

www.humak.fi

Opinnäytetyö

Rikostaustaisten asiakkaiden vahvuuksien

huomiointi ryhmätoiminnassa

- Toiminnallisten menetelmien hyödyntäminen

Emilia Rasi

Yhteisöpedagogi AMK, Kansalaistoiminnan ja nuorisotyön koulutusohjelma
(210 op)

Arvioitavaksi jättämisaika
11/2020



HUMANISTINEN
AMMATTIKORKEAKOULU

TIIVISTELMÄ

Humanistinen ammattikorkeakoulu
Yhteisöpedagogi (AMK), Kansalaistoiminnan ja nuorisotyön koulutusohjelma

Tekijä: Emilia Rasi

Opinnäytetyön nimi: Rikostaustaisten asiakkaiden vahvuuksien huomiointi ryhmätoiminnassa
– Toiminnallisten menetelmien hyödyntäminen

Sivumäärä: 42 ja 10 liitesivua

Työn ohjaaja: Jari Klemola

Työn tilaaja: Tukikeskus Mahku, Setlementti Puijola

Tämän opinnäytetyön aihe on rikostaustaisten asiakkaiden vahvuuksien huomiointi ryhmätoiminnassa. Tilaajana on rikostaustaisille asiakkaille ja heidän läheisilleen suunnattu Tukikeskus Mahku, joka on Kuopiossa sijaitsevan Setlementti Puijolan alainen toimija.

Tavoite oli selvittää, miten rikostaustaisten ryhmätoiminnassa voidaan tukea asiakkaita huomioimaan vahvuuksiaan. Muutosprosessissa kohti rikoksetonta elämää voimavarojensa tunnistaminen ja hyödyntäminen voi olla erityisen ratkaisevaa. Aiempaa tutkimustietoa, jossa keskeisimmät käsitteet rikostaustaisuus, ryhmätoiminta ja vahvuudet yhdistyisivät, oli heikosti, joten työ antaa ajankohtaisen katsauksen aiheeseen. Vaikka rikostaustaisten vahvuuksiin kiinnitetään huomiota eri palveluissa, usein kohderyhmän kanssa työskennellessä on keskityttävä ensisijaisesti elämän peruspilarien kasaamiseen. Tässä opinnäytetyössä on siksi hyödynnetty yhteisöpedagogikoulutuksen pohjalta ennaltaehkäisevää työtettä.

Opinnäytetyössä toteutettiin Mahkun ryhmätoiminnoissa vahvuuksiin liittyviä toiminnallisia menetelmiä, joissa tavoitteena oli tukea asiakkaita omien sekä muiden ihmisten vahvuuksien tunnistamisessa ja saada tietoa, miten menetelmät toimivat. Asiakkaiden palautteen pohjalta on koostettu Mahkun ryhmätoimintaan ideapankki vahvuuksiin liittyvistä toiminnallisista menetelmistä. Työ on toteutettu laadullisena tutkimuksena, aineisto kerätty ryhmämuotoisesti kyselyinä ja analysoitu sisällönanalyysillä.

Opinnäytetyön keskeisiä tuloksia olivat, että asiakkaat tunnistivat vahvuuksiaan menetelmien avulla, mutta samalla kokivat etenkin omien vahvuksiensa pohtimisen haastavaksi. He kokisivat jatkossa hyötyvänsä vahvuksiensa yhä paremmasta tunnistamisesta. Tarkoitus ei ollut kerätä erityisen yksityiskohtaista tietoa tuotosta varten, koska Mahkun ryhmät toimivat avoimina ryhminä ja asiakkaat vaihtelevat. Tämä huomioon ottaen tavoitteet ovat pääpiirteittäin täyttyneet hyvin.

Johtopäätöksiä voi sanoa, että rikostaustaiset asiakkaat vaikuttavat kaipaavan vahvuuksiin keskittyvää työskentelyä ja se voisi olla heille hyödyksi elämäntilanteessaan. Tuotoksen menetelmiä voi hyödyntää Mahkun ryhmätoiminnassa. Mahkun toimintaan voisi sopia satunnaiset nopeahkot vahvuuksiin liittyvät menetelmät. Tilaaja oli tyytyväinen tuotokseen ja uskoi voivansa hyödyntää ideapankin menetelmiä työssään.

ABSTRACT

Humak University of Applied Sciences
Community Educator, Degree Program in Civic Activities and Youth Work

Author: Emilia Rasi
Title: Abilities of Clients With a Criminal Background - Practical Exercises in Group Activities
Number of Pages: 42 and 10 attachment pages
Supervisor: Jari Klemola
Subscriber: Mahku Support Center, Setlementti Puijola

The subject of this thesis is the abilities of clients with a criminal background. The thesis is made for Mahku, which is the support center for citizens with a criminal background. Mahku is a part of Setlementti Puijola organization.

The purpose of this study was to clarify how to support Mahku's clients to notice their own and other people's abilities. Clients are on their way to live without crimes so it is very essential to be aware of their own resources. This thesis is important because previous research results were limited. The clients usually have challenging life situation so there might be a lot of primary work before working purposefully on the topic of abilities. This thesis is made by the preventive perspective.

Concrete work was done in group activities and the aim was to test some practical exercises to support clients to notice their abilities. Based on feedback was assembled some practical ideas for Mahku's employees. The thesis is qualitative research. Research material is collected by the survey from the group and the data is analyzed by content analyze.

The results of the work were that clients noticed their abilities but also felt it challenging to define their own abilities. They think that it would be important to identify their resources even more effectively. Because the aim was not to get extremely specific results, the objectives of the thesis were well achieved. The main conclusion is that in Mahku it would be suitable for using some short practical exercises around the theme occasionally. The subscriber thought the end result was successful.

Keywords: criminal background, abilities, group activities

SISÄLLYS

TIIVISTELMÄ

ABSTRACT

1 JOHDANTO	6
2 TILAAJAN ESITTELY	8
2.1 Kansainvälinen Settlementiliitto IFS	8
2.2 Suomen Settlementiliike	8
2.3 Settlementi Puijola	9
2.4 Tukikeskus Mahku.....	9
3 OPINNÄYTETYÖN NÄKÖKULMA	10
3.1 Näkökulman suunnittelu	10
3.2 Omat ja muiden vahvuudet	11
3.3 Toiminnallisuus ja yhteisöpedagogin näkökulma	12
3.4 Kehittämistyön tuotoksen näkökulma.....	13
3.5 Kehittämistyön tutkimuksellinen näkökulma	14
4 TIETOPERUSTA JA KESKEISET KÄSITTEET	16
4.1 Rikollisuus ja rikostaustaisuus	19
4.2 Pienryhmäohjaus	21
4.3 Toiminnalliset menetelmät	22
4.4 Positiivinen psykologia ja sen kritiikki	23
4.5 Voimavarat ja vahvuudet.....	24
5 OPINNÄYTETYÖN SUUNNITTELU	26
5.1 Alkuvaiheen ideat	27

5.2 Alustavat suunnitelmat käytännöistä ja muutoksia	28
5.3 Suunnitelmat toiminnallisista menetelmistä	31
6 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS.....	34
6.1 Aikataulun toteutuminen ja muutokset	34
6.2 Ryhmänohjauskerrat ja niistä saadut palautteet.....	35
6.3 Oma ohjaustyö ja toimintakertojen arviointia	40
7 OPINNÄYTETYÖN TULOKSET JA JOHTOPÄÄTÖKSET	41
7.1 Ideapankki ja tilaajan palaute.....	42
7.2 Arviointia ja pohdintaa tuloksista ja palautteen luotettavuus	44
7.3 Arviointia kehittämistehtävän kokonaisuudesta	46
LÄHTEET.....	48
LIITTEET	50
Liite 1, Ideapankki.....	50
Liite 2, Koosteet asiakkaiden palautteista	58

1 JOHDANTO

Tämän opinnäytetyön aiheeksi valikoitui rikostaustaisten asiakkaiden vahvuuksien huomiointi ryhmätoiminnassa. Tilaaja on rikostaustaisten ja heidän läheistensä tukikeskus Mahku, joka sijaitsee Kuopiossa. Mahkun toiminta-ajatus on tukea asiakkaitaan rikoksettomaan ja päihhteettömään elämään. Työssä keskeisimpänä tavoitteena oli löytää rikostaustaisten asiakkaiden ryhmätoimintaan sopivia toiminnallisia menetelmiä, joilla voidaan tukea asiakkaita tiedostamaan yhä paremmin omia sekä muiden ihmisten vahvuuksia. Tulosten pohjalta on koostettu Mahkun työntekijöille ideapankki, joka sisältää ideoita toiminnallisista menetelmistä, joilla voidaan tukea asiakkaita huomioimaan vahvuuksiaan ryhmätoiminnassa. Opinnäytetyö on laadullinen tutkimus ja aineisto on kerätty ryhmämuotoisesti kyselyinä. Arviointimenetelmänä on käytetty sisällönanalyysia. Opinnäytetyöprosessi alkoi alkuvuonna 2020 ja valmistui loppuvuoden puolella.

Rikostaustaisille henkilöille suunnatut tukimuodot yhteiskunnassa voivat herättää monenlaisia näkemyksiä ja olla osalle jopa tunteita kuohuttava aihe. Rikokset ja niiden aiheuttamat ongelmat on otettava vakavasti ja niiden jo toteuduttua on syytä pohtia, kuinka niitä voitaisi jatkossa ennaltaehkäistä. Rikosten syiden ymmärtäminen on siksi usein tarpeellista ja se ei tarkoita samaa, kuin tekojen hyväksyminen. Kohderyhmälle tarjottavien tukimuotojen ja onnistuneen tavoitteellisen työskentelyn seurauksena voi olla yhteiskunnalle laaja positiivinen merkitys. Rikollisuus ja päihdeongelmat ovat usein yhteydessä toisiinsa. Rikostaustaiselle tarjottavalla tuella voidaan parhaassa tapauksessa paitsi parantaa yhteiskunnan normien näkökulmasta hänen henkilökohtaista elämäntilannettaan ja hyvinvointiaan, myös vähentää yhteiskunnalle koituvia päihdeongelmien ja rikollisuuden kustannuksia. Mahdollista on myös onnistuneen työskentelyn kautta vaikuttaa rikosten uhrien määriin, jos edes yhden rikosentekijän rikollisuutta saadaan työskentelyn avulla vähennettyä. Tässä opinnäytetyössä keskitytään ennaltaehkäisevään näkökulmaan.

Humanistisen ihmiskäsityksen mukaan jokainen yksilö on tärkeä riippumatta taustastaan, kyvyistään tai muista ominaisuuksistaan. Käsitys on linjassa myös omien arvojeni kanssa. Ammatillisesti erääksi keskeisimmäksi omaksi vahvuudekseni koen kyvyn kohdata ihmisiä tasavertaisesti heidän taustoistaan riippumatta. Esimerkiksi nämä

syyt ovat saaneet itseäni suuntaamaan opintoja kohderyhmien pariin, jotka ovat usein haastavassa elämäntilanteessa. Henkilökohtaisesti omien vahvuuksieni tunnistaminen on ollut itselleni välillä haastavaa, mutta tunnistettuani niitä yhä paremmin olen huomannut niiden tuomia hyviä vaikutuksia eri osa-alueilla. Tämä on suuri syy, miksi uskon voimavaralähtöiseen työskentelyyn ja haluan toteuttaa sitä omassa työssäni. Koen yhteiskunnan eri ilmiöt ja syy-seuraussuhteet kiinnostavina.

Pääsin alkuvuodesta 2019 toteuttamaan yhden ammatillisista harjoitteluistani Tuki-keskus Mahkussa. Siellä minulle vahvistui myös käytännön tasolla ajatus siitä, että elämänmuutosprosessissa kohti rikoksetonta ja päihteetöntä elämää asiakkaat usein hyötyisivät voimavarojensa ja vahvuksiensa entistä paremmasta tunnistamisesta. Rikostaustaiset eivät välttämättä ole se joukko ihmisiä, joihin yhteiskunnassa suhtauduttaisiin ensisijaisesti huomioiden heidän vahvuuksiaan ja kykyjään. Mahkun asiakkaiden rikostaustat vaihtelevat laidasta laitaan ja muutos harvoin on helppo. Muutosprosessissa kohti rikoksetonta ja päihteetöntä elämää usein väistämättä tulee takapakkeja, jolloin omien voimavarojen ja vahvuuksien tiedostaminen ja hyödyntäminen voi olla avainasemassa siinä, mihin suuntaan elämä jatkuu. Asiakkaan aito henkilökohtainen muutosmotivaatio rikoksettomaan ja päihteettömään elämään on kuitenkin yksilöllistä. Tällä kehittämistyöllä ei siis pyritä vaikuttamaan asiakkaan muutosmotivaatioon aiheen laajuuden takia.

Opinnäytetyöni keskeisimmät teemat ovat rikostaustaisuus, vahvuudet ja ryhmätoiminta. Aiempaa tutkimustietoa, jossa selkeästi nämä kaikki kolme yhdistyisivät, ei juuri ole, vaikka monenlaisessa ryhmätoiminnassa toki kiinnitetään huomiota asiakkaiden vahvuuksiin. Hain tällä työllä vastauksia siihen, miten rikostaustaisten ryhmätoiminnassa voidaan tukea asiakkaita tunnistamaan omia sekä muiden vahvuuksia toiminnallisesti sekä miten asiakkaat kokivat toteutetut toiminnalliset menetelmät. Lisäksi täysi-ikäisille kohderyhmille koostettuja vahvuuksiin liittyviä menetelmiä, jotka sellaisenaan sopisivat kohderyhmälle erityisen hyvin, oli haastavaa löytää. Siksi myös saadun tiedon pohjalta koostettu tuotos on oleellinen osa opinnäytetyön antia. Tuotoksena syntyi kooste ideoista Mahkun työntekijöille, jossa on vaihtoehtoja vahvuusteemaisiin ryhmätoiminnassa toteutettaviin toiminnallisiin menetelmiin. Opinnäytetyötä ohjasi voimavaralähtöinen työskentely ja tehty työ oli kokonaisuudessaan itselleni hyvin opettavainen.

2 TILAAJAN ESITTELY

Tässä luvussa esittelen tilaajan taustalla olevan organisaatiokokonaisuuden pääpiirteittäin. Tilaajana toimiva Tukikeskus Mahku on järjestöpohjainen toimija, joka kuuluu Kuopiossa toimivan Puijolan Settlementin alaisuuteen. Tämä taas on osa Suomen Settlementiliittoa ja näiden kaikkien taustalla toimii Kansainvälinen Settlementiliitto. Settlementitoimintaa on laajasti ympäri maailman. Toiminta on uskonnollisesti ja poliittisesti sitoutumatonta. Settlementitoiminnan arvoja ovat yhteisöllisyyden voimistamiseen vaikuttamiseen uskomisen, yksilön kunnioittaminen sekä moninaisuuden arvostaminen (Settlementiliitto 2020).

2.1 Kansainvälinen Settlementiliitto IFS

Suomen Settlementiliitto kuuluu kansainväliseen settlementiliittoon IFS:ään (International Federation of Settlement Houses and Neighbourhood Centres). IFS:lla on jäseniä lähes 40 eri maassa ja se on YK:n ja Euroopan neuvoston yksi virallisista yhteistyöjärjestöistä. IFS yhdistää kansalliset, alueelliset ja paikalliset järjestöt ja sen tavoitteena on edistää ja kehittää eri maissa yhteistyötä paikallisesti toimivien järjestöjen välillä. IFS:n tehtäviä on muuan muassa kehittää ja koordinoita kansainvälisiä yhteistyöhankkeita, tarjota neuvoja, informaatiota ja asiantuntija-apua käytännön työhön, ajaa jäsenjärjestöjen etuja ja asioita, tukea jäsenjärjestöjä arviointityössä ja organisoida koulutuksia ja henkilövaihtoja. (Settlementiliitto 2020.)

2.2 Suomen Settlementiliike

Suomen Settlementiliikkeen muodostavat yhdessä Suomen Settlementiliitto ja sen paikalliset jäsenorganisaatiot. Suomen Settlementiliitto on perustettu 1918 ja se on eräs merkittävimpiä sivistys- ja sosiaalialan palveluntuottajia sekä työllistäjiä Suomessa. Toimintaa eri muodoissaan liikkeellä on noin 50 eri paikkakunnalla, työntekijöitä noin 5000 ja lisäksi valtava joukko vapaaehtoisia sekä toimintaan osallistuvia. Settlementiliikkeen toiminta on lähtenyt jo 1800-luvulla Lontoossa köyhiin kortteleihin perustetuissa keskuksissa, joissa oli mahdollista saada tukea koulutukseen ja erilaisten sosiaalisten ongelmien ratkaisemiseen. Ydinideologia Settlementityössä on vaikeimmissa tilanteissa olevien aseman parantaminen, yhteisöllisyyden voimistava vaikutus sekä yksilöllisyyden ja moninaisuuden arvostus. Settlementiliike tekee moni-

puolisesti lapsi-, vanhus-, aikuis- ja nuorisotyötä erilaisten teemojen parissa ja paikallisjärjestöt pyrkivät löytämään juuri niitä tuen paikkoja, joihin yhteiskunnan muut rakenteet eivät helposti yllä. Suomessa keskeisimmiksi teemoiksi työssä ovat muovautuneet esimerkiksi yksilön oman elämänhallinnan edistäminen, elinikäisen oppimisen tukeminen sekä vuorovaikutuksen ja lähimmäisyyden lisääminen. (Setlementtiliitto 2020.)

2.3 Setlementti Puijola

Setlementti Puijola on perustettu Kuopioon vuonna 1995. Puijolan tavoite on edistää yhdenvertaisuutta, moniarvoisuutta ja sosiaalista oikeudenmukaisuutta sekä vahvistaa kansalaisyhteiskunnan rakenteita. Kaikki toiminta on poliittisesti ja uskonnollisesti sitoutumatonta ja voittoa tavoittelematonta. Puijola kannustaa jokaista ihmistä löytämään omat voimavaransa ja ratkaisunsa. Puijolan arvoja ovat paikallisuus, vastuullisuus, luottamus, yhdenvertaisuus ja oikeudenmukaisuus. Setlementti Puijolan muita alatoimijoita Mahkun lisäksi ovat kansainvälinen kohtaamispaikka Kompassi, sukupuolisensitiivistä työtä tekevä Tyttöjen Talo, kodin ulkopuolista väkivaltaa ennaltaehkäisevä Aggredi, koululaisten iltapäiväkerhot, Tarinan vastaanottokeskus, tanssi- ja taideteemainen JuJu Dance sekä lisäksi erilaiset hankkeet. (Setlementti Puijola 2020.)

2.4 Tukikeskus Mahku

Työn tilaaja eli Tukikeskus Mahku on Kuopiossa toimiva Puijolan Setlementin alainen toimija, jonka kohderyhmänä ovat täysi-ikäiset rikostaustaiset ja heidän läheisensä. Toimintaan ovat tervetulleita kaikki rikostaustaiset riippumatta siitä, minkälaisia rikoksia he ovat tehneet. Mahkun toiminta-ajatus on toimia matalan kynnyksen paikana, joka tukee haastavassa elämäntilanteessa olevia asiakkaita. Mahku on mukana tukemassa asiakkaan arjenhallintaa ja kannustaa rikoksettomaan ja päihteettömään elämään. Sen toiminnassa voi asioida halutessaan anonymisti ja kaikki toiminta on asiakkaalle maksutonta. Mahku tarjoaa sekä yksilö-, että ryhmäohjausta ja työskentelymuodot luodaan yksilöllisesti asiakkaan tarpeiden mukaan. Toiminta perustuu luottamukseen, kunnioitukseen ja yhdenvertaiseen kohtaamiseen. Mahku on perustettu vuonna 2009 ja sen toimintaa rahoittaa Sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskeskus

STEA. (Setlementti Puijola 2020.) Mahkussa työskentelee kaksi työntekijää, Tanja Turunen koordinaattorina ja Tanja Hynynen ohjaajana.

