

**HUMAK<sup>H</sup>**

**OPINNÄYTETYÖ**

**Taitovalmentajat Omakehu-hankkeessa**

**Taitovalmentajien perehdytys ja konsepti**

Katja Salminen

Yhteisöpedagogi YAMK

(90 op)

4/2022

# TIIVISTELMÄ

Humanistinen ammattikorkeakoulu  
Yhteisöpedagogi Ylempi ammattikorkeakoulututkinto

---

Tekijä: Katja Salminen

Opinnäytetyön nimi: Taitovalmentajat Omakehu-hankkeessa. Taitovalmentajien perehdytys ja konsepti.

Sivumäärä: 88 ja 2 liitesivua

Työn ohjaaja: Arto Lindholm

Työn tilaaja: Omakehu-hanke, Humanistinen ammattikorkeakoulu

---

Omakehu-hanke (2020-2023) on Humanistisen ammattikorkeakoulun oma hanke, jossa pyritään voimauttamaan syrjäytyneitä ja syrjäytymisvaarassa olevia miehiä sanataiteen avulla. Omakehu-hankkeessa osallistujien työskentelyä ohjaavat kirjoittamisen ammattilaisten lisäksi taitovalmentajiksi kutsutut vapaaehtoiset.

Tässä opinnäytetyössä luodaan taitovalmentajien toiminnalle konsepti ja materiaali, jonka avulla taitovalmentajia voidaan perehdyttää tehtäviinsä. Opinnäytetyö tarjoaa erilaisia lähestymistapoja taitovalmentajuuteen ja toiminnan kohderyhmään, ja tarjoaa taustatietoa niille, jotka haluavat hyödyntää taitovalmentaja-mallia omassa toiminnassaan.

Opinnäytetyössä käsitellään syrjäytyneisyyden ja sukupuolisensitiivisyyden teemoja, jotka liittyvät Omakehupajojen kohderyhmään sekä vapaaehtoisuuden ja auttamisen teemoja, jotka liittyvät taitovalmentajien motivointiin ja sitouttamiseen. Tietopohjaisen osion tärkeimmät teemat ovat sosiaalipedagogiikasta tutut kohtaamisen ja tunnustamisen käsitteet sekä pohdinta, joka koskee traumainformoitua kohtaamista ja Omakehupajatoiminnan rajanvetoa tai-  
deterapian kanssa. Opinnäytetyössä luodaan myös lyhyt katsaus kansanomaiseen ITE- tai-  
teen tekemiseen.

Työssä rakennetaan traumainformoidun tarinatyön mallia, joka sopii erityisesti vaikeassa elämäntilanteessa olevien ihmisten kirjoitustyön ohjaamiseen ei-terapeuttisista lähtökohdista.

Opinnäytetyöhön kuuluu Power Point-muotoon tehty taitovalmentajan perehdytys materiaali.

Taitovalmentajakonsepti asettuu palvelemaan hyvin erityisesti sosiaalisella alalla toimivia järjestöjä ja muita organisaatioita, sillä taitovalmentajuuden kynnys on suhteellisen matala ja toiminnan kustannukset eivät ole korkeita. Monella erilaisella toimijalla on mahdollisuus hyödyntää konseptia ja soveltaa sitä edelleen omaan toimintaansa.

---

Asiasanat: Kirjoittaminen, voimaantuminen, syrjääntyminen, ohjaus, vapaaehtoistoiminta, trauma, miestyö

# ABSTRACT

Humak University of Applied Sciences  
Community Educator, Master of Humanities

---

Author: Katja Salminen

Title: Talent Mentors in Omakehu -Project. Orientation and concept of Talent Mentors.

Number of Pages: xx and xx attachment pages

Supervisor: Arto Lindholm

Commissioned by: Omakehu -Project. Humak University of Applied Sciences

---

The Omakehu project (2020-2023) is the Humak University of Applied Sciences' own project that aims to empower marginalized and at-risk men by utilizing creative methods, especially writing. In addition to professional writers and writing coaches, the writing of the participants in the Omakehu project is guided by volunteers called "Skill coaches".

In this thesis, a concept of Skills coach is created alongside with material, which can be used to familiarize Skills coaches with their tasks. The thesis offers different approaches to Skills coaching and the needs target group. It also provides background information for those who want to utilize the Skills coach model in the work of their own organization.

The thesis deals with the themes of exclusion and gender sensitivity, which are closely related to the target group of Omakehupaja; and the themes of volunteering and helping another, which are related to the motivation and commitment of Skills coaches. The most important theoretical themes are the concepts of encounter and recognition used mainly in the field social pedagogy; as well as the reflection on trauma-informed encounters and the demarcation of Omakehu-workshops with art therapy. The thesis also provides a brief overview of so called "Outsider art".

The thesis builds a model of trauma-informed storytelling that is particularly suitable for guiding the writing of people in difficult life situations from a non-therapeutic point of view.

The thesis includes introductory material in the Power Point format.

The skills coaching concept is well-suited to organizations operating in the social field in particular, as the threshold for skills coaching is relatively low and the costs of workshops is not too high. Many different organizations and other actors have the opportunity to take advantage of the concept and further apply it to their own operations.

---

Keywords: Writing, Writing, empowerment, exclusion, mentoring, volunteering, trauma, gender sensitivity

# SISÄLLYS

TIIVISTELMÄ

ABSTRACT

1. JOHDANTO .....	7
1.1. Omakehu-hanke.....	7
1.2. Opinnäytetyön tavoitteet.....	10
1.3. Opinnäytetyön rakenne.....	10
1.4. Vertailukohteita ja tutkimusta .....	10
1.5. Työn eettisiä näkökulmia.....	11
1.6. Menetelmät.....	12
2. TIEDOLLINEN VIITEKEHYS.....	16
2.1. Toimijuus, dialogisuus, tunnustaminen: Sosiaalipedagogiikan näkökulmia.....	16
2.2. Traumainformoitu kohtaaminen.....	19
2.3. ITE-taide.....	22
2.4. Taideterapioiden toimintamalleista.....	25
2.5. Voimauttava valokuva .....	29
2.6. Syrjäytyminen ja syrjäyttäminen .....	31
2.7. Voimauttaminen ja valtauttaminen .....	33
2.8. Hiukan miehistä: Sukupuolierityisyys.....	34
2.9. Kirjoittava mies .....	37
2.10. Vapaaehtoisuus ja sitoutuminen. ....	39
2.11. Mentorit ja valmentajat. Vähän toimijarooleista.....	41
2.12. Auttajan varjo.....	43
3. TAITOVALMENTAJAT OMAKEHU-HANKKEESSA 2021.....	45
3.1. Omakehupajat verkossa keväällä 2021 .....	46

3.2. Taitovalmentajien työskentely pajoissa.....	49
3.3. Hybridi-Omakehupajat syksyllä 2021.....	50
3.4. Taitovalmentajien ryhmäkeskustelut.....	52
3.5. Arvioita onnistumisesta toimintakaudella 2021.....	53
4. TAITOVALMENTAJAKONSEPTI.....	54
4.1. Taitovalmentajan motivaatiotekijät ja sitouttaminen.....	54
4.2. Etiikka.....	56
4.3. "Hyvä taitovalmentaja".....	58
4.4. Perehdyttämisen tavoitteet.....	60
4.5. Perehdytys kohderyhmän erityislaatuuteen ja tarpeisiin.....	61
4.6. Perehdytys käytännön toimintaan ja toimintakulttuuriin.....	63
4.7. Reflektiivinen oppiminen Omakehupajoissa.....	65
4.8. Roolista ja identiteetistä. Mitä taitovalmentaja on?.....	66
4.9. Mitä taitovalmentaja tekee ja mitä ei tee?.....	67
4.10. Osallistujien kohtaaminen Omakehupajoissa.....	68
4.11. "Omana itsenään oleminen". Persoonallisuuden käyttö.....	69
4.12. Traumatietoinen tarinatyöskentely Omakehupajoissa.....	70
4.13. Taiteellisten tavoitteiden saavuttaminen.....	74
4.14. Taitovalmentajien tukeminen.....	76
4.15. Kohti yhteiskehittävää ja yhteisöllistä tukemista.....	77
5. YHTEENVETO JA JALKAUTTAMINEN.....	80
LÄHTEET.....	83
LIITTEET.....	87

# 1. JOHDANTO

## 1.1. Omakehu – hanke

Omakehu-hanke on Humanistisen Ammattikorkeakoulun oma hanke, jonka rahoittajana toimii Euroopan Unionin Euroopan sosiaalirahasto. Hanke alkoi syksyllä 2020 ja päättyi keväällä 2023. Hankkeessa pyritään auttamaan 15–55-vuotiaita ”syrjäytyneitä tai syrjäytymisvaarassa” olevia miehiä. Hankkeen keskeinen toimintamuoto ovat **sanataidepajat**, joita hankkeen edetessä on alettu kutsua koko hankkeen nimen mukaisesti **Omakehu-pajoiksi**.

Omakehu-hankkeen tavoitteena on hankehakemuksessa määriteltyjen tavoitteiden mukaan:

”1) vahvistaa syrjäytymisvaarassa olevien miesten omaehtoisia taitoja sanataiteen keinoin, jotta mahdollisuudet ja voimavarat hakea työtä paranevat, 2) antaa syrjäytymisvaarassa oleville miehille uudenlaisia työkaluja nähdä itsensä täysin eri näkökulmasta kuin ennen, 3) auttaa syrjäytymisvaarassa olevia miehiä tunnistamaan omat vahvuutensa, 4) tuottaa uutta tietoa sanataiteen mahdollisuuksista ehkäistä miesten syrjäytymistä siten, että se johtaa työ- tai opiskelupaikan hakuun asti ja 5) tarjota sosiaali- ja työvoimapolitiittisille toimijoille uudenlaisia työkaluja miesten syrjäytymisen ehkäisemiseen.” (Omakehu-hanke, hankehakemus 2020).

Hankkeen konkreettisiin tavoitteisiin kuuluu myös, että osallistujille luodaan hankkeen puitteissa työn- ja opiskelupaikan haussa mahdollisesti auttava video ja/tai sähköinen portfolio, joissa hyödynnetään osallistujien tuottamia tekstejä sekä sanataiteen keinoin noussutta ymmärrystä omista vahvuuksista. (Omakehu-hankkeen nettisivut 2021.)

Omakehu-hankkeessa osallistujat työstävät **taitovalmentajien** ja kirjallisuutta sekä kirjoittamista tuntevien asiantuntijavalmentajien kanssa itselleen läheisimmäksi koettuja omia tekstejä. Kirjoittaja saa pajoissa apua kirjoittamisen aloittamiseen, tukea sen jatkamiseen, sekä vihjeitä tekstiensä hiomiseen. Omakehu-hankkeessa päämääränä on, että jokainen pajoihin osallistunut tuottaa jonkin valmiin teoksen. Omakehu-hankkeella on yhteistyökumppaninaan Into-kustannus, joka on sitoutunut julkaisemaan pajoissa tuotettua materiaalia.

Omakehu-hankkeen erityislaatuisuus on sen muutamassa keskeisimmässä piirteissä: Ensinnäkin sen kohteena ovat miehet, ja myös selvästi aikuiseen ikään ehtineet miehet.

Toisekseen kirjoittamista voimaannuttamisen menetelmänä on käytetty vähemmän kuin voisi kuvitella, vaikka kirjoittaminen on materiaalien ja tilojen puolesta helposti organisoitavissa oleva toimintamuoto. Perinteisesti kirjoittamista kohtaan on Suomessa tunnettu yleistä mielenkiintoa, kuten erilaisista ”kansan parissa” suorite- tuista keruista ja kilpikirjoituksista on voitu havaita jo useimpien sukupolvien ajan. (kts. esim. Pöysä 2006.)

Kolmanneksi Omakehu- hankkeessa pyritään valmiiden tekstituotosten tekemiseen ja julkaisuun yhteistyössä kustantajan kanssa. Hankkeessa ajatellaan, että valmiin taiteellisen teoksen aikaan saaminen on jo itsessään voimauttava kokemus, sen lisäksi että kirjoittamisessa syntyy omaa itseä koskevia positiivisia oivalluksia.

Neljänneksi ja tämän opinnäytetyön kannalta olennaisena asiana, Omakehu hanke- suunnitelma sisältää ajatuksen taitovalmentajista. Taitovalmentaja on hankesuun- nitelman mukaan henkilö, joka ”tukee voimaantumisen ja omien vahvuuksien löy- tämisen prosessia”. Hankesuunnitelmassa todettiin, että jokaiselle hankkeeseen asi- akkaana osallistuvalla miehelle pyritään saamaan oma henkilökohtainen taitoval- mentaja, ja että taitovalmentaja tullaan kouluttamaan tehtävänsä (Omakehu- hanke, hankehakemus 2020).

Taitovalmentajan määritelmä oli projektin alkaessa lokakuussa 2020 huomattavan väljä, ja tarkoitus olikin alusta lähtien, että taitovalmentajan rooli ja tehtävät löytä- vät tarkemman mallinsa hankkeen edetessä. Näin myös kävi: Hankkeen edetessä taitovalmentajan toimenkuva, kuten monet muutkin asiat hankkeessa ovat kirkas- tuneet, hioutuneet ja jopa muuttuneet. Hankkeessa noudatetaan toimintatutkimuk- sen syklisen kehittämisen lähestymistapaa. Tarkastelun tulokset koko hanketta kos- kien on tarkoitus julkaista e-kirjana ja hanketta seuraavassa seminaarissa (Oma- kehu-hanke, hankehakemus 2020).

## 1.2. Opinnäytetyön tavoitteet

Opinnäytetyöni tilaaja on Humanistisen ammattikorkeakoulun Omakehu- hanke.

Opinnäytetyön tavoitteet on jaettavissa kahteen osaan: **Ensimmäkin tavoitteenani on luoda tietopohjaa** sille, miten ja mille periaatteille taitovalmentajan toimintaa Omakehu-pajoissa tulisi rakentaa.

**Toinen tavoite on luoda ja kuvata taitovalmentajakonsepti** niin, että se voidaan tunnistaa omaksi toimintamallikseen omine ominaispiirteineen ja toimintaan perehdytys- että toimintamalleineen, **niin että samaa mallia voi käyttää myös toisissa vastaavissa hankkeissa.**

**Kolmas tavoite on, että opinnäytetyö ja sen liitteenä oleva ”Taitovalmentajaksi!”** perehdytysmateriaali yhdessä loisivat kokonaisuuden, jota voidaan käyttää Omakehupaja-toimintamallin ja taitovalmentaja-konseptin jalkauttamisessa muiden organisaatioiden käyttöön. Tässä tarkoituksessa ”Taitovalmentajaksi!” - materiaali toimii suunnattuna ensisijaisesti taitovalmentajille joko itseopiskelumateriaalina tai materiaalina, jolla taitovalmentajia voidaan perehdyttää tehtäviinsä opetustilanteessa. Opinnäytetyön varsinainen tekstiosuus palvelee paitsi taitovalmentajia, myös organisaatioiden vastaavia henkilöitä, jotka haluavat syventää ymmärtämystään taitovalmentajakonseptista ja siihen liittyvistä teoreettisista kysymyksistä. Opinnäytetyö tarjoaa asiasta kiinnostuneelle myös laajan lähdeluettelon.

Lisäksi työ tuottaa Omakehu-hankkeelle itseymmärrystä sen toiminnan keskeisistä piirteistä taitovalmentajanäkökulmasta. Näin se auttaa hankkeen kehittämisessä ja arvioinnissa.

**Ainutlaatuista, ja alan tutkimukseen uutta tuovaa** on nimenomaan taitovalmentajan, periaatteessa maallikon ja kanssakokijan mukana olo ja kyky auttaa ja tukea kirjoittamispaikassa. Taitovalmentajan roolin ja toimintatavan määrittäminen avaa mahdollisuuksia siihen, että vastaavanlaisissa projekteissa voitaisiin tulevaisuudessakin tehokkaasti käyttää ammattimaisten valmentajien rinnalla vapaaehtoisia toimijoita. Tämä mahdollistaisi paljon suuremman joukon saamisen vastaavien tukitoimien piiriin.

