan merkinnät valokuva-albumin luomisen aikana käytetyn keskustelun perusteella. Mannström-Mäkelän ja Saukkolan mukaan (2008, 65) narratiivisesta terapiasta saa keinoja ja välineitä työskentelyyn haastavien asiakkaiden kanssa. Narratiivisessa työskentelyssä korostetaan, että jokaisella on käytettävissä monia taitoja ja vahvuuksia, joiden avulla voidaan lieventää ongelmien vaikutusta elämään. Elämän tapahtumista tarinat syntyvät niin, että selitämme näitä tapahtumia tai luomme niihin mielekkyyttä tulkintojemme kautta. Syntynyt tarina vaikuttaa nykyhetken lisäksi myös tulevaisuuteen muuttamalla käyttäytymistä.

Tässä työssä tarinan käyttö liittyy kuvien analysointiin. Kuvien analysointi perustuu kysymyksiin, joiden avulla tutkitaan esimerkiksi kuvakokoelmia tai valokuva-albumia. Jokaisen kuvan voi analysoida erikseen ja yhdistää sitten tulokset kokonaiseksi tarinaksi tai kertomukseksi. (Banks & Zeitlyn 2015, 5.)

Kehittämistoiminnassani olen käyttänyt tutkimuksellista *havainnointimenetelmää*. Vaikka havainnointi on perinteinen laadullisen tutkimuksen aineistonhankintamenetelmä (Hiltunen 2017, 10), tutkimuksellisuudella Toikon ja Rantasen mukaan (2009, 156) pyritään arvioimaan ja jäsentämään kehittämistoimintaa, sen tavoitteita ja tuloksia. Havainnoinnilla selvitän, miten kehittämistyöhön osallistuva henkilö käytännössä toimii, havainnot kohdistuvat hänen käyttäytymiseensä. Havainnointini on ollut osallistuva, jossa tutkijalla on aktiivinen rooli havainnoitavassa toiminnassa. (Hiltunen 2017, 11.)

Koska kehittämistoiminta, valokuva-albumin tekeminen, tähtää päähenkilön aktivoitumiseen ja muuttumiseen, sitä voi luokitella Vilkkaan mukaan (2006, 46) aktivoivaksi osallistuvaksi havainnoinniksi, joka pyrkii tutkimuskohteen ymmärtämisen lisäksi myös muuttaa sosiaalista todellisuutta, jota tutkitaan. Muutostila voi olla myös tutkimusprojektin tavoite, jolloin aikaansaamiseksi toivotaan tutkimuskohteessa syntyvän ja kiihtyvän liikettä.

Päiväkirjaa Vilkka & Airaksinen (2003, 19) luokittelevat henkilökohtaisen opinnäytetyöprosessin dokumentoinniksi. Tärkeät havainnot päähenkilöni toiminnassa sekä hänen sanallisia ilmaisujaan, kuten myös omat oletukseni ja oivallukseni sekä oman toimintani reflektointi, olen dokumentoinut opinnäytetyön prosessin aikana päiväkirjaan. Päiväkirjassa käytin parafraaseja, tekstin ajatuksen ilmaisemista omin sanoin ja lauserakentein mutta tiivistystä laajemmin. Parafraasissa teksti kirjoitetaan omin sanoin ymmärtämisen perusteella. Referointeihin olen liittänyt myös kommentointia, koska keskustellessani päähenkilöni kanssa täydensin, kyseenalaistin tai kannatin hänen ajatuksiaan. Päiväkirjan sisältöön perustui kehittämistyön analyysin tekeminen. (Vilkka & Airaksinen 2003, 70.)

4.3 Kehittämistyön vaiheet

Koko kehittämistyöprosessi kesti vähän reilun vuoden. Aloitin koko työn suunnittelun ja valokuvien keruun hyvin ajoissa, koska tiesin työprosessin vievän aikaa. Muun muassa ryhmäkodin ja päähenkilöni elämän rytmi sekä arki piti ottaa huomioon. Opinnäytetyön suunnittelemiini aikatauluihin olin varannut reilusti aikaa valokuvien ottamiselle, koska halusin valokuva-albumiin mahdollisimman monipuolista ja kattavaa materiaalia. Olin näin arvioinut työprosessin keston oikein, aikatauluissa oli varaa venyä tarvittaessa. Tämän vuoksi työn valmistuminen osui toivottuun ajankohtaan.

Heti sen jälkeen, kun olin sopinut esimieheni kanssa opinnäytetyön aiheesta ja menetelmästä, hankin luvat kehittämistyötä varten. Kirjalliset luvat on kysytty työpaikaltani ja edunvalvojalta sekä päähenkilöltäni (esimerkki luvan tekstistä on Liitteessä). Suulliset luvat on kysytty kaikilta niiltä, kenen kuvat saattaisivat tulla mukaan valokuva-albumiin. Asiakkaalla on oikeus tietää mitä tietoja hä-

nestä kootaan, mihin tietoja tarvitaan ja miten niitä käytetään, mihin ne tallennetaan ja luovutetaan ja millaisilla edellytyksillä (Halkola 2009, 17). Kehittämistyön tuloksena saatu kuvakirja jää päähenkilöni käyttöön eikä sitä esitetä julkisesti missään. Tämän vuoksi lupia ei tarvinnut kysyä kovin monilta ihmisiltä. Omaan valokuva-albumiin voi saada kenen tahansa ihmisen valokuvia, kunhan kysyy, saako kuvan ottaa.

Lupien saamisen jälkeen aloitin teoreettisten lähteiden tarkkailun ja samanaikaisesti kuvien keruuprosessin. Kerroin työpaikkani henkilökunnalle tarpeesta saada päähenkilöstä erilaisia kuvia. Henkilökunta suhtautui asiaan hyvin myönteisesti ja kuvia saatiin erilaisista tapahtumista ja tilanteista hyvin kasaan. Olen myös itse ottanut kuvia aina mahdollisuuksien mukaan. Suurin osa valokuvista oli otettu päähenkilöni omalla kamerallaan ja osa omallani, henkilökohtaisen avustajan sekä työntekijöiden puhelimien kameroilla. Kuvat siirsin tietokoneelleni liitosjohdon ja sähköpostin välityksellä sekä datasiirroilla.

Otimme valokuvia erilaisissa tilaisuuksissa ja tapahtumissa, kuten arkitilanteissa, kävelyretkillä, hevostallilla, kylätorilla ja taidekeskuksessa käyntien aikana, päivätoiminnassa ja leirillä. Tein myös muutaman valokuvauskerran omassa pihassani ja kodissani, missä päähenkilö oli vierailijana. Näillä valokuvauskerroilla käytin valokuvauksessa erilaista rekvisiittaa päähenkilöni kiinnostuskohteiden korostamiseksi: hattuja, kitaraa, kukkia.

Kävimme päähenkilöni kanssa naapuritalon pihalla tekemässä teemakuvauksia, jolloin teemoina oli lapsi ja koira. Nämä asiat erityisesti kiinnostavat häntä. Päähenkilöni äidin luona vierailun aikana oli otettu myös äiti-tytär -kuvia sekä kopioita vanhoista perhekuvista. Myös päähenkilöni päivätoiminnassa ohjaajat kuvasivat häntä erilaisten toimintojen aikana sekä kavereiden kanssa. Päähenkilöni omista valokuvista otin kopioita myös meidän kuvaprojektiamme varten. Annoin päähenkilöni itse valita haluamansa valokuvat ja aiheet, joista hän halusi saada kuvia projektiimme. Valokuvia on otettu albumin tekemiseen noin vuoden ajan. Näin saatiin monipuolista materiaalia eri vuodenaikoina.

Kun kuvia oli tarpeeksi ja teorian osuus suurin piirtein valmis, aloitimme päähenkilöni kanssa albumin työstämisen. Kertyneet digitaaliset valokuvat järjestin valmiiksi muutamaan kansioon, joista yhdessä päähenkilön kanssa valitsimme

kuvat suoraan albumin sivuille. Järjestimme kuvat teemojen mukaan ja asettelimme ne keskenään hyvännäköisiksi kokonaisuuksiksi. Valokuvakansioiden aiheistoon olimme palanneet uudestaan aina silloin, kun jotakin valokuvaa oli mietitty mukaan albumiin tai joku aihe olisi kaivannut lisäkuvia.

Albumin työstäminen tapahtui minun kotonani, koska ryhmäkodissa ei ollut vapaana olevaa ja tarpeeksi hyvin toimivaa tietokonetta sitä varten. Minun oli myös helpompi koota omalle tietokoneelleni kaikki otetut valokuvat ja järjestää niitä valmiiksi työskentelyn helpottamiseksi. Tämä selkeytti päähenkilön työskentelyä, jota hänen ymmärtämisen taso vaatii. Albumin tekeminen kotonani oli kätevämpää senkin takia, että päähenkilöni sai sen kautta enemmän yksityisyyttä ja tarvitsemaansa huomiota. Työskentely-ympäristökin oli kotonani rauhallisempi. Siellä ei ollut häiriöitä, joita olisi vaikea välttää ryhmäkodissa.

Albumin tekemistä varten päähenkilö kävi minun luonani sovittuina aikoina seitsemän kertaa, jolloin valitsimme yhdessä netin kautta Ifolor-sivuston tarjoamia albumin malleja. Perustetuista kansioista poimimme valokuvia ja asettelimme ne albumin sivuille. Tekniset asiat hoidin minä itse kysymällä tarvittaessa päähenkilöni mielipiteitä erilaisista seikoista. Hän sai päättää esimerkiksi siitä, miten valokuvat ryhmitellään, mitkä valokuvat otetaan albumiin ja mitkä ei, kuinka suureksi ne suurennetaan tai miten rajataan. Samalla ihailimme onnistuneita kuvia ja kiinnitimme huomiota kuvien aiheisiin ja tilanteisiin.