3 OPINNÄYTETYÖN NÄKÖKULMA

Opinnäytetyöprosessi lähti liikkeelle alkuvuodesta 2020. Olimme neuvotelleet Mahkun työntekijöiden kanssa siitä, että opinnäytetyön tekeminen Mahkulle on mahdollista. Humanistisen ammattikorkeakoulun opinnäytetyö on tutkimuksellinen kehittämistehtävä. Kehittämisenäkökulmaa ei alussa vielä ollut, kun työtä lähdettiin suunnittelemaan. Toisinaan opinnäytetyön tilaajalla saattaa olla valmiina tietty toive näkökulmalle, kehittämistehtävälle ja tuotokselle. Tässä opinnäytetyössä lähtöasetelma kuitenkin oli se, että sain tilaajalta muutaman alustavan idean, joista sain valita sopivimman. Tämä menettely tuntui inspiroivalta, vaikka vapaus samalla toi hieman haasteita suunnitteluvaiheeseen. Sain valittua sopivimman aiheen ja prosessissa omaa motivaatiota on ylläpitänyt oma kiinnostus aihetta kohtaan.

3.1 Näkökulman suunnittelu

Opinnäytetyön näkökulmaa ja kehittämisosuutta jouduin pohtimaan jonkin verran. Opinnäytetyölle alustavia ideoita tilaajalta olivat ryhmätoiminnan suunnittelu ja toteutus tietylle ajanjaksolle, kesäleirin ohjelman suunnittelu ja toteutus tai Mahkun toiminnan vaikuttavuuden arviointia asiakkaiden elämässä. Näistä kaksi ensimmäistä ei varsinaisesti sisältäneet kehittämistehtävää. Kolmas idea kuitenkin olisi ollut melko suora opinnäytetyön aihe, koska se olisi antanut tilaajalle uutta tietoa. Lähdin kuitenkin suunnittelemaan ensimmäistä vaihtoehtoa, jossa tarkoituksena oli, että suunnittelisin ja toteuttaisin Mahkulle kuukauden ajalle ryhmätoimintoja. Tähän päädyin, koska uskoin sen olevan hyödyllisin vaihtoehto sekä tilaajan, että oman oppimiseni kannalta. Minua kiinnosti myös mahdollisuus tehdä opinnäytetyön yhteydessä konkreettista asiakastyötä. Opinnäytetyön näkökulmaan tilaajalta tuli idea, että kehittämisosuus ja työn näkökulma voisi olla esimerkiksi jonkin tietyn ominaisuuden kehittämistä asiakkaissa. Kiinnostuin tästä vaihtoehdosta, koska se vaikutti selkeältä näkökulmalta ja oli myös aiheena kiinnostava.

Mahkussa harjoittelua suorittaessani minulle jäi käsitys, että kohderyhmä voisi hyötyä siitä, että heidän itsetuntonsa eli itsensä arvostaminen vahvistuisi entisestään. Mahku tukee ja kannustaa asiakkaita rikoksettomaan ja päihteettömään elämään, joten he

ovat usein elämänmuutosvaiheessa. Uudenlaiseen rikoksettomaan ja päihteettömään elämäntyyliin asteittain siirtyminen vaatii rohkeutta ja oman mukavuusalueen ulkopuolelle menoa, jossa itsetunnon tukeminen voi auttaa. Itsetunto on enemmänkin itsensä kokonaisvaltaista arvostamista, mutta opinnäytetyöni näkökulmaan liittyy myös pystyvyyden tunne eli koherenssin tunne, joka liittyy enemmänkin tekemiseen ja omaan uskoon selviytyä erilaisista haasteista. Nämä ovat läheisiä käsitteitä. Harjoittelujaksone aikana osasta asiakkaista oli havaittavissa sekä heikohkoa itsetuntoa, että pystyvyyden tunnetta. Vaikka itsetunto tai pystyvyyden tunne jo olisi hyvä, sen terve vahvistaminen elämänmuutosvaiheessa voisi toimia rikoksettomuudessa ja päihteettömyydessä ennaltaehkäisevällä tavalla, olettaen asiakkaalla olevan motivaatiota käyttää ominaisuuksiaan yhteiskunnan kannalta toivottuihin asioihin. Joillakin asiakkailla itsetunto voi mahdollisesti olla kehittynyt hyväksi nimenomaan rikolliseen elämäntapaan liittyvien saavutusten tai esimerkiksi tietynlaisen maineen kautta. Voisi joka tapauksessa olla hyödyksi katsoa aihetta näkökulmasta, joka tukee rikoksettomuutta.

3.2 Omat ja muiden vahvuudet

Itsetunnon- sekä pystyvyyden tunteen vahvistaminen tavalla tai toisella tuntui tärkeältä ja sopivansuuntaiselta aiheelta. Vaikka aiheen tarpeellisuutta pystyy pitkälti perustelemaan asiakkaiden elämänmuutoksella, tarkemmin mietittyäni huomasin aiheen sisältävän sen oletuksen, että asiakkailla olisi huono itsetunto. Tarkoitus oli siis järjestää toimintaa Mahkun normaalin ryhmätoiminnan puitteissa, eikä perustaa erillistä näkökulman pariin sitoutuvaa ryhmää. Kun kohderyhmä ei ole oma-aloitteisesti hakeutunut tai valikoitunut juuri kyseisen aiheen pariin, ei itsetuntonäkökulma tuntunut tuottoisalta. Tavoite oli pitää toiminta kepeänä ja sellaisena, jossa varsinainen toiminta olisi keskeisimmässä osassa. Aiheiden tuli olla sopivan kevyitä myös siksi, että tarkoitus oli liittää kehittämistyö nimenomaan ryhmätoimintoihin eikä yksilötyöhön. Ryhmien kokoonpanoa tai ryhmädynamiikkaa ei ole ennestään tiedossa Mahkun toimintoissa, koska ryhmät ovat avoimia ja niissä asiakkaat voivat käydä vapaasti oman mielensä mukaan.

Itsetunnon teemaa mietittyäni tuli mieleeni positiivisen vahvistamisen näkökulma aiheeseen ja vahvuuksien teema. Jatkoin pohdintaa jokaisen henkilökohtaisten vahvuuksien havaitsemisen tukemisesta. Tämä alkoi vaikuttaa sopivalta ja mielenkiintoiselta aiheelta, joka voisi parhaassa tapauksessa hyödyttää kohderyhmää. Se vaikutti

sopivan kevyeltä aiheelta nimenomaan ryhmätoimintoihin. Lisäksi aihe tuntui myös itselleni henkilökohtaisesti tärkeältä ja koen merkityksellisenä mahdollisuuden tukea asiakkaita vahvuuksiensa havaitsemisessa. Tulin lopulta siihen tulokseen, että omien vahvuuksien havaitsemisen lisäksi voisi olla hyödyllistä myös kehittyä huomaamaan muiden ihmisten vahvuuksia, koska se olisi luontevaa liittää ryhmätoimintaan. Esimerkiksi työyhteisössä jokaisen sen jäsenen ei välttämättä tarvitse osata kaikkea sataprosenttisesti, vaan ihannetilanteessa sen jäsenet voivat tukea toisiaan työssä ja omien vahvuuksiensa kautta tukea työtehtävissä muita työyhteisön jäseniä. Toisten ihmisten vahvuuksien kautta voi esimerkiksi myös havaita itsestään asioita, joissa haluaisi kehittyä jatkossa.

Aiheeksi valikoitui siis omien sekä muiden ihmisten vahvuuksien huomioiminen ryhmätoiminnassa. Näen vahvuudet yhtenä laajempien voimavarojen osa-alueena, mutta käytän tässä työssä lähinnä termiä vahvuudet. Sanan ”vahvuudet” voi käsittää monin tavoin ja sen saattaa helposti liittää koskemaan esimerkiksi fyysistä vahvuutta tai opittuja taitoja. Vaikka termi ei ole kovin tarkka, koen sen siitä huolimatta olevan sopivin mahdollinen. Opinnäytetyössäni keskityn enimmäkseen luontevahvuuksiin, mutta en halunnut rajata muitakaan vahvuuksia pois. Käsitteitä avataan tarkemmin tietoperustaosiossa. Vaikka työssä huomioidaan myös muiden vahvuuksia, pääpaino kuitenkin on hieman enemmän omien vahvuuksien huomioimisessa. Ajatus työn painottumisesta omiin vahvuuksiin tuli lähinnä siitä, että koska ryhmät olivat avoimia, etukäteen ei ollut mahdollista tietää ryhmästä, ryhmädynamiikasta tai yksittäisistä asiakkaista oikeastaan yhtään mitään. Koin toteutusten suunnittelun varmemmaksi niin, että painotus on omissa vahvuuksissa, mutta sen lisäksi huomioidaan myös toisten vahvuuksia.

3.3 Toiminnallisuus ja yhteisöpedagogin näkökulma

Mahkun keskeisimpinä tehtävinä on tukea asiakkaiden arjenhallintaa ja osallisuutta yhteiskunnan toimintoihin. Tarkoituksena on tehdä asiakkaan kanssa hänen henkilökohtaisista tarpeistaan ja tavoitteistaan lähtevää yhteistyötä tukien päihteettömyyteen ja rikoksettomuuteen. Konkreettinen työ asiakkaan kanssa voi olla esimerkiksi yksilöohjauksessa tapahtuvaa tukea arjen asioiden hoitamisessa, yksilökeskusteluja tai ohjausta erilaisten palveluiden piiriin. Lisäksi Mahkulla on viikoittaista ja monipuolista

ryhmätoimintaa. Näiden eri työskentelymuotojen kautta Mahku työskentelee myös tukeakseen asiakkaita huomaamaan omia vahvuuksiaan eli vahvuuksien teema ei ole Mahkun työssä mitenkään uusi. Tehtävä työ aiheen ympärillä keskittyy Mahkussa usein varsinaisen toiminnan yhteyteen esimerkiksi toiminnan ohessa kannustaen, keuhien ja asiakkaiden vahvuuksia huomioiden.

Toiminnalliset menetelmät ovat yksi yhteisöpedagogikoulutuksen keskeisimpiä aihealueita ja samalla myös itselleni yksi selkein opittu työväline. Siksi tuntui luonnolliselta liittää toiminnalliset menetelmät jollakin lailla myös opinnäytetyön tekoon. Toiminnallisilla menetelmillä tarkoitetaan ohjaustyössä käytettäviä erilaisia tavoitteellisia harjoitteita. Käsitettä avataan tarkemmin tietoperustassa. Henkilökohtaisesti minua motivoi opinnäytetyön aiheessa mahdollisuus tehdä sen yhteydessä asiakastyötä ja saada lisää kokemusta toiminnallisten menetelmien ohjaamisesta. Aiemman Mahkun harjoitteluni seurauksena ohjaustyö rikostaustaisten asiakkaiden kanssa oli minulle jonkin verran tuttua. Kuitenkin huolellisesti suunniteltujen toiminnallisten menetelmien ohjaaminen on jäänyt itselläni kaikissa harjoitteluissani melko vähälle, koska niissä ohjaustyö on keskittynyt pitkälti arjenhallinnan tukemiseen. Koin siis toiminnallisemman opinnäytetyön hyödyllisimpänä vaihtoehtona oman oppimiseni kannalta, jolloin pääsisin toteuttamaan ohjaustyötä ja erityisesti toiminnallisia menetelmiä.

3.4 Kehittämistyön tuotoksen näkökulma

Näkökulma lähti liikkeelle siitä, mistä asiakkaat voisivat hyötyä elämäntilanteessaan. Kuitenkin alkuvaiheessa oli vielä epäselvää, mitä opinnäytetyö varsinaisesti tilaajalle Mahkulle antaa. Toki on myös tilaajan etu, jos asiakkaat hyötyvät työstä jollakin tavalla, mutta se ei vielä tuntunut aivan riittävältä lopputulokselta. Varsinaista konkreettista toivetta tietynlaisesta tuotoksesta tai tarpeesta ei Mahkun puolesta ollut, joten aloin ideoida tuotosta vapaasti. Tutkin Theseuksesta samankaltaisen aihealueen opinnäytetöitä ja mietin, mikä tuotos voisi olla. Löysin muun muassa erilaisia tilaajille kohdistettuja oppaita eri aiheiden parista. Ideana opas tuntui sopivan konkreettiselta, mutta hieman liian viralliselta omaa opinnäytetyöni tyyliä ajatellen. Ennemminkin halusin tuottaa kevyempää materiaalia, josta tilaaja voisi halutessaan ottaa ideoita omaan toimintaansa. Opas olisi tässä yhteydessä tuntunut mielestäni turhan hallitse-

valta, koska jokainen työntekijä tekee ohjaustyötään omalla tavallaan. Mielestäni teemaan myös sopii hieman kevyempi lähestymistapa paremmin. Mieleeni tuli oppaan sijaan tuotos, johon olisi koottu ideoita menetelmistä, joilla on mahdollista ryhmän-ohjauksissa tukea asiakkaita havaitsemaan omia ja toisten vahvuuksia. Aloin miettimään jonkinlaista ideapankkia tuotoksena, josta Mahkun työntekijät halutessaan voisivat napata ryhmätoimintaan menetelmiä liittyen vahvuuksien teemaan. Tämä vaikutti sopivan konkreettiselta ja aiheeseen liittyen sopivalta vaihtoehdolta, joten päätin jatkaa työskentelyä tämän idean parissa. Tarkoituksena siis oli koostaa ideapankki ohjattujen ryhmätoimintojen pohjalta, joissa testaisin joitakin menetelmiä. Näistä oli tarkoitus saada suuntaa siitä, mitkä ideat voivat mahdollisesti toimia, ja mitkä ehkä eivät. Ideapankin lopullista laajuutta oli vaikea etukäteen arvioida, koska tuloksia ei voinut tietää. Työn edetessä alkoi mieleeni piirtyä epätarkka tavoite noin kahdestatoista ideasta sen perusteella, että jokaisesta kokeillusta menetelmästä saisin ainakin muuttaman idean, mutta pidin vaihtoehdot auki.

3.5 Kehittämistyön tutkimuksellinen näkökulma

Tutustuttuani erilaisten tutkimusten vaihtoehtoihin ja hahmoteltuani opinnäytetyön pääkohdat valitsin toteutustavaksi laadullisen tutkimuksen. Pitkärannan mukaan laadullinen tutkimus on ihmisten maailman ilmiöiden tutkimusta (Pitkäranta, 2014, 8-9). Juha Varton mukaan (Varto, 1992) (Pitkäranta, 2014, 8-9) tätä tutkittavaa kokonaisuutta voidaan kutsua elämismaailmaksi ja siihen liittyvät yksilön, yhteisön ja sosiaalisen vuorovaikutuksen arvomaailmat ja ihmisten välisten suhteiden eri ilmiöt. Laadullinen tutkimus liittyy usein tulevaisuuteen ja sen avulla on tarkoitus parantaa, kehittää tai uudistaa tutkittavaa aihealuetta. (Pitkäranta, 2014, 8-9.) Laadullisessa tutkimuksessa tavoitteena on ilmiön ymmärtäminen, selittäminen, tulkinta, monesti myös mallintaminen ja soveltaminen (Pitkäranta, 2014, 33). Tämä näkökulma sopi omaan opinnäytetyöhöni hyvin.

Laadullisessa tutkimuksessa yleisimmät aineistonkeruumenetelmät ovat haastattelu, kysely, havainnointi ja erilaisista dokumenteista koottava tieto. (Tuomi & Saramäki, 2017, 62.) Haastattelua tai kyselyä käytetään aineiston keräyksessä silloin, kun halutaan tietää, mitä ihminen ajattelee tai miksi hän toimii tietyllä tavalla. (Tuomi & Saramäki, 2017, 62.) Kysely ja haastattelu eivät ole synonyymejä, vaan kyselyn voi tulkita strukturoituna haastatteluna, jossa on tiukka kysymysjärjestys, samat kysymykset ja

haastatteluprosessi on kaikille sama (Kumar, 2011, 144) (Kananen, 2017, 49). Ryhmähaastatteluilla voidaan ajankäyttöä tiivistää, mutta on otettava huomioon, että ryhmähaastattelut voivat tuottaa erilaista materiaalia, kuin yksilöhaastattelut. (Tuomi & Saramäki, 2017, 49.) Koska tarkoitus oli saada melko rajattua tietoa siitä, kokevatko asiakkaat toiminnalliset menetelmät hyödyllisiksi, koin sopivaksi valinnaksi haastattelut tai kyselyt, jotka työn edetessä tarkentuivat strukturoiduiksi kyselyiksi. Kyselyissä kuitenkin lisäksi esitin muutaman avoimen kysymyksen, joista poimin oleellimmat asiat. Kyselyt toteutettiin ryhmämuotoisina kyselyinä, koska se säästi aikaa itse aktiiviteettiin ja mielestäni tutkimussisältö ei ollut niin henkilökohtaista, ettei aineistoa olisi voinut kerätä koko ryhmältä yhteisesti. Vaikka kyselyt olivat päämenetelmä aineiston keräyksessä, käytin sen ohessa myös havainnointia, lähinnä havainnoidakseni ryhmätilanteiden ilmapiiriä menetelmien aikana.

Sisällönanalyysi on perusanalyysimenetelmä, jota voidaan käyttää kaikissa laadullisen tutkimuksen vaihtoehdoissa. Myös useimmat muut laadullisen tutkimuksen analyysimenetelmät perustuvat jollakin tavoin sisällönanalyysille, jos käsitteellä tarkoitetaan nähtyjien, kuultujen tai kirjoitettujen sisältöjen analyysia teoreettisena ohjenuorana. (Tuomi & Saramäki, 2017, 78.) Valitsin sisällönanalyysin menetelmäksi aineiston analyysiin, koska sen avulla oli luontevaa analysoida oman kehittämistehtäväni tulosten kaltaisia laadullisia ja ilmiöihin liittyviä tuloksia.

Tuomin ja Saramäen mukaan sekä laadullisen että määrällisen tutkimuksen yksiselitteinen määrittely on haastavaa, koska muun muassa erilaiset määrällisen tutkimuksen määrittelyt on tehty laadullisen tutkimuksen eri perinteiden näkökulmista. Heidän mukaansa laadullista tutkimusta tehdessä on tästä syystä hyvä määrittää aina tarkemmin, mitä on tekemässä. Tarkempi määrittely on yhteydessä myös eettiseen näkökulmaan, koska jokainen tutkimus sisältää omat eettiset haasteensa yleisistä ohjeista huolimatta. (Tuomi & Saramäki, 2017, 54.) Kun tutkimuskysymykset olivat selvillä, pohdin, kuinka tarkkaa tietoa on tarpeellista tässä opinnäytetyössä saada. Tulin siihen tulokseen, että tarvitsen enemmän laveita suuntaviivoja asiakkaiden kokemuksista menetelmiin liittyen, kuin erityisen syviä analyysieja. Tähän päädyin, koska tuotoksena oleva ideapankki on suunniteltu yleisesti Mahkun kaikkeen ryhmätoimintaan. Mahkun kaikki ryhmätoiminta toteutuu avoimina ryhminä, eli asiakkaat vaihtelevat ja aineisto kuvaa vain pienen osan näkemyksiä menetelmien toimivuudesta. Ei ole tie-

dossa, ketkä asiakkaat tarkalleen tulevat Mahkussa mahdollisesti harjoitteita tekemään, minkä takia en ole nähnyt aiheelliseksi kerätä erityisen tarkkaa selvitystä. Jos ryhmät olisivat suljettuja eli asiakkaat niissä olisivat aina samoja, olisi ollut tarpeellisempaa ehkä tehdä syvempää selvitystä, mikäli tuotos olisi tullut juuri kyselyyn vastanneelle ryhmälle.