### 1.3. Opinnäytetyön rakenne



Opinnäytetyöni jakautuu kolmeen, käsittelynäkökulman kannalta yhtä tärkeään osaan: Tiedolliseen viitekehykseen, jossa käsitellään taitoalentajakonseptin kannalta merkittäviä teoreettisia kysymyksiä ja otetaan käyttöön käsitteistö ja sanasto, jonka puitteissa taitoalentajuudesta voidaan keskustella. Toisessa osassa luodaan lyhyt katsaus vuoden 2021 Omakehu-hankkeesta saatuihin kokemuksiin. Opinnäytetyön viimeisessä pääluvussa keskitytään taitoalentajana toimimisen käytäntöihin ja taitoalentajan perehdyttämiseen tehtäviinsä. Näiden pohjalta muodostuu taitoalentajana toimimisen konsepti.

Työ on jossain määrin tietopainotteinen, sillä Omakehu-hankkeessa vuonna 2021 saatu kokemus osoitti, että on tärkeä luoda laaja, monipuolinen tiedollinen kehys joka määrittää toimintaa ja antaa sille yhteisen kielen ja käsitteet.

Tietopohjaisessa osiossa olen käsitellyt lyhyesti syrjäytyneisyyden ja sukupuolisen-sitiivisyyden teemoja, jotka liittyvät suoraa Omakehupajojen kohderyhmään sekä vapaaehtoisuuden ja auttamisen teemoja, jotka liittyvät taitoalentajien motivointiin ja sitouttamiseen. Tietopohjaisen osion tärkeimmät teemat ovat kuitenkin sosiaalipedagogiikasta tuttu kohtaamisen ja tunnustamisen käsitteet sekä pohdinta, joka koskee traumainformoitua kohtaamista ja Omakehupajatoiminnan rajanvetoa taiteerapian kanssa. Opinnäytetyön tietopohjaisessa osuudessa on myös luku koskien ITE- taidetta, jonka anarkistinen suhde konventionaaliseen taiteeseen haastaa ajattelemaan taiteen tekemisestä ja taiteilijuudesta tavalla, joka on Omakehu-toiminnallekin eduksi.

#### **1.4. Vertailukohteita ja tutkimusta**

Erilaista syrjäytymisen ehkäisyyn ja syrjäytyneiden tai syrjäytymisvaarassa olevien ihmisten auttamiseen tähtäviä projekteja ja hankkeita on toteutettu Suomessa ja muualla maailmassa paljon. Hankkeita, joihin Omakehua voisi verrata on paljon. Toisaalta nimenomaan aikuisille miehille suunnattuja taiteen avulla tapahtuvia syrjäytymisen torjumis- ja voimauttamishankkeita ei hankeluetteloista löydy.

Lisäksi taitoalentajarooli hankkeessa on ainutlaatuinen.

Miessakit ry:n toiminta ja sen hankkeet miehille tyypillisten yhteiskunnallisten ongelmien kohtaamisessa tulevat lähelle Omakehu -hankkeen tavoitteita. Viime vuo-

sina sellaisia ovat olleen mm. **Auta miestä mäessä** -hanke (2018–2019) ja **Vieraasta veljeksi** -hanke (2007 –). Ensiksi mainittu oli Diakin ja Miessakit ry:n 2016–2019 yhdessä toteutettava. Pääasiallisena kohderyhmänä olivat Helsingin, Espoon ja Vantaan nuoret miehet, joilla ei ollut koulutus- tai työpaikkaa (Miessakit). Vieraasta Veljeksi- projektin tarkoituksena on puolestaan tukea maahanmuuttajamiesten kotoutumista luoda uusia kanssakäymisen ja yhteistoiminnan muotoja maahanmuuttajamiesten ja syntysuomalaismiesten välille (Salminen, 2014: 7–8).

Itse kiinnostuin myös vertailemaan Omakehuntoimintaa erääseen tunnettuun projektiin, joka lähemmässä tarkastelussa osoittautuu monilta osin Omakehulle läheiseksi. – Tässä viitataan tytöille ja nuorille naisille suunnattuun ”**Maailman ihminen tyttö**” -projektiin, jossa voimaantumista etsittiin voimauttavan valokuvan kautta. Vaikka menetelmän juuret ovat syvällä lastensuojelutyössä, voimauttavan valokuvan prosesseihin liittyy paljon sellaista ajattelua, joka vertautuu Omakehuhankkeeseen ja taitovalmentajien työskentelyyn. Yhteinen kosketuspiste löytyy myös näkyväksi tekemisen, näkyväksi tulemisen ja julkaisemisen toiminnoissa.

### **1.5. Työn eettisiä näkökulmia**

Tutkimuseettiset periaatteet ovat läheisessä tekemisissä niiden periaatteiden kanssa, joita kullakin ihmisellä on arkitoiminnassaan osana yhteisöä. Tutkimuseettiset periaatteet ovat vain tietoisemmin muodostettuja ja erityisesti tutkimuksen tekoa varten suunnattuja. Minimissään tutkimusetiikka tarkoittaa, että tutkimus laaditaan voimassa olevien lakien ja asetusten mukaisesti ja Euroopan Unionin tietosuojasäädökseen (GDPR) liittyvää ohjeistusta noudattaen. (Kuula 2011, 25, 27, 46–47).

Tutkimusaineiston keruu, säilyttäminen ja käsittely ovat tutkimuseettisten kysymysten ytimessä. Siihen liittyvät myös kysymykset aineiston rehellisestä tulkinasta ja tarkasteltavuudesta, eli siitä, että ne pystytään alistamaan myös ulkopuoliselle arviolle. Tutkimusaineiston käsittelyyn liittyvät myös, mikäli tutkimuksen kohteena on ihmisiä, kysymykset näiden itsemääräämisoikeudesta, yksilönsuojasta ja turvallisuudesta. (Kuula 2011, 54–55).

Omakehupajojen tuotoksina syntyvä materiaali on mitä suurimmassa määrin henkilökohtaista; Lisäksi kysymyksessä on ihmisryhmä, jonka voidaan argumentoida olevan erityisasemassa haavoittuvuutensa vuoksi.

Taitovalmentajien kohdalla kysymys ei ole erityisasemassa olevasta ryhmästä, mutta heitä koskevat samat oikeudet informoiduksi tulemisesta ja anonymiteetista. Tämä koskee sekä materiaalia, jota he itse tuottavat, että materiaalia, joka heistä kerätään.

Omakehuhankkeen työryhmä on pieni. Työryhmän toimia ja esimerkiksi keskinäisiä keskusteluja leimaa sama selkeä henkilökohtaisuus kuin pajoissa tuotettua materiaalia. Erityisen lisän informantin henkilöllisyyden suojaamista koskevaan pohdintaan muodostaa kysymys valtasuhteista: Taitovalmentajat, joita tämän tutkimuksen kirjoitusaikana tarkkailin ja haastattelin, olivat opiskelijoita. Heillä tulee olla mahdollisuus olla myös kriittisiä hanketta kohtaan pelkäämättä, että negatiivisen mielipiteen ilmaiseminen vaikuttaa opettajasuhteisiin tai toimintaan hankkeessa. Itseltäni tämä vaatii paitsi vaitiolovelvollisuuden ehdotonta kunnioitusta myös tarkkuutta raportoinnin suhteen.

## 1.6. Menetelmät

**Etnografia** luonnehditaan laadullisena tutkimuksena, jonka kohteena ja tavoitteena on merkitysten hahmottaminen inhimillisissä yhteisöissä ja niiden (mikro) kulttuureissa. **Etnografisessa lähestymistavassa** ajatellaan, että jotain sosiaalista ilmiötä voidaan ymmärtää parhaiten sen luonnollisessa kontekstissa (Eskola & Suoranta 2003, 25; Syrjäläinen 1994,74).

Etnografia on suhteellisen avoin, ja tarkoin rajaamaton lähestymistapa, jossa tutkija tarkkailee erilaisten yksittäisten yhteisöjen kulttuurisia järjestelmiä, pyrkien kuvausten ja tulkintojen kautta tuottamaan teoreettisia, analyttisiä ja tiheitä kuvauksia vuorovaikutusprosessien merkityksistä. Etnografiassa tutkitaan ihmisten ”sosiaalista toimintaa ja sille annettuja merkityksiä”, ei ”käyttäytymistä ja siihen vaikuttavia tekijöitä”. (esim. Hammersley & Atkinson, 2007, 1–4, 248, Creswell 1998, 58.)

Havaintojen teko on etnografian ytimessä, ja koska sitä on käytetty yleisesti esimerkiksi kulttuuriantropologisen tai uskontotieteellisen tutkimuksen perinteisenä välineenä, kenttätyöjaksot ovat yleensä pitkiä ja kiinteitä, vuosienkin mittaisia. Havainnoinnin tapoja on monia, samoin kuin havaitun muistiinmerkitsemisen tapoja. (esim. Emerson ym. 2001, 352).

Havainnoija pyrkii huomiomaan toiminnan malleja, ilmaistuja kokemuksia, mutta myös piilotettuja emootioita. Tietyissä kulttuurintutkimuksen suuntauksissa emootioita pidetään kulttuurien ydinkäsitteenä sekä yhteisössä, että yhteisön ja yksilöiden välisissä suhteissa. Emootioiden havaitseminen ei välttämättä ole yksinkertaista, sillä ne kätkeytyvät usein kiertoilmausten ja tapojen taakse. (esim. Lahti 1997,19.)

Havainnointi ei ole eksaktia tiedettä, ja sitä värittää tutkijan subjektiivinen näkemys havainnoimastaan asiasta, etenkin, kun havainnointi on osallistuvaa niin, että havainnoija itse muuttaa todellisuutta, jota hän on havainnoimassa. Tutkija on läsnä tilaisuudessa sukupuolittuneena, ruumiillisena, seksuaalisena ja emotionaalisen hahmona, huolimatta osallistumisen intensiteetistä. Tästä johtuen oman position tunnistaminen, tiedostaminen ja sen auki kirjoittaminen ovat välttämättömät osat prosessia. (Hammersley & Atkinson, 2007, 79–86. Coffey, 1999, 12.)

Mahdollisuus tehdä etnografisia havaintoja reilun kymmenen Omakehupajan kontekstissa tekee materiaalista suhteellisen ohuen sellaisenaan. Suurin osa pajoista tapahtui vallitsevan Covid19 pandemia- tilanteen takia Zoom- ympäristössä, mikä teki aidosta emotionaalisten kokemusten ja sitä kautta ryhmän toiminnallisuuden havaitsemisesta vähintäänkin hankalaa. Muistiinpanoni ajalta ovat hyvin fragmentaarisia, sillä kokemus pajoissa itsessään oli luonteeltaan juuri sellainen.

Mutta Omakehupajojen ympärillä eli jo varhaisesta vaiheesta alkaen erilainen havainnoille (ja osallistumiselle) avoin kenttä: Se oli sähköpostien ja WhatsApp-ryhmän sekä yksityisten tapaamisten ja keskusteluiden kenttä, jonka keskiöön pyrin asettumaan, mutta niin, että ohjasin sitä mahdollisimman vähän. Päätös oli tietoinen. Itselleni kertyi tästä näin ollen myös kirjallista materiaalia, joka täydensi pajoissa itsessään tehtyjä havaintoja.

Havainnot hankkeen toiminnasta tukivat myös hankepalaverien ja ohjausryhmien kokouksen ja niiden pöytäkirjat.

Etnografinen aineisto sinällään ei olisi riittänyt saamaan tarpeeksi syvää ymmärrystä etenkin siitä, miten taitovalmentajat itse kokivat toimintansa Omakehu hankkeen alussa keväällä ja syksyllä 2021. **Haastatteluja ja ryhmäkeskusteluita** tarvittiin vastaamaan kysymyksiin siitä, miksi tietyt toiminta- ja reaktiotavat näyttivät tulleen hankkeessa tyypillisiksi. Toisekseen haastatteluita ja ryhmäkeskusteluita tarvittiin siihen, että hiljaisemminkin hankkeeseen osallistujilla oli mahdollisuus sanoa sanansa. Kolmanneksi haastatteluilla ja ryhmäkeskusteluilla oli tarkoitus varmistaa, etteivät omat, havaintoni olleet kovin erilaisia kuin taitovalmentajien vastaavat.

Ryhmäkeskustelujen eli focus-ryhmien käyttäminen tutkimuksen apuna on suositua nimenomaan laadullisessa tutkimuksessa. Siinä keskeistä on valikoitujen osallistujien kesken käyty, tutkijan ohjaama strukturoitu keskustelu, joka on muodoltaan ja aikataulutukseltaan ennalta päätetty. Tutkija tarjoaa ryhmälle teemoja, joista ryhmä keskustelee keskenään. Ryhmäkeskustelussa saatavan tiedon luonne on selkeä, että sen katsotaan sopivan erityisen hyvin kehitystyöhön. (Stevanovic & Weiste 2018, 115.)

Ryhmäkeskustelussa ilmaistaan ryhmän sisäisiä ihanteita ja normeja. Ryhmätilanteissa hyödynnetyn kollektiivisen älykkyyden vaarana on kuitenkin se, että yksilötason asenteet saattavat vain vahvistua ryhmässä, mikä oli nähtävissä jossain määrin myös Omakehun äärellä käydyissä ryhmäkeskusteluissa. (kts. Stevanovic & Weiste 2018, 115; Lehtinen 2018, 8.)

Omakehu -hankkeessa toteuttamissani ryhmäkeskusteluissa ei puhuttu niinkään siitä, millaisia mielikuvia ja ajatuksia Omakehu -pajoissa toimiminen oli ensimmäisissä taitovalmentajissa herättänyt, vaan painopiste oli aktiivisessa kehittämisessä. Ryhmäkeskusteluista oli edeltänyt se, että taitovalmentajat olivat ilmaisseet minulle kokeneensa jotkin asiat hankalina tai epäselvinä, ja ryhmäkeskustelujen tärkein tarkoitus oli aktiivisesti etsiä ratkaisuja näihin kysymyksiin. Tein keskusteluista muistiinpanoja ja muistion, jolla pyrittiin toimintamuotojen muuttamiseen pajoissa enemmän taitovalmentajia miellyttävään suuntaan. Ryhmäkeskustelujen tarkoitus oli siis paitsi tutkimuksellinen, myös kommunikatiivinen.

Käytin tutkimuksen tukena myös haastatteluja. Haastattelin sekä Omakehu-hankkeessa mukana olleita taitovalmentajia että muita hankkeessa työskennelleitä. Hankkeeseen tehtiin myös vaikuttavuuskartoitus, jossa haastateltiin Omakehupajoihin osallistuneita, ja näitäkin haastatteluita olen voinut hyödyntää, sikäli kun ne liittyvät käsityksiin taitovalmentajista.

Haastattelun muoto voi vaihdella tarkasti strukturoidusta varsin vapaaseen. Mitä enemmän haastattelulla pyritään saamaan tietoa, sitä enemmän haastattelu hyötyy tiukkaan strukturoidusta muodosta, - ja toisaalta, mitä enemmän haastattelun tarkoituksena on tavoittaa emootioita ja mahdollisesti piilotettuja käsityksiä, sen vapaammin ja laveammista teemoista haastateltavan on hyvä antaa puhua, ja kuunnella, sekä käsitellä saamaansa aineistoa sitten analyttisesti. (Guion etc. 2011: 1–2; Ahrne etc. 2011:40)

Tässä tutkimuksessa haastattelujen olennainen tarkoitus oli koota osallistujien mielikuvia ja tunnelmia Omakehu-pajoihin liittyen, sekä kuulla mahdollisia kehitysehdotuksia. Haastattelut toteutettiin varsin vapaamuotoisina. Tiedon keruussa haastatteluilla oli tässä tapauksessa enimmäkseen havaittua tukeva tai selittävä tehtävä.