Päähenkilöni kotona valokuva-albumeissa olevien kuvien kopioista loimme albumiin omat teemasivut tai käytimme niitä muiden valokuvateemojen täydentämiseen. Voimaannuttavan valokuvan perusidea on siinä, että kuvaaja ei päättää miten hän näkee kuvaamansa ihmisen, vaan kuvassa oleva ihminen itse määrittelee miten häntä saa katsoa (Savolainen, 2016). Valokuvateemoista päätimme yhdessä. Kysyin päähenkilöltäni, miten hän haluaa järjestää valokuvat albumiin, ja kerroin erilaisista vaihtoehdoista. Vastaukseksi sain, että laitetaan ne erilaisten teemojen alle, esimerkiksi *hevoset*, *rakkaus*, *ystävät* jne. Jotakin teemoja hän osasi tarjota itse ja joitakin piti luetella ja hän toisti niitä, joita halusi käyttää. Näin pyrin minimoimaan omaa vaikutustani päähenkilöni päätöksiin, mutta kokonaan sitä ei ollut mahdollista välttää.

Valokuvausten ja albumin työstämisen aikana pidin päiväkirjaa päähenkilöni kertomista ajatuksista ja myös omista havainnoistani. Koska päähenkilöni sanallinen ulosanti on ollut hyvin niukkaa, tekemilläni havainnoillani on ollut iso merkitys. Niiden perusteella pystyin päättämään työskentelyn merkityksestä päähenkilölleni. Havainnointia tein myös silloin, kun saatiin valmiin albumin ja katsoimme sitä yhdessä. *Taulukossa 1* näkyy valokuva-albumityöskentelyn vaiheet ja niihin käytetty aika, tapaamiskertojen määrä päähenkilöni kanssa, ja missä vaiheissa on tehty havainnointia.

Taulukko 1. Valokuva-albumin työskentelyn sisältö, tapaamiskerrat, käytetty aika ja havainnoinnin sekä päiväkirjan tekeminen

| Käytetty aika | Tapaamiskertoja | Työskentelyn sisältö | Havainnointi ja päiväkirja |
|----------------------|------------------------|---|-----------------------------------|
| 1 kk | - | Lupien saaminen | Ei |
| 1 vuosi | - | Valokuvien ottaminen erilaisissa tilaisuuksissa ja tilanteissa | Ei |
| 2 kk | 3 | Kuvaustilanteet kesäpihalla ja omassa kodissani | Kyllä |
| 2 kk | - | Valokuvien siirtäminen koneelle ja valokuvakansioiden perustaminen | Ei |
| 2 kk | 8 | Valokuvien siirtäminen albumiin ja niiden käsittely sekä tekstien laittaminen | Kyllä |
| 1 päivä | 1 | Valmiin kuvakirjan katsominen ja keskustellut | Kyllä |
| 2 kk | - | Päiväkirjan analyysi ja raportti | Ei |

Sanalliset selosteet laitoimme albumiin niin, että kysyin jotakin kuvista ja päähenkilöni vastasi kysymykseen. Tekstejä albumiin ei tullut paljon, koska päähenkilöni ei osannut keksiä niitä, ja minä autoin häntä vain rajoitetusti. Tarkoi-

tuksena oli pyrkiä siihen, että minun persoonani vaikuttaisi tuotokseen ja prosessiin mahdollisimman vähän. Pääpaino albumissa oli kuvien viestimässä sisällössä, ei sanojen. Ne pienet selostukset, joita laitoimme valokuvien yhteyteen, kertovat lukijalle enemmän päähenkilön persoonallisuudesta ja toimivat päähenkilölle itselleen positiivisten asioiden vahvistajana. Hänelle oli myös tärkeää laittaa albumiin omia tekstejä ja tätä toivetta olen pyrkinyt kunnioittamaan.

Lopussa valmiisiin valokuvasivuihin lisättiin koriste-elementit, taustavärit ja kehykset niin, että albumi sai visuaalisesti toimivamman muodon. Päähenkilöni sai näin käyttää omaa luovuuttaan, esimerkiksi koristetarrojen valinnassa. Päähenkilöni valitsi myös pari lisäkuvaa netistä täydentämään omia unelmiensa käsittelevää teemaa.

Kehittämistyön suunnitteluvaiheessa ajattelin valokuva-albumin valmistuttua esitellä sen oman ja jonkun toisen pienen ryhmäkodin henkilökunnalle. Työn esittelemisen yhteydessä ajattelin kerätä kuulijoilta kirjallista palautetta. Tämän työvaiheen jätin pois pian kehittämistyöni alettua, koska päätin, että saan havainnoinnin ja päiväkirjan avulla tarpeeksi materiaalia analyysia varten.

5 KEHITTÄMISTYÖN TULOKSET

Tämän kehittämistyön voi luokitella ilmaisulliseksi työksi, jonka tuloksena on taiteellisen työskentelyn lopputulos, tässä tapauksessa kuvakirja. Opinnäytetyö jaetaan tällaisessa tapauksessa produktio-osaan ja kirjalliseen osaan. Kirjalliseen raporttiin voidaan liittää esimerkiksi työselostukset. Kirjallinen raportti on myös dokumentti tehdystä työstä. (Lapin AMK 2017.)

Toiminnallista opinnäytetyötä tehtäessä työprosessi saatetaan vähitellen kielelliseen opinnäytetyöraportin muotoon. Toiminnallisiin opinnäytetöihin kuuluu raportin lisäksi itse tuotos, jossa puhutellaan sen kohdetta. Tämä auttaa tutkimuksesta kiinnostuneen lukijan perehtymään työprosessiin ja raportin tekstiin, tulkitsemaan ja ymmärtämään sen. Tämä kaikki mahdollistaa opinnäytetyön tekijän ja lukijan välisen vuorovaikutuksen. (Vilkkä & Airaksinen, 2003, 65–66.)

Tämän opinnäytetyön päätavoite oli luoda kokeilun avulla kehitysvammaisten ryhmäkodin käyttöön työkalu, jolla voidaan selkeyttää ja vahvistaa kehitysvammaisen henkilön identiteettiä. Toinen kehittämistyön tavoite oli valokuva-albumintyöskentelyn avulla saada esille sen voimaannuttava vaikutus. Kolmantena tavoitteena oli ohjaustyön vuorovaikutuksen vahvistaminen sekä ohjaaja ja ohjattavan välisen suhteen syventäminen.

5.1 Valokuva-albumi kehittämistyön tuotoksena

Valokuva-albumintyöskentelyn vaiheet kuvasin jo yksityiskohtaisesti alaotsikossa *Kehittämistyön vaiheet*. Tässä keskityn lähinnä valmiin kuvakirjan kuvaamiseen kehittämistyöni tuotoksena.

Valokuva-albumista tuli mielestäni hyvin asukkaani näköinen ja hänen persoonallisuuttaan korostava kuvakirja. Kuvissa tulevat esille henkilön hyväntuulisuus ja iloisuus, kiinnostuksen kohteet, unelmat sekä tärkeimmät asiat elämässä. Käytin projektissani kaikkia neljää voimaannuttavan valokuvan elementtiä (albumikuvat, valokuvasutilanteen vuorovaikutus, omakuva sekä arkielämän teemojen kuvaaminen), koska jokaisella niistä on oma lähestymistapansa ja kaikki pääsevät käsiksi erilaisiin asioihin (Savolainen 2009, 217).

Tarinallinen osuus toteutui kuvakirjassa niin, että valokuvien väliin laitetut tekstit olivat joko valokuvakokonaisuuksien teemoja tai pieniä sanallisia selostuksia. Tekstin sisällöstä tuli hyvin yksipuolinen, mutta monipuolisuus ei ollut tavoitteena. Sanat vastaavat myös päähenkilön persoonaa. Kuvien alla ja välissä olevat tekstit ovat yksioikoisia ja samansuuntaisia, mutta tärkeintä on tekstien välittämä tunne, joka on hyvin positiivinen ja innostava. Kuten Burakoff (2011) kuvailikin, voimaannuttavan valokuvan menetelmä perustuu voimakkaasti visuaalisuuteen ja soveltuu näin hyvin niille ihmisille, joille verbaalinen kieli ei ole ensisijainen tapa hahmottaa maailmaa ja itseänsä siinä.

Viestin painopiste on kuitenkin kuvissa: kuvat toimivat kommunikointikeinona (Seeskari 2004). Kuvien kieltä voidaan ymmärtää ja tulkita, eikä sen kääntäminen sanalliseen muotoon ole aina tarpeen. Sanallistaminen voi jopa vähentää kuvan omaa ilmaisuvoimaa. Sanallisen ja eleiden viestinnän rinnalla kuvat ovat

tärkein kommunikaation muoto terapeuttisessa toiminnassa. (Grönvall 2011, 176– 182.)

Valokuvien jako teemoihin tehtiin niin, että laitoimme yhdelle sivulle tai yhdelle aukeamalle saman aiheisia kuvia ja liitimme niihin yhdistävän tekstin, esimerkiksi *Tykkään leipomisesta*. Valokuvat saman teeman alle oli valikoitu eri ajoista ja lähteistä. Albumissa ei siis edetä kronologisesti, vaan teemat määrittelevät valokuvien asettelut. Joillekin teemoille oli annettu enemmän tilaa, enimmillään muutama aukeama.

Koska päähenkilöni halusi melkein kaikki käytettävissä olleet valokuvat albumiin, pyrimmekin myös mahdollistamaan ne siihen. Joistakin valokuvista oli pakko luopua, koska albumin tila on rajallinen. Silloin tehtiin asukkaani kanssa kompromisseja: kun ei kaikkia pysty ottamaan mukaan, valitsimme eri vaihtoehdoista vain parhaat.