Haaparannan ja Niiniluodon mukaan tutkimuksen keskeisimpiä eettisiä kysymyksiä ovat millaista hyvä tutkimus on, onko tiedonhalu hyväksyttävää ja onko se kaikissa asioissa hyväksyttävää, mitä tutkitaan eli miten tutkimusaiheet rajataan, millaisia tutkimustuloksia tutkija saa tavoitella ja millaisia keinoja tutkija saa käyttää (Haaparanta & Niiniluoto, 1991) (Tuomi & Saramäki, 2017, 109). Ohjaamiani harjoitteita ei tarkoituksella juurikaan markkinoitu asiakkaille etukäteen. Olisi ollut mahdollista, että joku jättäisi sen takia saapumatta kokonaan. Monet asiakkaat Mahkun ryhmätoimintoihin tulevat varsinaisten aktiviteettien, kuten liikunnallisten pelien innostamana. Tarkoituksellinen informoinnin puute voi jakaa mielipiteitä. Kuitenkin tässä tapauksessa näimme Mahkun työntekijöiden kanssa kokonaisuuden ja asiakkaan itsensä kannalta eettisempänä vaihtoehtona, että asiakkaat mieluummin saapuvat paikalle ja heitä informoidaan vasta silloin, kuin että he jättäytyisivät kokonaan pois ryhmätoiminnasta. Tämän toimintatavan myötä korostui merkitys selventää asiakkaille joka kerralla, että harjoitteet liittyvät opinnäytetyöhöni ja että osallistuminen on aina vapaaehtoista. Korostin myös toiminnan sekä palautteenannon olevan täysin anonymia. Palautteeseen asiakkaista on kerätty ainoastaan heidän vastauksensa, ei mitään tunnistetietoja.

4 TIETOPERUSTA JA KESKEISET KÄSITTEET

Tässä luvussa määritellään keskeisimmät käsitteet opinnäytetyön osalta, joita ovat rikollisuus ja rikostaustaisuus, pienryhmäohjaus, toiminnalliset menetelmät, positiivinen psykologia sekä voimavarat ja vahvuudet. Opinnäytetyössäni on kolme keskeistä teemaa: rikostaustaisuus, ryhmätoiminta ja vahvuudet. Vastaavia tutkimuksia tai opinnäytetöitä, joissa yhdistyisivät kaikki kolme keskeisintä aihetta eli asiakkaiden rikostaustaisuus, ryhmämuotoinen työskentely ja vahvuudet en itse löytänyt. Toki rikostaustaisten asiakkaiden kanssa tehdään Mahkun kaltaisten toimijoiden lisäksi työtä vahvuuksien teeman parissa esimerkiksi vankiloissa, mutta tietoa aiheesta oli haasta-

vaa löytää. Koska aiempi tutkimustieto vaikuttaa olevan vähäistä, näen tämän opin-
näytetyön aiheen tärkeänä ja ajankohtaisena. Löysin rikostaustaisuutta käsitteleviä
asiantuntija-artikkeleita ja oppinnäytetöitä, jotka käsitelivät aiheiltaan esimerkiksi
vankilasta vapautumisen tukitoimia ja integroitumista yhteiskuntaan, mutta nimen-
omaan vahvuuksiin sekä ryhmämuotoiseen työskentelyyn liittyviä rikostaustaisiin asi-
akkaisiin keskittyviä aiempia tutkimuksia ei tullut vastaan. Sen sijaan voimavaroja ja
vahvuuksia käsittelevä teema tuli esiin muiden asiakasryhmien kanssa tehdyistä opin-
näytetöistä. Myös rikostaustaisuuteen sekä ryhmätoimintaan liittyviä kehittämistehtä-
viä löytyi, mutta aiheiltaan ne liittyivät muihin kuin vahvuuksiin.

Aiheiltaan mielestäni lähimmäksi osuneet aiemmat tietolähteet olivat oppinnäytetöitä,
joista valitsin kaksi tietoperustaksi ja vertailukohteeksi. Molemmissa näissä yhdistyy
voimavarakeskeisyys ja ryhmätoiminta, mutta kohderyhmänä eivät ole erityisesti ri-
kostaustaiset, vaan toisessa eläkkeelle jäävät henkilöt ja toisessa nuoret aikuiset.
Eräänä keskeisenä erona näissä molemmissa töissä omaan oppinnäytetyöhöni verrat-
tuna on se, että molemmissa vertailuna käyttämässäni töissä kaikki ryhmän jäsenet oli-
vat valikoituneet omaehtoisesti ryhmän pariin ja ryhmät olivat suljettuja eli osallistujat
niissä olivat koko ajan samoja. Omassa oppinnäytetyössäni ryhmät olivat avoimia ei-
vätkä osallistujat olleet itse omasta motivaatiostaan hakeutuneet suorittamaan vah-
vuuksiin liittyviä toiminnallisia menetelmiä. Omassa kehittämistehtävässäni asiak-
kaille ei tarkoituksella edes markkinoitu harjoitteita mitenkään, jotta ne eivät olisi kar-
kottaneet ketään toiminnasta pois, sillä pitämäni menetelmät toteutuivat suhteellisen
lyhyinä alkuharjoitteina ennen varsinaista aktiviteettia. On siis mielestäni ymmärret-
tävää, jos Mahkun asiakkaiden oma aito motivaatio ja sitoutuneisuus vahvuuksien tee-
man käsittelyyn Mahkun toiminnoissa ei ole ollut yhtä korkea, kuin kahdessa verrok-
kioppinnäytetyössä asiakkailla.

Omat keskeisimmät tutkimuskysymykseni tässä kehittämistehtävässä olivat, miten ri-
kostaustaisten ryhmätoiminnassa voidaan tukea asiakkaita havaitsemaan omia ja tois-
tensa vahvuuksia sekä miten asiakkaat kokevat vahvuuksiin liittyvät toiminnalliset
menetelmät. Lähdin siis selvittämään valitsemistani oppinnäytetöistä, miten voimava-
raistumiseen oli onnistuttu vaikuttamaan ja miten aiheita käsittelevät toiminnalliset
menetelmät oli koettu ryhmässä. Tässä kehittämistehtävässä tuotos eli ideapankki on
osa tuotettavaa tietoa, koska kohderyhmälle erityisen sopivia vahvuuksiin liittyviä har-
joitteita oli valmiina haastavaa löytää. Menetelmäoppaita aiheesta löytyi jonkin verran

lapsille ja nuorille, joissa harjoitteet eivät välttämättä vaikuttaneet aikuisryhmille sopivimmilta. Myös aikuisille oppaita oli, mutta itse löytämäni vaihtoehdot olivat hyvin urakeskeisiä näkökulmiltaan. Tämä ei lähestymistapana välttämättä puhuttele rikostaustaista kohderyhmää parhaiten, koska kohderyhmän kanssa saatetaan olla vaiheessa, jossa hahmotellaan tulevaisuudennäkymiä.

Eeva-Liisa Kiviniemen ja Laura Pulkkisen ”Voimavaroja valmennuksesta. Positiiviseen psykologiaan pohjautuva eläkevalmennus.”-opinnäytetyössä (2015) toteutettiin ryhmämuotoinen eläkevalmennus, jossa kohderyhmänä olivat lähivuosina eläkkeelle jäävät henkilöt. Vaikka kohderyhmä on eri, yhteistä eläkkeelle jääville sekä rikostaustaisille, joita tuetaan päihteettömään ja rikoksettomaan elämään siirtymiseen on elämän muutosvaihe. Eläkevalmennuksessa tavoitteina olivat muutosvalmiuden vahvistaminen ja fyysisen-, psyykkisen- ja sosiaalisen hyvinvoinnin tukeminen. Vaikka valmennus pohjautui positiiviseen psykologiaan, omasta opinnäytetyöstäni poiketen kyseinen työ on kattanut melko laajasti erilaisia eläkkeelle jäämiseen liittyviä osa-alueita, kun taas oma työni on keskittynyt nimenomaan voimavaroihin ja vahvuuksiin. Lähde sopi oman opinnäytetyöni taustaksi kuitenkin myös siksi, että sen tutkimuskysymykset olivat hyvin samankaltaisia, kuin omassa työssäni. Valmennus koostui neljästä ryhmäkerrasta, joiden jälkeen toiminnasta kerättiin palaute. Se oli kerätty kirjallisesti sekä lisäksi ryhmäkeskustelujen avulla. Palaute oli ollut todella myönteistä ja kiitosta oli saanut esimerkiksi käytännön järjestelyt, ryhmän ilmapiiri sekä ohjaajien toiminta. He olivat kokeneet hyötyneensä valmennuksesta ja kokivat erityisesti vertaistuen merkityksellisenä. Palautteen perusteella myös osallistujien voimavaroja ja vahvuuksia oli onnistuttu löytämään. Tästä huolimatta omia vahvuuksia pohtiessa osa osallistujista oli kokenut vahvuuksien teemaan pääsemisen haastavaksi ja kokenut haastavaksi myös puhua omista vahvuuksistaan ääneen. Kuitenkin vahvuuksien käsittely oli lievittänyt eläkkeelle jäämiseen liittyvää ahdistusta ja epävarmuutta sekä voimauttanut osallistujia uskomaan tulevaan. Omien vahvuuksien tunnistaminen on koettu tärkeäksi erityisesti elämän muutosvaiheessa kuten eläkkeelle jäämisen aikana. Lähes kaikki vastaajat olivat kokeneet toiminnalliset menetelmät hyödyllisiksi, sopiviksi ja mielekkäiksi. Likert-asteikolla mitattuna vastaukset jakautuivat pääosin vastauksiin ”täysin samaa mieltä” tai ”jokseenkin samaa mieltä” kysyttäessä toiminnallisten menetelmien vaikuttavuudesta. Kehitysehdotuksena osallistujat olivat esittäneet joihin-

kin teemoihin tarkemman syventymisen sekä ryhmäkertojen määrän lisäämisen vastaavalle valmennukselle. Kokonaisuudessaan osallistujille kokemus eläkevalmennuksesta oli erittäin positiivinen ja merkityksellinen. (Kiviniemi & Pulkkinen, 2015).

Anna Grönlundin, Elena Jokelan ja Sari Isopahkalan ”Voimavarakeskeinen mielenterveys – ryhmäkeskustelu varhaisaikuisille” opinnäytetyössä (2014) toteutettiin voimavarakeskeistä mielenterveyttä käsittelevä keskusteluryhmä, jonka kohderyhmänä olivat nuoret aikuiset. Työn tavoitteena oli tukea osallistujia havaitsemaan mielenterveyttä tukevia voimavaroja. Ajatuksena oli hyödyntää toiminnallisuutta, vuorovaikutuksellisuutta ja vertaistukea. Ryhmäkeskustelujen aiheet olivat voimavarakeskeinen mielenterveys, mielenterveyden ikä- ja kulttuurisidonnaisuus sekä onnellisuus ja kiitollisuus. Palautetta kerättiin kyselylomakkeilla ryhmätoiminnan eri vaiheissa. Palaute oli ryhmätoiminnasta positiivista ja sen avulla osallistujat onnistuivat tunnistamaan voimavarojaan yhä enemmän. Voimavaroihin keskittyminen oli ollut osallistujien mielestä hyödyllistä ja suurimman osan mielestä eri aiheita oli käsitelty sopivasti. Palauteessa mainittiin kaiken käsitellyn olleen tarpeellista ja mielekästä. Harjoitteet oli koettu hyödyllisinä ja sekä osallistujien, että ohjaajien mielestä tavoitteet oli onnistuttu saavuttamaan. (Grönlund & Jokela & Isopahkala, 2014.)

Kyseisten aiempien lähteiden perusteella voisi tiivistää, että molemmissa opinnäytetöissä palaute on ollut toiminnasta erittäin myönteistä. Osallistujat ovat olleet sitoutuneita ja motivoituneita toimintaan. Voimavaroja ja vahvuuksia oli onnistuttu löytämään, mutta se oli myös osittain koettu haastavaksi. Teeman käsittely oli kuitenkin koettu hyödylliseksi erityisesti elämän muutosvaiheissa. Toiminnalliset menetelmät oli koettu mielekkäiksi. Näihin kahteen aiempaan tutkimukseen nähden oma työni kartuttaa ammattialan tietovarantoa yhdistäen rikostaustaisuuden, ryhmätoiminnan ja vahvuuksien teeman. Erityispiirteenä oman työni osalta on myös selvittää aiempiin tietolähteisiin nähden sitä, vaikuttaako tuloksiin ryhmien avoimuus ja se, että asiakkaat eivät ole alun perin omasta aloitteestaan valikoituneet toimintaan, vaikka toki toiminta on ollut heille vapaaehtoista.

4.1 Rikollisuus ja rikostaustaisuus

Tässä alaluvussa taustoitan rikollisuuden käsitettä hieman, mutta käsittelen aihetta melko pintapuolisesti. Rikollisuudella tarkoitetaan Niemen (2018) mukaan laissa rangaistavaksi määrättyä tekoa. Rikosten määritelmät kuitenkin elävät ajan mukaan,

aiemmin esimerkiksi homoseksuaalisessa suhteessa oleminen on ollut rikollista. Rikollisuuden määrä vaihtelee ja vain osa tehdyistä rikoksista tulee tietoon poliisille, joka on yleisin rikoksia Suomessa tilastoiva taho. (Niemi, 2018.) Rikosten tilastointi on pääosin Poliisin vastuulla, mutta sen lisäksi Tulli ja Rajavartiolaitos kirjaavat niitä. Koska kaikki rikokset eivät tule viranomaisten tietoon koskaan, puhutaan kokonaisrikollisuudesta sekä piilorikollisuudesta. Suomessa yleistäen suhteellisen pieni mutta aktiivinen osa rikoksentekijöistä tekee suurimman osan kaikista rikoksista. (Rikoksentorjunta-neuvosto.) Kansainvälisesti vertailtuna rikollisuus on Suomessa sekä muissa Pohjoismaissa vähäisempää muuhun Eurooppaan vertailtuna, mutta sen sijaan henkirikosten osalta Suomi on Länsi-Euroopan kärkitilastoissa (Niemi, 2018).

Suomen Rikoslaisissa määritellyjä yleisiä rangaistuksia rikoksista ovat rikesakko, sakko, ehdollinen vankeus, yhdyskuntapalvelu, valvontarangaistus ja ehdoton vankeus (Rikoslaki, 6 luku, 1 §).

Tietoon tulleiden rikosten määrä on ylipäätään ollut laskussa jo 1990-luvun alusta lähtien. Tosin eri rikoslajien sisällä on vaihtelua, esimerkiksi varkaudet ovat vähentyneet selvästi, kun taas esimerkiksi maksukorttipetokset ja seksuaalirikokset ovat lisääntyneet. Lisäksi liikenne rikkomusten määrä on kasvanut. Huumauspäihtymykset ovat lisääntyneet liikenne rikoksissa ja tulleet yhä enemmän alkoholipäihtymysten tilalle päihtyneenä ajoneuvon kuljettamisissa. (Niemi, 2018.) Tiettyjen rikoslajien tietoon tulleiden tapausten lisääntyminen tai vähentyminen tilastollisesti voi selittyä esimerkiksi tietoisuuden lisääntymisellä, asenteiden muutoksilla, yhteiskunnan eri tilanteilla esimerkiksi talouden osalta tai valvonnan lisääntymisellä. Esimerkiksi edelleen vallitseva koronatilanne on voinut vaikuttaa siihen, että Poliisille tulleet kotihälytystehtävät ovat lisääntyneet reilusti vuonna 2020 edellisvuoteen verrattuna (Poliisi, 2020), koska yleisesti ihmiset ovat viettäneet yhä enemmän aikaa kotona.

Viranomaisten tietoon tulleiden rikosten ja rikkomusten määrä vuonna 2019 oli 818 500, tämä oli 6,3 % vähemmän, kuin edellisvuonna. Näistä rikoksista ja rikkomuksista 452 700 oli rikoslakirikoksia, joiden määrä oli kuitenkin edellisvuodesta hieman kasvanut, 2,1 %. Viranomaiset selvittivät vuonna 2019 rikoksia ja rikkomuksia 648 300. Tämä on 6,7 prosenttia vähemmän kuin edellisvuonna. Rikosten ja rikkomusten selvitetty osuus laski 0,3 prosenttiyksikköä. (Tilastokeskus, 2020.) Rikkomus

on rikosta lievempi teko, josta yleensä on rangaistuksena sakko. Kaikki rikokset on pyritty kokoamaan rikoslakiin, ja laista löytyy myös rikkomuksen nimellä olevia rangaistavia tekoja. Rikkomuksia voi kuitenkin löytyä myös muualta lainsäädännöstä, kuten tekijänoikeuslaista tekijänoikeusrikkomuksia. Kuitenkin kyseisen esimerkin lisäksi varsinaiset tekijänoikeusrikokset löytyvät rikoslaista, koska ne ovat rikoksia. Rikkomusten voisi sanoa olevan lain säädösten vastaista lievempää, kuitenkin haitallista toimintaa. (Minilex, 2020.)

Rikostaustaisuudella tarkoitetaan taustoja henkilöiden osalta, jotka ovat tehneet laissa rangaistavaksi määrätyn teon tai useampia, eli rikoksen tai rikoksia. Mahkun asiakkailla on moninaisia rikostaustoja ja ketään ei rajata pois toiminnasta esimerkiksi tietynlaisten rikosten takia. Merkittävällä osa Mahkun asiakkailla on taustallaan erilaisia vankeustuomioita tai muita rikosseuraamuksia, mutta kaikki Mahkun asiakkaat eivät välttämättä ole ikinä olleet vankilassa. Mahku tekee tiivistä yhteistyötä Kuopion vapauttamisyksikön kanssa, joka hallinnollisesti määrittellään avovankilaksi. Rikosten tekijöistä suurin osa on 15-30 ikävuoden välillä olevia nuorehkoja henkilöitä. Rikosten uhrin ovat tyypillisemmin myös melko nuoria. Naisia rikoksista epäillyistä on noin viidennes, mutta myös naiset joutuvat rikosten uhreiksi yhtä usein, kuin miehet. Ulkomaalaisten tekemien ilmi tulleiden rikosten osuus on reilu 10 % kaikista viranomaisten tietoon tulleista rikoksista. (Niemi, 2018.)

4.2 Pienryhmäohjaus

Pienryhmässä on usein koolla joukko ihmisiä, joilla on keskenään samankaltaisia tarpeita ja tavoitteita. Ajatuksena pienryhmässä on esimerkiksi jakaa ja vertailla ajatuksia muiden kanssa ja näin mahdollisesti saada asioihin uutta näkökulmaa. Pienryhmäohjauksista voidaan hyödyntää monenlaisissa tilanteissa ja erilaisten asiakkaiden kanssa, kuten esimerkiksi opinto-ohjauksessa, nuorisotyössä, opettajan työssä, työhön suuntaavassa valmennuksessa tai vaikkapa yritysmaailmassa. (Ståhlberg, 2019, 18.) Onnistunut ja huolellisesti suunniteltu ryhmäohjaus on voimavaraistavaa ja motivoivaa, jossa vertaisryhmä toimii merkityksellisenä kokemuksena osallistujille.