Työni tiedollisen viitekehyksen osio on laaja ja tarkastelee taitovalmentajana toimimista ja siihen liittyviä ilmiöitä monesta näkökulmasta. Valinta on tietoinen. **Tiedollisen viitekehyksen hyödyntämisellä on tässä kehityskehitystyössä olennaisen tärkeä, jopa tärkein osuus:**

- Omakehu-hankkeen tarpeista: Hankkeessa on nyt koettu vuosi työskentelyä, ja havaittu hankkeen ”lapsentaudit”, eli esiin on noussut hyviä ja vähemmän hyviä toimintamalleja. Taitovalmentajakonseptin rakentamisessa on tässä vaiheessa hanketta hyvä ottaa hetki, jossa toiminnan antamia kokemuksia peilataan tietopohjaan, ja pyritään näitä hyödyntäen hyvän taitovalmentajamallin luomiseen Hanke on ensimmäisen vuotensa jälkeen tilanteessa, jossa tiedollisesta ymmärryksestä on eniten hyötyä.
- Omakehu-hankkeen vuoden 2021 kevään ja syksyn toteutusmalli oli poikkeava: Keväällä 2021 elettiin COVID19 -pandemian aikaa, eikä pajoja voitu järjestää tavalla, joka hankkeessa oli alun perin suunniteltu. Kun pajat sitten toteutettiin, paljon jouduttiin tekemään nopeasti, ja soveltaen. Kokonaan netissä tapahtuva työskentely kireine aikatauluineen ja improvisaatiotarpeineen tuki huonosti pajojen aikana

tehtävää kehittämistä. Siksi hedelmällisintä on lähestyä tähän mennessä saatuja kokemuksia tarkastelemalla niitä tiedollisen kehyksen kautta ja luomalla synteesiä koetun ja tiedetyn välille konseptoinnin tueksi.

Konseptointi ja taitovalmentajamallin jatkoehdyntäminen mm. järjestöjen tarpeisiin vaatii monipuolista ja yleishyödyllistä näkemystä. Tämä tarkoittaa kummankin aineiston, sekä edellä kuvatun havainnointi -, haastattelu – ja arkistoaineiston (sähköpostit, pöytäkirjat) että seuraavassa luvussa esiteltävän tiedollisen viitekehyksen tiheää, merkitysyhteydet ymmärtävää analyttistä lukutapaa. Tuloksena on kokemuspohjainen, mutta tiedollisesti perusteltu konseptointi.

## 2. Tiedollinen viitekehys

### 2.1. Toimijuus, dialogisuus, tunnustaminen: sosiaalipedagogiikan lähestymistapoja

Kun ajatellaan tavoitteita ja eetosta, joka Omakehu-hankkeen ja siihen liittyvän pajo toiminnan takana on, tuntuu luontevalta tarkastella niitä sosiaalipedagogiikan näkökulmasta. Sosiaalipedagogiikka on yhteisöpedagogiikan läheinen sukulainen jopa siinä määrin että joskus puhutaan saman tieteenalan kahdesta eri puolesta.

Sosiaalipedagogiikka tähtää toiminnallisella tasolla yhteisöjen ja yksilöiden sosiaaliseen kasvuun, hyvinvoinnin tukemiseen ja syrjäytymisen ehkäisemiseen. Siinä sosiaalipedagogialla on käytössään monia erilaisia toimintamalleja, joilla pyritään näiden tavoitteiden saavuttamiseen dialogisen työtteen, elämyksellisyyden ja osallisuuden kasvattamisen kautta. (Nivala-Ryynänen 2019: 14, 16–17.)

Yhteisön lisäksi sosiaalipedagoginen ajattelu haluaa painottaa yksilön merkitystä niin, että yksilön omat pyrkimykset ja oma erityislaatu on toiminnan keskipisteessä. Espanjalainen sosiaalipedagogian teoreetikko Jaime Trilla on määritellyt sosiaalipedagogista lähestymistapaa mm. toteamalla, että sosiaalipedagogiassa huomioidaan yksilö sellaisella tavalla, että se mahdollistaa hänen oman potentiaalinsa löytymisen ja kehittymisen sekä hänen yksilöllisen toimijuutensa ja osallisuutensa vahvistamisen (Nivala-Ryynänen 2019, 27–28, 87).

Sosiaalipedagogiikan tärkeimpiä ajatuksia yksilön ja yhteisöjen kasvun tukemisessa ovat: toimijuus, dialogi ja tunnustaminen. Kaikki tärkeitä ihmisen kohtaamisen käsittelemisessä.

**Toimijuus** on sosiaalipedagogisen ajattelun mukaan ihmisen perustavanlaatuinen ominaisuus. Toimijuus tarkoittaa itselle mielekästä osallisuutta yhteisöissä ja yhteiskunnassa ja tuntemusta siitä, että tekemisellä on jonkinlainen merkitys yhteisössä, että tekeminen nähdään ja kohdataan. (Nivala & Rynänen 2019, 95, kts. myös esim. Punna, Malinen, Sevón & Sihvonen 2017, 157–158.)

Yksilöllisen toimijuuden tulee olla aina autonomista. On nimittäin olemassa vaara, että yhteisölliseen toimintaan innostamisesta tulee aktiivisuuden odotus, ja tämä saattaa edelleen muoutoutua aktiivisuuteen velvoittamiseksi ja yksilön ylhäältäpäin hallitsemiseksi. Se saattaa johtaa myös raskaaseen ylivirittyneeseen toimeliaisuuteen, jossa yrittäminen, pärjääminen ja jatkuvan aktiivisuuden yrittäminen muodostuvat uuvuttaviksi. Yksilöllisen toimijan autonomian vaalimisen tuleekin sosiaalipedagogisen ajattelun mukaisesti olla toimintamallien kehittämisen ytimessä: Jokaisella on oikeus kehittää itseään, mutta kenenkään ei ole pakko tehdä niin. (Nivala & Rynänen 101–104, Lähteenmaa 2011:56–57.)

**Dialogisuus** on kaikenlaisen kohtaamisen lähtökohta. Dialogisuuden tarkoitus on saada tietoa sekä lisätä ymmärrystä ja yhteisöllisyyttä. Sosiaalisessa työssä dialogin tarkoitus on antaa asiakkaalle mahdollisuus omilla näkemyksillään ja kokemuksillaan luoda pohjaa omalle toimijuudelle ja selviytymiselle. Vuorovaikutuksessa dialogisuudella on yhteistyösuhdetta korostava merkitys, mikä puolestaan luo mahdollisuuksia mm. edellä mainitulle autonomisuudelle ylhäältä ohjautumisen sijasta. (Hentinen & Mattila 2009, 43–44, Nivala & Rynänen 2019, 190.)

Reflektioiva kuunteleminen on tärkeää: Ihmisen kuuntelemisen on oltava aidosti osallistuvaa ja osallistavaa. Henkilölle osoitetaan, että häntä on kuultu ja hänellä on mahdollisuus oikaista mahdollisia väärinkäsityksiä heti. Henkilö myös hyväksytään sellaisena kuin hän on, eikä kuulija sen paremmin paheksu häntä kuin oio hänen käsityksiään. Reflektioivaan kuuntelemiseen liittyy aktiivinen yritys olla lukematta viestiä ”rivien välistä”. Ennalta kategorisointia varotaan tietoisesti. (Puro 2010, 79-81; Nivala & Rynänen 2019, 112)

**Tunnustaminen** on lähellä dialogisuutta, eräällä tavoin dialogisuuden tulos. Tunnustaminen rakentuu olennaisesti vuorovaikutuksen varaan (Rähme 2013, 42).



Tunnustaminen merkitsee kohdatuksi, ymmärretyksi ja arvostetuksi tulemista. ”Väärintunnustaminen” merkitsee puolestaan tässä kohtaamisessa epäonnistumista ja johtaa kokemukseen ulkopuolisuudesta ja epäoikeudenmukaisuudesta. Myönteinen tunnistaminen merkitsee arvon antoa kunkin yksilöllisyydelle ohi pinnallisen palautteen annon. (Nivala & Ryyänen 119, 190–191.)

Kokemus tunnustetuksi tulemisesta on ihmisen hyvinvoinnin peruslähtökohtia, se on merkityksellinen niin itsetunnolle kuin luottamuksen synnyttämiselle. Dialogisuus edelleen vahvistaa ja auttaa löytämään itsetuntoa kohottavia havaintoja. (kts. mm. Keltinkangas-Järvinen 1994: 17.)

Saksalainen sosiaalifilosofi Axel Honneth (s. 1942) on hahmotellut sosiaalisen tunnistamisen ja tunnustetuksi tulemisen tasoja. Honneth jaottelee tunnistamisen (Anerkennung, Recognition) kolmeen erilliseen kenttään, joita ovat **Rakkaus, Oikeus ja Solidaarisuus**. Honnethin ajattelun mukaan nämä kaikki vaikuttavat ihmisen tunnustetuksi tulemisen. Rakkauden kentällä ihminen kokee hyväksytyksi ja ymmärretyksi tulemista omana itsenään, juuri sellaisena kuin on. Tällä kentällä ihminen saa Honnethin mukaan itseluottamusta (self-confidence). (Pirhonen 2015, 27–28; Nivala & Ryyänen.2019:120–121.)

Oikeuden kentällä ihmisen on puolestaan mahdollista kokea itsensä yhteisön täysivaltaiseksi ja arvostetuksi jäseneksi. Tällä kentällä hänen on mahdollista saada itsekunnioitusta (self-respect). Lopulta solidaarisuuden kentällä ihmisen on mahdollista kokea, että hänen lahjansa ja kykynsä tulevat yhteisön hyväksi ja sen käyttöön. Solidaarisuuden kentällä saadun tunnistamisen kautta yksilöllä on mahdollisuus saavuttaa itsearvostus (self-esteem). Ihminen tarvitsee Honnethin mukaan siis rakkautta, kunnioitusta ja arvostusta saavuttaakseen positiivisen identiteetin ja pystyäkseen toimimaan sosiaalisissa yhteisöissä. (Pirhonen 2015, 27–28; Laitinen 2010; Laitinen 2007, 11; Nivala & Ryyänen 2019: 121.)

Toimijuuden tukemisen, dialogisuuden ja tunnistamisen lisäksi kohtaamisessa on kyse jostakin, jota brasilialainen kasvatustieteilijä Paolo Freire (1921–1997) kutsuu ”rakkaudeksi”. Rakkaus ei tässä tapauksessa tarkoita romanttista tai eroottista kokemusta, vaan se merkitsee omistautumista ja rohkeutta heittäytyä dialogiin toisen ihmisen kanssa, hänen merkitykselliseksi kokemistaan ja arvostamistaan hänen omista, ainut kertaista lähtökohdistaan lähtien. Lisäksi tarvitaan luottamusta, joustavuutta, tilannekohtaisuutta ja herkkyyttä (Nivala & Ryyänen 113–116).

## 2.2. Traumainformoitu kohtaaminen

Traumalla on monta määritelmää, mutta usein ajatellaan, että traumaan liittyy itseen tai lähimmäiseen kohdistuva pelko kuolemasta tai vakavasta vammautumisesta. Kaikkein tavallisimpia trauman aiheuttajia ovat kokemukset, joissa yksilö on joutunut kokemaan tai läheltä todistamaan onnettomuutta, kuolemaa, kuoleman tai vakavan vammautumisen uhkaa, pahoinpitelyä, seksuaalista väkivaltaa, hylätyksi tai hoitamattomaksi tulemistä tai vakavaa menetystä. Traumaattisia kokemuksia yhdistää usein tunne oman kontrollin menettämisestä ja avuttomaksi joutumisesta. Trauma aiheuttaa aivoissa pysyviä muutoksia, etenkin, jos trauma on ollut pitkäaikainen ja se on koettu lapsesta lähtien. (Huckshorn & Lebel 2013, 63; Bath 2008.)

Trauman kokenut oireilee monella tavalla. Tyypillisiä pitkäaikaisia oireita ovat mielialan vaihtelut, masennus, käytökseen ja elämänhallintaan liittyvät ongelmat, ahdistuneisuus, pelkotilat sekä syömiseen ja päihteiden käyttöön liittyvä poikkeuskäyttäytyminen. Amerikkalaisissa tutkimuksissa on todettu, että traumaattisen kokemuksen ja päihteiden käytön välillä vallitsee erityisen vahva korrelaatio. Päihteiden käytöllä ihminen pyrkii säätelemään omia kehollisia- ja tunnereaktioita, joita trauman olemassaolo aiheuttaa. (Huckhorn & Lebel 2013: 63,65. Hedman 2020.)

Kaikkein useimmin traumaan liitetty seuraus on **post-traumaattinen stressioireyhtymä eli PTSD** (post-traumatic stress disorder). PTSD oireilee muun muassa silloin kun yksilö tulee muistutetuksi jostakin hänet traumatisoineesta asiasta (Huckshorn & Lebel 2013: 64).

**Dissosiaatiolla** tarkoitetaan yksinkertaistetusti useamman persoonallisuuden osan yhtäaikaista vaikuttamista samassa henkilössä. Dissosiaatioteorian mukaan persoonallisuuden emotionaaliset puolet ovat kiinnittyneinä traumaan, kun taas näennäisesti ”normaali” persoonaosa pyrkii keskittymään päivittäiseen elämään. Näennäisesti normaali persoonallisuuden osa pyrkii traumaattisen muiston ja siitä muistuttavien asioiden tiedostamattomaan välttelyyn. Välttämiskäyttäytyminen voi kapeuttaa sosiaalista elämää ja aiheuttaa hankaluuksia elämän kokonaisuuden hallinnassa. Dissosiativiseen oireiluun kuuluvat mm:

- Ylivireysoireet:
  - Fyysinen jännittyneisyys, levottomuus, kärsimättömyys
  - Sääkkyminen, liiallinen varuillaan olo
  - Ärtynisyys, vihanpurkaukset
  - Muut vahvat tunteenpurkaukset

- Keskittymis- ja tarkkaavaisuusongelmat
- Uniongelmat
- Alivireysoireet:
  - Emotionaalinen turtuus
  - Fyysinen turtuus
  - Mielen tyhjiys, kykenemättömyys puhumiseen
  - Vieraantuneisuuskokemukset
  - Äärimmäinen uneliaisuus, tajuttomuuskohtaukset

(Blomqvist-Lyytikäinen 2020: 355, 362; Peltoniemi & Norlund 2017.)

Trauma ei näin ollen ole pelkästään paha tapahtuma, jonka yksilö on joskus menneisyydessä kokenut, vaan koko ajan traumatisoituneen mielessä, jopa kehossa olemassa oleva tila, joka on otettava huomioon hänen kohtaamisessaan (Hedman 2020).

**Traumainformoidulla järjestelmällä** (Trauma Informed Care, TIC) pyritään luomaan kohtaamisen tapoja ja toimintakulttuuria, joka huomioi trauman olemassaolon.

Traumainformoidun lähestymistavan mukaan useimmat ihmiset ovat kokeneet elämässään jotain sellaista, mikä on jättänyt heidän mieleensä traumaattisen jäljen, vaikka tunnusmerkit vakavan traumaattisen kokemuksen suhteen eivät täytyisikään. Traumainformoidun kohtaamisen kouluttajat usein korostavat, että trauman ymmärtäminen ja huomioonottaminen kaikilla kohtaamisen kentillä on perusteltua, ja erityisen tärkeää silloin, kun toiminnassa mukana on ihmisiä, joiden traumaattinen kokemus on ollut vakava. (Hedman 2020.)

Elisa Auvinen ja Kati Sarvela korostavat, ettei traumainformoidun kulttuurin omaksumisessa ole kysymys mistään uuden, sosiaalisen temppukokoelman omaksumisesta omaan repertuaariin, eikä tarkoitus ole tehdä kaikista ihmisten kanssa työskentelevistä terapeuteista. Vakavien traumojen läpikäyminen ja työstäminen kuuluu psykiatriseen hoitoon ja psykoterapeuteille. Kysymys on pikemminkin tiedostamisesta ja ymmärtämisestä sekä tiettyjen toimintamallien toteuttamisesta niin, että trauma huomioidaan. Yksinkertaisemmillaan se merkitsee, että ihmistä

ei arvioida heidän ”omitusuuksiensa” perusteella. Ei kysytä ”mikä tässä ihmisessä on vikana” vaan ”mitä tälle ihmiselle on tapahtunut?”. (Auvinen & Sarvela 2020, 14–15; Hedman 2020.)

Traumainformoidulle lähestymistavalle on hahmoteltu erilaisia malleja, jotka kaikki tuovat esiin samoja asioita: Tiedostamista, tunnistamista ja oikeaa toimintaa. Traumainformoidun lähestymistavan uranuurtajat, Yhdysvaltalaiset psykiatrian ja psykoterapian tohtorit Kevin Huckshorn ja Janice L. Lebel toteavat, että TIC on luonteeltaan sekä ennaltaehkäisevää, että hoitavaa ja määrittävät traumainformoidun lähestymistavan tärkeimmät toimintamallit seuraavasti:

1. Tietoisuus traumasta ja mitä se yksilölle merkitsee.
2. Turvallisuuden painottaminen kaikessa toiminnassa
3. Mahdollisuuksien tarjoaminen kontrollin kasvattamiseen
4. Vahvuuksista rakentava lähestymistapa

(Huckshorn & Lebel 2013: 65.)