Valokuvakirjassa on sekä vanhoja elämänsasioita että paljon nykypäivään kuuluvia teemoja. Ne yhdistyvät elämän erilaisten elementtien avulla rikkaaksi ja monipuoliseksi katsaukseksi, jossa yhtenä kultalankana näkyy positiivisuus. Tämä positiivinen varaus tekee kuvakirjasta eteenpäin kantavan ja kannustavan. Tämä voimaannuttava vaikutus on hyvin tärkeä osa valokuva-albumin menetelmää.

5.2 Päiväkirjan ja valokuva-albumityöskentelyn analyysi

Tässä kappaleessa analysoin kehittämisprosessin tavoitteisiin pääsemistä reflektoidulla päiväkirjan sisältöä asetettuihin tavoitteisiin. Työskentelyn erityispiirteiden avulla pyrin kuvamaan albumi-työskentelyyn liittyviä toimintatapoja ja pohdintoja, joista seuraavalle menetelmän käyttäjälle voisi olla hyötyä.

5.2.1 Identiteettityö ja voimaannuttava vaikutus

Valokuvan terapeuttinen vaikutus näkyi asukkaassani kuvien herättämissä keuhollisissa reaktioissa ja tunteissa. Tekemissäni havainnoissa oli paljon hymyhavaintoja ja ruumin liikkeitä, jotka kertoivat päähenkilöni innostuksesta ja hymynä näyttäytyvästä myönteisestä vaikutuksesta. Kuva herättää ihmisessä tunnereaktion ennen ajatuksen syntyä (Burakoff 2011).

Päähenkilöni on osallistunut kaikkiin työskentelyihin hyvin mielellään, jopa innokkaasti. Häntä välillä jännitti, mutta pääosin hän oli hyvin iloisella tuulella. Tekemisestämme tuli mielekäs ja hyvä virike, joka monipuolisti hänen elämäänsä. Päähenkilöni on omalla tavallaan ilmaissut, että elämä tuntuu hyvälle ja että valokuva-albumilla on ollut osuutta siihen. Hänen oli vaikea selittää, miten valokuva-albumi vaikutti hänen hyvinolon tunteeseensa. Minun apukysymyksieni avulla sain selville, että kuvien katsomisesta tulee hyvä mieli ja hänen on kiva nähdä itseänsä kuvissa kauniina naisena ja *kivana tyyppinä*.

Voimaannuttavan valokuvan perusidea on Savolaisen mukaan (2016) siinä, että kuvassa oleva ihminen määrittelee itse, miten häntä saa katsoa. Vaikka yritin kysyä ja selvittää päähenkilöltäni, miten hän halua järjestää valokuvat albumiin, minkälaisia valokuvateemoja hän haluaa käyttää, jouduin melkein aina lopuksi tarjoamaan hänelle itselleen erilaisia vaihtoehtoja, joista hän sai valita itselleen sopivan. Pyrin toiminnallani minimoimaan omaa vaikutustani päähenkilöni päätöksiin, mutta työskentelyssä kehitysvammaisen henkilön kanssa on pakko tyytyä siihen mihin hän kykenee. Odotukseni saada enemmän sanoja ja mielenpiteitä eivät toteutuneet, mikä on hyvä ottaa huomioon samanlaiseen toimintaan ryhdyttäessä. Tärkeää kuitenkin on se, että päähenkilö otti vaihtoehdot innostuneesti vastaan ja oli hyvin varma omista valinnoistaan.

Savolaisen (2009, 211) mainitsema valokuvan käyttö vuorovaikutustaitojen parantamisessa, hajanaisten asioiden selkeyttämisessä, voimavarjojen vahvistamisessa sekä oman minän reflektoinnissa on pitänyt mielestäni paikkansa. Valokuvan voimaannuttava vaikutus sen soveltamistilanteen kautta on ollut ilmi selvää, koska päähenkilöni on ollut aina työskentelyn aikana ja sen jälkeen piristynyt ja jopa innostunut. Näitä tunnetiloja harvemmin näki hänen aikaisemmassa olemuksessaan.

Elämän eri vaiheiden näkeminen kuvissa, niiden tapahtumien uudelleen eläminen ja merkitysten selkeyttäminen on lisännyt päähenkilöni henkistä voimaa. Kuvista puhuessamme päähenkilöni hymyili, oli kiinnostunut ja myönteinen niille asioille, joista puhuimme. Esimerkiksi kun puhuimme hevosen hoidosta,

oli se päähenkilölleni hyvin tärkeä ja iloa tuottava asia. Hän ilmaisi sen kasvon ilmeillä, ruumin asennolla ja sanoittamalla *hevokset ovat tärkeät, kiva hoitaa*.

Identiteettityöhön kuuluvat eletyn elämän jäsentäminen ja persoonallisuuden eheyttäminen (Hongisto ym. 2008, 27). Työskentelyssämme unelmien ja positiivisten asioiden esille tuominen on ollut tärkeä tavoite. Koska kehuin kuvia ja kysyin niihin liittyvistä tilanteista ja henkilöistä asukkaaltani, oli hän saanut miettiä niitä asioita, seuloa ajatuksissaan uudestaan ja nähdä kuinka paljon kaikkea hyvää hänen elämäänsä kuuluu. Hyvä olo ja mielteliäisyys näkyivät päähenkilöni kasvon ilmeissä, hymyssä ja sellaisissa ilmaisuissa kuin *rakas mummo, oli kiva, tykkään*. Nämä positiiviset kokemukset ovat olleet keskeinen osa identiteetin vahvistamisessa.

Kuvien työstäminen ja niissä olevien merkityksellisten asioiden läpikäyminen ja omaksuminen tukivat selkeästi päähenkilöni ”oman tarinan” uudistumista ja identiteetin vahvistamista. Kuvien käyttö lisäsi hänen kokemusta omastaan minästä, omasta sisäisestä tarinasta, ja täydensi näin sisäistä rakennetta, joka ohjaa tulkintoja hänen omasta elämästään. (Savolainen 2009, 218.)

Työskentelysessiomme olivat hyvin positiivisia ja aika kului nopeasti. Virikkeenäkin tämä työskentely oli hyvin antoisaa päähenkilölleni. Myös itselleni työskentely oli tärkeää, koska näin päähenkilöni erilaisia elämän vaiheita ja tapahtumia, pääsin tutustumaan häneen enemmän ja meidän välillemme pikkuhiljaa muodostui läheisempi ja tiiviimpi suhde. Tämä identiteettityö osana sosiaalityötä auttoi työskentelyssämme jäsentämään päähenkilön elämäkokemusta, vuorovaikutussuhteita ja käsitystä omasta itsestään. Savolaisen (2016) mainitsema rakastetuksi tuleminen, johon ammatilliset keinot eivät kykene, on ollut apuna ammatillisen dialogisuuden rakentamisessa identiteettityön tueksi.

KV-tietopankin mukaan (2013) tavallisimpia masennuksen aiheuttajia kehitysvammaisilla ovat henkisten järkytysten lisäksi elämän virikkeettömyys sekä onnistumisen kokemusten puuttuminen. Myös puutteet elämän sosiaalisten roolien osaamisessa vaikuttavat vireystilaan ja yrittämisen haluun. Valokuva-albumin tekeminen kannusti mielestäni päähenkilöäni yrittämään ja näkemään unelmansa tavoittelemisen arvoisena asiana. Keskustelimme hänen elämänsä rea-

liteetista, ja hän oli hyvin iloinen niistä asioista, jotka näimme yhdessä mahdollisina toteuttaa, vaikka ei kaikki unelmat toteutuisivatkaan. Sosiaalisten roolien käsittely kuului hyvin tärkeänä elementtinä valokuvien teemojen käsittelyyn, ja minusta tästä oli apua päähenkilölleni hänen elämän hallintansa vahvistamiselle.

Voimaantuminen on ihmisessä itsessään tapahtuva sisäisen voimantunteen kasvamista, eikä toista ihmistä voi voimaannuttaa, mikä pätee myös hoito- ja ohjaustyössä. Voimaannuttavan valokuvan käytön edellytys on tasavertaisuus, sillä ihmisellä itsellään on oikeus valita, millaisilla kuvilla tai asioilla hän haluaa määritellä itseään ja elämäänsä. (Savolainen 2011.)

Työskentelyn alussa päähenkilöni oli hyvin alakuloinen, usein apaattinen, hiljainen ja surullinen. Valokuvaprojektin aikana käytyjen keskustelujen kautta sain selville lisää hänen haaveistaan ja ihanteistaan. Keskusteluissamme kannustin häntä olemaan aktiivinen ja uskomaan itseensä. Hän sai lisähuomiota, kuulluksi tulemistä ja itseensä luottamista. Hän alkoi muun muassa pikkuhiljaa tavata erästä miestä, josta hänelle muodostui miesystävä. Tässä näkyy kuvakirjan tekemisprosessin käytännöllinen tulos.

Päättämällä mitä valokuvia asukkaani albumiin ottaa, miten hän sijoittaa ne sinne, teemojen valinnalla ja valokuvien asetteluilla sekä omilla sanallisilla selostuksilla asukkaani sai aikaiseksi voimaantumisen tunteen. Toiminta myös selkeytti hänen käsitystään niistä merkityksistä, jotka liittyvät hänen omaan elämäänsä.