Pienryhmäohjauksessa merkityksellistä on ohjaajan tuki ryhmälle. Ohjaajan tehtävänä on toimia aktiivisesti ryhmätoiminnan edistäjänä ja ohjailla ryhmää kohti sille asetettuja tavoitteita. (Ståhlberg, 2019, 17.) Pienryhmän ihanteellinen ryhmäkoko riippuu

monesta seikasta, kuten ryhmätyöskentelyn tavoitteista, ryhmän jäsenten keskinäisestä vuorovaikutuksen määrästä ja -tyylistä ja työskentelytavoista. Leena Ståhlberg on työskennellyt koko työuransa ohjausalan erilaisissa työtehtävissä ja hänen havaintojensa mukaan sopiva pienryhmäkoko on usein 4-10 osallistujaa, kun tarkoituksena on jakaa ajatuksia, kuunnella tasapuolisesti toisia ja tehdä toiminnallisia harjoitteita. (Ståhlberg, 2019, 61.) Keskeisiä huomioonotettavia asioita pienryhmäohjauksessa ohjaajan näkökulmasta ovat prosessin huolellinen suunnittelu, toiminnan valmistelu, keskustelut ja ajatusten vaihto, harjoitteiden testaus ja toimivuus ryhmälle, läsnäolo ryhmätilanteessa, ryhmätapaamisten ensihetket, jokaisen ryhmäläisen huomioiminen ja jokaisen aito kohtaaminen, suunniteltu aloitus ja lopetus ryhmäkerroilla sekä mahdollinen prosessiin palaaminen vielä myöhemmin (Ståhlberg, 2019, 78).

Mahkun ryhmätoiminnot osallistujamäärältään sopivat usein määritelmältään pienryhmäksi. Mahkun ryhmätoiminnot eivät toteudu suljettuina ryhminä, vaan ovat avoimia ryhmiä. Osallistujien ei tarvitse sitoutua jatkuvasti käymään ryhmäkerroilla, vaan niihin voi tulla ja mennä omien menojensa mukaan.

4.3 Toiminnalliset menetelmät

Toiminnalliset menetelmät ovat erilaisissa ohjaus- sekä opetustehtävissä käytettäviä toiminnallisia työskentelytapoja. Jokaisessa menetelmässä on taustalla jokin tavoite, johon menetelmän avulla pyritään. Toiminnallisuuden kautta voidaan Leskisen mukaan hyödyntää monipuolisesti eri aisteja sekä oppimistyyliä (Leskinen, 2010, 13). Koetut ja tehdyt asiat usein selkeyttävät oppimista ja henkilökohtaisen osallistumisen kautta asioita voi muistaa helpommin, antaa uusia oivalluksia sekä itsestä, muista ihmisistä ja ympäristöstä. Lisäksi myös ohjaaja voi toiminnallisten menetelmien avulla saada aivan uudenlaisia havaintoja osallistujista ja näin tutustua heihin ja heidän taitoihinsa yhä paremmin. Ohjaajan saamien havaintojen kautta voi olla helpompi suunnitella myös jatkoon ohjelmaa ryhmän kanssa.

Toiminnallisiin menetelmiin usein liitetty kepeys ja leikillisuus voivat antaa energiaa sekä vaihtelua muuhun toimintaan sekä lisätä ryhmähenkeä ja yhteenkuuluvuuden tunnetta. (Leskinen, 2010, 13.) Tavoitteita toiminnallisten menetelmien taustalla voivat olla esimerkiksi ajatusten herättely tietyn aiheen pariin, energian purkaminen, ryhmäytyminen, sosiaalisten- tai muiden taitojen harjoittelu, näkökulmien saaminen

muilta ryhmän jäseniltä tiettyyn aiheeseen tai tilannekatsauksen saaminen oman elämän sisältöihin, kuten tämän opinnäytetyön menetelmissä omiin sekä toisten vahvuuksiin. Toiminnallisia menetelmiä voidaan hyödyntää sekä ryhmienohjauksessa, että yksilöohjauksessa.

4.4 Positiivinen psykologia ja sen kritiikki

Vahvuusperustainen ajattelu liittyy positiivisen psykologian käsitteeseen. Positiivisen psykologian ajatuksena on diagnosoida hyvää ja löytää yksilöistä vahvuudet, joiden avulla heidän itsensä ja yhteisöjensä hyvinvointia voidaan parantaa. Keskeinen positiivisen psykologian tutkimuskohde on ollut yksilön subjektiivinen hyvinvointi eli onnellisuuden käsite. (Uusitalo-Malmivaara (toim.), 2014, 19.)

Positiivisen psykologian ideologiaa on kritisoitu muun muassa ajatuksilla, että jos jatkuvasti etsimällä etsii positiivisuutta, se voi tehdä onnettomaksi (Schumaker, 2005) ja ettei positiivisella ajattelulla voida muuttaa elämän todellisia olosuhteita (Ehrenreich, 2010) (Uusitalo-Malmivaara (toim.), 2014, 115-121). Myös negatiivisuus on luonnollinen osa elämää ja Heldin mukaan positiivinen psykologia suhtautuu kielteisesti negatiivisuuteen (Held, 2004) (Uusitalo-Malmivaara (toim.), 2014, 122). Positiivisuuden mennessä sen pakonomaiseksi tavoitteluksi voivat seuraukset olla enemmänkin epävarmuutta, turvattomuutta, epäonnistumista, surua tai ylipäätään kielteisenä nähtyjä asioita ja liika positiivisuuden tavoittelu voi tehdä elämästä ahdistavaa (Burkeman, 2012) (Uusitalo-Malmivaara (toim.), 2014, 123). Lisäksi on kritisoitu positiivisen psykologian tieteellisyyttä ja sitä, ettei senkään avulla voida huomioida täysin yksilöllisiä eroja ihmisissä, koska eri asiat toimivat eri yksilöille (Lilienfeld, 2009) (Uusitalo-Malmivaara (toim.), 2014, 124). Positiivisuudella on rajansa ja myös positiivisina nähtyjen asioiden tai ominaisuuksien merkitykset riippuvat tilanteesta, ihmisistä, sekä ympäristöistä (McNulty & Fincham, 2011) (Uusitalo-Malmivaara (toim.), 2014, 125).

Vaikka lähdemateriaalien kautta olen tutustunut positiivisen psykologian käsitteeseen melko pintapuolisesti, koin sitä käsittelevät kriittiset teoriat oleellisena kertoa lyhyesti tietoperustassa. Olen pohtinut samansuuntaisia ajatuksia opinnäytetyötä tehdessäni esimerkiksi siitä, että ainoastaan positiivisuuteen ei voi nojata silloin, kun on tavoitteena haastavassa elämäntilanteessa olevien asiakkaiden tukeminen. Joissain yksittäisissä tapauksissa, kuten narsistisen persoonallisuushäiriön omaavan asiakkaan kanssa

työskennellessä vahvuuksien korostamisesta voi olla jopa haittaa kokonaistilanteen kannalta.

Olen rajannut opinnäytetyön voimavaralähtöiseen positiiviseen näkökulmaan, koska halusin pitää opinnäytetyöhön liittyvät ryhmätoiminnot kevyinä tunnelmaltaan ja näkökulman selkeänä. Lisäksi yhteisöpedagogikoulutuksen pääpaino on ennaltaehkäisevässä-, ei niinkään korjaavassa asiakastyössä. Mahkun työtä laajemmin miettiessä ei olisi mahdollista keskittyä aina pelkästään positiiviseen näkökulmaan asiakkaiden elämäntilanteita syvällisemmin miettiessä, koska esimerkiksi yksilötyön kautta voidaan löytää ratkaisuja asiakkaan elämän eri haasteisiin, jolloin olemassa olevat haasteet on ensin tunnistettava ja lähestyttävä niitä korjaavasta näkökulmasta. Haasteiden tunnistamisen ja työstämisen kautta asiakkaalle voi myös onnistumisen kokemuksia silloin, kun hän huomaa ottaneensa edistysaskeleita aiempaan verrattuna. Positiivinen näkökulma ja haasteita korjaava työ eivät sulje toisiaan pois.

4.5 Voimavarat ja vahvuudet

Voimavaroilla tarkoitetaan asioita, jotka auttavat jaksamaan arjessa. Ohjaustyössä tähdätään asiakkaiden omien voimavarojen vahvistumiseen. Voimavarioihin keskittymisen pääkohtina ovat ajatukset asiakkaan voimavaraistumisesta, oman elämän hallinnasta ja itsemääräämisoikeudesta. (Vänskä, Laitinen-Väänänen, Kettunen & Mäkelä, 2011, 77.) Voimavaralähtöistä työskentelyä ohjaavia periaatteita ja arvoja ovat lisäksi asiakaslähtöisyys, työskentelyn läpinäkyvyys, tavoitelähtöisyys ja tulevaisuuteen suuntautuminen, voimavarojen korostaminen prosessin aikana, poikkeuksien ja edistyksen huomioiminen, myönteisyys, luovuus, leikillisuus, huumori, erilaisten työtapojen hyödyntäminen sekä yhteistyö ja kannustus (Vänskä ym. 2011, 81-84).

Tämän opinnäytetyön olen rajannut käsittelemään voimavarojen alakäsitettä vahvuuksia, koska idea opinnäytetyöhön lähti itsetunnon ja pystyvyyden tunteen tukemisesta. Voimavarat voi nähdä laajana käsitteenä, jonka alakäsitteeksi vahvuudet liittyvät. Voimavarat ovat yksilöllisiä ja liittyvät yksilön omaan kokemukseen siitä, mikä hänelle antaa arjessa voimaa. Voimavaroja voivat olla esimerkiksi perhe tai harrastus, mutta vaikka ne yksilölle ovat merkittäviä pilareita, itse näen ne kuitenkin yksilön ydinpersoonasta nähden kaukaisempina käsitteinä, kun taas henkilökohtaiset vahvuudet, kuten yhteistyökyky, sinnikkyys tai ystävällisyys liittyvät vielä läheisemmin itse yksilön persoonaan.

Omaa tehtävää etsimässä – Löydä vahvuutesi ja intohimosi -teoksessa vahvuuksia on kuvattu olevan eri näkökulmista. Henkilökohtaiset ominaisuudet ja omat luontevat toimintatavat ovat tilanteen mukaan joko vahvuuksia tai heikkouksia. Harrastusten tai työtehtävien seurauksena tullut osaaminen ja taidot, luonteenvahvuudet, piilossa olevat vahvuudet ja muiden ihmisten näkemät vahvuudet yksilössä ovat omanlaisiaan vahvuuksien osa-alueita. Myös aiemmat kokemukset voivat näyttäytyä vahvuuksina ja niistä voi myös saada lisää havaintoja omista vahvuuksistaan. Eri osa-alueita ovat lisäksi opiskellut tiedot ja taidot, verkostot, fyysiset vahvuudet sekä onnistumiset, kohokohdat, ja aiemmat aikaansaannokset. Luontainen suorituskyyky tai taitavuus esimerkiksi kielellisesti, matemaattisesti tai visuaalisesti kuuluu myös vahvuuksien aihealueeseen. (Pajunen, 2019, 105-109.) Tässä opinnäytetyössä olen keskittynyt edellä mainituista enimmäkseen luonteenvahvuuksiin. Mielestäni ne sopivat kohderyhmän tilanteeseen paremmin, kuin esimerkiksi jo opittuihin taitoihin keskittyminen. Elämänmuutos kohti rikoksetonta ja päihteetöntä elämää vaatii usein uusien asioiden ja rutiiinien omaksumista, ja siinä luonteenvahvuudet voivat tukea asiakasta.

Luonteenvahvuuksilla tarkoitetaan Brdarin ja Kashdanin (2010) mukaan ominaisuuksia, jotka tuntuvat niin sanotusti omalta itseltä ja joiden käyttäminen tuntuu innostavalta (Uusitalo-Malmivaara & Vuorinen, 2016, 32). Luonteenvahvuudet linkittyvät yksilön tunteisiin, käytökseen ja ajatuksiin (Park, Peterson & Seligman 2004) (Uusitalo-Malmivaara & Vuorinen, 2016, 32). Ne tukevat hyvinvointia ja esimerkkejä luonteenvahvuuksista ovat mm. sosiaalinen älykkyys, itsesäätely ja toiveikkuus (Park, 2004) (Uusitalo-Malmivaara & Vuorinen, 2016, 32). Petersonin ja Seligmanin mukaan (2004) luonteenvahvuudet eroavat lahjakkuuksista niin, että luonteenvahvuudet ovat kehittyviä ja arvostettuja niiden itsensä takia ja voidaan nähdä hyötyinä enemmänkin moraalisisesta näkökulmasta, kun taas lahjakkuudet ovat synnynnäisiä ja niitä arvostetaan usein enemmän niiden tuoman aineellisen hyödyn vuoksi (Uusitalo-Malmivaara & Vuorinen, 2016, 32). Ymmärrän tämän itse niin, että esimerkiksi luonteenvahvuudeksi luokiteltavia kärsivällisyyttä, empaattisuutta tai johtajuuskykyä usein arvostetaan jo itsessään, mutta opitut taidot tai lahjakkuus esimerkiksi maalaamisessa tai koripallossa nähdään hyödyllisenä usein lopputuloksen, kuten hienojen maalausten tai hyvien koripallotulosten takia. Lahjakkuuden käsite on omasta mielestäni kuitenkin hie-man haastava, koska myös lahjakkuuksina pidetyt taidot vaativat yleensä harjoittelua

kehittyäkseen. Ehkä lahjakkuus ja luontainen kiinnostus johonkin tiettyyn asiaan ovat lähellä toisiaan.

Opinnäytetyössäni yhtenä inspiraationlähteenä olen käyttänyt VIA-luonteenvahvuusmittaria ja sen alla olevia vahvuuksia. VIA eli Values in Action (arvot toiminnassa) on professori Martin Seligmanin ja kollegoidensa 2000-luvun alussa kehittämä luonteenvahvuusfilosofia (Seligman & Csikszentmihályi 2000) (Uusitalo-Malmivaara & Vuorinen, 2016, 32). VIA:n tarkoituksena on ollut luonteenvahvuuksien jalkauttaminen jokapäiväiseen käyttöömme. VIA-luokittelu jakautuu kuuteen hyveeseen, joita ovat viisaus, rohkeus, inhimillisyys, oikeudenmukaisuus, kohtuullisuus ja henkisyys. Näiden alla on vielä 24 varsinaista luonteenvahvuutta, joita ovat luovuus, uteliaisuus, arviointikyky, oppimisen ilo, näkökulmanottokyky, urheus, sinnikkyys, rehellisyys, innostus, rakkaus, ystävällisyys, sosiaalinen älykkyys, ryhmätyötaidot, reiluus, johtajuus, anteeksiantavuus, vaatimattomuus, harkitsevaisuus, itsesääätely, kauneuden arvostus, kiitollisuus, toiveikkuus, huumorintaju, ja hengellisyys. (Uusitalo-Malmivaara & Vuorinen, 2016, 32-33.) VIA-mittaria en konkreettisesti ole opinnäytetyössä käyttänyt, mutta harjoitteissa olen ottanut sen luonteenvahvuuksista inspiraatiota ja jonkinlaista runkoa siihen, mitä vahvuuksia olen harjoitteisiin valinnut. Olen pyrkinyt pohtimaan asiakkaiden usein haastavaa elämäntilannetta valitessani vahvuuksia, tosin vain yleisellä tasolla, koska en ole etukäteen tiennyt paikalle saapuvista asiakkaista mitään. Joi-tain VIA-mittarin vahvuuksia olen tarkoituksella jättänyt pois esimerkiksi tehtävien laajuuden rajaamiseksi ja ottanut vapauden lisätä mielestäni kohderyhmää erityisesti puhuttelevia vahvuuksia.

5 OPINNÄYTETYÖN SUUNNITTELU

Suunnittelu lähti käyntiin ideapaperin hahmottelusta. Siihen tarkoituksena oli tiivistää, mitä kehitetään ja mille toimijalle, miksi kehitetään, miten kehitetään ja mitä työ antaa tilaajalle. Tässä kehittämistehtävässä pyritään toiminnallisten menetelmien kautta tukemaan toimijan Mahkun asiakkaita omien- sekä muiden ihmisten vahvuuksien havaitsemisessa ja etsimisessä. Tarkoitus on myös etsiä ja kokeilla käytännössä erilaisia työmenetelmiä asiakkaiden vahvuuksien löytämiseen ja antaa mahdollisesti uusia konkreettisia käytännön ideoita työntekijöille Mahkun ryhmätoimintaan.

Toimintaa kehitetään, koska omien ja muiden ihmisten vahvuuksien huomaamisella on tarkoituksena motivoida ja osaltaan madaltaa asiakkaiden kynnystä tehdä uudenlaisia elämänvalintoja rikoksettomampaan ja päihteettömämpään suuntaan. Mahkun toiminnan yhtenä tavoitteena on jo alun perin ollut asiakkaiden tukeminen omien vahvuksiensa huomaamisessa, mutta tässä kehittämistyössä olen keskittynyt pelkästään kyseiseen aiheeseen ja nimenomaan ryhmätoimintojen näkökulmasta.

Suunnitelma oli pitää varsinainen pääaktiviteetti keskiössä ja vahvuuksiin liittyvät menetelmät siinä ohessa. Suunnitelmissa oli järjestää neljä opinnäytetyöhön liittyvää toimintakertaa. Tilaajan kannalta ajateltu mahdollinen ja tavoiteltava hyöty kehittämistehtävästä on esimerkiksi se, jos asiakkaat hyötyvät menetelmistä ja esimerkiksi huomaavat itsessään uusia vahvuuksia. Jatkoa ajatellen hyötyä voi asiakkaille sekä tilaajille olla siitä, jos menetelmät koetaan sopiviksi Mahkun toimintaan ja niitä otetaan onnistuneesti käyttöön.

5.1 Alkuvaiheen ideat

Alkuvaiheessa ajatukset toteutuksen suhteen olivat melko erilaisia, kuin mihin lopputulokseen lopulta toteutus päätyi. Keksittyäni työn näkökulman eli asiakkaiden vahvuudet, alkuperäinen idea oli, että teemaan liittyvät menetelmät tavallaan piiloutuvat varsinaisen aktiviteetin joukkoon. Esimerkiksi jos toimintana olisi kokkausta, asiakkaille voisi jakaa toimintaroolit, joissa he pääsevät hyödyntämään vahvuuksiaan ja toiminnan ohessa tai sen jälkeen sitten keskustella temasta ja mahdollisesti heränneistä ajatuksista.

Aluksi en niinkään miettinyt toteutusta erillisempinä toiminnallisina menetelminä. Ajatuksena oli mahdollisimman monipuolinen ohjelma, jossa toimintakerrat olisivat keskenään erilaisia. Ajattelin, että olisi mukavaa keksiä jotain aiemmista Mahkun toimintoista poikkeavaa. Toisaalta toivoin onnistuvani pitää toiminnot melko yksinkertaisina ja helposti toteutettavina, jotta menetelmät olisi helppo sijoittaa toiminnan lomaan ja ne toimisivat hyvin yhdistettynä eikä varsinainen aktiviteetti vaatisi huomattavan paljon keskittymistä. Tästä syystä jo melko alkuvaiheessa rajasin pois erikoisemmat ja vauhdikkaammat aktiviteetit. Tutkin myös erilaisten toimintojen hintoja. Vaikka tilaajan kanssa oli puhuttu, että aktiviteetteihin saa kulua rahaa, mielestäni opinnäytetyön toimintakertoihin sopi paremmin matalan kynnyksen edulliset aktiivi-

teetit. Tilaa ja aikaa oli jätävä menetelmille sekä myös palautteen keräykselle. Ajattelin myös asiakkaiden olevan helpompi keskittyä vahvuuksiin liittyviin menetelmiin tavanomaisemmissa aktiviteeteissa, kun varsinainen toiminta ei vaatisi äärimmäisen paljon huomiota.

Aluksi Mahkun työntekijöiden kanssa olimme puhuneet myös esimerkiksi jonkun ulkopuolisen harrasteohjaajan hyödyntämisestä, mitä aluksi mietin myös vaihtoehtona ja kartoitin erilaisia vaihtoehtoja, kuten ryhmäliikuntamuotoja. Kuitenkin tämänkin vaihtoehdon päädyin näistä neljästä kerrasta rajaamaan pois samasta syystä, että toiminnasta joutuisi ottamaan osan ajasta opinnäytetyön näkökulman osuudelle. Vaikutti yksinkertaisemmalta lähteä suunnittelemaan toimintaa siitä lähtökohdasta, että ohjaisin toimintakerrat kokonaan itse tai Mahkun työntekijöiden kanssa.