Kuten Auvinen ja Sarvela, myös Huckshorn ja Lebel korostavat, että TIC ei pyri sinänsä hoitamaan trauman kohdanneita järjestelmällisen terapeuttisesti, vaan pyrkii trauman kulttuurilliseen ja systemaattiseen ymmärtämiseen organisaatioiden ja yhteisöjen tasolla. (Huckshorn & Lebel 2013: 65–67.)

Tämän ymmärryksen tuominen toimijoille on organisaatiotasolla ennen kaikkea sen johdon tehtävä. Se tarkoittaa, että yhteisöllä on olemassa traumatoimintamalli, johon johto on sitoutunut ja josta kaikki jäsenet tehdään tietoisiksi. Edelleen traumainformoitu lähestymistapa koulutetaan yhteisön jäsenille tarpeen mukaan, niin että kaikilla on erilaisiin kohtaamistilanteisiin sopiva tunnistus- ja toimintamalli. Huomioitavaa on myös, että toimintaan sitoutuneet tulee valita huolellisesti ja toimintaa tulee seurata ja kartoittaa tarpeen mukaan. (Huckshorn & Lebel 2013: 66–70.)

Tiedostamisen jälkeen tärkeimpänä palasena traumainformoidussa lähestymistavassa pidetään yleensä turvallisuutta.

Psykologian tutkimuksen klassikot, Abraham Maslow, Erik Eriksson ja John Bowlby ovat kaikki määritelleet turvallisuuden tunteen ihmisen ensisijaisimmaksi tarpeeksi. Turvallisuuden

tunteen muodostumiselle olennaisia asioita ovat muun muassa pysyvyys, luotettavuus, ennalta odotettavuus, rehellisyys, läpinäkyvyys sekä tavoitettavuus (Bath 2008).

Traumatisoituneen kokemus on nimenomaan turvan menettämisen kokemista, siksi traumainformoidun lähestymistavan ensimmäinen käytännön toimenpide on luoda kaikelle toiminnalle turvallinen tila. Turvallisen tilan luominen voi alkaa tilan fyysisestä ja ulkoisesta järjestämisestä siten, että se tuntuu ja on toiminnallisesti turvallinen, toisin sanoen selkeä ja ymmärrettävä.

Huckshorn ja Lebel toteavat muun muassa, että turvallisen tuntuinen paikka on puhdas ja siisti. Turvallinen paikka on järjestykseltään selkeä niin että paikalle tulija tuntee osaavansa toimia tilassa: Jo sisään tuleessaan hän tuntee olonsa tervetulleeksi ja hän tietää, mihin hänen täytyy mennä. Turvallisessa tilassa osallistujat tietävät miten toimintaan osallistutaan ja millaisia aikataulut ovat. Aikatauluista pidetään aina kiinni. (Huckshorn & Lebel 2013: 67–69.)

Myös henkilökunnan arkinen toiminta tilassa luo turvallisuuden tunnetta. Henkilökunta on Huckshornin ja Lebelin määritelmien mukaan muun muassa avointa keskustelulle, kuuntelevia ja ymmärrettävää kieltä puhuvia. Henkilökunta varoo omien tuntemustensa liian voimakasta ilmaisua, eikä näytä stressiään. He ovat avoimia muutokselle, luovalle ajattelulle sekä kriitikkille. Tarpeen vaatiessa he pyytävät vilpittömästi anteeksi. Kaikkien toimijoiden turvallisuuden tunnetta lisää se, että trauman läsnäolo tunnustetaan, mahdollista kriisiä, kuten tunnepitoista ylireagoimista varten on olemassa suunnitelma, ja myös fyysinen alue, jossa kriisi voidaan rauhoittaa. (Ibid.)

Traumaa tutkinut ja traumainformoitua toimintamallia kehittänyt yhdysvaltalainen psykiatri Sandra L. Bloom on luonut turvallisuutta kuvaavan Sanctuary - mallin. Sanctuary, eli Turvapaikka - mallissa turvallinen tila rakentuu:

1. Sosiaalisesta turvasta
2. Fyysisestä turvasta
3. Moraalisesta turvasta
4. Psykologisesta turvasta

Edellä mainituista fyysinen turva on helpoin ymmärtää, ja siksi se on myös yleensä parhaiten järjestetty. Muut Bloomin turvallisuuden osat eivät ole yleisesti yhtä hyvin ymmärrettyjä tai aina huomioituja. (Sarvela 2020: 43.)

Sosiaalinen turva merkitsee Bloomilla muun muassa sitä, että yhteisö sietää erilaisuutta niissä rajoin kuin se ei uhkaa muita. Sosiaalisesti turvallisessa yhteisössä on terveet valtasuhteet ja kaikilla on mahdollisuus itselle mielekkääseen kommunikointiin. Sosiaalisesti turvallisessa ympäristössä on myös toimiva tukijärjestelmä. (Sarvela 2020: 43–48.)

Moraalisella turvalla Bloom tarkoittaa käytäntöjen läpinäkyvyyttä ja ehdotonta väkivallattomuutta mukaan lukien valta-aseman väärinkäyttö. Moraalinen turva merkitsee tunnetta siitä, että ei tule kohdelluksi epäoikeudenmukaisesti. Moraaliseen turvaan voi lukea myös sukupuoli- ja kulttuurisensitiivisen toiminnan. (Sarvela 2020: 43, 53; Auvinen & Sarvela 2020: 20)

Psykologinen turva tarkoittaa mahdollisuutta suojella itseä ja mahdollisuutta vahvaan identiteettiin ilman alistamista. (Ibid.)

Turvan lisäksi olennainen osa traumainformoidun lähestymistavan toimintamallien rakentamista on mahdollistaa toimijoiden kontrollintunnetta toimintaympäristöstä ja toiminnan tuloksista. Kontrollin merkityksen korostuminen johtuu samasta syystä kuin turvallisuuden suuri merkitys: Traumakokemukseen on liittynyt vahva tunne kontrollin menetyksestä. (Bath, 2008.)

Yksi tapa kontrollin säilyttämiseksi on selkeä jatkuvan suostumuksen periaate: Siinä yhteisön sisällä vallitsee ymmärrys, että vaikka periaatteessa on suostuttu tiettyyn toimintamuotoon, toimintaan osallistuva voi omalta kohdaltaan vetää suostumuksensa takaisin ja että jokaiseen toiminnan alueeseen pyydetään erillinen suostumus. (Lindqvist 1992: 170.)

Ryhmätyöskentely on traumainformoidun toiminnan periaatteiden mukaista, mikäli ryhmässä pystytään luomaan turvallinen ja luottamuksellinen ilmapiiri. Traumakokemusten kanssa elävien toisten ihmisten läsnäolo, heidän jakamansa kokemukset ja kannustus vievät pois häpeää omien kokemusten suhteen ja vahvistavat turvallisuuden tunnetta. Ryhmä määrittää itsensä sisältäpäin, mikä lisää kontrollin tunnetta. (Huckshorn & Lebel 2013,70.)

Traumainformoituun lähestymistapaan kuuluu, että esimerkiksi jossain sosiaalisessa projektissa työskentelevät ovat tietoisia myös omista traumaistaan ja osaavat ymmärtää omaa käytöstään niiden kautta (Blomqvist-Lyytikäinen 2020; 347).

Traumainformoidun lähestymistavan tavoitteena on myös todellinen voimauttaminen. Trauman kohdalla puhutaan muun muassa resilienssin kasvattamisesta.

**Resilienssi** merkitsee kykyä selvitä vastoinkäymisistä. Resilienssi voi kehittyä ja vahvistua eri elämänvaiheissa ja sitä voi myös toiminnalla ja osallistumisella vahvistaa. Traumainformoidun toimintatavan on huomattu vahvistavan resilienssiä. (Hedman 2020.)

### 2.3. ITE-taide

Maaseudun sivistysliitto aloitti vuonna 1997 projektin, jonka tarkoituksena oli kartoittaa kansanomaista luovuutta Suomessa. Omaeräisiä kansantaiteilijoita etsittiin lehti-ilmoituksin. Omaäänisen luovuuden määrä, moninaisuus ja laatu yllätti kaikki projektiin osallistuneet.

Osasta töitä koottiin taidenäyttely, jolle kansantaitelija Veli Granö esitti osuvaksi nimeksi ”Itse Tehty Elämä”, jonka lyhenne ITE tuli merkitsemään kansanomaista, perinteisen taidekoulutuksen ja -instituutioiden ulkopuolella syntyneitä taidetta. Ranskankielisellä alueella samasta ilmiöstä puhutaan nimellä ”Art brut” ja englanninkielisellä ”Outsider art”. (Haveri 2008: 77–78; Rhodes 2004, 14–15.)

Eri kielialueiden käsitteet luovat hiukan erilaisia mielikuvia. Kansantaide ei suinkaan aina ole kömpelöä, ”alkuperäistä” tai ”raakaa”. Ulkopuolisuus puolestaan sisältää implisiittisen ajatuksen jostain ytimestä, jonka marginaaliin kansantaiteilija kuuluu. Suomalainen ITE-taiteen käsite on eräällä tavalla paremmin kohteensa moniäänisyyttä ymmärtävä kuin kauemmin käytössä olleet kansainväliset nimitykset.

ITE-taiteen erottaa usein tavanomaisesta harrastelijataiteesta eräänlainen tarkoituksellinen originellius. Harrastajataiteilija pyrkii usein ohjattavaksi esimerkiksi harrastelijaryhmiin, ja opiskelee ammattitaitelijoiden tekniikoita ja tyyliä. ITE-taiteilijalla tällaisia pyrkimyksiä ei yleensä ole. Samalla ITE-taide kuitenkin on tietoinen yhteisönsä arvoista ja pyrkii varioimaan ja kommentoimaan niitä. (Haveri 2008, 83.)

Kirjallisuustieteen professori Yrjö Sepänmaa (s. 1945) on luonnehtinut ITE-taidetta mm. ”[...] Sillä on keskiössä yksilöä korostava näkökulma, joka nostaa esiin nimenomaan säännöstä poikkeamisen. Värikkäiden originellien ympärillä on kuitenkin harmaampi jokamiehen esteettisen toiminnan kenttä, kuriositeettien kasvualusta, mutta myös itsessään esteettisen kulttuurin alue.” (Haveri 2008: 78.)

Sepänmaan käsityksen mukaan ITE-taide ei ole ainoastaan taidetta, estetiikkaa, vaan heijastaa kokonaista ihmiskäsitystä, oman elämän hallitsemista jonkin taiteellisen toiminnan kautta.

Oman elämän ”tekemistä”, mihin termikin viittaa. Helena Sederholm liittää ITE-taiteeseen myös beuysilaisen taidekäsityksen. Saksalaisen taiteen parantavaa voimaan korostaneen taiteilija Joseph Beuysin (1921–1986) ajattelussa toistui käsitys, jonka mukaan jokainen ihminen on taiteilija: ITE-taiteessa näkyvät taiteen eriytymätön alkumuoto, ihmisen elämänvoima, tietoisuus ajan olemuksesta, liikkeestä ja tilasta, joista Beuys näki taiteen koostuvan. (Sederholm 2008, 38.)

ITE-taiteilija on oman taiteensa keinoin vuoropuhelussa ympäristönsä kanssa. Tämä vuoropuhelu on merkittävä silloinkin, kun taiteilija ei varsinaisesti pyri taiteensa esille saamiseen. ITE-taide vaikuttaa hyvinvointiin. Se rikastaa taiteilijan elämänpiiriä ja antaa hänellä merkityksellisyden voimauttavia kokemuksia. Se tarjoaa hänelle mahdollisuuden käsitellä ja selittää tunteitaan sekä roolin yhteisössään. ITE-taide ajatellaan usein kuvataiteeksi, mutta termi ei rajoita taiteenlajeja. Kirjoittavat kansataiteilijat ja esimerkiksi päiväkirjakirjailijat ovat olleet 2000-luvun alusta lähtien kasvavan kiinnostuksen kohteina niin taiteentutkimuksen, psykologian kuin perinteen ja historiantutkimuksenkin piirissä. (kts. esim. Hatakka 2008, 333.)

Kansanomaiselle omaelämäkertakerronnalle on tyypillistä fragmentaarisuus ja näkökulman vaihtaminen. Katkoksellinen esitystapa antaa ainakin periaatteessa kirjoittajalle mahdollisuuden tuottaa omasta elämästä näillä eri tavoilla minää hahmottavilla kirjoituskerroilla esiin eri versioita, ja sillä tavalla palvelee ehkä paremmin kirjoittamisen subjektiivista, omaa ymmärrystä lisäävää tarkoitusta. (Sääskilähti 2011, 192; 198.)

## 2.4. Taideterapioiden toimintamalleista

ITE-taiteen yhteys **taideterapiaan** on historiallinen. Ranskalainen ”Arte brut” tarkoitti alun perin mielisairaiden tekemää taidetta. Taideterapiset hoitokeinot otettiin alun perin käyttöön mielisairaaloissa, joissa huomattiin pitkäaikaisten potilaiden vahva halu ilmaista itseään taiteellisesti. Psykiatrian teoreetikot eivät siis 1900-luvun alkuvuosikymmenillä tulleet mielisairaaloihin kannustamaan apaattisia potilaita tekemään taidetta vaan toteamaan, että sairaaloissa tehtiin jo kaikenlaista omaehtoista taidetta. (Rhodes 2004, 50; Lönnqvist 2005, 152.)

Mielisairaaloiden potilaiden tekemä taide kiinnosti ensimmäisenä psykiatreja, jotka olivat saaneet ajatteluunsa vaikutteita ekspressionismista. Ekspressionismi arvosti taidesuuntana spontaaniutta, taiteellisen viestin välittömyyttä ja henkilökohtaisen mielikuvan merkitystä. Psykkisesti sairaiden teokset tuntuivat kumpuavan tästä luovuuden ehdottomasta ytimeistä. Tämä



liki romanttinen, kärsivän ja aidon taiteilijan myyttiä myötäilevä ajattelu näki mielisairaaloiden potilaiden teoksissa arvaamatonta esteettistä ja taiteellista arvoa. Kuitenkin jo varhain huomattiin, että taide oli myös hyvä keino rauhoittaa levotonta potilasta. Mieli kiinnittyi muuhun kuin ahdistaviin asioihin ja pitkäaikainen vaikutus saattoi olla, että taiteesta tuli potilaan tärkeä selviytymiskeino. (Rhodes 2004, 8; Lönnqvist 2005, 149.)

ITE-taiteen ymmärtäminen omaksi taiteenlajikseen ja taiteen käyttäminen terapiassa alkavat siis samoissa merkeissä ja keskittyvät ensin kuvataiteeseen. Toiset taiteenlajit kuten tanssiterapia, musiikkiterapia, draamaterapia, kirjallisuus- ja runoterapia sekä kirjoitusterapia alkoivat voimakkaan kehittymisensä hiukan myöhemmin, etenkin 1960 ja -70 luvuilla.

**Draamaterapia** on kiinnostava tämän opinnäytetyön kohteen kannalta etenkin ryhmällisyytensä vuoksi.

Annukka Häkämies avaa väitöskirjassaan ”Metodilla on merkitys – Muodolla on mieli” (2007) draamaterapia-käsitettä siten, että draamaterapiassa tarkastellaan nykyhetkeä sekä tulevaisuuden vaihtoehtoisia käyttäytymis- ja suhtautumistapoja. Psykodraamassa henkilö käsittelee omaa elämäänsä ja elämänhistoriaansa nykypäivästä käsin, ymmärrystä etsien. (Häkämies 2007 50–52.)

Psykoterapeutti ja teologi Martti Lindqvist (1945–2004) oli sosio - ja psykodraaman terapia-käytön uranuurtajia Suomessa. Hän toteaa kirjassaan ”Unelma rohkeasta elämästä. Ryhmämatkoja luovuuteen” (1992) mm. että draamaterapiassa ryhmän ja sen ohjaajien on mahdollisuus osoittaa jäsenille käytännöllisellä ja persoonallisella tavalla, mitä rakkaus, sallivuus ja todellisuus voivat saada ihmisessä aikaan (Lindqvist 1992, 11, 162).