Samansuuntaisia tuloksia oli saatu Vastamäen (2015, 70) opinnäytetyössä, missä oli käytetty Therapeutic Thematic Arts Programming (TTAP) -menetelmää: mahdollisuus valintoihin ja itsenäisiin päätöksiin laajensi kehitysvammaisten kokemusmaailmaa ja lisäsi mielihyvän tunnetta. Tämän ja omien havaintojeni perusteella voi päätellä, että Levine Madorin (2010, 45) ajatus siitä, että itsenäisillä valinnoilla ja niistä seuraavalla vastuunkannolla on suuri merkitys siihen, että henkilö kokee omat tekemisensä merkityksellisiksi, on pätevä. Tämä lisää henkilön tunnetta siitä, että hän hallitsee elämäänsä.

Omakuvatyöskentely opettaa myös uudenlaista armollisuutta itseä kohtaan. Voimaannuttava valokuvakansio tehdään itselle, tuloksen ei tarvitse miellyttää muita tai olla muille ymmärrettävä. Menetelmä vahvistaa positiivista kuvaa itsestä, ja narratiivinen identiteettityö sen osana auttaa päähenkilöäni muodostamaan itselle ja muille kuvan itsestään ja ympäristöstään. Jos ihminen itse uskoo olevansa jotain, on se hänelle totta riippumatta siitä, mikä objektiivinen toisuus on. Tarina voi työskentelyn ja elämän kautta muuttua myönteisemmäksi. (Enqvist 2017.)

5.2.2 Työskentelyn erityispiirteet

Halkolan mukaan (2009, 18) prosessissa on tärkeää kuvan sisällön herättämän emotionaalisen latauksen havaitseminen ja työstäminen. Tämä kuvien aiheuttama tunteiden käsittely on ollut meidän työskentelyssämme päähenkilöni kanssa hyvin suppeaa kahdesta syystä. Ensinnäkin päähenkilöni sanallinen ulosanti on hyvin vähäistä, eikä lisäkysymysten esittäminen hänelle paljon auttanut. Toiseksi tapaamisaikamme olivat rajallisia ryhmäkodin rajoittavien päivärytmien vuoksi ja myös omien aikataulujeni takia. Samanlaista työskentelyä suunniteltaessa olisi hyvä ottaa huomioon kaikki rajoittavat tekijät ja järjestää pidemmät työskentelykerrat, tai vaikka jakaa ne pienempiin osiin, jolloin käsiteläisiin muutama valokuva kerallaan.

Työskentelyssäni olin pyrkinyt olla määrittelemättä ulkopuolisena sitä, mikä päähenkilöäni voimaannuttaa ja mikä hänelle on merkityksellistä. Ohjaajana tuin osallistujaa albumin tekemisprosessin ajan hänen oman tiensä etsimisessä ja vaikeuksien ja esteiden ylittämässä. Enqvistin mukaan (2017) ohjaajan pitäisi pystyä tukea ohjattavaa vain sen verran kuin on tarpeellista. Voimaannuttavassa valokuvatyöskentelyssä on kyse asiakaslähtöisyydestä, jossa ohjaaja joutuu laittamaan omat tavoitteensa työn ajaksi sivuun ja toimimaan asiakkaan ehdoilla, hänen tahdissaan. Tämän ehdon täyttäminen oli ehkä opinnäytetyössäni vaikein kohta, koska päähenkilöni työskentely on hyvin epäitsenäistä ja ohjausta kaipaavaa sekä arjessa että luovassa toiminnassakin. Kehitysvammaisen henkilön kanssa työskentelyssä hänen ohjaamisensa ja tukemisensa päätösten teossa on enemmän tai vähemmän välttämätöntä.

Tärkeää työskentelyssäni oli myös Gustafssonin mainitsema (1999, 39-40) tapa provosoida esiin mielipiteitä ja kannanottoja, pakottaa ajattelemaan itse. Tämä provosointi toimii vammaisen ihmisen itsenäistymisen tehostajana. Kannustava itsenäisyyteen avustaminen ei ole suhtautumista asioihin itsestäänselvyyksinä, vaan pakottamista tekemään yhä enemmän omia valintoja. Monelle laitostu- neelle ihmiselle päätösten tekeminen ja mielipiteiden esittäminen ovat vaikeita asioita, koska heidän itseluottamuksensa on hyvin heikko.

Muutaman kerran olemme tavanneet päähenkilöni kanssa teemakuvausten merkeissä. Valokuvasutilanteen vuorovaikutus, joka piti tähdätä tunnetasolla läsnäolevaan, dialogiseen vuorovaikutukseen (Savolainen 2009, 218–219), ei ollut niin antoisa kuin odotin. Dialogisuuteen oli vaikea päästä. Tämä olisi ehkä onnistunut paremmin, jos kuvauksille olisi järjestetty enemmän aikaa. Ne olisi voitu tehdä viettämällä yhdessä koko päivän jossakin toisessa ympäristössä, esimerkiksi leirillä tai mökillä. Näin erityiselle vuorovaikutukselle olisi luonnos- taan luotu hyvä pohja pidemmän ja tiiviimmän yhdessäolon kautta. Valokuvasu- tilanteen keskeinen vaikutustapa, joka liittyy nähdäkseni ja hyväksytyksi tulemisen tarpeeseen, on kuitenkin toteutunut mielestäni täysin joka tapauksessa.

Valokuva-albumin teemat ja kuvatut asiat ovat suuremmalta osalta hyvin arki- sia, mutta myös tärkeitä päähenkilölleni. Hän oli käyttänyt ”*tärkeä*”-sanaa mo- nen valokuvan kohdalla ja hänen ilmeensä kertoi usein merkityksellisestä sisäl- löstä. Näin hän oli huomannut itse, kuinka paljon hyviä asioita on hänen elä- mässään, joista hän saa voimia pärjätä.

Tämä innostava vaikutus selvästi näkyi päähenkilössäni, mutta valokuva-albu- min menetelmän käytössä kannattaa varautua siihenkin, että erilaiset ihmiset innostuvat asioista eri tavalla. Silloin voi syntyä vaikutelma, että voimaannutta- vaa vaikutusta ei juurikaan ole. Toiminnan tulokset voivat kuitenkin näkyä paljon myöhemmin ja paljon vähäisempinä, johon kannattaa mielestäni tyytyä, koska kehitysvammaisen henkilön elämässä pienilläkin asioilla voi olla iso merkitys. Monesti kehitysvammaisen kuvataideterapian tavoitteet ovatkin omalla taval- laan pieniä ja liittyvät hyvin tavallisiin arkisiin asioihin (Miettinen 2012, 148).

Halkolan mukaan (2009, 16–18) valokuvauksen tekninen osaaminen valokuva-terapeuttisessa toiminnassa ei ole ensisijaista, tärkeintä työskentelyssä on valokuvien katselu, joka perustuu avoimeen mieleen ja terapeuttiseen ammatillisuuteen. Työskentelyssä olen pyrkinyt kunnioittamaan päähenkilön kuvaselostuksia, havaintoja ja tulkintoja sekä tukemaan häntä löytämään kuvasta merkityksiä ja yhteyksiä hänen elämäntilanteeseensa. Tätä toimintaa olisi hyvä jatkaa myös kuvakirjan valmistuttua, tavallisissa arkitilanteissa, silloin kun pitää saada lisävoimaa pärjätäkseen joissakin asioissa.

Päähenkilöni ongelmat ovat osa hänen arkeaan, ja niitä jouduimme myös käsittelemään valokuva-albumin luomisen yhteydessä. Asiakkaan ongelma voidaan Mannström-Mäkelän ja Saukkolan mukaan (2008, 65) erotella omasta identiteetistä käsittelemällä se erillisenä asiana ja antamalla käyttäytymiselle sitä kuvaava nimi. Koin että meidän työskentelyämme auttaisi ongelman nimeäminen ja pysähtyminen tarkastelemaan, miten se hankaloittaa päähenkilöni elämää. Ongelman kuvaaminen ja käsitteleminen hauskaasti valokuva-albumissa tähtää sen näkemiseen positiivisemmassa valossa ja lopuksi myös voittamiseen.

Koska päähenkilöni on kehitysvammainen henkilö ja sanallinen ilmaisukyky hänellä on hyvin vähäistä, hän antoi valokuviin aika yksioikoisia kommentteja kuten *hyvä kuva, nyt tuli hyvä*. Tämän vuoksi jouduin käyttämään apukysymyksiä ja vaihtoehtojen esittämistä saadakseni lisätietoa päähenkilöni ajatuksista sekä tunteista. Myös valokuvista keskusteleminen jäi hyvin vähäiseksi, mutta päätin, että se ei ole tässä työskentelyssä olennaisin asia. Keskustelun sijaan käytin hyväkseni päähenkilöni sanatonta viestintää arvioidakseni työskentelyn vaikutusta häneen.

Teemojen valitsemisella oli prosessissamme tärkeä tehtävä, sillä näin hahmotuivat päähenkilöni tärkeät alueet hänen elämässään, kuten rakkaus, oma koti sekä perhe. Savolaisen mukaan (2016) voimaannuttavan valokuvamenetelmä on työväline, jonka avulla voimme tietoisesti nähdä toisin ja nostaa kuormittavien asioiden sijasta esille eheyden. Auttamistyössä on tärkeää, että *joku uskoo asiakkaan puolesta hyvän näkyväksi tulemiseen silloinkin, kun hän itse ei siihen usko*. Päähenkilölleni tärkeiden teemojen alle on mahtunut paljon kuvia, joita keuhuttiin onnistuneiksi, hyvästä kokemuksesta ja positiivista voimaa viestiviksi.

Teemoja käyttämällä pyrin vahvistamaan haluttuja, yksilöä tukevia näkökulmia, jotka eheyttävät hajanaisia ja ristiriitaisia asioita. Tämä voimaannuttava projekti on ollut apuna hoitosuhteen jäsentämiseen ja asiakkaan elämäntilanteesta ja minäkuvasta lähtevien tarpeiden tukemiseen. (Savolainen 2009, 222.) Teemat ovat korostaneet tärkeiden ja positiivisten asioiden huomaamista ja selkeyttäneet elämäntavoitteita. Teemoittaminen on vaikuttanut merkittävästi myös reaalielämän ymmärtämiseen.