5.2 Alustavat suunnitelmat käytännöistä ja muutoksia

Tilaajan kanssa aloituspalaverissa oli alun perin puhe, että suunnittelisin toukokuun ohjelman Mahkulle ryhmätoimintojen osalta. Neljälle viikolle jaettuna tuntui luonnolliselta, että ainakin alustavasti opinnäytetyöhön liittyviä ohjauksetta olisi kerran viikossa eli neljä kertaa. Ehdotin tätä Mahkun työntekijöille ja se sopi heille. Mietin myös, onko neljä kertaa liian vähän saamaan tarpeeksi havaintoja, mutta koska tarkoitus oli saada enemmänkin suuntaa antavaa tietoa, jonka pohjalta varsinainen ideapankki koostuisi, pidin neljää kertaa riittävänä. Yhteinen ajatus Mahkun kanssa oli se, ettei opinnäytetyöhön liittyviä toimintakertoja tulisi etukäteen markkinoimaan erikseen asiakkaille, koska se olisi jopa voinut pahimmassa tapauksessa karkottaa asiakkaista osan pois. Päädyttiin siihen, että varsinaisesti opinnäyteprojektia ei mainosteta kumminkaan, mutta asiakkaiden kysyessä seuraavan kerran suunnitelmista siitä voisi toki mainita. Osallistuminen tulisi aina luonnollisesti olemaan vapaaehtoista menetelmiin.

Haasteen suunnittelutyöhön toi se, että ryhmät olivat avoimia eli asiakkaiden lukumäärää tai sitä, keitä paikalle saapuu ei voinut ikinä tietää etukäteen. Mahdollista oli myös se, ettei kaikille kerroille saapuisi asiakkaita ollenkaan, mutta se on kuitenkin Mahkun toiminnassa harvinaista. Jokaiselle kerralle saattaa tulla myös uusia asiakkaita, joten myöskään Mahkun työntekijöillä ei ole etukäteen välttämättä sen enempää tietoa juuri kyseisistä asiakkaista kuin itsellänikään. Osa asiakkaista taas voi olla työntekijöille pitkältikin ajalta tuttuja.

Koska olin rajannut jonkin verran aktiviteettivaihtoehtoja sekä ulkopuolisia ohjaajia pois, tavoitteena oli keksiä matalan kynnyksen aktiviteetteja. Mahkun toiminnassa usein suosittuja ovat erilaiset liikunta-aktiviteetit, ja halusin hyödyntää niitä, mutta myös eri tyyllisiä aktiviteetteja. Jaoin suunnitelman niin, että kaksi kertaa olisivat liikunnallisempia ja kaksi toiminnaltaan rauhallisempia. Mahkun nykyisissä tiloissa on hyvä mahdollisuus ruuanlaitolle ja leipomiselle, joten valitsin tässä vaiheessa sen yhdeksi aktiviteetiksi. Ajatus oli, että sen menetelmänä, jonka avulla vahvuuksia voitaisiin havainnoida, voisi olla esimerkiksi kaikille tehtävien jakaminen yhdessä asiakkaiden kanssa ja lopuksi kierros, jossa käytäisiin läpi mikä itsellä meni hyvin ja myös kannustavan palautteen antaminen muille.

Toiseksi kerraksi ajattelin ulkona toteutettavia pallopelejä, joka on Mahkussa yleinen ja suosittu kesän aktiviteetti. Alkuvaiheessa minulla ei vielä ollut suoraan ideaa tähän liitettävästä vahvuuksiin liittyvästä menetelmästä.

Kolmanneksi toteutukseksi suunnittelin askartelukerran, jossa tuotoksena olisi yhteinen kollaasi lehdistä leikattuna osallistujien vahvuuksista. Koska toiminta tapahtuisi yhteisen pöydän ääressä Mahkun tiloissa, tähän kertaan ajatuksena oli toiminnan ohessa esimerkiksi kysymysten esittäminen aiheesta ja yhteinen keskustelu. Tiedostin, ettei tämänkaltainen aktiviteetti ole välttämättä kaikkien osallistujien mieleen, koska monet asiakkaat Mahkussa yleistäen pitävät enemmän liikunnallisista aktiviteeteista, mutta toisaalta tarkemmin osallistujia ja heidän mieltymyksiään ei voinut etukäteen tietää. Ryhmienohjaustyössä harvoin voi miellyttää kaikkia osallistujia, mutta myös mukavuusalueen ulkopuolelle meneminen ja vieminen voi olla yksi toiminnan tavoitteista, kunhan ilmapiiri ryhmässä pysyy kuitenkin mukavana ja turvallisena.

Neljänneksi kerraksi suunnittelin aluksi Mahkun tiloissa tapahtuvaa pakopeli-ideasta inspiroitunutta aarteenetsintää tai arvoitustehtävää. Mahkun tiloissa olisi piilotettuna erilaisia tehtäviä, joita ryhmänä oli tarkoitus etsiä ja suorittaa. Lopussa odottaisi jokin pieni palkinto. Tehtävistä saisi esimerkiksi aina jonkin kirjaimen suoritettua sen, joista muodostettaisiin lopuksi salasana, jolla saisi aarteen. Menetelmät tämän suhteen olisivat siis sijoittuneet tehtäviksi matkan varrelle, esimerkkinä vaikkapa etsiä tilasta jokin esine, joka kuvaa omaa vahvuutta ja lopuksi kannustava palaute muille ryhmän jäsenille jostain kunkin onnistumisesta tehtävän aikana.

Esiteltyni alustavan suunnitelman aktiviteeteista Mahkun työntekijöille sain palautetta, että suunnitelmat kuulostavat hyviltä, mutta melko samankaltaisilta, millaisia Mahkussa aiemminkin on ollut. Tilaajapalaverissa kerroin tarkemmin perusteluita valitsemistani menetelmistä ja että ne ovat ikään kuin väline toteuttaa varsinaisia vahvuuksiin liittyviä toiminnallisia menetelmiä. Mahkulta sain myös idean, että arvoituskerta olisi ehkä helpompi järjestää ulkotiloissa, jotta tila ei loppuisi kesken. Suunnitelmiin tuli kuitenkin muutoksia koronatilanteen takia, koska Mahkun ryhmämuotoiset toiminnot lopetettiin toistaiseksi kokonaan toukokuun loppuun asti ja aikataulu siirtyi eteenpäin.

Sen lisäksi, että ohjauskertojen aloitus viivästyi, koronatilanne aiheutti myös toisen muutoksen. Vaikka Mahkun ryhmätoimintoja jatkettiin kesäkuussa, kaikki niistä oli tarkoitus järjestää kesän aikana ulkona tartuntariskien takia. Uusia ideoita siis täytyi alustavien suunnitelmien osalta tehdä kokkauskerran ja askartelun suhteen. Mahkulta sain myös idean, että koska suunnittelemani toiminnot olivat jonkin verran samankaltaisia, joita Mahku muutenkin järjestää, voisi toteutuksen tehdä myös niin, että ohjaisiin menetelmät heidän normaaleilla toimintakerroillaan. Päädyimme vielä tässä vaiheessa kuitenkin omasta toiveestani siihen, että ohjaisiin itse toimintakerrat.

Alkuvaiheessa minulla oli ajatus, että palautteenkeräysmenetelminä varautuisin jokaiselle kerralle parilla tai muutamalla eri menetelmällä, koska siten voisi lukea osallistujia ja tilannetta sen suhteen, mikä palautemenetelmä juuri kyseisellä kerralla olisi sopivin. Yksi ajatus oli palautejana, jolloin esittäisin väittämiä menetelmästä ja asiakkaat vastaisivat menemällä janalla vastaukseksi parhaaksi kokemaansa kohtaan asteikolla 1–5. Idea tästä palautemenetelmästä tuli, kun muistin meidän kokeilleen sitä joskus yhteisöpedagogiopinnoissamme itse. Hyvä puoli menetelmässä oli se, ettei vastaajien tarvitse keskittyä esimerkiksi palautelomakkeen täyttämiseen, vaan menetelmä on toiminnallinen. Osalla Mahkun asiakkaista saattaa olla esimerkiksi keskittymisvaikeuksia, minkä yritin ottaa huomioon myös palautemenetelmää valitessa. Lisäksi palautejanan kaltainen menetelmä onnistuisi helposti missä vain ja tieto siitä, että kaikki toiminnot siirtyvät ulos vahvasti päätöstä käyttää kyseistä menetelmää. Toiset palautemenetelmät, joita lisäksi mietin, oli kysymysten esittäminen ja paperille kirjallisesti vastaaminen tai jonkinlainen lyhyt palautelomake. Yhtenä menetelmänä mietin haastatteluita, mutta siihen menetelmään en alussakaan käyttänyt kuitenkaan kovin paljon ajatusta, koska se olisi ehkä liian aikaa vievä ja haastava juuri ryhmätilanteeseen.

5.3 Suunnitelmat toiminnallisista menetelmistä

Tein uuden suunnitelman, joista kolme toimintakertaa järjestettäisiin ulkona esimerkiksi Väinölänniemellä urheilukentällä ja yksi Puijolla metsäretkenä. Kerroista yksi, pallopelikerta, oli sellainen, jota ei koronan takia tarvinnut erikseen muuttaa. Muihin kertoihin suunnittelin, että arvoitustenetsintäkerran voisi toteuttaa Puijon metsäalueella. Kahdeksi muuksi aktiviteetiksi mietin lapsuuden pelimuistot -teemaa sekä ”Keila pelaajan takana”-peliä. Lapsuuden pelimuistot -idea oli mielessäni sellainen, että asiakkaiden kanssa valitsisimme lapsena koulussa tai vapaa-ajalla monien pelaamia aikuisillekin soveltuvia pelejä, kuten esimerkiksi polttopallo yms., joita pelaisimme yhdessä. Keila pelaajan takana -peli ei ole itse keksimäni, vaan löysin sen Koululiikuntaliiton tiedostosta sähköisestä muodosta. Siinä pelialueena on suorakaiteen muotoinen alue, joka jaetaan puoliksi kahdelle joukkueelle. Joukkueilla on yhtä monta keilaa sekä palloa ja vastustajan keiloja yritetään saada kaatumaan, keilat ovat molempien joukkueiden takana ja joukkueiden on tarkoitus kaataa vastustajan takana olevia keiloja. (Koululiikuntaliitto, 2009.)

Koska suunnitelmat muuttuivat, myös toiminnallisiin menetelmiin piti tehdä isoja muutoksia, ja se tuntui haastavalta. Alun perin toivoin, että vahvuuksiin liittyvät menetelmät kerroilla olisi luontevasti ujutettavissa toiminnan sekaan, eivätkä niinkään olisi erillisiä harjoitteita. Oma henkilökohtainen suhtautuminen erillisiin toiminnallisiin menetelmiin on ollut hieman ristiriitainen. Olen usein hieman skeptinen niitä kohtaan, mutta koska oman luokkamme kanssa harjoitelluista menetelmistä usein olen saattanut saada edes jonkin pienen uuden havainnon, se motivoi. Kaikki omat harjoittelujaksot yhteisöpedagogiopintojen aikana esimerkiksi ovat olleet enemmänkin arjenhallinnan tukemiseen keskittyvää, ja tämänkaltaisia teeman ympärille suunniteltuja menetelmiä en ole juuri niissä hyödyntänyt. Olen kokenut luontevampana esimerkiksi liikunta-aktiviteetteihin tai arjenhallintaan liittyvät ohjaustilanteet.

Pidimme palaverin Mahkun työntekijöiden kanssa etänä jälleen ja pohdimme ideaa, että kun suunnitelmia joutui muuttamaan, pitäisin toimintakertojen alussa alkulämmittelynä vahvuuksiin liittyvän harjoitteen ja sen jälkeen siirtyisimme varsinaisen aktiviteetin pariin. Ensin mietin, että palautteenkeräys toteutusta menetelmästä olisi vasta toimintakerran lopuksi, jotta ajatukset ehtisivät itse aktiviteetin aikana hieman

selkeytyä. Lopulta ideaksi muotoutui siis alkuperäisestä ideasta poiketen se, että jokaiselle ryhmäkerralle on jokin tietty aktiviteetti, joka ei suoranaisesti liity käytettäviin menetelmiin, vaan menetelmät kasautuvat aktiviteetin ympärille. Päädyimme loppujen lopuksi yhdessä Mahkun työntekijöiden kanssa siihen, että sittenkin olisi luultavasti käteväntä kerätä palaute heti menetelmän jälkeen. Asiakkaat saattavat ryhmäkertojen lopuksi lähteä hieman eri aikoihin, joten menettelyllä voitiin varmistaa se, että palautteen saa varmasti kerättyä joka kerralla.

Tarkoitus oli, että käytettävillä menetelmillä olisi eri näkökulmia vahvuuksien teeman suhteen. Yhdeksi näkökulmaksi valitsin elämän eri osa-alueet, kuten ihmissuhteet, arjenhallinta, luontevahvuudet, uusien asioiden oppiminen ja muiden ihmisten kanssa toimiminen. Ajatus oli pohtia tällä kerralla vahvuuksia mm. näiden osa-alueiden kautta. Toteutukseksi valitsin, että muodostaisimme osallistujien kanssa piirin, ja keskellämme olisi purkki tai vastaava, jossa olisi lappuja. Lapuissa lukisi näitä lueteltuja osa-alueita. Välineenä olisi myös pallo, jota olisi tarkoitus heitellä vuorotellen ja se, kelle pallo heitettäisiin, nostaisi uuden lapun ja lukisi sen. Kävisimme läpi kierroksen, jossa jokainen miettisi oman vahvuutensa esimerkiksi ihmissuhteiden osalta. Pidin tärkeänä sitä, että kertominen omista havainnoistaan olisi vapaaehtoista, koska en voinut tietää, tuntevatko osallistujat toisiaan ja haluavatko he kertoa omasta elämästään toisilleen tai minulle tarkemmin. Pääasia oli siis miettiä vastaus omassa mielessään ja halutessaan kertoa havaintonsa ääneen.

Seuraavaksi vuorossa oli menetelmä, joka yhdistyisi Keila pelaajan takana -kertaan. Ajatus menetelmässä oli oman elämän eri tilanteiden kautta vahvuuksien miettiminen. Keiloina olisi pulloja, joiden sisällä olisi lappuja, joissa lukisi erilaisia luontevahvuuksia, kuten toiveikkaus, kärsivällisyys, ystävällisyys, rohkeus, ongelmanratkaisukyky, huumori jne. Tehtävänä oli ”keilojen” eli pullojen kaatuessa lukea aina kaatuneessa keilassa oleva lappu, jossa lukisi jokin vahvuus ja miettiä omasta elämästään jokin tilanne, jossa on toiminut tietyllä tavalla. Myös tämä oli tarkoitus tehdä itsenäisesti, mutta käydä vapaata keskustelua jokaisen tehtävälapun jälkeen sen verran, kuin sitä syntyisi.

Yhdeksi menetelmäksi suunnittelin Puijolla toteutettavaa etsintätehtävää, jossa loppussa olisi jokin palkinto, kun kaikki tehtävät olisi suoritettu. Tälle kerralle en valinnut

erityistä tiettyä teemaa, vaan suunnittelin sen sisältävän nopeita erilaisia pohdintatehtäviä teemaan liittyen. Tehtävinä ajattelin olevan esimerkiksi kysymyksiä, kuten ”mieti elämästäsi asia, jonka haluaisit saada tehdyksi, mitä vahvuutta voisit käyttää siinä”? Ajatus oli koota tähän kertaan sekalaisesti erilaisia pieniä tehtäviä kysymysten muodossa, joita ei tulisi muilla kerroilla olemaan.

Löysin erääksi menetelmävaihtoehdoksi Huomaa hyvä -kirjasta Vahvuusvaihtarit-harjoitteen (Uusitalo-Malmivaara & Vuorinen, 2017, 88). Siinä korteilla lukee vahvuuksia ja kortit ovat kaikkien näkyvillä. Jokainen valitsee vahvuuden, jonka kokee omaavansa. Valitut kortit käydään kierroksena läpi, jonka jälkeen jokainen valitsee joltakin toiselta henkilöltä vahvuuden, jonka itselleen haluaisi tai jota haluaisi itsessään kehittää yhä enemmän. Sen jälkeen perustellaan, miten hyödyntäisi kyseistä vahvuutta. Kierros voidaan toteuttaa uudestaan niin monta kertaa, kuin vaikuttaa luontevalta. Lopuksi käydään läpi, valittiinko jokaiselta jokin vahvuus myös jollekulle toiselle. Jos ei, otetaan esiin vielä jokin kyseisen henkilön vahvuus ja käydään läpi, miten sitä voisi hyödyntää. Teemana tällä kerralla on näkökulman saaminen muilta asiakkailta omista vahvuuksistaan.

Jos jokin kohta olisi jäänyt joltakulta asiakkaalta keksimättä, muut voisivat auttaa apukysymyksillä keksimään siihenkin vastauksen. Suunnittelin itse osallistuvani menetelmiin ja kertomalla omia kokemuksia, ajatuksia ja esimerkkejä, jotta ehkä asiakkaat saisivat konkreettisemmin ideoista kiinni. Lukuun ottamatta Vahvuusvaihtarit -tehtävää olen kehittänyt nämä menetelmät itse. Olen ideoinut menetelmät tutustumalla vahvuuksien ja ohjaamisen aiheita käsitteleviin teoksiin, mutta varsinaiset ideat olen saattanut mielessäni saada liikkeelle esimerkiksi jostakin tietystä sanasta kirjasta. Olen tehnyt paljon ajatuskartan kaltaisia muistiinpanoja ja ideat ovat muovautuneet pikkuhiljaa. Aluksi pohdin, otanko menetelmiä enemmänkin suoraa joistakin lähteistä, mutta löytämistäni lähteistä en oikein meinannut löytää niin paljon sopivalta tuntuvia menetelmiä, että olisin voinut käyttää pelkästään sellaisia. Monien lähteiden menetelmät, joita löysin, oli enemmän suunnattu nuoremmille osallistujille. Vaikka joitain sopivia menetelmiä lopulta valittujen lisäksi löytyi, olin valikoiva niiden suhteen, jotta ne tuntuisivat luontevalta myös itselleni ohjattaviksi. Jos ohjaaja ei koe menetelmiä sopiviksi tai usko niihin, se voi helposti tarttua osallistujiinkin.

6 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS

Varsinainen toteutus ryhmänohjauskertojen suhteen käynnistyi kesällä. Huomioitavia asioita oli toimintakertojen alussa tietysti itseni esittäytymisen lisäksi opinnäytetyöprojektista kertominen asiakkaille. Kerroin tulevani Mahkun ryhmätoimintoihin ohjaamaan muutamia vahvuuksiin liittyviä alkuharjoitteita opinnäytetyöhöni liittyen ja keräämään harjoitteista lyhyen palautteen. Mahkun työntekijöiltä olin saanut hyvän vinkin siitä, että voisi olla hyvä korostaa asiakkaille sitä, että asia on itselleni tärkeä ja että he voisivat olla suureksi avuksi opinnäytetyössä osallistuessaan menetelmiin. Kerroin aina tapaamisissa menetelmien olevan vapaaehtoisia, vaikka suosittelinkin asiakkaita osallistumaan niihin myös mahdollisen oman hyötynsä kannalta. Kerroin, että vaikka kerään lopuksi palautteen, se on täysin anonymi eikä heidän nimiään tai muita tunnistetietoja tule mihinkään, vain vastanneiden ja osallistuneiden lukumäärä ja vastatut tulokset. Olin hyvin otettu siitä, että jokaisella ohjauskerralla kaikki saapuneet asiakkaat suostuivat osallistumaan menetelmiin ja palautteisiin ja muutenkin vastaanotto oli mielestäni hyvä.