Lindqvist toteaa ryhmän ja luovan työn suhteesta, että luovuus sinänsä ei tarvitse ryhmää, mutta voi joskus hyötyä siitä, sillä ryhmällä on mahdollisuus raivata pois luovuuden esteitä, kuten pelkoa ja turvattomuutta. Ryhmässä toimisen tuloksensa voi myös syntyä eräänlainen ryhmähatarikis, jossa ryhmä kokee työskentelyn myötä voimaantumista ja puhdistumista. (Lindqvist 1992, 23. kts, myös Sarvela 2020, 77.)

Draamaterapia ja psykodraama toimivat myös hyvänä esimerkkinä siitä, kuinka paljon eettiset kysymykset koskettavat taideterapeutista työskentelyä, ja miten näitä kysymyksiä on pyritty ratkaisemaan.

Suomen Psykodraamayhdistyksen ja Morenolaisen psykodraamakouluttajayhdistyksen yhteisen ammattieettisen toimikunnan mietinnöt ja sen julkaisemat eettiset ohjeet luovat suuntaviivoja kaikelle taideterapeuttiselle mutta myös traumainformoidulle työotteelle. (Suomen psykodraamayhdistys 2021, Morenolainen psykodraamayhdistys 2021.)

Draamaterapeuttisen työskentelyn etiikan ytimessä on ihmisarvon ja ihmisen vapauden suojeleminen. Kaikki työskentely perustuu yhteisesti jaetun informaation pohjalta tehtyihin yhteisiin sopimuksiin, jotka lyödään lukkoon työskentelyn alussa. (Lindqvist 1992: 160.)

Draama- ja psykodraamaterapiassa sovellettavien eettisten sääntöjen yleiset periaatteet ovat:

- Ihmisarvo
  - Ihminen on vastuullinen ja vapaa olento, jolla on oikeus turvaan ja koskemattomuuteen-
  - Ihmisellä on oikeus olla selvillä itseään koskevista asioista sekä itsemääräämisoikeus niiden suhteen.
- Riippumattomuus
  - Ohjaajan tehtävä on pitää huoli ammatillisen etiikan noudattamisesta ja pitää asiakkaan kanssa tehdyt sopimukset.
  - Ohjaajan tulee olla tietoinen valta-asetelmasta itsensä ja asiakkaiden välillä.
- Yhteisöllisyys
  - Ihmisen yhteisöllisyys tulee tunnustaa ja sitä tulee arvostaa.
  - Ryhmän sisällä toteutetaan ehdotonta solidaarisuutta ja tasa-arvoa: Suosiminen ja syrjintä on epäeettistä.
  - Yhteisön sisällä vallitsee ehdoton keskinäinen luottamus.

(Lindqvist 1992, 160, 170.)

Martti Lindqvist huomauttaa, että luottamuksellisuuden luomiseen ja sen ylläpitämiseen on kiinnitettävä erityistä huomiota. Ryhmän toiminnallisuuden kannalta on välttämätöntä, että ryh-

män jäsenet pystyvät tuomaan erityislaatuisia ja vaikeitakin asioita esille ilman pelkoa tuomitsemisesta tai siitä, että tulee jollain lailla paljastetuksi tai nöyryytetyksi. Tämä on eräs niistä sopimusasioista, joita ryhmässä työskentelyn alussa on tehtävä. (Ibid.)

**Kirjallisuutta** erilaisten potilaiden hoitomuotona oli tietyissä piireissä suositeltu jo 1700-luvulta lähtien (Ihanus 2003, 15).

Kirjoitustoiminta, oli se sitten yksityistä kirjoittamista tai sairaaloissa julkaistuihin sairaalan omiin lehtiin kirjoittamista, antoi monille potilaille mielekästä tekemistä. Mielisairaalaksojen aikana kirjoitetuista muistiinpanoista syntyi myös ns. vakavasti otettavaa, suurelle yleisölle julkaistavaa kirjallisuutta. (Ihanus 2009, 15–17.)

**Kirjallisuusterapiatoiminta** alkoi Suomessa toden teolla 1970-luvun loppupuoliskolla pienen piirin aktiivisuuden tuloksena. Vuonna 1977 perustettiin Suomen taideterapiayhdistys ja vielä samana vuonna pystyttiin järjestämään ensimmäinen jonkinlainen taideterapiatyöhön valmistava koulutus. (Ihanus 1989, 15–16.)

Kirjallisuusterapian pohjimmainen tarkoitus on tarjota potilaalle välineitä henkilökohtaiseen elämän tarkasteluun, syiden etsimiseen ja merkitysten löytämiseen sanataidetta hyväksi käyttäen. Monet mielenterveydellisistä ongelmista tai muista vastoinkäymisistä kärsivät kirjoittavat muutenkin, ilman erityistä ohjausta tai kehotusta, jäsenelläkseen omaa kokemustaan ja käsitelläkseen emootioitaan. Samalla on hyvä muistaa, että mielenterveyden ongelmat voivat johtaa siihen, että ennen kirjoittanut ihminen ei enää pysty kirjoittamaan yhtään mitään, tai kirjoittamisesta tulee itsessään ahdistavaa. (Lindquist 2009; 73–75. kts. myös Reinilä 2009, 192–194.)

Kirjoittaminen trauman ja ahdistuksen käsittelyn välineenä voidaan jakaa kahteen toimintatapaan: Toisaalta kirjoittaja saattaa kirjoittaa purkaakseen tunteensa lyhyenä pyrähdyksenä paperille. Toisaalta samasta aiheesta voi kirjoittaa myös pidemmän prosessin kautta, syysuhteita ja merkityksiä pohtien, jolloin terapeuttinen vaikutus on usein pidempiaikainen kuin pelkässä purkautumisessa. (Lindquist 2009, 75.)

Vaikka edellä mainittiinkin, että kirjoittamisella voi terapiapotilaan kannalta olla suojaava merkitys etäyttämisen kautta, kirjoitusterapiassa pyritään ymmärtämään etäyttämisenkin takana olevaa ongelmaa ja rakentaa siltoja sen mielekkääseen käsittelyyn. Kirjoitusterapian tavoitteet ovat muualla kuin kirjallisuuden synnyttämisessä. (kts.mm. Ihanus 2009, 25.)

Juhani Ihanus kuvaa kirjallisuusterapian prosessin seuraavasti:

Lukeminen/kirjoittaminen → Palaute toisilta → Samastuminen, tutkiminen ja tunteensiirto → Luovan fantasian ja kielen leikki → Henkilökohtaisen reflektion ja viestimisen lisääminen → Tilan avaaminen dialogiselle merkitysneuvottelulle, oivallukselle ja ymmärrykselle → Oivalluksen ja ymmärryksen sisäistäminen ja suhteuttaminen menneisyyteen, itseen ja ympäristöön → Uudelleen luominen / uudelleen kirjoittaminen → Identiteetin ja elämäkertomuksen transformaatio kohti tulevaisuutta. (Ihanus 2009, 25.)

Ihanuksen prosessin kuvauksesta on helppo havaita, kuinka kirjoittaminen on kirjallisuusterapiassa pitkän terapeutin prosessin ensimmäinen askel. Terapeutti saattaa käyttää kirjoittamisen alkuun auttamiseen tiettyjä ilmaisemiseen ja reflektioon rohkaisevia kysymyksiä kuten: Mitä olet ajatellut liian paljon? Mistä olet kantanut liikaa huolta? Mitkä muistot vaikuttavat sinuun? Mitä olet vältellyt päiviä, viikkoja, vuosia? Miksi kaipuusi ei toteudu? (Ihanus 2009, 35.)

Kirjoittajaa voidaan ohjeistaa kirjoittaessa tutkimaan tunteitaan, ajatuksiaan ja tarkkailemaan näiden pohdintojen suhdetta itseensä: ”Kuka olet ollut menneisyydessä, kuka olet nyt ja kuka haluaisit olla tulevaisuudessa?” (Ihanus 2009; 36.)

Kirjallisuusterapeuttisella toiminnalla on näin ollen selvä **menneisyydestä tulevaisuuteen järjestelmällisesti ja terapeutin toiminnan kaavaa seuraten siltoja rakentava tavoite**. Kirjoittamisen **esteettinen tulos on sivutuote**, eikä merkityksellinen tulos, siksi kirjallisuusterapiaa ohjaakin siihen koulutettu ohjaaja tai kirjallisuusterapiaan perehtynyt psykoterapeutti.

## 2.5. Voimauttava valokuva

Mitä edellä on esitetty erilaisista kohtaamisen tavoista ja toisaalta spesifisti taideterapeuttisesta työskentelystä on johdattanut sen kysymyksen äärelle, kuinka erilaisten ihmisten, oman elämänsä ITE-taiteilijoiden toimintaa voidaan ohjata puhtaasti terapeutin viitekehyksen ulkopuolella, erityisesti silloin, kun toiminnan kohteena on henkilöitä, joilla saattaa taustallaan olla vakaviakin traumaattisia kokemuksia? Kuinka varmistetaan se, ettei toiminnalla tehdä enemmän haittaa kuin hyvää?

Tätä opinnäytetyötä tehdessäni olen hahmotellut lähestymistapaa, jota kutsun **traumatietoiseksi taidetyöskentelyksi**; Kirjoittamisen kohdalla vielä tarkemmin **traumatietoiseksi tarinatyöksi**. Palaan tarkemmin tähän malliin tuonnempana, kun käsittelen Omakehupajojen käytännön toimintamalleja.

Tarkastellen kuitenkin ennen sitä projektia, joka ei keskity kirjoittamiseen tai kirjallisuuteen, mutta joka tarjoaa hyvän lähtökohdan traumatietoisesta taidetyöskentelyyn ymmärtämiseen.

**Voimauttava valokuva** on taide- ja sosiaalikasvattaja Miina Savolaisen (s.1974) kehittämä menetelmä. Voimauttavalla valokuvalla pyritään valokuvausprosessin keinoin tekemään näkyväksi ja eheyttämään. Menetelmä pyrkii selkeyttämään hajanaisia, usein tunnepitoisia asioita, tutkiskelemaan elämänhistoriaa, perhesuhteita ja minäkuvaa sekä parantamaan vuorovaikutusta yhteisöissä. Sen taustalla on voimauttamiseen ja valtauttamiseen liittyvä ajattelu, jonka mukaan ketään ei voi voimauttaa ulkopuolelta, vaan voimautuminen sisäsyntyinen prosessi, jota ulkopuolelta voidaan vain tukea. (Nivala & Rynänen, 198–199.)

Voimauttavan valokuvan teki tunnetuksi Savolaisen 2000-luvun taitteessa toteuttama projekti, joka valmistuessaan sai nimen ”Maailman ihanin tyttö”. Savolainen työskenteli tuohon aikaan lastenkodissa osastolla, jossa oli nuoria vaikeista kotioloista lähtöisin olevia tyttöjä. Savolainen sovelsi ajattelussaan tunnustetuksi tulemisen periaatetta, jota edellä sosiaalipedagogisen lähestymistavan yhteydessä käsiteltiin. Kun Savolainen ryhtyi ottamaan valokuvia osastonsa työistä, hänen tarkoituksenaan oli luoda tunnustamiseen tähtäävää dialogia. Hän koki vahvasti, että lastenkodin nuoret ”kaipasivat, että heille sanoo, että heidän elämänsä tallentaminen on tärkeää”. Tärkeintä ei ollut kuva vaan katse. Se, että kuvattava tuli nähdyksi arvokkaana, moniulotteisena ihmisenä. (Salonen 2008, 151; Nivala & Rynänen 2019. 199.)

Valokuvausprosessi kesti kauan. Salonen pyrki tietoisesti turvallisen ja luottamuksellisen ilmapiirin luomiseen. Kuvausprosessiin liittyi vielä refleктоiva osuus, jossa voimaantumisprosessia vietiin eteenpäin niin, että kuvien esiin nostamia ajatuksia käsiteltiin kuvattavan ja hänen lähipiirinsä kanssa. (Salonen 2008, 151–153; 167-168.)

Voimauttavassa valokuvassa toiminnan tulee perustua tasavertaisuuteen, vastavuoroisuuteen, dialogisuuteen ja valta-asetelmien purkamiseen. Jälkimmäisen kohdalla kysymys oli paitsi työntekijän ja lastenkodin asukkaan välisen valtasuhteen purkamisesta, ennen kaikkea kuvaajan ja kuvattavan valtasuhteen purkamisesta. Kuvaajan oma taiteellinen näkemys, oma tulkinta kuvattavasta, eivät merkitse prosessissa. Myöskään käsitykset hyvästä mausta tai tieto konventionaalisesta valokuvaustaiteesta eivät saa ohjata kuvaustapahtumaa. Kontrolli siitä, millainen kuva otetaan on kokonaan kuvattavalla. (Nivala & Rynänen 2019, 198.)

Tämän Salosen ensimmäisen kuvausprojektin tuloksena syntyi Maailman ihanin tyttö -valokuvanäyttely sekä taidekirja (2008), joista kummastakin tuli suuria menestyksiä. Näyttely ja kirja,

muodostuivat yhdeksi tärkeäksi osaksi projektia. Positiivinen palaute näyttelyn nähneiltä ja kirjan lukeneilta vahvisti huomattavasti kuvattujen nuorten naisten osallisuuden ja henkilökohtaisen merkityksen tunnetta. Salonen toteaa kokeneensa, että näyttelyn saama palaute ja näkyvyys auttoi nuoria ajattelemaan, että heillä oli positiivinen, maailmaa muuttava merkitys. (Savolainen 2008, 172–177.)

Miina Savolaisen kehittämä voimauttavan valokuvan menetelmä ei ole terapiaa, vaikka toiminnalla on terapeuttisia vaikutuksia. Voimauttavaa valokuvaa soveltavalla ei tarvitse olla minäänlaista psykoterapian tai terveydenhoidon koulutusta, mutta menetelmää soveltaakseen sitten, kun Savolainen sitä on soveltanut, on oltava koulutettu voimauttavan valokuvan tekemiseen. (kts. Nivala & Ryyänen 2019, 200.)

Salosen työskentely kuvattaviensa kanssa on erinomainen esimerkki traumatietoisesta taide-työskentelystä, vaikka hän ei missään vaiheessa kutsu toimintaansa sillä nimellä. Toimintatavassa sovelletaan sekä traumainformoidun lähestymistavan että erilaisten taideterapioiden työkaluja ja etiikkaa.

Toiminta on myös suurelta osin verrattavissa sekä tavoitteiltaan, lähestymistavoiltaan että etiikaltaan siihen, mihin Omakehupajoissa on syytä pyrkiä.

Savolainen on tuntenut kohteensa ja tunnistanut vaikeat lähtökohdat, traumaattiset kokemukset, joita kuvattavilla on ollut. Hänen toimintansa on ollut ihmis- ja yksilölähtöistä. Lähestymistapa on myös vahvuuksista rakentava ja voimauttamiseen pyrkivä.

## 2.6.Syrjäytyminen ja syrjäyttäminen

Omakehu-hankkeen kohteena ovat hankesuunnitelman mukaisesti ”syrjäytyneet ja syrjäytymisvaarassa olevat miehet”. Taitovalmentajakonseptin ymmärtämisen kannalta on tärkeää luoda lyhyt katsaus siihen mitä tällä valmennuksen kohderyhmällä oikein tarkoitetaan.

Syrjäytyminen on lähtökohtaisesti latautunut käsite. Se tuli suomalaisen keskusteluun 1970–1980-lukujen aikana, kun alettiin ajatella, että vanha diskurssi köyhyydestä, köyhtymisestä ja työttömyydestä ei kuvannut enää sitä, millainen yhteiskunnan vähäväkisimpien tilanne oli. (kts. esim. Sandberg 2015, 66-67.)

Syrjäytyminen on jotakin muuta kuin oleminen työttömänä, köyhänä tai sairaana. Arkikielessä syrjäytyminen tarkoittaa jonkin ulkopuolelle joutumista. Sosiaali- ja yhteiskuntakeskustelussa nimenomaan yhteiskunnan ulkopuolelle joutumista. (Sandberg 2015, 8.)