Omakuvan käsittelyprosessissa päähenkilöllä oli mahdollisuus hylätä itselle vierailta tai mielipahaa aiheuttavat valokuvat ja käyttää vain puhuttelevia omakuvia. Ne olivat työskentelyssämme tärkeää ankkuroida siihen, mikä on oman voimaantumisen kannalta tärkeää. Tämän oli tarkoitus vaikuttaa siihen, että oman epätäydellisyyden sietokyky kasvaisi ja omakuvan hyväksyminen olisi helpompaa, armollisuus itseään kohtaan kasvaisi ja tukisi voimaantumista. (Savolainen 2009, 221–222.)

Havainnointini vahvisti positiivisten prosessien tapahtuvan, koska päähenkilöni oli ilmaissut selkeää kuvien hyväksymistä sekä näki itsensä kauniina ja hyvänä. Olen työskentelyämme pohtiessani miettinyt, että toisenlaisen ihmisen kanssa työskennellessä tämä voisikin hylätä melkein kaikki valokuvansa ja silloin tuloksiin olisi vaikea päästä. Silloin kuvista keskusteleminen ja hyvien puolien näkeminen nousisi ihan eri tärkeysasteeseen kuin tässä kehittämissuhteessani.

5.2.3 Omaohjaajan ja ohjattavan suhteen syventäminen

Kehittämistyöni kolmantena tavoitteina oli ohjaustyön vuorovaikutuksen vahvistaminen ja omaohjaajan ja ohjattavan suhteen syventäminen. Koska olen päähenkilöni omaohjaaja, odotin kehittämissuhteessani vahvistavan minun ohjaaja-ohjattava suhdettani asiakkaan kanssa. Työskentelyä analysoidessani olin todennut, että projekti oli myös itselleni tärkeää ja avasi uusia ulottuvuuksia vuorovaikutussuhteeseemme. Koska näin työskentelyn aikana päähenkilöni erilaisia elämän vaiheita ja tapahtumia, pääsin tutustumaan häneen enemmän ja meidän välillemme muodostui läheisempi sekä tiiviimpi suhde.

Identiteettityö osana sosiaalityötä auttoi jäsentämään päähenkilön elämänkokemuksia, vuorovaikutussuhteita ja käsitystä omasta itsestään. Rakastetuksi tuleminen, johon ammatilliset keinot eivät kykene, on ollut apuna ammatillisen dialogisuuden rakentamisessa identiteettityön tueksi. (Savolainen 2016).

Omakuvaa rakentava ihminen Savolaisen mukaan (2009, 219–220) pohtii, mitä puolia hän haluaa itsessään vahvistaa ja todistaa olemassaoleviksi. Näin myös päähenkilölleni työskentelystämme syntyi terapeutin kokemus, jonka kautta hän koki tulleensa nähdyksi omana itsenään ja hänen arvokkuutensa ja tärkeytensä korostuivat. Omakuvien käsittelyn ja minun tukeni avulla päähenkilö tutki erilaisia puolia ja tunteita itsestään, opetteli itsehyväksyntää ja tunnisti jotain *olennaista itsestään*. Nämä positiiviset kokemukset lisäsivät myös meidän välillämme pikkuhiljaa sellaista luottamusta, joka auttaa vahvistamaan *näkymättömäksi* jäänyttä ihmistä.

Valokuvaterapeutin työ edellytti minulta työntekijänä aktiivista, kiinnostunutta ja päähenkilön voimavaroihin suuntautunutta otetta. Valokuvien prosessoinnille piti antaa riittävästi aikaa, tilaa sekä luottamuksellista vuorovaikutusta, koska kuviin latautuu paljon muistoja, tunteita ja merkityksiä. (Halkola 2009, 16–18.) Kuvatyöskentelyssä olimme pyrkineet päähenkilöni itsetutkisteluun ja kasvuun, mutta myös minä olin koko prosessin aikana peilannut omaa toimintaani hänen toimintaansa. Tämä kasvatti omia ohjaajan taitojani ja vahvisti vuorovaikutustani päähenkilöni kanssa. Työskentelystä sain myös paljon sellaista tietotaitoa, jonka avulla pystyin tarkentamaan oman asukkaani kanssa tapahtuvaa työtä, sen suunnittelua ja toteuttamista.

5.3 Kehittämistyön tulosten luotettavuus

Tässä kehittämistyössä saadut tulokset perustuvat käytetyn teorian väitteisiin ja omaan havainnointiini, jotka mielestäni tukevat hyvin toisiaan. Eskola ja Suoranta (2000, 210–211, 213) toteavat, että tutkimusprosessin luotettavuus tarkoittaa sitä, että tutkijan tekemät käsitteellistäminen ja tulkinnot vastaavat tutkittavan käsityksiä (Vilkka 2005, 158). Saaduissa analyysin tuloksissa voitaisi kyseenalaistaa seuraavat asiat: valokuva-albumi toimii voimaannuttavana tekijänä päähenkilön elämässä, se selkeyttää hänen identiteettinsä ja toimii sopivana työkaluna kehitysvammatyön ohjaustehtävissä.

Olemme kaikki erilaisia, ja toisiin ei tehoa se mikä toimii toisten kanssa. Persoonasta on kiinni se, mitkä asiat häntä oikeasti voimaannuttavat. Tuleeko kuva-albumista voimia antava? Toimintaa voi pitää voimaannuttavana silloin kun se selkiyttää ihmiselle itselleen, mitkä asiat hänen omassa elämässään ovat oleellisia ja auttaa keskittämään voimavaroja tuoviin asioihin omassa arjessa (Maailman ihanin tyttö 2016). Työskentely kuvakirjan luomisessa tähtää kuitenkin juuri yllä olevien asioiden selkeyttämiseen ja on sen vuoksi enemmän tai vähemmän voimaannuttava.

Ei mikä tahansa valokuva-albumi ole voimaannuttava, vaan oikein toteutettu työskentely sen luomisessa tekee siitä voimaannuttavan. Aika paljon on kiinni siitä, kuinka identiteettityötä asiakkaan kanssa tekevä henkilöstö osaa käyttää valokuva-albumia työkaluna siinä tehtävässä. Pitää osata jäsentää ja korostaa asioita asiakkaan kanssa oikein. Pitää myös päästä asiakkaan kanssa luottamukselliseen vuorovaikutukseen ja tuntea häntä sen verran hyvin, että osaisi esittää oikeat kysymykset ja tehdä oikeat ehdotukset. Jos nämä ehdot eivät toteudu voidaan silloin jäädä pääsemättä työskentelyn tuloksiin, voimaannuttavaan vaikutukseen.

Albumissa ei ole missään nimissä pyritty realistisuuteen, eikä sitä ole tarkoitettu kuvaamaan päähenkilöä todenperäisesti. Se tarkoitus kuitenkin on kuvata päähenkilöä tietyllä tavalla. Kuvat on koottu siis niin, että päähenkilölle tulee hyvä mieli niitä katsoessaan. Hän huomaa itsessään ja omassa elämässään positiivisia asioita, jotka voimaannuttavat.

En voi tietää miten albumi jatkossa vaikuttaa päähenkilön mieleen: tuleeko hänelle kenties surullinen olo siitä, että elämä ei olekaan yhtä värikäs kuin albumi sen kuvaa? Työntekijöiden osaamisesta ja tarmokkuudesta on esimerkiksi kiinni se, tuleeko albumista oikeasti identiteettiä vahvistava ja voimaannuttava työkalu.

5.4 Kehittämisehdotukset

Kehittämisehdotuksena kehitysvammatyöhön voisi olla mielestäni esimerkiksi Juusolan (2016b, 150) kuvaamat erilaiset luontoläheiset menetelmät, kuten

Green care, terapeutinen työskentely maaseudulla, puutarhanhoito, eläinavusteinen toiminta ja luontomatkailu. Yhteys luontoon voi elvyttää mieltä. Esimerkiksi oman voimapaikan tai kiitollisuuden kiven etsiminen voi olla kehitysvammaisellekin ihmiselle hyvin mieleenpainuva ja voimaa antava kokemus.

Kaikki asiat, jotka virkistävät, aktivoivat, kannustavat ja kehittävät, myös voimaannuttavat. Harrastuksen ei tarvitse olla erityinen, sen voi löytää helposti ulottuvilla olevista asioista. Mieluisa asia, jossa voi toteuttaa itseään, vaikuttaa positiivisesti elämään. Kehitysvammatyössä näiden pienten asioiden toimivuuden tuominen esille ja saattaminen toisten käyttöön on mielestäni tärkeää. Tutkimus tai kehittämisprojekti, missä kokeillaan erilaisia uusia tapoja identiteetti-työhön ja voimaannuttavaan toimintaan, on aina hyväksi monille ammattilaisille, koska kehitysvammatyöllä on taipumus kulkea yhtä ja samaa uraa.

Valokuva-albumityöskentely vaatii kykyä luovaan toimintaan ja vankkaa asiakastyöskentelyn osaamista. Menetelmää voi ja kannattaa kokeilla pienempiinkin tavoitteisiin. Valokuva-albumin teemana voisi olla esimerkiksi elämän käännekohtavaihe, harrastus tai toiminta. Tutkimuksen avulla olisi hyvä mielestäni selvittää, kuinka paljon ja missä asioissa hoito- ja ohjaustyössä saadaan apua valokuvien käytön kautta. Kehittämisprojekti voisi jatkaa menetelmän hyödyntämismahdollisuuksien monipuolistamista erilaisten ongelmien ratkaisemisprosesseissa.