Palautteen keräyksestä halusin saada asiakkaiden ajatuksia siitä, tunnistivatko he harjoitteiden kautta omia tai toisten vahvuuksia ylipäättään. Keräsin vastauksia myös siitä, kokisivatko asiakkaat hyödylliseksi tunnistaa omia vahvuuksiaan paremmin ja jos, kuinka merkittävästi. Halusin selvittää myös, kokivatko he olonsa harjoitteiden aikana hyväksi ja turvalliseksi ja saivatko he uusia ajatuksia menetelmistä.

Oheistavoitteiksi vahvuuksien havaitsemisen oheen olin miettinyt, että tavoiteltavaa olisi kaikkien osallistuminen toimintaan ainakin jollakin tavoin. Tavoittelin myös yhdessä ryhmänä toimimista ja sitä, että kaikilla olisi hyvä ja turvallinen olo ryhmässä. Yksi tavoite oli ohessa myös mukavuusalueen ulkopuolelle meno eli jos joku toiminta ei miellyttäisi täysin, silti olisi mukana. Kaikki nämä toteutuivat mielestäni hyvin.

6.1 Aikataulun toteutuminen ja muutokset

Toiminnot toteutuivat lopulta aikavälillä 24.7.2020 – 4.9.2020 eli alkuperäisestä suunnitelmasta toteuttaa kerrat toukokuussa viivästyttiin jonkin verran, mutta onneksi viivästys opinnäytetyön kertojen suhteen ei kuitenkaan aiheuttanut erityisiä vaikeuksia tilaajalle Mahkulle tai itselleni. Kävin heinäkuussa tutustumiskäynnillä Mahkun pallopelikerralla ajatuksena nähdä asiakkaita hieman etukäteen.

Suuri osa Mahkun asiakkaista tulee Kuopion vankilan vapauttamisyksiköstä eli avovankilasta ryhmätoimintoihin, ja koronarajoituksia täytyi miettiä Mahkun toiminnassa myös siltä kannalta, pääsevätkö asiakkaat saapumaan paikalle toimintoihin. Rajoitusten loputtua keskustelimme Mahkun työntekijöiden kanssa, että olisi vielä hyvä katsoa, kuinka toiminnot alkavat sujua rajoitusten loppumisen jälkeen ja päädyimme siihen, että varmintä olisi siirtää opinnäytetyökerrat suosiolla heinäkuulle.

Kun koronatilanne oli hellittänyt kesän aikana ja rajoituksia purettu, törmäsimme seikkaan, että koska opinnäytetyöhön liittyviä kertoja tai sen ohjelmaa ei ollut tarkoituksella markkinoitu asiakkaille etukäteen, yleinen odotus perjantaiden aktiviteetiksi olivat pallopelit. Myös Mahkun toinen työntekijä vahvisti, että asiakkaat anovat poistumislupansa vapauttamisyksiköstä pelien takia. Osittain korona aiheutti epävarmuutta myös siitä, saapuuko asiakkaita paikalle ylipäättään ja etenkin, jos ohjelma olisikin jotain muuta.

Päätimme muuttaa suunnitelmaa niin, että perjantaisin, jolloin opinnäytetyön ohjauskerrat oli suunniteltu järjestettäväksi, pidettäisiin normaalisti pallopelikerrat ja pitäisin niiden alussa alkuharjoitteina vahvuuksiin liittyvät menetelmät ja palautteen keräisin niistä heti menetelmien jälkeen, jotta sen saisi kätevimmin talteen eikä esimerkiksi kävisi niin, että lopuksi asiakkaita alkaisi liueta pois paikalta ja kaikkien vastauksia ei saisikaan. Myös asiakkaiden kannalta luulen, että selkeämpää oli, että kaikki menetelmiin liittyvä toiminta oli heti alussa, jonka jälkeen pääsi varsinaisen toiminnan pariin. Joka kerta käyttäessäni palautejanaa asteikko oli sama 1–5 ja vastaukset eri numeroilla samat eli 1 täysin eri mieltä, 2 hieman eri mieltä, 3 en osaa sanoa, 4 hieman samaa mieltä, 5 täysin samaa mieltä. Tarkemmat koosteet palautteista on lopussa liitteenä.

6.2 Ryhmänohjauskerrat ja niistä saadut palautteet

1. Elämän eri osa-alueiden vahvuudet

Ensimmäinen ohjauskerta toteutui 24.7.2020 perjantaina Kuopion Valkeisenlammen lentopallokentällä. Osallistujia saapui paikalle seitsemän. Ehdimme juttelemaan vapaamuotoisemmin ennen toiminnan aloitusta asiakkaiden kanssa jonkin verran mikä oli varmasti hyvä asia ilmapiirin rentouttamisen kannalta. Menetelmän teemana oli jo

aiemmin kerrotut elämän eri osa-alueiden vahvuudet. Muodostimme yhdessä osallistujien kanssa piirin ja keskellämme oli pussukka, joka sisälsi kortteja, joissa luki eri elämän osa-alueita. Osa-alueiksi päätyi arjenhallinta, ihmissuhteet, kehon terveys, mielenterveys, ihmisten kanssa toimiminen, haasteista selviytyminen, uusien asioiden oppiminen ja vahvuus omassa persoonassa. Lisäksi lisäsin joukkoon kaksi kysymystä: ”Vahvuus, jonka haluaisit oppia läheiseltäsi”? ja ”Minkä vahvuuden haluaisit jonkun läheisesi oppivan sinulta”?

Osa-alueiden määrän valinta oli haastavaa, koska asiakkaiden määrää ei etukäteen tiedetty ja osallistujamäärä vaikuttaisi harjoitteen keston. Kaikkien alkuharjoitteiden sekä palautteidenkeräyksen yhdistetyksi ajalliseksi kestoksi olin arvioinut noin 20 minuuttia. Menetelmässä mukana meillä oli pallo, jota heittelimme toisillemme. Kun joku sai pallon, hän nosti pussista yhden kortin ja luki sen ääneen. Tarkoitus oli keksiä kyseisen elämän osa-alueen kohdalta itsestään jokin vahvuus. Esimerkiksi ihmissuhteet ja vahvuudeksi kärsivällisyys. Korostin, ettei vahvuuksia ole pakko sanoa ääneen, mutta kannustin kertomaan, jos haluaa. Yleensä aina joku asiakkaista kommentoi jotain aiheeseen liittyvää ja mielestäni osallistuminen oli kaikin puolin hyvää etenkin ottaen huomioon, että kerta oli ensimmäinen ja aivan tämänkaltaisia menetelmiä ei usein Mahkun toiminnoissa ole. Huomasin kuitenkin, että tehtävän kesto oli lopulta omasta mielestäni hieman liian pitkä, koska loppuvaiheessa aloin havaita osassa asiakkaista pieniä keskittymisvaikeuksien merkkejä, vaikka kaikki jaksoivatkin osallistua loppuun asti. Tehtävää jatkettiin, kunnes kaikki kortit oli käyty läpi.

Palautteenkeräysmenetelmänä minulla oli tällä, kuten lopulta melkein kaikilla muillakin kerroilla palautejana. Tavoite palautteenkeräyksessä minulla oli saada olennaisimmat tiedot kerättyä eikä käyttää palautteeseen paljon aikaa tai vaivaa, jotta keskittyminen pysyisi mahdollisimman hyvänä eikä tehtävä tuntuisi liian kuormittavalta, kun asiakkaat eivät ole etukäteen saapuessaan tienneet menetelmistä tai palautteista. Ulkotiloissa on myös hankala käydä kirjoittamaan palautelomakkeita tai muita vastaavia.

Aiheena oli eri elämän osa-alueiden vahvuudet. Omia ja läheisen vahvuuksia oli tunnistettu todella hyvin. Suurin osa vastaajista ei osannut sanoa, saiko harjoitteen kautta jonkin uuden havainnon liittyen omiin tai läheisten vahvuuksiin ja osa oli väitteestä myös eri mieltä. Suurin osa kokisi hyötyvänsä elämänsä eri osa-alueilla siitä, että tun-

nistaisi yhä paremmin omia vahvuuksiaan. Kaikilla oli harjoitteen aikana hyvä ja turvallinen tai melko hyvä ja turvallinen olo. Omat havaintoni toimintakerrasta oli, että aistittavissa oli hieman hämmentyneisyyttä tai pientä jännitystä kenties siksi, että kerta oli ensimmäinen. Hieman hämmentynyt ilmapiiri oli ymmärrettävää myös siksi, etteivät asiakkaat etukäteen tarkkaan tiedneet mitä on luvassa. Havaitsin myös, että harjoite saattoi kestää hieman liian kauan, koska loppuvaiheessa aloin havaita osalla oman tulkintani mukaan pieniä keskittymisen haasteita, mikä ilmeni liikehännän lisääntymisenä. Tämä ei kuitenkaan häirinnyt toimintaa. Kaikki osallistuivat hienosti mukaan ja tekivät tehtävän loppuun asti.

2. Muiden näkökulma omiin vahvuuksiin

Toisella kerralla käytin menetelmää ”Vahvuusvaihtarit”, joka on yksi ”Huomaa hyvä!”-teoksen menetelmistä (Uusitalo-Malmivaara & Vuorinen, 2016, 88). Teemana tällä kerralla oli se, miten myös muut ihmiset voisivat hyötyä vahvuuksista, joita asiakas itse omaa. Tavoitteena oli asiakkaille ainakin jonkintasoinen kokemus siitä, että hänen vahvuutensa ovat arvokkaita ja että muutkin voisivat hyötyä vastavankaltaisista ominaisuuksista omassa elämässään. Ryhmäkerta toteutui 31.7.2020 perjantaina ja paikalle saapui kahdeksan asiakasta. Kerta järjestettiin Väinölänniemen lentopallokentällä.

Minulla oli mukana kortteja, joissa luki erilaisia vahvuuksia, kortit olin itse kirjoittanut vain kartongille ja leikannut ne. Valitsemani vahvuudet olivat avarakatseisuus, toiveikkuus, reiluus, kyky innostua, muiden huomioonottaminen, ystävällisyys, johtajuus, harkitsevaisuus, kyky nähdä asioita eri näkökulmista, ryhmätyötaidot, huumori, sinnikkyys, sosiaaliset taidot, kiitollisuus, oppimisen ilo, luovuus ja rohkeus. Aluksi kortit aseteltiin maahan kaikkien näkyville. Jokaisella oli tehtävänä valita korteista yksi vahvuus, jonka kokee omaavansa. Kortit pidettiin näkyvillä ja käytiin kaikkien valitsemat vahvuudet lyhyesti läpi, niitä ei kuitenkaan tarvinnut sen enempää perustella vain kertoa vain valitsemansa vahvuus. Seuraavaksi valitsimme jonkun toisen osallistujan valitun vahvuuden, josta koimme voisivamme hyötyä itsekin. Kävimme läpi tämän kierroksen niin, että kaikki kertoivat, keneltä haluaisi jonkun tietyn vahvuuden ja miksi haluaisi juuri sen tai mihin kyseistä vahvuutta käyttäisi elämässään. Tällä kierroksella siis oli tarkoitus perustella valintaansa. Jatkoimme kierrosta niin, että valitsimme taas

uuden oman vahvuuden ja kävimme ne yksitellen läpi. Sen jälkeen toteutimme uudestaan saman eli valitsimme ensin omat vahvuutemme ja kerroimme ne muille, jonka jälkeen valitsimme taas muiden valitsemista vahvuuksista itsellemme ne, joista kokisimme myös hyötyvämmä ja lisäksi perustelimme miksi.

En ollut etukäteen päättänyt, monta kierrosta suoritamme tehtävää. Koska tällä kerralla osallistujia oli melko paljon eli kahdeksan, jonka lisäksi itse osallistuin myös, ajallisesti tuntui sopivalta toteuttaa kaksi kierrosta. Kaksi kierrosta tuntui sopivalta myös siksi, koska tehtävänanto oli tarkoituksella täysin sama ensimmäisellä ja toisella kierroksella, useampi kierros olisi kaivannut mielestäni erilaisen tehtävänannon kolmannelle kierrokselle ainakin tässä tilanteessa, mutta tehtävä oli tarkoitus pitää ytimekkäänä.

Tehtävän lopuksi kävimme läpi, valittiinko jokaiselta jokin vahvuus jollekulle toisellekin, koska tarkoitus oli saada kokemus siitä, että muutkin hyötyisivät yhden yksilön tietystä vahvuudesta. Kuitenkin koska osallistujia oli kahdeksan ja kierroksia kaksi, oli todennäköistä, ettei kaikilta valita vahvuutta toiselle osallistujalle, koska piti valita kerrallaan vain yksi. Siksi kävimme lopuksi kierroksen, jossa kysyin, jäikö jonkun omat vahvuudet molempien osalta valitsematta muille. Osalta jäi, niin myös itseltäni, ja kävimme keskustelemalla läpi jäljelle jääneet vahvuudet ja sen, ketkä kaikki kokisivat hyötyvänsä niistä ja miten niitä voisi hyödyntää. Näin saatiin näiden raamien puitteissa tehtävää lähemmäs tavoitetta ja tasapuolisemmaksi, vaikka kokemus ei välttämättä täysin sama olekaan, kuin se, jos joku ensisijaisesti oli valinnut juuri itseltä vahvuuden. Kokonaisuudessaan tehtävä meni hyvin ja mielestäni tunnelma oli hieman rennompia kuin ensimmäisellä kerralla, koska asiakkaat olivat osittain samoja ja ehkä osasivat odottaa tällä kerralla jonkinlaista harjoitetta.

Aiheena oli muiden näkökulma omiin vahvuuksiin. Kaikki tunnistivat harjoitteen aikana vahvuuksiaan. Suurin osa ei osannut sanoa, saiko harjoitteesta jonkin uuden havainnon vahvuuksiin liittyen tai vahvuuksien teemaan yleisesti ja osa oli myös eri mieltä tästä. Suurin osa koki kannustavana sen, että myös muut kokisivat hyötyvänsä tämän vahvuuksista. Yhä parempi omien vahvuuksien tunnistaminen nähtiin jälleen hyödyllisenä tulevaisuudessa. Kaikilla oli erittäin hyvä ja turvallinen olo harjoitteen aikana.

3. Vahvuudet elämän eri tilanteissa

Kolmannella kerralla alustavana ajatuksena oli toteuttaa ”Keila pelaajan takana”-pelin avulla menetelmä, mutta sovelsin hieman samantyylistä menetelmää kätevämmiin alkuharjoituksena toteutettavaksi. Kolmas kerta toteutettiin 28.8.2020 perjantaina ja kerralle tuli mukaan kuusi asiakasta. Paikkana oli Väinölänniemen lentopallokenttä. Ajatuksena oli miettiä vahvuuksia oman elämän esimerkkien kautta. Mukana oli jälleen kortteja, joissa luki vahvuuksia. Olin tehnyt maahan ympyrän, jossa oli kahdeksan lohkoa, joissa jokaisessa yksi vahvuuskortti. Välineenä oli pingispalloja. Ideana oli vuorotellen heittää palloa tietyn välimatkan päästä ja yrittää osua johonkin lohkoon pallolla. Kun pallon sai osumaan johonkin lohkoon, nostettiin sieltä kyseinen vahvuus ja luettiin se muille. Tehtävänä oli miettiä omasta elämästä tilanne, jossa on toiminut käyttäen kyseistä vahvuutta. Korostin, että tilanteen ei tarvitse olla sellainen, jossa on kyseistä vahvuutta hyödyntänyt 100 %, vaan ainakin jonkin verran. Tämä oli itsenäisesti omassa mielessä suoritettava tehtävä, jotta kaikki saivat kertoa juuri sen verran kuin halusivat, jos ollenkaan. Kysyin jokaisen kohdan jälkeen kuitenkin yleisesti asiakkailta, mitä ajatuksia heille tuli, ja sain heiltä hyviä esimerkkejä. Kerroin myös itse omia esimerkkejäni. Lopuksi kysyin, miltä tuntui miettiä oman elämän esimerkkien kautta vahvuuksia. Vastauksiksi sain, että se on työlästä, vaikeaa, itsensä kehuminen on vaikeaa ja että ei tullut tehtävästä uusia juttuja.

Aiheena oli vahvuuksien pohtiminen oman elämän tilanteiden kautta. Tilanteiden tunnistaminen, joissa on käyttänyt omia vahvuuksiaan, koettiin hyvin eri tavoin, vastauksia tuli tasaisesti välillä 2–5. Puolet ei osannut sanoa, saiko harjoitteesta jonkin uuden havainnon liittyen vahvuuksiin tai vahvuuksien teemaan yleisesti, puolet oli sitä mieltä, että eivät saaneet. Kaikilla vastaajilla oli hyvä ja turvallinen olo. Vapaamuotoisen kysymyksen vastausten mukaan oman elämän esimerkkien kautta vahvuuksien miettiminen oli työlästä, vaikeaa, itsensä kehuminen on vaikeaa sekä että harjoitteesta ei tullut uusia juttuja.

4. Näkökulmien jakaminen muiden ryhmäläisten kanssa

Neljäs ja viimeinen kerta järjestettiin 4.9.2020 perjantaina ja tämä kerta oli poikkeavasti aiemmista kerroista Mahkun tiloissa sisällä, kun koronarajoitukset olivat lieventyneet ja infektio-tilanne Kuopiossa oli rauhoittunut. Viimeinen kerta oli aiempiin kertoihin nähden jonkin verran erilainen tilojen lisäksi myös siten, että en aloittanut harjoitetta heti alussa, koska asiakkaille oli tarjolla kahvia ja syötävää ja vaihdoimme

vapaamuotoisesti kuulumisia aluksi. Ideana tällä kerralla oli syventyä teemaan parin tai pienen ryhmän kanssa. Poikkeavaa myös aiemmista kerroista oli se, että en itse osallistunut tähän tehtävään, vaan kokeilin olla passiivisemmassa roolissa. Ajattelin, että asiakkaiden voi olla luontevampaa kertoa ajatuksiaan toisilleen niin, ettei heidän keskustelunaiheitaan nosteta koko ryhmän huomioon.

Aiheena oli näkökulmien jakaminen ryhmäläisten kanssa. Tehtävä tuntui osallistujista hieman hankalalta, mutta koettiin hyödyllisenä miettiä kyseisiä asioita ja olisi hyödyllistä yleisesti ottaen miettiä enemmänkin kyseisenkaltaisia hyviäkin asioita. Puolet oli saanut parilta tai ryhmältä teemaan uutta näkökulmaa, puolet ei osannut sanoa. Kaikki olivat tunnistanee omia ja muiden vahvuuksia, ja kaikilla oli myös hyvä ja turvallinen olo tehtävän aikana. Loppua myöten tunnelma vapautui ja aiheetkin rönsyilivät, keskustelu kuitenkin palasi itsekseseen aiheeseen. Hyvää keskustelua ja rento tilanne.

6.3 Oma ohjaustyö ja toimintakertojen arviointia

Oma roolini ohjaajana ja henkilökohtainen ohjaustyön ideologiani on opintojen aikana selkeytynyt. Näen ohjaustyön rinnalle asettumisena ja tasavertaisena kohtaamisena. Ohjaustyö ei yleisesti ottaen ole lähestymistavaltaan neuvovaa tai opettavaa, vaan yhteistyötä asiakkaan kanssa hänen ehdoillaan. Toimiviksi työmenetelmiksi olen itse havainnut esimerkiksi huumorin käyttämisen harkitusti, myös itsestään kertomisen ammatillisuuden puitteissa, oman inhimillisyyden esiintuomisen ja aktiviteetteihin osallistujana osallistumisen sekä omien esimerkkien jakamisen. Tilannetaju on työssä tärkeää. Vaikka Mahkun asiakkailla on usein raskaita taustoja, ryhmätilanteiden on tarkoitus ennemmin olla rentoa ja mukavaa yhteistä tekemistä, ellei asiakas itse halua kertoa mieltään painavista asioista. Myös oman ammatillisen roolinsa ja toimintakenttänsä tunnistaminen on oleellista. Yhteisöpedagogina minulla on tulevaisuuteen orientoitunut ja enemmänkin ongelmia ennaltaehkäisevä, kuin niitä korjaava näkökulma ohjaustyöhön.