Keskustelussa siitä, mitä syrjäytyneisyys on, ei ole päästy yksimielisyyteen. Jopa arvioit syrjäytyneiden määrästä vaihtelevat Suomessa muutamista kymmenistä tuhansista sataan tuhanseen. Väitöskirjassaan ”Hallittu syrjäytyminen, Miten syrjäytymisestä muodostui lähes jokaiseen meistä ulottuva riski?” (2015) Otso Sandberg toteaa, että syrjäytymisen käsitteen tarkka kuvaus on näyttänyt vaikeana, jopa mahdottomana tehtävänä, osittain siksi, että yksinkertaistamiseen tämän kysymyksen äärellä on suhtauduttu hyvin kriittisesti. (Sandberg 2015: 8–9, 63–64.)

Sosiaalipolitiikantutkija Tuula Helne luettelee listassaan syrjäytyneisiin potentiaalisesti kuuluvan: työttömät, pitkäaikaistyöttömät, pätkätyöläiset, päihdeongelmaiset, huumeiden käyttäjät, rikolliset, vangit, kodittomat, asuntoloissa asuvat, köyhät, uusköyhät, velkaloukkuun joutuneet, toimeentulotuen saajat, alhaisen koulutuksen saaneet, yksinhuoltajat, naiset, aikamiespojat, eronneet miehet, vanhukset, nuoret, lapset, homoseksuaalit, prostituoidut, lähiöissä asuvat, syrjäseuduilla asuvat, maahanmuuttajat, etniset vähemmistöt, mielenterveysongelmaiset, vammaiset ja kroonikkopotilaat (Helne 2002, 73).

Helen lista kuvaa hyvin, kuinka suuri ihmisjoukko syrjäytyneisiin saattaa kuulua. Tiedossa on myös, että syrjäytymiseen liittyvät asiat kumuloituvat niin, että samalla henkilöllä on usein useita syrjäytymiseen liitettyjä identiteettejä (Sandberg 2015: 118).

Sandberg toteaa, että syrjäytymistä saatetaan ajatella dynaamisena tapahtumana, jossa tietyt riskit ensin kasaantuvat, ja sitten toteutuvat. Syrjäytyminen itsessään on tässä ajattelutavassa yhteiskunnallisen liikkeen ääripää, päätepiste, jonka yllä leijuu jonkinlainen lopullisuuden tunne. Syrjäytymisen tilasta on epätodennäköistä löytää tietä pois, koska sinne joutuminen on merkinnyt jo tukitoimien pettämistä. (kts. mm. Sandberg 2015: 114–117.)

Suomessa syrjäytymiskeskustelussa vahvistui, ehkä suomalaiselle keskustelulle tyypillisesti, eräänlainen epäonnistumisen psykologian eetos, jossa syitä marginaaliin ajautumisesta etsittiin mm. huonosta itsetunnosta ja vääristä toimintatavoista: Etenkin työttömyyttä ajateltiin työttömäksi joutuneen omien valintojen tuloksena. Sosiaalipolitiikan professori Antti Karisto kirjoitti jo 1985, että kyseessä oli jonkinlainen ”kollektiivinen harha” jossa yhteiskunnasta ”pudonneiden” ongelmat nähtiin pääasiassa heidän omina epäonnistumisenaan. Tähän yhteyteen

kuuluu myös keskustelu elämänhallinnan taidoista tai taitamattomuudesta. (Sandberg 2015: 76,112; Nivala & Ryyänen 2019: 172–173.)

Tällainen eetos on ollut omiaan ajamaan syrjäytyneitä yhä kauemmaksi yhteisöistään, ja yhteiskunnasta sekä vaikeuttanut heidän palaamistaan siihen. Sosiaalipolitiikan tutkija Kyösti Raunion mukaan syrjäytyneisyys ei ole mikään yhteiskuntaan kuuluva olemisen tila: Syrjäytymisen ehkäisemisen ei tule kohdistua yksilön ”korjaamiseen” vaan yhteiskunnan korjaamiseen. (Raunio 2006, 13. Nivala & Ryyänen 2019: 177.)

Lopulta syrjäytymisen sijaan voidaan puhua yhteiskunnallisesta syrjäyttämisestä. Syrjäyttämisestä puhuminen syrjäytymisen sijaan kiinnittää huomiota Raunionkin mainitsemaan normatiiviseen näkemykseen siitä, että syrjäytetty on jäänyt vaille niitä toimenpiteitä, joita yhteiskunnan pitäisi suunnata häneen.

## 2.7. Voimaantuminen ja valtautuminen

Omakehu-pajojen tarkoituksena on muun muassa tuottaa osallistujissaan voimaantumisen ja valtautumisen kokemuksia. Tämän ymmärtämiseksi on ymmärrettävä ensin mitä termeillä tarkoitetaan.

Termit eivät ole yksiselitteisiä. Voimaantuminen tai valtaistumisen englanninkielinen yhteinen termi on empowerment. Se pitää sisällään ajatuksen siitä, että on olemassa jokin valta, voima, ”power”, jonka omistajuutta voidaan lisätä ja siirtää. Tämä tarkoittaa, että voimaantumisprosessin ytimessä on ajatus staattisten asetelmien purusta ja uudelleen järjestämisestä. (Page & Czuba 1999.) Liisa Hokkanen toteaa väitöskirjassaan (2014), että voimauttamisen ja valtaistamisen historiaan liittyy radikaali syrjäytymisen vastainen, marxilainen ja feministinen sosiaalijajattelu ja postmoderni osallistava, kansalaislähtöinen, omaehtoisuuteen perustuva sosiaalityö. Hokkanen kirjoittaa, että käsitteistö kaipaisi akateemista eksaktiutta, mutta toisaalta monitulkintaisuus mahdollistaa eri lähtökohdista nousevan vuoropuhelun voimaantumisen ja valtaistumisen ideasta. (Hokkanen 2014a: 42–43.)

Yleisesti voimauttamista ja valtauttamista voisi kuvata moniulotteisena sosiaalisena prosessina, joka auttaa ihmisiä ottamaan toimintavaltaa itselle merkityksellisiksi koetuissa asioissa omassa elämässään ja yhteisöissään. (Page & Czuba 1999.)



Määritelmässä puhutaan prosessista, ja se onkin tärkeä asia voimautumisen ja valtaistumisen ymmärtämisen kannalta. Nanette Page ja Cheryl Czuba toteavat, että kyseessä on prosessi yksinkertaisesti siksi, että se tapahtuu aina suhteessa toisiin. Tiina Hokkanen toteaa puolestaan, että empowermentista voidaan toki puhua myös päämäärä, mutta sosiaalityössä ja sosiaalipedagogiassa toiminnan päämäärällä on tietyssä mielessä vähemmän merkitystä kuin prosessilla itsellään. (Page & Czuba 1999; Hokkanen 2014: 48.)

Voimautuminen on polku, joka opettaa kulkijaansa koko matkan ajan. Valtaistuminen ja voimaantuminen liitetään ajatuksellisesti emansipaatioon, subjektiivisen tietoisuuden kasvamiseen, hallinnan ja pystyvyyden tunteiden vahvistumiseen ja toimijuuden voimistumiseen. Toimijuuden vahvistuessa voimaantumisprosessi etenee ja päinvastoin. (Page & Czuba 1999; Hokkanen 2014: 48–49.)

Voimaantumisen ja valtaistumisen tavoitteet vaihtelevat toimintaympäristöstä ja yksilöstä toiseen. Ei voida esimerkiksi sanoa, että Omakehu-pajojen tuottama voimaantuminen olisi tavoitteiltaan joidenkin ulkoisten voimaantumisen kriteereiden sanelemaa. Voimaantumisen näkyvää päämäärää ei voida yhtäpitävästi määrittää edes samassa projektissa mukana olevien ihmisten kesken. (kts. esim. Hokkanen 2002, 110–111.)

## 2.8. Hiukan miehistä: Sukupuolieritys

Omakehu-hankkeen kohteena ovat miehet, ja siksi on syytä hiukan tarkastella sitä, mitä odotetaan toiminnalta, jonka kohteena nimenomaisesti on miehiä, vieläpä miehiä haastavassa elämäntilanteessa.

Suurin osa suomalaisista miehistä voi ihan hyvin. Huolimatta siitä, että yhteiskunta on huomattavassa määrin tasa-arvoistunut viimeisten vuosikymmenten aikana, siinä on vielä nähtävissä rakenteita, jotka suosivat (cis-hetero) miestä naisen ja muunsukupuolisen kustannuksella. Kuitenkin voidaan sanoa, että miehellä menee myös huonosti: Ryhmät, joissa miehet yhteiskunnassa ovat selvemmin edustettuina kuin missään muualla, paitsi ehkä maanpuolustuslaitoksessa, ovat vangit, rappioalkoholistit ja asunnottomat. (kts. esim. Jokinen 1999:17.)

Tilastot ovat muutenkin synkkiä miesten kohdalla: Miesten terveys on keskimäärin huonompi kuin naisten. Siihen vaikuttavat niin elintavat, elin- ja työolosuhteet kuin se, että mies kohtaa

myös naista harvemmin terveydenhoidon ammattilaisia, mukaan lukien mielenterveystyön ammattilaiset. Kolme neljästä itsemurhasta on miehen tekemä. Miehet kuolevat keskimääräistä nuorempina silloinkin, kun lähtö ei ole tullut oman käden kautta. (Peitsalo 2015a.)

Alkoholin riskikäyttö ja huumeiden käyttö on miesten keskuudessa naisia selvästi yleisempää. Miehet tekevät valtaosan rikoksista, erityisesti väkivaltarikoksista. Miehet joutuvat myös naisia useammin väkivallan uhreiksi. Henkirikostilastoissa korostuu voimakkaasti syrjäytyneiden ja alkoholisoituneiden miesten keskinäinen väkivalta. Pitkäaikaistyöttömistä ja muista yhteiskunnan turvaverkon varaan pudonneista suurin osa on miehiä. Psykiatri Ilkka Taipale on mennyt miehen kurjuuden arvioinnissa niin pitkälle, että toteaa täydellisesti syrjäytyneistä, heistä, joiden ongelmat ovat kasautuneet miltei läpätunkemattomaksi toivottomuudeksi, 100 %:n olevan miehiä. (Jokinen 1999, 17–18; Peitsalo 2015a)

Yhteiskunta on kuitenkin myös sellainen, että sen ylimmillä paikoilla, valtaa pitämässä ja kaikenlaisen varallisuuden haltijoina on myös tyypillisesti miehiä. Suomalaisen miestutkimuksen uranuurtaja Arto Jokinen kirjoittaa että tässä tilanteessa sekä tappiot että voitot ovat miehille potentiaalisesti suuret. ”Miehet eivät ole sorrettuja, vaan taistelevat keskenään, - ja osa häviää.” Tämä vaikuttaa siihen tapaan, jolla mies tyypillisesti käsittelee elämänsä ”saavutuksia ja tappiota” ja miten suhteuttaa itsensä muihin miehiin. (Jokinen 1999, 20.)

Yhteiskunnan suhteiden muutos vaikuttaa ajassamme mieheen enemmän kuin mikään muu, kirjoittaa kulttuurin ja mediantutkimuksen professori Mikko S. Lehtonen artikkelissaan ”Maskuliinisuus, kansallisuus ja identiteetti” (1999): Perheiden ja sukupolvien välinen suhde on muuttunut tultaessa 2000-luvulle. Yhä enemmän miehiä asuu yksin ilman perhettä ja avioerot ovat muuttuneet entistä tavallisemmiksi. Naisten aseman muuttuminen tasa-arvoisemmaksi ja homoseksuaalisuuden normalisoitumiskehitys vaikuttavat myös laajassa mittakaavassa siihen, miten mieheys on muuttunut parissa sukupolvessa. Tutkimustietoa siitä, miten nimenomaan miehet kriisiä, ahdistusta ja traumaa käsittelevät on harmillisen vähän. Saattaa olla, että tämän kaltaisen tutkimuksen fokuksen kohdistuminen enemmän naisiin kriisin ja ahdistuksen koki-joina kertoo omalta osaltaan siitä, ettei moisen heikkouden edelleenkin ajatella kulttuurillisesti kuuluvan miehelle. (Lehtonen 1999: 74–76; Ridge, Emslie & White 2010: 149–150.)

Miehillä on lähipiirissään naisia vähemmän sellaisia ihmissuhteita, joista olisi tukea kriisin sat-tuessa, mikä edelleen syventää ahdistukseen joutuneen tilaa. Tukiverkkojen puuttumisen lisäksi miesten on naisia vaikeampi hakeutua yhteiskunnan tarjoaman avun piiriin, tai sinne joutues-saan suhtautua asiakkuuteensa aktiivisesti. Toisaalta apua itselleen lopulta hakeman lähtenyt

mies voi olla hyvin motivoitunut ja sitoutumiskykyinen, kun monet maskuliinisuuskäsityksiin liittyvät esteet esimerkiksi avun vastaanottamisen epämiehekkyydestä on kumottu. (Peitsalo 2015a.)

”Mies” viittaa sanana biologisiin ominaisuuksiin. ”Maskuliinisuus” viittaa tietyn kulttuurin hyväksytyyn miehenä olemisen tapaan. (kts. esim. Harju & Huhtamalla 2015.) Miehen rooli on vahvasti kulttuurillisesti määritelty: Sukupuoleen liittyvät kysymykset liittyvät kulttuurien ja yhteisöjen perusymmärrykseen itsestään. (kts. esim. Peitsalo 2015b.)

Kasvuympäristö, persoonallisuus ja temperamentti sekä elämänkaaren kokemukset muovaavat miehen kokemusta omasta sukupuolestaan ja itsestään sen edustajana. Kasvu on elämänpituisen prosessi. (Peitsalo 2015b.)

**Miestyössä** mies kohdataan usein jossakin kriisitilanteessa, kuten eron jälkeen tai päihdekuntoutusasiakkaana. Miestyö voi myös olla isätyötä, väkivaltatyötä, vankilatyötä ja ennalta ehkäisevää miestyötä, kuten perhetyötä. Lisäksi miestyö voi olla erilaista miesten keskinäistä yhteisöllisyyttä lujittavaa miesryhmätoimintaa. (kts. esim. Harju & Huhtamalla 2015. Peitsalo 2015c.)

Mieserityisyys (myös ”miesspesifisyys”) kytkeytyy käsitykseen siitä, että sukupuoleen kuulumiseen liittyy jotakin erityistä. Kokemus, jota muut sukupuolet eivät jaa. **Sukupuolisensitiivinen työote** sisältää mieserityisyyden huomioonottamisen, mutta puhuttaessa mieserityisestä työotteesta erikseen, halutaan korostaa nimenomaan miesten sukupuolen huomioonottamista toiminnassa. Mieserityinen osaaminen osana työn viitekehyksiä lisää välineitä syvällisempään ymmärrykseen paitsi miehen kokemuksista, mieheydestä ja mieserityisistä ongelmista, myös omien asenteiden ja työtapojen vaikutuksista asiakastilanteisiin. (Harju & Huhtamalla 2015.)

Mieserityisessä (ja sukupuolisensitiivisessä) työskentelytavassa pyritään tunnistamaan ja ennakkoimaan sukupuoleen liittyviä erityispiirteitä, ja tunnustamaan monien kipukohtien olevan pitkälle sukupuolisidonnaisia. Mieserityisessä lähestymistavassa mieheys nähdään myös voimavarana. Olennaisen tärkeää on pitää esillä ja vahvistaa monipuolista mieskuvaa. (Harju & Huhtamalla 2015.)

Mieserityiseen ajatteluun orientoitunut työntekijä voi omalla työllään tehdä näkyväksi ja haastaa stereotypioita, jotka vaikuttavat haitallisesti miehen hyvinvointiin ja toimimiseen ryhmässä.

Vertaisuus on yksi elämän positiivisista voimavaroista. Miessakit ry:n toiminnanjohtaja Tomi Timperi toteaa, että miesryhmät vahvistavat ja voimauttavat miestä, koska ne tarjoavat yhteisöllisyyttä, samuuden kokemuksia, hyväksyntää ja mahdollisuuden sanoittaa tärkeitä tuntemuksia puhumalla näistä nimenomaan miesnäkökulmasta. Moni mies yllättyy kokemusten samankaltaisuudesta ja tämä puolestaan vähentää niihin liittyvää tunnekuormaa. (Timperi 2015, Peitsalo 2015 c.)