Muun muassa autistisen henkilön haastavan käytöksen ohjauksessa on kehitetty uusia lähestymistapoja, kuten seuraamukseton ratkaisumalli ja seuraamuksettomien käytöskasvatuksen strategiat, käyttäytymismallin vahvistaminen ja positiivinen väliintulo haastavan käytöksen hallinnassa (Terveysopisto 2007). Visuaalista valokuva-albumimenetelmää voisi käyttää mielestäni ratkaisukeskeisessä työskentelyssä, jolloin menetelmä keskittyisi nimenomaan ongelman ratkaisutapojen ja positiivisten kokemusten tarkkailuun.

6 POHDINTA

Kehittämisprosessin tavoitteena oli identiteetin vahvistaminen valokuvien avulla, johon on päästy hyvin. Tämä johtopäätös perustui havaintoihin, jotka

kertoivat, että albumin katsomisesta päähenkilölle tuli hyvä olo, hän ilahtui, hänen ajatukset selkeytyivät ja hän innostui tekemään jotakin, kokeilemaan uutta ja ylittämään esteet.

Suunnittelun ja tulosten analyysin väliin oli mahtunut kuitenkin jonkun verran epäröintiä siitä, kuinka tämä projekti onnistuu. Myös ryhmäkodin henkilökunta epäili, saako albumiin tarpeeksi positiivista latautumaa, koska tuntui välillä aika vaikealta saada päähenkilöstä iloista valokuvaa. Olin lopuksi yllätynyt siitä, että kaikki toimi niin kuin oli suunniteltu ja kuvakirjasta tuli tavoitteiden mukainen. Albumia on mielenkiintoista katsoa, se avaa ohjaajille uusia näkökulmia päähenkilön luonteesta ja saa itse päähenkilön hyvälle mielelle sekä korostaa vahvasti hänen elämänsä parhaita puolia.

Siitä huolimatta, että kommunikointi päähenkilöni kanssa on ollut hyvin niukkaa verrattuna siihen, mihin haluaisi päästä, mielestäni kehittämistyön tuotos on toteutunut odotusten mukaisesti. Toki ymmärrän senkin, että toisenlaisen henkilön kanssa työskentely voi olla vähemmän tuottoisa, jolloin lopputulos voi olla vähemmän positiivisuutta ja vahvuuksia korostava. Uskon kuitenkin, että luovalla lähestymistavalla pystyisi tehdä jokaisesta valokuva-albumista sellaisen, joka vastaisi tavoitetta. Se vaatisi vain enemmän työtä ja kompromisseja.

Valokuva-albumityöskentely vaatii mielestäni kuitenkin sen verran luovaa toimintaa ja asiakastyöskentelynosaamista, että kaikille tämä prosessi ei välttämättä avaudu. Menetelmää kannattaa käyttää pienempiinkin tavoitteisiin tähdätessä. Näitä tavoitteita voisivat olla esimerkiksi tietyn elämänvaiheen arkistointi, teema-albumi jostakin harrastuksesta tai toiminnasta, josta voisi olla jatkossakin ylpeä. Voisi luoda kaverialbumin, kesäalbumin, minkä tahansa teemaalbumin, mistä voisi saada hyvän mielen.

Kun prosessi aloitetaan, ei koskaan voi tietää, mitä hyvä sillä saavutetaan. Tässä projektissa työskentelyn tuloksena saatiin kehittämistyöhön osallistujalle, kehitysvammaiselle henkilölle, arvokas työkalu, joka käsittelee elämän sisältöä ja omaa identiteettiä. Havainnointini ja päiväkirjaan merkattu päähenkilön sanallinen anti on ollut hyvin rajallista, mutta se ei tehnyt prosessista vähemmän toimivaa. Koska olen tuntenut päähenkilön jo entisestään, pystyin toteamaan, että kehittämisprojektin työskentely ja valmis albumi olivat arvokkaita lisäyksiä

hänen elämäänsä ja ovat tukeneet projektin tehtävää identiteetin vahvistamisessa.

Valokuva-albumi auttaa projektin päähenkilöä näkemään jatkossakin, mitä hyvää hänen elämäänsä jo kuuluu, mitä voidaan vielä saavuttaa tai käyttää voimavarana. Unelmoimalla ja näkemällä, mihin pystyy ja haluaa pyrkiä, hän avaa itselleen uusia polkuja, näkee maailman uusin silmin, ja hahmottaa paikkansa siinä. Tämä työskentely lisää mielestäni kehitysvammaisen henkilön elämän arvoa ja korostaa ihmistyön inhimillisyyden tärkeyttä.

Vaikka valokuvamenetelmä hoito- ja ohjaustyössä on nykypäivänä hyvin esillä sekä tuttu, harvassa työyhteisössä sitä hyödynnetään päivittäin. Menetelmän tuominen arkeen oli tämän kehittämistyön päätavoite. Olen varma, että monet kehitysvammaiset tai muut voimaantumista kaipaavat ihmiset hyötyisivät tämäntapaisen kuvakirjan tekemisellä ja käyttämisellä oman identiteettityön työkaluna.

Tärkeää käyttämissäni kuvamenetelmissä on mielestäni se, että ohjaaja, kuten Enqvist korostaa (2017), joutuu punnitsemaan ja uudelleen arvioimaan tapansa ohjata ja kohdata kehitysvammaisen henkilö. Voimaannuttavien valokuvatuotosten tavoitteena on päähenkilön oman identiteetin ymmärtäminen ja selkeyttäminen sekä voimavarojen tunnistaminen. Mahdollisuus tulla nähdyksi haluamallaan tavalla on menetelmässä yksi tärkeimmistä asioista. Menetelmä antaa välineitä itseilmaisuuksiin ja tarjoaa osallistujalle tilan, jossa hänellä on mahdollisuus tehdä näkyväksi omia haaveitaan, tarpeitaan ja kokemuksiaan ilman ympäristön asettamia vaatimuksia ja arvostelua (Savolainen 2016).

Vuorovaikutus on tärkeä osa hoito- ja ohjaustyötä. Valokuva-albumityöskentely avaa myös sitä, miten vuorovaikutus voi olla kunnioittavaa ja merkityksellistä kehitysvammaisten ihmisten kanssa (Nind & Hewett 2011, 22–23). Tavanomaiseen ohjaustyöhön tämä menetelmä antaa mielestäni paljon vuorovaikutusta rikastuttavaa, monipuolistavaa sekä vahvistavaa työmuotoa.

Ryhmäkotimme henkilökunta ja omaohjaaja saivat kehittämistyön tuloksena lisää työkaluja luomaan toimivan vuorovaikutussuhteen asukkaisiin, joiden

kanssa on vaikea kommunikoida heidän sulkeutuneisuuden ja ”köyhän” puhe-
tavan vuoksi. Tämän menetelmän kehittämisen ja käyttämisen kautta on mah-
dollisuus päästä käsiksi asukkaan maailmaan, avata hänen tarpeensa ja syven-
tää ohjaajan ja ohjattavan välisen suhteen. Tämä kaikki rikastuttaa asiakkaan
elämää, auttaa hänen elämänhallintaansa ja parantaa hyvinvointia ja emänlaa-
tua. Menetelmä pystyy mielestäni myös selkeyttämään hoitosuhteen tavoitteita
niin, että esimerkiksi turhat vaatimukset ja odotukset jäisivät pois ja voisi kes-
kittyä olennaisiin asioihin asiakkaan elämässä.

Valokuvamenetelmässä Savolaisen (2016) mukaan tuodaan esiin se, mikä on
arvokasta ja mikä helposti jää piiloon kiireen ja totuttujen toimintatapojen
taakse. Se, mikä tulee näkyväksi valokuvassa, tulee samalla tunteiden kautta
todeksi. Se tulee merkitykselliseksi ja jaettavaksi muiden kanssa. Näin kuvassa
oleva hyvä saa enemmän tilaa ihmisten mielissä ja vaikuttaa heidän toimintaan.
Se, mitä valitaan katsottavaksi, vahvistuu. Tämä valokuva-albumin tehtävä to-
teutuu mielestäni menetelmän käytössä oikein hyvin.

Kehitysvammaisen masennuksen hoidossa Grönvallin mukaan (2011b, 98) on
suuri merkitys ympäristöllä, missä auttaa oleminen perheen, lähi-ihmisten tai
ystävien kanssa. Tärkeää on se, että joku ymmärtää, kuuntelee ja välittää. Lä-
heisten ihmisten kanssa voi myös puhua vaikeuksista. Erilaiset luovat menetel-
mät ovat tehokkaita hoitomuotoja kehitysvammaisille ihmisille, koska taiteen te-
keminen avaa uusia maailmoja ja onnistumisen kokemukset kantavat pitkälle.
Tämä ajatus sopii myös yhteen Erikssonin (2013, 100) ajatuksen kanssa siitä,
että aikuissosiaalityön pitää pyrkiä nykypäivänä tukemaan apua tarvitsevia ih-
misiä yksilöllisesti ja voimavarakeskeisesti, auttamalla yksilöä auttamaan itse-
ään. Näin heidän voimavarat lisääntyisivät ja vastuun kantaminen omasta elä-
mästä paranisi.

Olen myös miettinyt, että identiteetin vahvistaminen ja voimaantuminen tapah-
tuvat myös jatkossakin, aina silloin kun palaa katsomaan valmista valokuva-
albumia uudelleen ja uudelleen. Kun kuvista keskustellaan ja kysytään erilai-
sista yksityiskohdista, saattavat ne avata henkilön mielessä uusia ulottuvuuksia
ja vahvistaa mielekkäällä tavalla itsetuntemusta. Kun ohjaustilanteessa ohjaaja
ja muut kuvaa katsovat ihmiset ovat innostuneita näkemästään, kumuloituvat
nämä myönteiset vaikutukset (Burakoff 2011).