Voimavarakeskeinen työote ohjaustyössä on rinnalle asettumista, vahvistamista, neuvottelua erilaisista vaihtoehdoista sekä opittavista asioista. Työntekijä kunnioittaa asiakkaita ja työskentelee huomaavaisesti ja hienotunteisesti. Näin voidaan pitää yllä hyvää yhteistyötä. Lisäksi työntekijällä on mahdollisuus yhteistyön edistämiseksi ja esit-

tää sopivasti valittuja vertaisiesimerkkejä omasta elämästään. (Vänskä, Laitinen-Väänänen, Kettunen & Mäkelä, 2011, 86.) Voimavarakeskeinen työote sopii osuvasti omaan ohjausideologiaani.

Omia päätavoitteitani ohjaustyössäni oli kohdata asiakkaat tasavertaisesti, voimavara-lähtöisesti ja tilannetajuisesti, ohjata suunnitellut toiminnalliset menetelmät sujuvasti ja varmistaa hyvä ja turvallinen ilmapiiri ryhmätoiminnassa. Olisin voinut valmistautua vieläkin paremmin menetelmien ohjaamiseen esimerkiksi etukäteen pohtimalla tarkemmin apukysymyksiä tehtävien tueksi. Näin niistä olisi voinut saada irti vielä enemmän, mutta kokonaisuuteen olen tyytyväinen. Omasta ohjaustyöstäni palautetta en erikseen asiakkailta kerännyt, koska se olisi mielestäni vaatinut yksityisemmän aineistonkeruumenetelmän, kuin ryhmämuotoisen kyselyn. Itse en havainnut mitään sellaista, mikä olisi ilmentänyt ohjaamisosuuden tavoitteiden saavuttamisen epäonnistumista. Omasta näkökulmastani asiakkaiden kohtaaminen sujui hyvin. He suhtautuivat minuun sekä menetelmiin avoimin mielin ja yhteistyö sujui hienosti.

7 OPINNÄYTETYÖN TULOKSET JA JOHTOPÄÄTÖKSET

Opinnäytetyöni tutkimuksellisen osuuden toteutuessa laadullisena tutkimuksena oli tarkoitus saada laadullista tietoa siitä, kuinka rikostaustaisia asiakkaita voidaan tukea omien ja muiden ihmisten vahvuuksien huomaamisessa. Tutkimusaineisto tai tuotos eivät ole erityisen laajoja, mutta omasta mielestäni ne vastaavat tarkoitustaan. Myös tilaaja uskoi voivansa hyödyntää tuotosta työskentelyssään ja antoi positiivista palautetta siitä. Heillä oli idea menetelmien jalkauttamisesta toimintaan. Tarkempi tilaajan palaute löytyy seuraavasta alaluvusta.

Tarve rikostaustaisten henkilöiden vahvuuksien huomioimiseen rikoksettomaan elämään tähtäävässä työssä vaikuttaa olevan todellinen. Vaikka esimerkiksi vankeusrangaistuksissa rangaistus on nimenomaan vapaudenmenetys, saavat rikostaustaiset yhteiskunnassa usein lisäksi oheisrangaistuksia esimerkiksi ennakkoluulojen muodossa. Vaikka ennakkoluulot ovat ymmärrettäviä ja niille on osittain syynsä, ne tuskin tukevat asiakkaita muutosprosessissa. Mielestäni rikoksiin johtaneita syitä on hyödyllistä pyrkiä ymmärtämään, vaikka itse tekoja ei voisi hyväksyä. Samoin kuitenkin oman näkemykseni mukaan ennakkoluulot rikostentekijöitä kohtaan ovat usein ymmärrettäviä, mutta eivät nekään varsinaisesti hyväksyttäviä, sillä rangaistus usein on saatu jo

muussa muodossa. Tietysti esimerkiksi pelko tai varovaisuus on eri asia, kuin negatiivinen koko ihmiseen kohdistuva ennakkoluulo. Yleisesti vallitsevat asenteet ovat omassa mielessäni lisänneet ajatusta siitä, kuinka tärkeää on huomioida myös rikostaustaisten henkilöiden voimavaroja ja vahvuuksia, jotta muutos rikoksettomaan elämään voisi todennäköisemmin toteutua. Rikostaustaisten kanssa yhteistyössä tehtävä tavoitteellinen työskentely voi parhaassa tapauksessa olla koko yhteiskunnalle laajasti hyödyksi.

Opinnäytetyössä on hyödynnetty toiminnallisuutta, mikä sopii hyvin yhteisöpedagogikoulutuksen sisältöön. Tarkempi yhteisöpedagogien rooli työelämässä voi usein olla hieman tuntematon, ja sitä se on ollut kieltämättä opintojen alkuvaiheessa välillä myös itselleni. Mielestäni tämä opinnäytetyö on hyvä kiteytys yhteisöpedagogin keskeisistä osaamisalueista. Yhteisöpedagogin tyypillisiä työelämän tehtäviä ovat erilaiset ryhmienohjaustyöt ja tämä kehittämistyö on keskittynyt nimenomaan ryhmämuotoisiin toimintoihin. Näkökulma työskentelyssä on yhteisöpedagogeilla enemmän ongelmia ennaltaehkäisevä, kuin niitä korjaava. Vaikka rikostaustaisilla asiakkailla elämäntilanne voi usein olla eri tavoin haastava ja vaatia korjaavaa työtä, sen lisäksi on tärkeää tulevaisuuteen orientoituen työskennellä myös ongelmien ennaltaehkäisemiseksi. Ehkäisevään työskentelyyn voimavaralähtöinen näkökulma sopii hyvin, koska tavoitteena on tukea ja huomioida yhdessä asiakkaiden kanssa heidän voimavarojaan.

7.1 Ideapankki ja tilaajan palaute

Ideapankkia varten sain ryhmätoimintojen ja palautteiden myötä havaintoja omasta mielestäni riittävästi, koska tarkoitus oli saada enemmänkin alustavia suuntaviivoja ideapankille, ei niinkään erityisen tarkkaa tietoa. Minulla ei ollut etukäteen juurikaan oletuksia siitä, minkälaiset toiminnalliset menetelmät ryhmätoiminnoissa voisivat vahvuuksien osalta sujua ja mitkä eivät. Tähän ennakko-oletuksien puutteeseen kenties vaikutti se, että en tiennyt etukäteen menetelmiin osallistuvista asiakkaista tai ryhmädynamiikoista mitään. Lähes kaikki ideapankin menetelmät olen keksinyt itse. Joihinkin harjoitteisiin sain inspiraatiota lähdemateriaalista, mutta aikuisille luotua valmista materiaalia oli melko vähän tai se välttämättä sopinut kohderyhmän tarpeisiin. Taustalla menetelmien koostamisessa olen jonkin verran hyödyntänyt myös Mahkun harjoittelussani saamaani pohjatietoa kohderyhmästä yleisesti. Ideapankin laajuudelle

minulla oli vain suurpiirteinen ajatus noin kahdestatoista eri menetelmästä, sillä perusteella, että jokaisesta kokeilukerrasta syntyisi ainakin muutama idea. Tarkoitus ei ollut väkisin keksiä mahdollisimman paljon ideoita, vaan pitää tuotoksen menetelmät sellaisina, joiden uskoisin sopivan Mahkun toimintaan ja joita voisin itse kuvitella ohjaavani, jos olisin Mahkussa töissä.

Menetelmiä valitessani olen kohderyhmän osalta kiinnittänyt huomiota harjoitteiden lyhytkestoisuuteen. Mahkun asiakkaat usein hakeutuvat ryhmätoimintaan varsinaisten aktiviteettien perässä. Ajatus oli toteuttaa asiakaslähtöisiä menetelmiä, joissa asiakkaiden yleinen mieliala ja keskittyminen pysyvät harjoitteiden aikana mahdollisimman hyvänä. Koska asiakkaat eivät Mahkun ryhmätoimintoihin erikseen hakeudu tämänkaltaisten menetelmien takia, on ymmärrettävää ja huomioitavaa, että kaikkien motivaatio niiden suorittamiseen ei ole välttämättä huipussaan. Siksi harjoitteet ovat lyhyitä ja pääosin pintaraapaisuja vahvuuksien teemaan. Suunnittelemissani harjoitteissa ei ole tarkoitus mennä ”syviin vesiin”, koska jos niitä otetaan mukaan Mahkun toimintaan, tulevat ne yksittäisen asiakkaan kohdalla olemaan luultavasti hyvin satunnaisia. Yleisesti ohjaustyössä on otettava huomioon, ettei lähdetä työstämään mahdollisesti kipeitäkin aiheita liian syvällisesti, ellei myös tavoitteelliseen jatkotyöskentelyyn ole mahdollisuuksia. Menetelmät ovat sellaisia, etteivät ne vaadi jatkuvuutta yksittäisen asiakkaan kannalta, sillä osa asiakkaista käy toiminnassa hyvin satunnaisesti. Satunnaisuus menetelmien järjestämisessä voi olla hyvä asia myös siksi, etteivät asiakkaat kyllästy niihin liikaa. Jokainen osallistuja voi osallistua menetelmiin haluamallaan syvyydellä, koska avoimissa ryhmissä osallistujat eivät välttämättä tunne toisiaan ollenkaan. Kohderyhmän luottamus muihin ihmisiin voi olla heikko, eikä esimerkiksi omista kehittymiskohteista ole välttämättä ryhmässä helppo avautua.

Mahkun työntekijöiden kannalta olen menetelmissä ottanut huomioon, että ne ovat toteutukseltaan mahdollisia matalalla kynnyksellä. Ne eivät vaadi suuria hankintoja tai tavanomaisesta poikkeavia tiloja. Menetelmät ovat tarkemmin suunniteltavissa melko nopeasti. Koska asiakkaiden vaihtuvuuden takia menetelmien mahdollinen käyttö luultavasti tulee olemaan satunnaista, en nähnyt tarpeelliseksi suunnitella esimerkiksi suuria hankintoja vaativia menetelmiä tai menetelmiä, jotka olisivat työntekijöille muuten suuritöisiä toteuttaa.

Seuraavana varsinaisia havaintoja kokeilemistani menetelmistä, joiden perusteella lopulta kokosin ideapankin. Keskusteluharjoitus sujui luontevasti. Keskustelumuotoiset tehtävät voivat mahdollisesti olla aikuisille luontevampia, kuin leikkisemmät harjoitteet, vaikka toiminnallisuudella voikin ehkä rentouttaa tunnelmaa. Pari- ja/tai ryhmätehtävistä osa sai uutta näkökulmaa vahvuuksien aiheeseen ja ryhmän näkökulma jokaisen henkilökohtaisiin vahvuuksiin koettiin kannustavana. Elämän eri osa-alueiden vahvuuksien tunnistaminen olisi asiakkaille hyödyllistä. Oman elämän eri tilanteiden tunnistaminen, joissa on hyödyntänyt omia vahvuuksiaan, koettiin hyvin vaihtelevasti, joten sitä voisi työstää vielä enemmän. Asiakkaat kokisivat hyötyvänsä vahvuuksiin liittyvän teeman työstämisestä elämäntilanteessaan.

Muita päätelmiäni ovat, että liikunnan ja ulkoilun hyödyntäminen menetelmissä voisi olla kohderyhmälle mielekästä. Lyhyet alkuharjoitteet olivat mielestäni toimiva konsepti, koska asiakkaat ovat tulleet varsinaisen aktiviteetin takia sekä myös keskittymisen on luultavasti parempaa lyhyisiin menetelmiin. Ohjaajan oma osallistuminen ja esimerkit tehtävistä voi helpottaa ja havainnollistaa selkeämmin, mitä esimerkiksi haetaan. Toisaalta joissain tehtävissä ohjaajan passiivisuus voi toimia paremmin: esimerkiksi pari- tai pienryhmätehtävissä, jossa tarkoitus oli pohtia melko henkilökohtaisia aiheita parin tai ryhmän kanssa.

Mahkun työntekijät Tanja Turunen ja Tanja Hynynen antoivat ideapankista positiivista palautetta. Heidän mielestään harjoitteet ideapankissa ovat monipuolisia on hyvä, että niihin on yhdistetty käytännön tekemistä. Heidän mukaansa mahdollisuus toteuttaa menetelmät lyhytkestoisina on asiakkaiden keskittymiskykyä ajatellen hieno asia. Hyvänä puolena he näkivät myös, että harjoitteissa on tilaa asiakkaiden omalle ajattelulle ja joutuvat niiden kautta itse pohtimaan asioita. Työntekijät uskovat voinansa hyödyntää menetelmiä muun muassa aloitetuissa Nepsy-ryhmissä.

7.2 Arviointia ja pohdintaa tuloksista ja palautteen luotettavuus

Toteutuksessa ryhmämuotoisuus on käytännön toteutuksen osalta ollut keskeistä sekä menetelmien, että aineistonkeruun osalta. Menetelmien tarkka kohdentaminen asiakkaille ei ole ollut mahdollista, koska osallistujia ei tiedetty etukäteen. Myöskään taustatietoa siitä, ovatko asiakkaat tehneet vastaavan tyyliä harjoitteita joissakin muissa palveluissa ei ollut tiedossa. Vaikka ennakkotietojen puute toi haasteita suunnitteluun, se myös vastaa Mahkun todellisuutta ryhmätoimintojen suhteen, koska ryhmät ovat

avoimia ryhmiä. Se myös auttoi koostamaan lopullisen tuotoksen mahdollisimman monelle sopivaksi.

Asiakkailta menetelmistä keräämäni palautteen sisältöä en itse pitänyt niin henkilökohtaisena, ettei ryhmämuotoinen kysely olisi sopinut palautteenkeräykseen. Kuitenkaan en voi itse tietää, kuinka henkilökohtaiseksi asiakkaat ovat harjoitteet kokeneet. Vaikka lähestymistapa menetelmissä on ollut kannustava ja positiivinen, osalle vahvuuksien aihe voi olla siitä huolimatta arka. Havaintojeni perusteella en kuitenkaan itse havainnut asiakkaista, että menetelmät olisivat olleet heille erityisen epämukavia. Minulla ei ole erityisiä syitä epäillä, etteikö saatu tieto olisi oikeansuuntaista, mutta kyselyn ryhmämuotoisuus on osittain toki voinut vaikuttaa palautteisiin. Kokonaisuuden ja asiakaslähtöisyyden takia pidin oleellisempina saada aineisto ryhmätilanteissa kerättyä nopeasti ja tehokkaasti.

Aidoista vastauksista ja palautteen yleisestä luotettavuudesta voi kertoa se, että saamani palaute menetelmistä sisälsi myös kehittymisen paikkoja. Osa asiakkaista esimerkiksi toi palautteissa ilmi, etteivät he saaneet harjoitteista uusia ajatuksia. Oma osuutensa on asiassa myös se, miten itse olen asetellut kysymykset. Kyselyt sisälsivät kysymyksiä siitä, toivatko harjoitteet uusia havaintoja aiheesta. Ilmaisumuoto ”uusia havaintoja” voi olla nopeissa yksittäisissä harjoitteissa liian suureellinen. En itsekään olettanut harjoitteista ensisijaisesti saavan uusia, mullistavia ja suuria oivalluksia, vaan ennemminkin kertausta ja muistutusta vahvuuksistaan, joita on jo aiemmin jonkin verran tiedostanut. Voi riippua elämäntilanteesta, mitkä vahvuudet ovat omassa toiminnassa keskeisimmin läsnä ja voisi olla hyödyllistä tämänhetkisen elämäntilanteen kannalta muistutella mieleen lisäksi myös aiemmin havaittuja vahvuuksia. On tulkinnanvaraista, minkä voi käsittää uudeksi havainnoksi ja muutenkin yksilöllistä, miten kysymykset tulkitaan. Olen saanut arvokasta tietoa kerättyä ja pidän tuloksia tärkeinä, mutta olisin voinut itse asettaa kysymykset tarkoitukseensa vielä sopivammin.

Aineistonkeräyksen kysymys siitä, kokivatko asiakkaat olonsa harjoitteiden aikana hyväksi ja turvalliseksi, voi kysymyksistä olla sellainen, jonka vastauksiin ryhmäpaine voi erityisesti vaikuttaa. En usko, että ryhmän läsnä ollessa olisi välttämättä myönnetty, jos joku olisi kokenut olonsa selkeästi epämukavaksi. Tämän takia käytin palautteiden tukena omaa havainnointiani, mikä kuitenkin on ainoastaan oma tulkintani. Havaintoni sekä palautteet ovat silti linjassa keskenään siitä, että tilanteet on koettu hyvillä

mielin. Palautetta kerätessäni myös olisin kysytyjen kysymysten lisäksi vielä erikseen voinut kysyä suoraan, koettiinko menetelmät sopiviksi ja hyödyllisiksi Mahkun toimintaan. Jälkeen päin ajateltuna tuntuu, että kysymysten koostamisessa en niin sanotusti ole nähnyt metsää puilta, vaan yrittänyt mutkien kautta selvittää oleellisimpia asioita, kun sen olisi voinut tehdä suoraviivaisemmin. Tämä olisi luultavasti ollut selkeämpää sekä asiakkaille, että itselleni.

7.3 Arviointia kehittämistehtävän kokonaisuudesta

Vuoden 2020 koronatilanne on vaikuttanut opinnäytetyön tekoon. Ryhmätoiminta keskeytettiin keväällä ja aikataulu viivästy, mutta muutokset eivät kuitenkaan opinnäytetyön suorittamiseen liittyen aiheuttaneet tilaajalle tai itselleni liiallisia haasteita. Prosessissa sekä Mahkun työntekijöiltä, että itseltäni on vaadittu kykyä sopeutua muuttuviin tilanteisiin, elämistä epätietoisuudessa ja kykyä muuttaa suunnitelmia asiakaslähtöisemmiksi. Näissä olemme mielestäni onnistuneet hyvin.

Oma arvioni on, että pohjatiedon kerääminen ja ideapankin koostaminen sujui pääosiltaan melko hyvin. Tarkemmin omaa työskentelyäni arvioidessa olisin voinut esimerkiksi tehdä tarkempaa suunnittelutyötä asiakkaille esittämieni palauteväittämien osalta. Myös oma aikataulutukseni opinnäytetyön kirjoittamisen suhteen olisi voinut olla parempaa ja kirjoittamisvaihetta olisi voinut vielä tehokkaammin tehdä jo hieman aiemmin ainakin joiltain osin. Toteutuksen olisi halutessaan voinut toteuttaa toisin päin, ensin ideapankki ja sitten sen testaus. Jos jatkossa haluaisi esimerkiksi selvittää ideapankin menetelmien todellista sopivuutta ja toimivuutta, voisi kerättävä aineisto olla tarkempaa ja hieman laajempaa.

Eettisyyden osalta en itse kehittämistyön kokonaisuudessa huomaa selkeitä virheitä tai puutteita. Vaikka asiakkaille ei erikseen mainostettu opinnäytetyöprojektiani etukäteen, heille selvennettiin, että toiminta on vapaaehtoista ja anonyymia. Toiminnassa annettiin asiakkaille tilaa osallistua menetelmiin haluamallaan syvyydellä. Vaikka omien kokemusten jonkin tasoiseen jakamiseen kannustinkin, emme juurikaan käyneet kokemuksia järjestelmällisillä kierroksilla läpi, vaan ajatuksiaan sai kertoa vapaamuotoisesti. Koin oman ohjaustyöni sujuneen hyvin, vaikka joissain harjoitteissa suunnittelu olisi voinut olla vielä parempaa. Rennosta, rauhallisesta ja varmasta ohjaustyylistä sain hyvää palautetta Mahkun työntekijöiltä. Koen itse oppineeni proses-

sin aikana paljon uutta erityisesti toiminnallisten menetelmien ohjaamisesta. Loppu-
tulos on siltä kannalta toivottu, että tilaaja uskoo voivansa hyödyntää menetelmiä toi-
minnassaan. Myös itse uskon käyttäväni menetelmiä omassa työelämässäni. Työn käy-
tännönläheisyys ja itseäni kiinnostava aihe on motivoinut. Asiakkaat eivät oma-aloit-
teisesti hakeutuneet ohjaamieni menetelmien pariin ja siitä huolimatta heidän osallis-
tumisensa oli todella hyvää, mistä olen erityisen iloinen.