## 2.9. Kirjoittava mies

Tavallisen suomalaisen miehen kirjoittamisesta on vähänlaisesti tutkimusta. Niin sanotun kansanomaisen kirjoittajan tekstit ovat useimmiten tutkimuksellisen kiinnostuksen kohteina silloin, kun tutkimus koskee esimerkiksi sosiologian alaa, jolloin ollaan kiinnostuneita jostakin yhteiskunnallisesta tai yhteisöllisestä ilmiöstä jota kirjoittaja kuvaa; tai psykiatrian ja psykologian alaa, kun ollaan kiinnostuneita yksilöllisestä kokemuksesta ja sen käsittelystä.

Sosiologian ja psykologian lisäksi toinen suuri tutkimuksellinen valtalinja, joka on osoittanut viime vuosikymmenten aikana kasvavaa kiinnostusta ns. ”tavallisten ihmisten” kirjoittamista kohtaan on historian- ja kulttuurintutkimuksen ala. Näissä tieteenaloissa kansanomaisista kirjallisista tuotoksista ollaan kiinnostuneita siitä näkökulmasta, mitä ne kertovat kulttuurista, menneisyydestä ja yksittäisen ihmisen kokemuksista aikansa ja kulttuurinsa tuotteena. Kulttuurintutkimuksen parissa, etenkin folkloristiikassa, on oltu kiinnostuneita myös niistä prosesseista, joita muisteluun ja tarinanmuodostukseen liittyy.

Esseisti Antti Nylén kirjoittaa:

” Miesten tunteet, kuten poikien värit. Yhtä totta. [...] Niin on päätetty sekin, että sininen on poikien väri, ja -no. mikä on miesten tunne? Viha vai häpeä? Jokin ruma, synkkä tunne sen pitäisi olla. Iloiset ja avoimet tunteet kuuluvat naisille ja lapsille.” (Nylén 2014, 7.)

Nylénin kuva on tahallisen yksinkertaistava, mutta se ei ole aivan vääräkään, kun sitä tarkastelee sen valossa millaisia aiheita miehet usein nostavat kirjoittaessaan esiin.

Kirjoittaminen tuntuu ensinnäkin ohjaavan etenkin harrastelijakirjoittajan omaelämäkerrallisten kokemusten muisteluun. Ihminen kirjoittaa siitä mistä tietää. – Ja vaikka kirjoittaminen ei suoraan näyttäisi olevan omaelämäkerrallista, saattaa olla, että kirjoittaja on käyttänyt jotain

tekniikkaa, esimerkiksi symboliikkaa etäyttämään asioita, jotka kuitenkin pohjimmiltaan kertovat hänestä itsestään ja hänen elämästään. (kts. esim. Pöysä 2006, 230–231, Liquist 2009, 82–83.)

Omaelämäkerrallinen kirjoittaminen on usein myös kriisikeskeistä, koska kriisi koetaan usein elämää määrittäväksi ja selittäväksi asiaksi. ”Minun kävi näin, koska minulle ensin kävi näin” – narratiivi selittää elämää, ja puolustaa tehtyjä valintoja ja on minän suojelemisen kannalta tärkeää.

Ehkä laajin yhtenäinen kokoelma, jossa tavallinen suomalainen mies kertoo kirjoittamalla itsestään ja elämästään on ”Eläköön mies!” – kilpakeruun aineisto (1992–1993). Tämä aineisto koottiin tasa-arvoasiain neuvottelukunnan ja Suomalaisen kirjallisuusseuran toimesta, ja sen tarkoituksena oli kerätä kaikenlaisten ja -ikäisten miesten elämäntarinoita kirjoituskilpailun avulla.

Sosiaalipolitiikan tutkija J.P. Roos kirjoitti tästä aineistosta:

”Suomalainen mies kantaa kaunaa, tekee itsestään pilkkaa, näkee kaiken mustana, kokee itsensä syylliseksi, pahaksi, heikoksi mutta harvoin hyväksi, muille tärkeäksi, positiiviseksi, antavaksi osapuoleksi. Nautintoa hän saa vain harvoin.” (Roos 1994: 26.)

Aineiston elämänkerroissa on avoimuutta, tunnustuksellisuutta ja itsereflektiota. Niiden eetos kertoo kokemuksesta, että elämän ei pitänyt mennä niin kuin se on mennyt. Kirjoituksissa ei ole juuri hyvinvointia ja itsetyytyväisyyttä, pikemminkin kiivasta toimeliaisuutta, joka tavalla tai toisella johtaa epäonnistumiseen. (Roos 1994: 12, 21, 24–25.)

Tietyt aiheet ovat miehille tyypillisimpiä oman elämän muistelussa ja selittävässä ymmärtämisessä. Nämä aiheet tulevat esiin myös miesryhmien kokoontuessa. Peter Peitsalo kirjoittaa, että miesryhmissä puhutaan usein suhteesta isään, omasta isyydestä, naissuhteista ja seksuaalisuudesta, kasvamisesta miehenä ja työstä. (Peitsalo 2015 c.)

Kirjoittaminen tuntuu antavan miehille (ja naisille) mahdollisuuden lähestyä elämän vaikeaksi koettuja asioita. Kirjoittaminen sisältää mahdollisuuksia säädellä, jäsentää ja etäyttää itseen liittyviä tapahtumia. Hävettävätkään asiat eivät ole niin hävettäviä, kun niille antaa itse muodon. Kirjoittaminen saattaa myös olla itsesään muistamisen väline. – Ja ennen kaikkea: Kirjoittaminen on voi olla myös vahvistavaa. Luovan prosessin onnistuminen kasvattaa hyviä kokemuksia itsestä. (kts. Lindquist 2009, 79–82; Reinilä 2009, 193; Bolton 2009, 149.)

## 2.10. Vapaaehtoisuus ja sitouttaminen

Tavalla tai toisella heikommassa asemassa olevan auttaminen on osa ihmisyyttä. Auttaminen voi olla arkista ja lyhytkestoista tai pitkäkestoista ja tiettyyn asiaan liittyvää. Auttaminen voi olla vapaaehtoista tai se voi olla vertaista, mutta kaikki auttamisen muodot perustuvat molemminpuoliseen ja vapaaehtoiseen toimijuuteen. (Hokkanen 2016: 25.)

Jälkiteollisessa yhteiskunnassa suuntaus on näyttänyt olevan se, että monenlaisen avun antaminen on yhä enemmän perustunut erilaiseen vapaaehtoistoimintaan. Vapaaehtoisuudessa auttaminen on eräällä tavalla paljaimmillaan: Toiminnan tavat voi puolestaan jakaa karkeasti kolmeen: 1) Palkaton työ ja palveleminen, eli auttaminen siksi että nimenomaan auttaminen asiana koetaan tärkeäksi, esimerkiksi moraali – ja ihmiskäsitykseen pohjautuen; 2) Aktivismi, eli ideologiaan pohjautuva toiminta jonkin itselle tärkeän asian edesauttamiseksi ja 3) pakotettu vapaaehtoisuus, joka saattaa liittyä esimerkiksi sosiaaliseen paineeseen tai rangaistukseen. (Hokkanen 2014,15–16, 68; Rissanen & Puumalainen 2016, 2-4.)

Sosiologit ovat olleen pitkää kiinnostuneita siitä, mikä saa ryhtymään vapaaehtoiseksi, ja mikä saa pysymään mukana kerran aloitetussa vapaaehtoistyössä. Vapaaehtoisuus ja sen motiivit eivät ole sen paremmin yksiselitteinen kuin muuttumatonkaan konstruktio. (Stranius 2009; Clary, Copeland & Al. 1998.)

Leo Stranius kirjoittaa että vapaaehtoisuus on muutoksessa, koska koko kansalaisyhteiskunta ja siihen liittyvä osallisuus, on muutoksessa. Vanhan mallisessa kansalaisyhteiskunnassa vapaaehtoisuus kanavoitui vakiintuneiden instituutioiden, lähinnä erilaisten järjestöjen kautta. Nykyisellään vaikuttaa kuiteinkin siltä, että ihmiset osallistuvat mieluummin vähemmän organisoituun, epämuodolliseen vapaaehtoistoimintaan. Vapaaehtoisuuteen ei myöskään suhtauduta yhtä sitoutuneesti, vaan vapaaehtoinen sitoutuu johonkin määrämittaiseen projektiin. Tämä liittyy paitsi haluun hallita vähiin käyvää vapaa-aikaa, myös saada toiminnalta tiettyä elämyksellisyyttä. Vapaaehtoinen ei halua käyttää aikaansa kokouksiin ja hallintoon. Hän haluaa ”toteuttaa utopiansa tässä ja nyt”, Stranius luonnehtii. (Stranius 2009, 141–143.)

Sosiologit Erik Ingham ja John Walton kirjoittavat artikkelissaan ”I volunteer therefore I am – Factors affecting volunteer role identity” (2017) että vapaaehtoiseksi ryhtymiseen vaikuttavat

yksilön käsitykset omasta identiteetistä. Inghamin ja Waltonin tutkimissa tapauksissa vapaaehtoiseksi oli usein ryhdytty, kun jokin toinen rooli oli lakannut olemasta, tyypillisimmin jääty eläkkeelle tai leskeksi. (Ingham & Walton 2017, 30.)

Vapaaehtoiseksi ryhtymistä selitetään Inghamin ja Waltonin artikkelissa kahdella vastakkaisella tavalla: Toisille kysymys on nimenomaan auttamisesta: Vapaaehtoisuutta ei voitaisi kuvitella olevan ilman toiminnan tuloksena syntyvää hyvää. Toiset puolestaan sanovat, että vapaaehtoisuus on tapa kuluttaa aikaa jonkin mukavan ja mielekkään parissa. Kummassakin ryhmässä korostuu myös sosiaalisten suhteiden merkitys kannustimena. (Ingham & Walton 2017, 30, Rissanen & Puumalainen 2016: 4–5.)

Ilmaistujen motiivien lisäksi vapaaehtoiseksi ryhtymisen taustalla voivat vaikuttaa muutkin, peitellyt tai tiedostamattomat motiivit. (Rissanen & Puumalainen 2016:5.)

Vapaaehtoisuuden motivaatiota voidaan tarkastella myös sen funktioiden kautta. Vapaaehtoiselle nämä funktiot voivat olla:

- 1) Mahdollisuus toimia arvojensa mukaisesti, altruistisesti ja humanisti auttamalla apua tarvitsevia.
- 2) Mahdollisuus oppia uusia taitoja tai hyödyntää olemassa olevia taitoja.
- 3) Mahdollisuus muodostaa ihmissuhteita, ja toisaalta tehdä asioita, joita arvostetaan sosiaalisesti.
- 4) Mahdollisuus saavuttaa asioita, joita arvostetaan henkilön urakehityksen kannalta tai esimerkiksi ylläpitää ammattitaitoaan.
- 5) Mahdollisuus ”hyvää” tekemällä suojella minää vahingolliselta minäkuvalta.
- 6) Mahdollisuus tutkailla itseään ihmisenä ja toimia henkisesti/hengellisesti rikastuttavalla tavalla.

(Clary, Copeland & Al. 1993: 1517–1518.)

Edellä olevaan vedoten voidaan piirtää karkea kuva nykyaikaisesta vapaaehtoisesta: Häntä motivoivat auttamisen lisäksi monet yksilölliset tiedostetut ja tiedostamattomat motiivit, ja hän on kiinnostunut eniten tehokkaaksi mieltämästään, projektiluonteisesta ja elämyksellisestä vapaaehtoistoiminnasta.

Vapaaehtoisena toimiva käy jatkuvasti sisäistä arviota siitä, mitkä ovat hänen hyötynsä työn jatkamisessa ja mitkä ovat kustannukset sen lopettamisessa. (Kts. esim. Harrison 1993: 371.)

Koska vapaaehtoistyö on nimenomaan vapaaehtoista, sitä ei voi varsinaisesti palkita, eikä siitä jättäytymistä tai sitoutumisen heikkoutta voida rangaista. Sitouttamisessa olennaista näyttääkin olevan toisaalta vapaaehtoisten persoonallisten motivaatioiden tunnistaminen mahdollisimman pitkälle ja toisaalta affektiivisuuden lisääminen affektiivisella ohjausotteella, jossa vapaaehtoiset huomioidaan yksilöllisesti, ja heissä synnytetään tunne yhteisen hankkeen tärkeydestä ja kyvykkyydestä sen kohtaamisessa. (Allen & Meyer 1990, 4.)

## 2.11. Mentorit ja valmentajat: Vähän toimijan rooleista

Auttajalla, tukijalla, kanssakulkijalla ja -kokijalla on monia nimityksiä. Nimityksillä pyritään luomaan järjestystä ja ymmärrettävyyttä auttamisen ja tukemisen kenttään ja tunnistamaan toimijoiden rooleja. Toisaalta kenttää sekoittaa se, etteivät useimmat nimityksistä ole mitenkään suojattuja, ja niitä voi periaatteessa käyttää kuka tahansa. Termejä määritteleekin usein palveluntarjoaja.

Erilaiset yhdistykset, kuten Suomen Coaching -yhdistys, Suomen mentoriyhdistys tai Suomen fasilitaattorit ry pyrkivät pitämään yllä yhteneväisiä toimintatapoja.

**Coaching-** termi on lähtöisin urheilumaailmasta, mutta esimerkiksi yritysten käytössä painotetaan enemmän tilanteiden kokonaisvaltaista tutkimista kuin tiukkaa tavoitteellisuutta. Tavoite kuitenkin on olemassa, vaikka se saattaa jopa muuttua prosessin aikana. Perusajatuksena on, että coachattava saavuttaa omia tavoitteitaan. (Kupias 2013, 50–51, 55.)

Palveluiden tarjoajat sanovat usein, että coaching sopii parhaiten yritysympäristöön, tai muuhun sellaiseen ympäristöön, jossa toimintaa voidaan mitata ja arvioida. Coachingille tyypillistä on myös, että coach tulee organisaation ulkopuolelta suorittamaan valmennustehtävänsä ja on jollain lailla nimenomaan valmennukseen erikoistunut henkilö. (Kupias 2013, 36–37.)

**Fasilitointi** keskittyy puolestaan toimivan ja luovan yhteisön edellytysten aikaansaamiseen ja auttaa työskentelemään jotain tiettyä päämäärää kohti. Fasilitointi tulee usein kyseeseen ympäristössä, jossa on tarkoitus suhteellisen lyhyessä ajassa saada aikaan ratkaisuja tai luoda jotain uutta. Fasilitaattori saattaa tulla organisaation sisältä tai sen ulkopuolelta, mutta ihanteellisesti



hän pyrkii pysyttelemään sivussa ollen enemmän mahdollistaja kuin aktiivinen osallistuja siinä, mitä ryhmä yrittää saada aikaan. (Kupias 2013, 65.)

Kuten kahdella edelliselläkin, myös **mentoroinnilla** on monenlaisia määrittelyjä. Yleensä mentoroinnilla kuitenkin tarkoitetaan tilannetta, jossa joku kokenut mentori ohjaa kokemattomampaa aktori<sup>a</sup>. Mentorointi, toisin kuin coachaus ja fasilitointi, perustuu ei-liiketoiminnalliseen suhteeseen. Mentori ei siis useinkaan saa työstään palkkaa, ja hänen osaamisensa perustuu substanssiosaamiseen, eikä välttämättä siihen, että hän olisi ammatiltaan nimenomaan mentori. (Kupias 2013: 57–58.)

Mentorointi on usein kahdenkeskeistä, mutta se voidaan toteuttaa myös ryhmämuotoisesti. Mentorointi on prosessi, jossa on läsnä vahva kehittämislähtöisyys: Mentorointi johtaa aktorin kehittymiseen jossain asiassa ja aktorin tarpeet pitkälle määräävät sen, mitä käsitellään. (kts. esim. Peitsalo 2019: 37; Kanninen, Nylund & Kupias 2017, 5; Kupias 2013, 59.)