Halkolan mukaan (2009, 16–18) tärkeää työskentelyssä on valokuvien katselu, joka perustuu avoimeen mieleen ja terapeuttisuuteen. Työskentelyssä olen pyrkinyt auttamaan päähenkilöäni löytämään kuvista merkityksiä ja yhteyksiä hänen elämäntilanteeseensa. Tähän toimintaan palataan valmiin kuvakirjan avulla arkitilanteissa, silloin kun pitää jostakin saada lisävoimaa pärjätä jossakin asiassa. Näin kuvakirja toimii jatkossakin identiteettityön työkaluna.

Valkokuva-albumin menetelmää ehdotan toimeksiantajalleni, kehitysvammaisten ryhmäkodille muihinkin tarkoituksiin kuin asukkaiden identiteetin vahvistamiseen. Esimerkiksi kuvakirjaa voisi käyttää myös asukkaiden erilaisten ongelmien ratkaisemisen apuvälineenä. Keskittyminen positiivisiin kokemuksiin voisi auttaa näkemään oikean tavan toimia ja tien pärjäämiseen myös haastavissa asioissa.

LÄHTEET

Banks, M. & Zeitlyn, D. 2015. Visual methods in social research. 2. painos. London: SAGE Publications Ltd.

Brett, M., McHarg, J. & Kuczaj, E. Working on the Edge – Exploring the role of an art therapist compared to the role of an artist in arts and health contexts 2012. Teoksessa Hautala, P.-M. & Honkanen, E. (toim.) Kuva kantaa. Kuvataideterapia kasvatuksen, opetuksen, hoidon ja kuntoutuksen tukena. Pori: Satakunnan ammattikorkeakoulu, 170–180.

Burakoff, K. 2011. Kehitysvammaliiton tietotekniikka ja kommunikaatiokeskus Tikoteekki. Tikonen-arkisto. Papunet-sivusto. WWW-dokumentti. Päivitetty 13.6.2011. Saatavissa: http://papunet.net/tikoteekki/julkaisut/tikonen-tiedote/arkisto/?tx_mininews_pi1%5BshowUid%5D=108&cHash=32fdfe48538a78e585e21da7cab11147. Luettu 16.8.2016.

Enqvist, M. 2017. Tarinoista kuviksi. Luova askartelu – Identiteettityön tukena. WWW-dokumentti. Ei päivytystietoja. Saatavissa: <http://www.emmo.fi/> [viitattu 8.9.2017].

Eriksson, S. 2013. Laitoskulttuurista tutkimus henkilökohtaisesta budjetoinnista vammaispalveluissa itsemääräämiseen. Kehitysvammaliitto ry. Tutkimus- ja kehittämiskeskus Tutke. Pdf-dokumentti. Ei päivytystietoja. Saatavissa: http://www.kehitysvammaliitto.fi/wp-content/uploads/laitoskulttuurista_itsemaaraamiseen.pdf [viitattu 28.5.2017].

Grönvall, S. 2011. Kuvataideterapiasta iloa ja eheyttä. Teoksessa Lämsä, A.-L. (toim.) Mieli maasta –Masentuneen nuoren kohtaaminen ja tukeminen. Jyväskylä: PS-kustannus, 172–183.

Gustafsson, U. 1999. Kohtaa omat ennakkoluulosi. Helsinki: Ab Projektforum Oy.

Halkola, U. 2009. Mitä valokuvaterapia on? Teoksessa Halkola, U., Mannermaa, L., Koffert, T. & Koulu, L. (toim.) Valokuvan terapeuttinen voima. 1.–2. painos. Helsinki: Duodecim, 13–22.

Hiltunen, L. 2017. Opinnäytteen aineiston hankinta. Opintomateriaali. Jyväskylän yliopisto. Pdf-dokumentti. Ei päivytystietoja. Saatavissa: http://www.mit.jyu.fi/ope/kurssit/Graduryhma/PDFt/aineiston_hankinta2.pdf [viitattu 9.9.2017].

Hirvonen, J. 2015. Avauksia sosiaaliohjauksen menetelmällisyyteen. Teoksessa Hirvonen, J., Niiranen-Linkama, P. & Saksio, M. (toim.) Sosionomit asiakastyön kentillä. Mikkelin ammattikorkeakoulu. Vapamuotoisia julkaisuja – free form publications, 13–32. Pdf-dokumentti. Ei päivytystietoja. Saatavissa: <http://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/97130/URNISBN9789515885111.pdf;jsessionid=4719CC8EF919F5ED6E1EAD917D900E10?sequence=1> [viitattu 31.5.2017].

Hongisto, V., Repo, A. & Björkman, P. 2008. Mieli myllertää. Opas kehitysvammaisen ihmisen mielenterveyden tukemiseen. Tampere:

- Kehitysvammaisten Tukiliitto ry. PDF-dokumentti. Ei päivytystietoja. Saatavissa: http://www.kvtl.fi/media/Julkaisut/Oppaat/1257754705mieli_myllertaa_opas.pdf [viitattu 15.8.2017].
- Juusola, M. 2016a. Voimaa valokuvista. Teoksessa Suomi, A., Juusola, M. & Anundi, E. Vihreä hoiva ja voima. Helsinki: Terapia- ja valmennuskeskus Helsingin Majakka, 148–149.
- Juusola, M. 2016b. Green caren tulevaisuus ja mahdollisuudet. Teoksessa Suomi, A., Juusola, M. & Anundi, E. Vihreä hoiva ja voima. Helsinki: Terapia- ja valmennuskeskus Helsingin Majakka, 150–151.
- Kaski, M., Manninen, A. & Pihko, H. 2012. Kehitysvammaisuus. 5. painos. Helsinki: Sanoma Pro Oy.
- Kehitysvammaisten tukiliitto 2017. Tärkeimmät lait. WWW-dokumentti. Ei päivytystietoja. Saatavissa: <http://www.kvtl.fi/fi/lakineuvonta/tarkeimmat-lait/> [viitattu 27.5.2017].
- Keltikangas-Järvinen, L. 2008. Temperamentti, stressi ja elämänhallinta. Helsinki: Werner Söderström Osakeyhtiö.
- KV-tietopankki 2013 a. Rinnekoti-Säätiö. WWW-dokumentti. Päivitetty 19.6.2013. Saatavissa: <http://www.kvtietopankki.fi/oireyhtymat> [viitattu 10.9.2017].
- KV-tietopankki 2013 b. Rinnekoti-Säätiö. WWW-dokumentti. Päivitetty 6.2.2013. Saatavissa: <http://www.kvtietopankki.fi/oireyhtymat/d/depressio> [viitattu 10.9.2017].
- KV-tietopankki 2016. Rinnekoti-Säätiö. WWW-dokumentti. Päivitetty 19.6.16. Saatavissa: <http://www.kvtietopankki.fi/oireyhtymat> [viitattu 10.9.2016].
- Känkänen, P. 2015. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Www-dokumentti. Päivitetty 12.3.2015. Saatavissa: https://www.thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/tyon_tueksi/menettelmat/taidelahtoiset_menettelmat [viitattu 16.8.2016].
- Lapin AMK 2017. Opinnäytetyön toteuttaminen. WWW-dokumentti. Ei päivytystietoa. Saatavissa: <http://www.lapinamk.fi/fi/Opiskelijalle/Opinto-opas,-AMK-tutkinto/Opinnaytetyoohje/Opinnaytetyon-toteuttaminen> [viitattu 27.6.2017].
- Levine Madori, L. 2010. Therapeutic Thematic Arts Programming -menetelmä ikääntyneiden aikuisten hoidossa ja kuntoutuksessa. HAMKin julkaisu 3/2010. Hämeenlinna: Hämeen ammattikorkeakoulu.
- Maailman ihanin tyttö 2016. Www-dokumentti. Ei päivytystietoja. Saatavissa: http://www2.uiah.fi/projektit/maailman_ihanin/Menetelma.html [viitattu 16.8.2016].

Mannström-Mäkelä, L. & Saukkola, K. 2008. Voimaannuttavan ohjaamisen käsikirja. Helsinki: Palmenia Helsinki University Press.

Matero, M. & Talvela, E.-L. 2004. Itsenäisyyden tukeminen. Teoksessa Malm, M., Matero, M., Repo, M. & Talvela, E.-L. Esteistä mahdollisuuksiin. Vammaistyön perusteet. Porvoo: WS Bookwell Oy, 393–404.

Mielenterveystalo 2016. WWW-dokumentti. Ei päivitystietoja. Saatavissa: https://www.mielenterveystalo.fi/aikuiset/itsehoito-ja-oppaat/oppaat/tietoa_kehitysvammaisten_mielenterveydesta/Pages/kehitysvammaisten_mielenterveyteen_vaikuttavia_asioita.aspx [viitattu 11.6.2016].

Miettinen, S. 2012. Kiven heittämisestä kuvan tekoon – kehitysvamma, autismi ja kuvataideterapia. Teoksessa Hautala, P.-M. & Honkanen, E. (toim.) Kuva kantaa. Kuvataideterapia kasvatuksen, opetuksen, hoidon ja kuntoutuksen tukena. Pori: Satakunnan ammattikorkeakoulu, 145–154.

Mäkiranta, T. 2008. Elämänhallinta sosiaalipedagogisena käsitteenä. Tampereen yliopisto. Sosiaalipolitiikan ja sosiaalityön laitos. Sosiaalityön pro gradu –tutkielma. Pdf-dokumentti. Ei päivitystietoja. Saatavissa: <http://uta32-kk.lib.helsinki.fi/bitstream/handle/10024/79066/gradu02556.pdf?sequence=1> [viitattu 8.9.2017].