LÄHTEET

Grönlund, Anna & Jokela, Elena & Isopahkala, Sari 2014. Voimavarakeskeinen mielenterveys – ryhmäkeskustelu varhaisaikuisille. Laurea Ammattikorkeakoulu. Hoitotyön koulutusohjelma. Opinnäytetyö

Huovinen, Terhi & Remahl, Virpi & Turunen Sari 2009. Pallopelejä ja pelisovelluksia. Koululiikuntaliitto. Koulun liikuntakerhovihko. Viitattu 17.10.2020. <https://www.sli-deshare.net/Koululiikuntaliitto/pallopelej-ja-pelisovelluksia>

Kananen, Jorma 2017. Kehittämistutkimus interventiotutkimuksen muotona – Opas opinnäytetyön ja pro gradun kirjoittajalle. Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Jyväskylän ammattikorkeakoulun julkaisuja -sarja.

Kiviniemi, Eeva-Liisa & Pulkkinen Laura 2015. Voimavaroja valmennuksesta. Positiiviseen psykologiaan pohjautuva eläkevalmennus. Metropolia Ammattikorkeakoulu. Vanhustyön koulutusohjelma. Opinnäytetyö.

Leskinen, Eija 2010. Ryhmä toimimaan! Vinkkejä tutustumiseen, oppimiseen ja yhteistyöhön (2. painos). Jyväskylä: PS-kustannus.

Minilex 2020. Mikä ero on rikoksella ja rikkomuksella? Viitattu 10.11.2020. <https://www.minilex.fi/a/mik%C3%A4-ero-on-rikoksella-ja-rikkomuksella>

Niemi, Hannu 2018. Rikollisuus Suomessa. Tietoiskut. Kriminaalihuollon tukisäätiö. Viitattu 9.11.2020. <https://www.krit.fi/2018/03/rikollisuus-suomessa/>

Pajunen, Riikka 2019. Omaa tehtävää etsimässä – Löydä vahvuutesi ja intohimosi. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Otava. Internet-sivuston tietoisku. Viitattu 5.10.2020. <https://www.krit.fi/2018/03/rikollisuus-suomessa/>

Poliisi, 2020. Rikollisuus ja koronavirus. Turvallisuus ja valvonta. Viitattu 10.11.2020. https://www.poliisi.fi/koronaan_varautuminen/rikollisuus

Pitkäranta, Ari 2014. Laadullinen tutkimus opinnäytetyönä – Työkirja ammattikorkeakouluun. Jokioinen: e-Oppi Oy.

Rikoksantorjuntaneuvosto. Rikollisuus Suomessa. Rikosten ehkäisy-osio. Viitattu 9.11.2020. <https://rikoksantorjunta.fi/rikollisuus-suomessa>

Rikoslaki 19.12.1889/39.

Setlementti Puijola, 2020. Mikä on Mahku? Viitattu 24.8.2020. <https://www.puijola.net/mahku/mika-on-mahku/>

Setlementti Puijola, 2020. Mikä on Puijola? Viitattu 24.8.2020. <https://www.puijola.net/puijola/>

Setlementtiliitto, 2020. Kansainvälinen yhteistyö. Viitattu 25.8.2020. <https://setlementti.fi/setlementtiliitto/kansainvalinen-yhteistyo/>

Setlementtiliitto, 2020. Suomalainen setlementtiliike. Viitattu 25.8.2020. <https://setlementti.fi/toiminta/suomalainen-setlementtiliike/>

Ståhlberg, Leena 2019. Pienryhmäohjaajan opas. Jyväskylä: PS-Kustannus.

Tilastokeskus, 2020. Poliisin tietoon tulleet rikokset. Viitattu 10.11.2020. <https://findikaattori.fi/fi/11>

Tuomi, Jouni & Sarajärvi, Anneli 2017. Laadullinen tutkimus ja sisällön analyysi. Helsinki: Tammi.

Uusitalo-Malmivaara, Lotta (toim.) 2014. Positiivisen psykologian voima. Jyväskylä: PS-Kustannus, 19.

Uusitalo-Malmivaara, Lotta & Vuorinen, Kaisa, 2016. Huomaa hyvä! Jyväskylä: PS-Kustannus.

Vänskä, Kirsti & Laitinen-Väänänen, Sirpa & Kettunen, Tarja & Mäkelä, Juha 2011. Onnistuuko ohjaus? Sosiaali- ja terveysalan ohjaustyössä kehittyminen (1. painos). Helsinki: Edita.

LIITTEET

Liite 1, Ideapankki

Ideapankki Mahkun ryhmätoimintaan



Opinnäytetyön ”Rikostaustaisten asiakkaiden vahvuuksien
huomiointi ryhmätoiminnassa

- Toiminnallisten menetelmien hyödyntäminen” tuotos

Tekijä Emilia Rasi

Tämä ideapankki toiminnallisista menetelmistä on luotu Mahkun ryhmätoimintaan. Menetelmien tavoitteena on tukea asiakkaita huomaamaan omia sekä muiden ihmisten vahvuuksia.

Ideapankki on tuotos Humanistisen Ammattikorkeakoulun opiskelijan Emilia Rasin ” Rikostaustaisten asiakkaiden vahvuuksien huomiointi ryhmätoiminnassa – Toiminnallisten menetelmien hyödyntäminen”-työstä.

Opinnäytetyössä on kesän 2020 aikana kokeiltu Mahkun ryhmätoiminnassa vahvuuksiin liittyviä toiminnallisia menetelmiä ja kerätty niistä palautetta osallistuneilta asiakkailta. Palaute kerättiin menetelmien jälkeen kyselyinä ryhmämuotoisesti palautejanan avulla.

Keskeisimpiä tuloksia olivat, että asiakkaat tunsivat menetelmien kautta omia ja muiden ihmisten vahvuuksia. Samalla kuitenkin he kokivat etenkin omien vahvuuksiensa pohtimisen haastavaksi ja he kokisivat hyötyvänsä elämässään yhä paremmasta vahvuuksiensa tunnistamisesta.

Muita havaintoja Mahkun ryhmätoiminnan ja menetelmien yhdistämisestä oli, että lyhyet, noin 10-20 minuutin pituiset alkuharjoitteet vaikuttivat toimivalta käytännöltä. Keskittyminen pysyi hyvin eikä varsinaisesta aktiviteetista jouduttu tinkimään merkittävästi aikaa.

Osa asiakkaista oli saanut uutta näkökulmaa vahvuuksiin toisiltaan. Ryhmätoiminnassa on oiva tilaisuus hyödyntää osallistujien vertaisuutta ja erilaisia näkemyksiä. Osallistujia voi menetelmissä auttaa pääsemään kiinni ideaan, jos myös ohjaaja osallistuu harjoitteisiin.

Menetelmien iloa!



VAHVUUKSIA HATUSSA – Jokainen osallistuja kirjoittaa pienelle lappulle yhden vahvuutensa, jokainen voi tehdä myös esim. 2 tai useamman lapun. Kaikki laput laitetaan hattuun tms. Niitä nostetaan yksitellen jokainen vuorollaan ja luetaan ääneen. Ryhmän kanssa on tarkoitus miettiä, miten kyseinen vahvuus voi olla hyödyksi. Miten esimerkiksi jokainen ryhmäläinen hyötyisi kyseisestä vahvuudesta? Mihin sitä käyttäisi?

TILANTEITA HATUSSA – Toteutetaan samalla idealla, kuin edellinen harjoitus, mutta tilalla voi käyttää valmiiksi ohjaajan tekemiä lappuja, joissa lukee esim. elämän eri osa-alueita kuten ihmissuhteet, harrastukset ja vapaa-aika, työ/koulu/muut hoidettavat velvollisuudet, arjenhallinta jne. tai vaikka tarkemmin kuvailtuja elämäntilanteita keksityn henkilön kautta, esim. ”Jake on muuttanut uuteen kaupunkiin, eikä hänellä ole harrastuksia siellä. Mitä vahvuuksia hän tarvitsee tilanteessaan?”

PINGISTEHTÄVÄ – Tässä tehtävässä voi käyttää välineenä esim. pingispalloja ja numeroituja mukeja tai soveltaa ideaa monin tavoin käyttäen mielikuvitusta. Ohjaaja tekee etukäteen listan tehtävistä itselleen kuppien numeroiden mukaan, esimerkiksi lyhyitä pohdintatehtäviä vahvuuksiin liittyen. Tehtäviä voi olla jokaiselle numeroidulle mukille, mutta se ei ole välttämätöntä. Voi hyödyntää lopussa olevia kysymyksiä! Heitellään vuorotellen ja yritetään osua numeroituihin palikoihin. Osuessa ohjaaja lukee tehtävän ja se tehdään, jonka jälkeen kierros jatkuu. Jatketaan niin kauan, kunnes kaikki osumat on saatu.

KORIPALLOVERSIO – Idea on samankaltainen, kuin edellisessä. Ohjaajalla on etukäteen valmiina tehtäviä/kysymyksiä liittyen vahvuuksiin. Toimitaan joukkueena ja otetaan yhteiseksi tavoitteeksi tietty määrä koreja tietystä kohdasta, ensin esim. 10. Kun tavoite täyttyy, ohjaaja lukee tehtävän ja se tehdään. Kun on valmista, siirretään kauemmas

kohtaa, josta heitetään. Samalla tavoiteltavaa korimäärää voidaan vähentää. Jatketaan niin kauan, kuin tehtäviä riittää!

AJATUSKARTTA – Kokoonnutaan niin, että kaikki pystyvät kirjoittamaan. Ryhmään laitetaan kiertämään esim. kolme eri paperia, joissa kaikissa on jokin vahvuuksiin liittyvä kysymys tai aihe. Jokainen paperi kiertää jokaisen osallistujan ja jokainen kirjoittaa omia ajatuksiaan paperin aiheesta. Lopuksi käydään yhdessä läpi tuotokset ja ajatukset.

KOLLAASI – Tarvikkeeksi lehtiä, saksia, kartonkia, liimaa. Etsitään lehdistä kuvia/sanoja/tekstejä vahvuuksista ja kootaan paperille. Toteutus voi olla joko oma kollaasi tai yhteinen. Aiheena voi käyttää esim. missä vahvuuksissa on kehittynyt, mitkä omia vahvuuksia ovat tai mistä vahvuuksista kokisi hyötyvänsä jatkossa.

PARIKESKUSTELU – Jakaudutaan pareiksi. Ohjaaja lukee vahvuuksiin liittyviä kysymyksiä, ja parit keskustelevat niistä keskenään. Voi toteuttaa myös niin, että parit vaihtuvat: esimerkiksi jokaisen parin osalta toinen pareista vaihtaa aina paikkaa eri henkilön luokse. Kysymyksiä, joita voi hyödyntää löytyy lopusta!

ELÄMÄN ERI OSA-ALUEIDEN VAHVUUDET – Tarvikkeeksi pape-reita ja kyniä. Mietitään aluksi yhdessä elämän eri osa-alueita tai otetaan suoraan esim. ihmissuhteet, harrastukset ja vapaa-aika, työ/koulu/muut hoidettavat velvollisuudet ja arjenhallinta. Kirjoitetaan jokainen osa-alue omalle paperilleen. Kaikki käy kirjoittamassa osa-alueisiin liittyviä vahvuuksia papereille, ei tarvitse siis välttämättä olla sellaisia, jotka jo itse omaa! Esim. ihmissuhteet -> ryhmätyötaitot, ystävällisyys, empaattisuus jne. Lopuksi käydään läpi osa-alueet vahvuuksineen. Onko niissä asioita, joissa haluaisi kehittyä? Mitä niistä omaa jo?

PALAUTE RYHMÄN JÄSENILLE – Sopii tilanteessa, jos ryhmä on tuttu, mutta myös jos takana on yhteinen tekeminen (esim. kokkauksen tai leirin lopuksi), jossa osallistujat nähneet toistensa toimintaa.

Voidaan toteuttaa esim. papereille kirjoittamalla. Jokaiselle oma paperi ja siihen nimi. Tarkoitus kirjoittaa hyvää palautetta jokaiselle osallistujalle. Jokaisen paperi kiertää niin, että jokainen muu ryhmän jäsen kirjoittaa siihen. Joko henkilön ominaisuuksia, luonteenpiirteitä tms. tai hyvää palautetta toteutetun aktiviteetin suhteen, jos ryhmä ei ole kovin tuttu.

KOKOUS – Tarvikkeeksi kortteja, joissa lukee esim. erilaisia ammatteja tai muita rooleja, kuten vanhemmuus, ystävyys, tms. Jokainen nostaa vuorollaan kortin. Mietitään, mitä vahvuuksia kyseisessä roolissa tarvitaan ja kirjataan niitä ylös. Lopuksi käydään läpi, mistä kyseisistä ominaisuuksista kokisi hyötyvänsä itsekin ja mitä niistä omaa jo. (Norrena, 2016, 38.)

LEARNING CAFE – Koko ryhmä jaetaan pareihin tai pieniin ryhmiin. Jokaiselle parille/pienryhmälle annetaan tehtäväksi pohtia vahvuuksiin liittyvä asia tai kysymys. Ne kirjataan erillisille papereille yksitellen ja sijoitetaan ympäri tilaa. Jokainen pari/pienryhmä kiertää jokaisen aiheen kohdalla ja keskustelee ja/tai kirjoittaa, mitä heille aiheesta/kysymyksestä tulee mieleen. Lopuksi käydään koko ryhmän kanssa läpi aiheesta mieleen tulleita pohdintoja. (Norrena, 2016, 38.)

KIITOSPIIRI – Voi hyödyntää toimintakerran lopuksi ja pohtia toteutetun aktiviteetin kautta. Jokainen vuorollaan voi kertoa, missä koki onnistumista, missä voisi kehittyä sekä kiittää itseään ja/tai ryhmää jostakin onnistumisesta. (Norrena, 2016, 78.)

KYSYMYKSIÄ, JOITA VOI TEHTÄVISSÄ HYÖDYNTÄÄ:

YLEINEN TASO

- Mitä vahvuuksilla ylipäätään tarkoitetaan?
- Minkälaisia eri vahvuuksia on olemassa?
- Miten erilaiset tilanteet liittyvät vahvuuksiin?
- Mistä tietää, että joku asia on vahvuus?
- Miten eri tavoin vahvuuksien tunnistaminen voi hyödyttää?
- Mitä vaikutuksia voi olla sillä, että tunnistaa myös muiden ihmisten vahvuuksia?

HENKILÖKOHTAINEN TASO

- Nimeä ainakin kolme omaa vahvuuttasi
- Mitä vahvuuksia käytät tavallisessa päivässäsi?
- Oletko joutunut joskus tilanteen pakottamana omaksumaan jonkun vahvuuden tai useamman? (Mitä?)
- Mitä vahvuutta tarvitset tai tarvitsisit juuri tällä hetkellä elämässäsi erityisesti?
 - Mitä vahvuuksia huomaat lähipiirisi ihmisillä?
 - Mitä vahvuuksia arvostat muissa ihmisissä?
- Mistä vahvuudesta uskoisit erityisesti hyötyväsi omassa tulevaisuudessaasi?
 - Mikä on luontevahvuus, jossa olet kehittynyt?
 - Mikä on käytännön taito, jossa olet kehittynyt?
- Minkä vahvuuden haluaisit itsellesi joltakin läheiseltäsi?
 - Mitä vahvuuksia arvostat muissa ihmisissä?
- Minkä vahvuuden haluaisit jonkun läheisesi saavan sinulta?

-Mieti tilanne, kun huomasit jonkun vahvuutesi. Mistä syystä huomasit sen?

Lähteet: Norrena, Juho 2016. Ryhmä oppimaan! Toiminnallisia työtapoja ja tehtäväkehyksiä. Jyväskylä: PS-Kustannus.

Liite 2, Koosteet asiakkaiden palautteista

Vastaukset on ilmoitettu taulukoissa lukuina, jotka kuvaavat kyseiseen kysymykseen vastanneiden henkilöiden lukumäärää. Joukossa on myös tasalukujen välille sijoittuvia vastauksia, esim. 4,5.

Toimintakerta 1

Palautteeseen vastanneita 7 henkilöä

Väittäjä	1 Täysin erimielistä		2 Jonkin verran erimielistä		3 En osaa sanoa		4 Jonkin verran samaa mieltä		5 Täysin samaa mieltä
Tunnistin harjoitteen aikana omia ja/tai läheiseni vahvuuksia							3	1	3
Sain harjoitteen aikana jonkin uuden havainnon liittyen vahvuuksiin			2		4	1			
Koen, että hyötyisin elämäni eri osa-alueilla siitä, että tunnistaisin yhä paremmin omia vahvuksiani					2		3		2
Minulla oli harjoitteen aikana hyvä ja turvallinen olo							2	1	4

Toimintakerta 2

Palautteeseen vastanneita 8 henkilöä

Väittäjä	1 Täysin erimielistä		2 Jonkin verran erimielistä		3 En osaa sanoa		4 Jonkin verran samaa mieltä		5 Täysin samaa mieltä
Tunnistin harjoitteen aikana vahvuksiani							5		3
Sain harjoitteen kautta jonkin uuden havainnon liittyen omiin vahvuuksiini tai vahvuuksien teemaan yleisesti			3		4		1		
Oli kannustavaa, että myös muut kokisivat hyötyvänsä jostain omasta vahvuudestani					3		4		1

Koen, että hyötyisin elämäni eri osa-alueilla siitä, että tunnistaisin yhä paremmin omia vahvuuksiani							4		4
Minulla oli harjoitteen aikana hyvä ja turvallinen olo									8

Toimintakerta 3

Palautteeseen vastanneita 6 henkilöä

Väittäjä	1 Täysin eri mieltä		2 Jonkin verran eri mieltä		3 En osaa sanoa		4 Jonkin verran samaa mieltä		5 Täysin samaa mieltä
Tunnistin harjoitteen aikana oman elämäni tilanteita, joissa olen käyttänyt vahvuuksiani			1		1	1	1	1	1
Sain harjoitteen aikana jonkin uuden havainnon liittyen vahvuuksiini tai vahvuuksien teemaan yleisesti	2		1		3				
Minulla oli harjoitteen aikana hyvä ja turvallinen olo							3	1	2

Lopuksi esitin kysymyksen, miltä tuntui miettiä vahvuuksia oman elämän esimerkkien kautta. Vastauksiksi tuli, että se oli työlästä, vaikeaa, itsensä kehuminen on vaikeaa sekä että ei tullut uusia juttuja.

Toimintakerta 4

Palautteeseen vastanneita 6 henkilöä

Ensimmäiseksi esitin avoimen kysymyksen, että miltä tehtävä tuntui, josta tuli vastauksia "Vähän hankalaa on itsestään miettiä vahvuuksia", "Ihan hyvä miettiä näitä asioita" ja "Olisi hyvä miettiä tällaisia hyviäkin asioita yleisesti elämässä".

Väittämä	1 Täysin erimielä		2 Jonkin verran erimielä		3 En osaa sanoa		4 Jonkin verran samaa mieltä		5 Täysin samaa mieltä
Sain parilta tai ryhmältä uutta näkökulmaa teemaan					3		3		
Tunnistin omia tai muiden vahvuuksia keskustelun aikana							6		
Minulla oli tehtävän aikana hyvä ja turvallinen olo							1		5