Nind, M. & David, H. 2011. Voimauttava vuorovaikutus. Opas toimintatavan käyttöön. 2. painos. Helsinki: Kehitysvammaliitto ry.

Photo Therapy Techniques. 2017. PhotoTherapy Techniques: Exploring the Secrets of Personal Snapshots and Family Albums. WWW-dokumentti. Ei päivitystietoja. Saatavissa: <https://phototherapy-centre.com/phototherapy-techniques/> [viitattu 9.6.2017].

PhotoTherapy, Therapeutic Photography & Related Techniques. 2017. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://phototherapy-centre.com>. Ei päivitystietoja. [viitattu 5.9.2017].

Pietikäinen, M. 2012. Vajaamielisiä ja punkkareita – diskursseja kehitysvammaisista. Valtiotieteellinen tiedekunta. Helsingin yliopisto. Pro gradu -tutkielma. Tiivistelmä. Pdf-dokumentti. Päivitetty 18.8.2011. Saatavissa: https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/38225/Pietikinen_Minna_Pro%20gradu.pdf?sequence=2 [viitattu 16.8.2016].

Psykoterapian instituutti 2017. Institut psihoterapiji online. Fototerapia kak effektivnij instrument v rabote spezialista. WWW-dokumentti. Ei päivitystietoja. Saatavissa: <http://ip-o.ru/fototerapiya> [viitattu 9.9.2017].

Repo, M. 2004. Työntekijänä vammaistyössä. Teoksessa Malm, M., Matero, M., Repo, M. & Talvela, E.-L. Esteistä mahdollisuuksiin. Vammaistyön perusteet. Helsinki: WSOY, 412–422.

Roos, J.-P. 1988. Elämäntavasta elämäkertaan. Elämäntapaa etsimässä 2. Helsinki: Tutkijaliitto.

Rüütel, E. 2012. Solution-focused approach in art psychotehrapy. Teoksessa Hautala, P.-M. & Honkanen, E. (toim.) Kuva kantaa. Kuvataideterapia kasvatuksen, opetuksen, hoidon ja kuntoutuksen tukena. Pori: Satakunnan ammattikorkeakoulu, 181–185.

Savolainen, M. 2009. Voimauttava valokuva. Teoksessa Halkola, U., Mannermaa, L., Koffert, T. & Koulu, L. (toim.) Valokuvan terapeuttinen voima 2009. 1.–2. painos. Helsinki: Duodecim, 211–228.

Savolainen, M. 2011. Maailman ihanin tyttö. The Loveliest Girl in the Word. Helsinki: Blink Entertainment Ltd.

Savolainen, M. 2016. Maailman ihanin tyttö. Voimaannuttava valokuva. WWW-dokumentti. Ei päivytystietoja. Saatavissa: <http://www.voimauttavavalokuva.net/menetelma.htm> [viitattu 16.8.2016].

Seppälä, H. & Rajaniemi, M. 2016. Vernerin. Kehitysvamma-alan verkkopalvelusivut. WWW-dokumentti. Päivitetty 5.2.2016. Saatavissa: <http://verneri.net/yleis/mita-kehitysvammaisuus-on> [viitattu 16.8.2016].

Sosiaalialan kehittämiskeskus 2016. Zentr razvitija sozialnoi sfery. WWW-dokumentti. Päivitetty 12.10.2016. Saatavissa: http://center-social.ru/fotografiya-kak-otrazhenie-vnutrennego-mira/img_9764/ [viitattu 1.9.2017].

STM 2016. Erytishuollossa olevien itsemääräämisoikeus vahvistuu. Tiedote 68/2016. Sosiaali- ja terveysministeriö. WWW-dokumentti. Päivitetty 19.5.2016. Saatavissa: http://stm.fi/artikkeli/-/asset_publisher/erytishuollossa-olevien-itsemaaraamisoikeus-vahvistuu [viitattu 27.5.2017].

STM 2017. Vammaislainsäädännön uudistus. Sosiaali- ja terveysministeriö. WWW-dokumentti. Ei päivytystietoja. Saatavissa: http://stm.fi/artikkeli/-/asset_publisher/erytishuollossa-olevien-itsemaaraamisoikeus-vahvistuu [viitattu 27.5.2017].

Sädekoski, V. 2011. Voimaannuttavaa pedagogiikkaa. Valmennusyhtiön Apricoi Oy. WWW-dokumentti. Päivitetty 18.8.2011. Saatavissa: <http://www.apricoi.fi/page16.php> [viitattu 16.8.2016].

Terveysopisto 2007. Erytisopetus. Autismi. Haastava käyttäytyminen. WWW-dokumentti. Päivitetty 22.11.2007. Saatavissa: <http://picturewoman.suntuubi.com/?cat=4&aid=3&fid=2&mid=2&c=2> [viitattu 24.9.2017].

Toiko, T. & Rantanen, T. 2009. Tutkimuksellinen kehittämistoiminta. 3. korjattu painos. Tampere: University Press.

Vainio, P. 2008. Hoitotyöntekijöiden kuvauksia elämänhallinnasta työyhteisössä. Teemahaastattelu kehitysvammahuollossa työskenteleville hoitotyöntekijöille. Kuopion yliopisto. Yhteiskuntatieteellinen tiedekunta. Pro gradu -tutkielma.

Varto, J. 2003. Tietäminen toiminnallisessa tutkimuksessa. Teoksessa Vilka H. & Airaksinen, T. Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi, 7–8.

Vastamäki, T. 2015. "Me ollaan kyllä yksiä taiteilijoita kaikki". Havaintoja ja kokemuksia TTAP-menetelmästä iäkkäiden kehitysvammaisten henkilöiden ryhmätoiminnassa. Seinäjoen ammattikorkeakoulu. Sosiaali- ja terveysala. Opinnäytetyö. WWW-dokumentti. Ei päivitystietoja. Saatavissa: http://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/98238/Vastamaki_Tuija.pdf;sequence=1 [viitattu 14.9.2017].

Vehmas, H. 2015. Arvottomuudesta osallisuuteen. Opiskelijoiden käsitykset ohjaavan koulutuksen laadusta työllistymiseen tähtäävien palvelumallien kehittämisen pohjana. Tampereen yliopisto. Akateeminen väitöskirja. Pdf-dokumentti. Ei päivitystietoja. Saatavissa: <https://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/97867/978-951-44-9860-2.pdf?sequence=1> [viitattu 9.6.2017].

Vehmas, S. 2005. Vammaisuus. Johdatus historiaan, teoriaan ja etiikkaan. Helsinki: Gaudeamus.

Vernerinen 2016. Sosiaalihuoltolaki. Kehitysvamma-alan verkkopalvelu. WWW-dokumentti. Päivitetty 7.3.2016. Saatavissa: <http://verneri.net/yleis/sosiaalihuoltolaki> [viitattu 27.5.2017].

Vilka H. 2005. Tutki ja kehitä. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Vilka H. 2006. Tutki ja havainnoi. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Vilka H. & Airaksinen, T. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

LUPA RYHMÄKODIN ASUKKAALTA OPINNÄYTETYÖN TEKEMISEEN

26.8.2016

Hyvä ryhmäkodin Asukas!

Opiskelen Mikkelin ammattikorkeakoulussa sosionomi (AMK) - tutkintoon johdettavassa koulutuksessa. Olen käynnistämässä opinnäytetyötäni, jossa tavoitteena on suunnitella ja toteuttaa ryhmäkodin asukkaan henkilökohtaista valokuva-albumia, jossa käytän taide- ja kerrontamenetelmää. Valitsin sinua kehittämistyölleni päähenkilöksi. Kehittämisprosessiin kuuluu valokuvien ottaminen erilaisissa tapahtumissa, joihin sinä osallistut. Valokuvia otetaan myös sinun ja minun kahdenkeskeisissä tuokioissa, ja sinä itsekin voit ottaa haluamiasi valokuvia. Tuokiot ajoittuvat elokuulle 2016 - heinäkuulle 2017. Valokuva-albumin tekemisen ja kuvausten aikana pidän päiväkirjaa työskentelystämme.

Sitoudun noudattamaan hyviä tutkimuseettisiä periaatteita liittyen aineiston keräämiseen, säilyttämiseen ja salassapitosäännöksiin. Kerättävä aineisto on luottamuksellista. Päiväkirjan tuhoan opinnäytetyön valmistuttua. En mainitse asukkaiden ja ryhmäkodin nimiä loppuraportissa.

Valokuva-aineisto, josta kuvia otetaan valokuva-albumiin, on ainoastaan omassani ja sinun käytössä, hävitän sen opinnäytetyöni valmistumisen jälkeen, valmis valokuva-albumi jää sinun käyttöön. Valmis tuotos on tarkoitettu esittämään kahden ryhmäkodin henkilökunnalle ja asukkaille (toisen ryhmäkodin nimi on vielä auki).

Pyydän sinulta lupaa valokuvien ottamiseen ja käyttämiseen valokuva-albumissa, albumin esittämiseen sekä päiväkirjan pitämiseen.

Kiitos!

sosionomiopiskelija
Mikkelin ammattikorkeakoulu,
puh. 040 5779576.

Opinnäytetyötäni ohjaa Ope Opettaja. Halutessanne voitte olla myös häneen yhteydessä työhön liittyvissä kysymyksissä (ope.opettaja@mamk.fi, puh. 050 0123456).

Annan lupaa valokuva-aineiston keräämiseen, valokuva-albumin tekemiseen ja esittämiseen.

Asukkaan nimi _____

Aika ja paikka _____