**Vertaistukemisella** voidaan kapeasti ymmärtäen tarkoittaa sitä, että tukija ja tuettava ovat jollain lailla samassa elämäntilanteessa tai tukija on selviytynyt (tai on selviytymässä) samantapaisesta elämäntilanteesta, kuin missä tuettava nyt on. Puhutaan myös **kokemusasiiantuntemuksesta**. Vertaistuen voidaan kuitenkin katsoa liittyvän vertaisuuteen, joka on pelkkää tukemista laajempi ilmiö. (kts. Hokkanen 2014, 20,28.)

Vapaaehtoinen ja vertainen auttaminen ovat vahvasti toisiinsa linkittyneitä. Tähän liittyy myös sosiaalisen asianajon käsite, jossa tunnustetaan jokin auttamisen tarve ja valitaan toimintamenetelmä sen mukaan, miten tuohon tarpeeseen voidaan sosiaalisen avun tasolla vastata. (Hokkanen 2014, 48–49, 71.)

Auttajalla on valittavanaan siis lukuisa määrä auttajan rooleja ja auttamisidentiteettejä. Miten Omakehun taitovalmentaja asettuu näiden roolien ja identiteettien joukkoon, siihen palaan tarkemmin tuonnempana.

## 2.12. Auttajan varjo

Tässä viimeisessä tietopohjaisen taustoituksen luvussa luon lyhyen katsauksen ilmiöön, jota Martti Lindqvistin samannimisen kirjan (1990) mukaan voidaan yleisesti kutsua ”Auttajan varjoksi”. Auttajan varjolla tarkoitan niitä sudenkuoppia, joihin auttamisorientoitunut ihminen helposti jää kiinni, ja joilla on potentiaali vahingoittaa sekä auttajaa itseään että autettavaa.

Omakehu-hankkeen ja etenkin taitovalmentajien toiminnan suhteen näiden ansojen olemassaolosta pitää kuitenkin olla erityisen tietoinen, kun työtä tekevät ei-ammattilaiset, joilla on voimakas hyvän tekemisen halu, mutta mahdollisesti vähän kokemusta, ja kun toimintaan liittyy väkisinkin vahvoja emootioita.

Ihmisten auttamiseen pyrkiviin toimiin voidaan soveltaa samalaista ajattelua kuin ihmistutkimukseenkin: Aiheutetun hyödyn ja haitan punnitsemisella kaikissa toimissa, sekä toimintaa suunniteltaessa että sen edetessä.

Sosiaalisen asianajon ja valtaistavan avun antaminen on aina riski, sillä siinä puututaan toisen ihmisen elämään. Auttaja ei aina pysty tarpeeksi ymmärtämään autettavan tilannetta. Auttaminen on muutoksen aikaansaamista, mutta auttaja saattaa ryhtyä ajamaan muutosta, jota autettava ei tarvitse tai halua. Voimauttaminen ja valtaistaminen on nimenomaan vallan siirtämistä toiselle ja hänen autonomiansa lisäämistä. (Hokkanen 2014, 76.)

Martti Lindqvist kiinnittää huomiota auttajan minäkuvaan: Auttaja saattaa olla takertunut idealisoituun kuvaan auttamisesta ja roolistaan auttajana. – Tätä vahvistaa usein myös ulkopuolelta saatu palaute. (Lindqvist 1990, 34.)

Toiminta ei kuitenkaan noudata ideaaleja. Auttaja ei voi olla ideaalinsa mukainen, eikä autettava tai auttamistilanne ole ideaali. Vahvoista ennakkokäsityksistä vapautuminen vapauttaa näkemään autettavat muina kuin ennakkokuvan mukaisina karikatyyreina. Jokainen kohtaaminen sisältää ennalta-arvaamattomia elementtejä ja rikkoo ennakkokäsityksiä. Jos auttaja ymmärtää tämän ja antautuu hämmästelylle, hänellä on mahdollisuus oivaltaa kohtaamisesta jotain olennaista. (Lindqvist 1990: 65–66.)

Vaikka auttaja osaisi varautua siihen, etteivät hänen ennakko-odotuksensa autettavan tarpeista, tilanteesta ja ominaisuuksista olisi paikkansa pitäviä, ja hän lähestyisi kohtaamista ja auttamista avoimin mielin, hänen täytyy vielä hyväksyä se, ettei hän koskaan tule lopullisesti ymmärtämään sitä ihmistä, jota auttaa. Olennaista ei ole se, kuinka paljon auttaja näkee, vaan että hänellä on käsitys omasta sokeudestaan, Lindqvist huomauttaa. (Lindqvist 1990, 102.)

Omaan ideologisuuteensa eksyminen ja omien odotustensa näkeminen todellisuuden sijasta, sekä autonomian riistäminen autettavalta ovat yksi puoli auttajan varjosta. Toinen puoli varjosta on auttajan väsyminen.

Solidaarisuus ja empatia ovat auttajan ominaisuuksia ja työvälineitä: Kumpikin vaatii kykyä asettua toisen ihmisen asemaan ja avaa mahdollisuuden auttamiselle. (kts. esim. Nivala & Ryy-nänen 2019., 124–125; Lindqvist 1990, 23.)

Monta auttajaa vaivaa myös ylivastuisuus, kun työtä ei osata rajoittaa, ja itseä pidetään korvaa-mattomana. Kun vielä muistaa, että auttaja saattaa hyvinkin vaalia jonkinlaista ideaalia kuvaa itsestään pelastajana, ymmärtää, kuinka suuri vaara väsyminen onkaan. (Lindqvist 1990, 129.)

Martti Lindqvist nimeää 3 asiaa, jotka tälle itsensä antamisen ja alttiiksi asettamisen etiikalle ovat yleismaailmallisesti tärkeitä, riippumatta siitä, millaista apua ollaan antamassa:

- 1) Auttajan on **puolustettava itseään**: Hänen pitää huolehtia omasta hyvinvoinnis-taan, suojella yksityistään, arvostaa omaa persoonallisuuttaan, kieltäytyä kohtuut-tomuudesta ja arvostaa omaa kehittymistään.
- 2) Auttajan on **ilmaistava itseään**: Hänen tulee ilmaista kokemuksiaan, ja antaa tilaa myös tunnepuheelle.
- 3) Auttajan on **pyydettyä itselleen**: Tämä tarkoittaa, että hänen on luovuttava kaik-kivoipuuskuvitelmistaan ja hyväksyttävä oma tarvitsevuutensa.

(Lindqvist 1990: 25.)

Martti Lindqvist korostaa, että auttamisen tulee aina olla ulkopuolelta kontrolloitua: Se suojelee ja tukee sekä auttajia että autettavia, ja antaa auttajalle neuvoja tilanteessa, jossa hän ei pysty näkemään omaa toimintaansa puolueettomasti, tai jos toimintaa arvostellaan jonkun kolmannen osapuolen toimesta. (Lindqvist 1990: 141–142, kts. myös 148–149.)

Auttajalla on oltava myös kuulijansa, joku taho, jolle kokemuksiaan voi reflektoida.

### 3. TAITOVALMENTAJAT OMAKEHUHANKKEESSA 2021

#### 3.1. Omakehupajat verkossa keväällä 2021

Tässä luvussa kerrotut kokemukset perustuvat vuoden 2021 aikana pidettyihin omakehupajoi-hin ja niistä tekemiini muistiinpanoihin, käymiini keskusteluihin, Omakehu-hankkeen viikko-kokousten pöytäkirjoihin ja ennen kaikkea omiin havaintoihini hankkeen edetessä. Luvun 3

tarkoitus on olla vain lyhyt katsaus vuoden 2021 Omakehupajojen toimintaan. Se ei ole evaluatio.

**Taitovalmentajien värväys** alkoi hankkeen varsinaisen käynnistymisen yhteydessä lokakuussa 2020. Hankkeen johdossa oli ajateltu, että taitovalmentajia saataisiin mukaan nimenomaan yhteisöpedagogiopiskelijoista, joilla arvioitiin olevan kyky sen kaltaiseen sosiaaliseen kohtaamiseen, josta hankkeessa työskennellessä oli hyötyä. Opiskelijoilla oli myös mahdollisuus suorittaa opintoja hankkeessa.

Taitovalmentajien värväminen hankkeeseen tehtiin hankejohdon toimesta heidän omien oppilaidensa joukosta. Itse pajatoiminnan aloitukseen mennessä hankkeessa oli 7 taitovalmentajaa: 6 naista ja 1 mies. – Suhde, joka oli alusta pitäen ollut odotettavissa, ja joka tuli pajojen toiminnan tarkkailussa ottaa huomioon.

Taitovalmentajaksi hankkeeseen lähteneet opiskelijat olivat jopa poikkeuksellisen motivoituneita. Motivaatiokysymyksistä myöhemmin keskusteltaessa esiin tulivat auttamisen halun sijasta ensisijaisesti kiinnostus kirjoittamiseen ja toiminnan kohderyhmää kohtaan. Auttamishalua tärkeämmiksi tuntuivat nousevan myös ammatillisen osaamisen ja elämäkokemuksien kartuttaminen. Mitä auttamismotivaatioon tuli, sitä kuvasi enemmän eräänlainen sosiaalisen oikeudenmukaisuuden eetos, kuin yksittäisen henkilön tilanteen tukeminen. Myös opintojen suorittamisella hankkeessa työskentelemällä oli selkeä vaikutus motiiviin. Lisäksi oli henkilökohtaisia motiiveja.

Ensimmäiseen Zoom-alustalla järjestettyyn pajaan 24.2. 2021 osallistuivat vain taitovalmentajat. Tämän pajan tarkoituksena oli, paitsi tutustuttaa tiimi alustavasti toisiinsa myös **perehdyttää taitovalmentajat** tehtäviinsä hankkeessa työskentelevien ammattilaisten toimiessa perehdyttäjinä. Perehdyttämisessä keskityttiin lähinnä keinoihin, joilla kirjoittamista voidaan innostaa alkuun, ja millaisilla tekniikoilla voitaisiin rohkaista osallistujia huomaamaan, että heidän elämässään ja kokemuspöyrissään on paljon sellaista, mikä on kiinnostavaa ja ainutlaatuista. Tämä perehdytti taitovalmentajia osaltaan myös refleктоivan kuuntelemisen ja osallistavan, toimijuutta tukevan toiminnan malliin.

Vuoden 2020 ja 2021 historialliseksi kohtaloksi muodostui Covid19-pandemia. Pian vuoden vaihteen jälkeen oli selvää, että kokoontumisrajoitukset estäisivät mahdollisuudet Omakehupajojen järjestämiseen niin, että osallistujat kohdattaisiin kasvoista kasvoihin.. Verkkopajoja päätettiin kuitenkin yrittää.

Huoli siitä, että ketään ei ehkä saataisi paikalle, oli perusteltu: Eräs syrjäytymiseen liittyvä tekijä saattaa olla digitaalinen syrjäytyminen. Käsitteellä tarkoitetaan ihmisiä, joiden tietoyhteiskuntataidot ovat keskimäärin selvästi heikompia verrattuna väestön keskiarvoon. Syynä syrjäytymiseen voi olla tietotekniikan käyttötaidon vähäinen hallinta tai varallisuuden puuttuminen. Myös vammautuminen, toimintarajoitteisuus tai elämäntilanne voi estää digitaalisuuden toteutumista. (Rantanen 2005, 17; Valjakka 2017, 11.)

Tässä tapauksessa osallistujien värväyksessä onnistuttiin parhaiten, kun hankkeen viestintie-jäksi ryhtyi Antti Pelttari, joka otti yhteyttä yhteistyöverkostoon ja pyysi saada osallistua verkotapaamisiin, jossa oli mahdollisuus esitellä pajoja suoraan kohderyhmälle. Kaiken kaikkiaan kevään 2021 toimintaan saatiin mukaan 13 miestä, iältään hiukan alle parikymppisistä hiukan päälle viisikymmenvuotiaaseen. Suurin osa heistä oli mukana maaliskuusta lähtien, mikä osoit-tautui toiminnan luonteen puolesta hyväksi.

Ensimmäinen paja, jossa oli osallistujia, järjestettiin Zoom-alustalla 9.3.2021. Osallistujat ja-ettiin yhteisen esittäytymisen jälkeen erillisiin Zoom-huoneisiin omiin ryhmiinsä. Jako ryhmiin toteutettiin siten, että osallistujista ne, joilla oli saman tapaisia kirjoittamisintressejä, ohjattiin samoihin ryhmiin, sikäli kuin se oli mahdollista.

Heti ensimmäisestä pajasta alkaen oli selvää, että osallistujat halusivat keskittyä nimenomaan tekstin tekemiseen. Vetäjillä oli myös selvä näkemys alusta pitäen siitä, että julkaisukelpoisen tekstin tuottamisen oli pajojen selkeä tavoite. Viikoittainen kaksituntinen meni ohi nopeasti kirjoittamiseen keskittyen.

Pajoja alettiin levään kuluessa kutsua **Omakehupajoiksi**, joiden sateenvarjon alla kukin osal-listuja sai kirjoittaa sellaista tekstiä kuin hänelle itselleen parhaiten sopi, ja pajojen genrejako-ajatuksesta luovuttiin. Samalla päätettiin, että mukaan pajoihin saattoi tulla koska vain pitkin kevättä.

Kirjoituspajojen rinnalla eli koko ajan hiukan toisenlainen pajatoiminta: Osa nuoremmista osal-listujista oli kiinnostunut nimenomaan rap-lyriikoiden tekemiseen. Tämä ryhmä oli pääasiassa Kimmo Gustafssonin ja yhden taitovalmentajan ohjaama. Muut Omakehupajoihin osallistuneet miehet eivät tavanneet toisiaan tai hankkeen työntekijöitä netin ulkopuolella koko kevään 2021 aikana. Rappiryhmän jäsenet sen sijaan alkoivat tavata yhdessä Helsingin Pasilassa, Vailla va-kinaista asuntoa ry:n (VVA) tiloissa hioen yhteistä kappaletta, tehden musiikkia ja lopulta myös musiikkivideon.

Pajoihin osallistuneet miehet tuottivat paljon tekstiä sekä pajoissa, että pajojen välillä. He lähettivät tekstejään vetäjille, jotka puolestaan tallensivat ne kaikkien hanketyöntekijöiden luettavaksi pilveen. Tekstiä syntyi kevään mittaa useita satoja liuskoja, mikä osoittaa paitsi sitoutumista projektiin, myös sanomisen ja kuulluksi tulemisen tarvetta.

Kevätkausi lopetettiin yhteisessä kokoontumisessa VVA:n omistamassa Vartiosaassa. Tämän kokoontumisen tarkoitus oli saada tavata kaikki osallistujat verkkoympäristön ulkopuolella ja tuottaa sekä saattaa loppuun konkreettista materiaalia kevään ahertamisen tuloksena. Rääppiryhmä oli jo tuottanut kokonaisen musiikkivideon tekemästään kappaleesta, jolla kaikki räppiryhmän osallistujat, räppiryhmän taitovalmentaja mukaan luettuna, esiintyivät.

Taitovalmentajat olivat auttaneet osallistujia valitsemaan tekstejä, joita Vartiosaassa kuvattiin kirjoittajien itsensä lukemana videolle. Vartiosaassa kustakin osallistujasta otettiin myös edustava valokuva.

Vartiosaaren kokoontumisen tärkein tehtävä oli kuitenkin jonkinlaisen selkeän lopetuksen merkitseminen kevään toiminnalle. Taitovalmentajien ja osallistujien mahdollisuus tavata ensikeräta toisensa nettiympäristön ulkopuolella oli myös inhimillisesti ottaen tärkeää, ja osallistujille myös selvästi voimaannuttavaa.

### **3.2. Taitovalmentajien työskentely pajoissa**

Kevään 2021 Omakehupajojen silmiinpistävin piirre oli se, että kaikki osallistujat olivat paitsi erittäin motivoituneita kirjoittamaan myös taitavia siinä. Kaikki eivät olleet aiemmin kirjoittaneet, mutta kaikilla oli ollut jo pitkää halu kirjoittaa. Siksi taitovalmentajienkaan tehtäväksi ei niinkään tullut kirjoittamiseen innostaminen, vaan jo olemassa olevan kirjoitushalun vahvistaminen ja tekstintuottamisen tukeminen.

Tapoja toimia pajassa ohjasi kaikissa tapauksissa ennen kaikkea osallistujan oma toimintatapa. Jotkut halusivat kirjoittaa pajoissa mieluummin lyhyitä harjoitelmia, joita taitovalmentaja oli heille keksinyt: Taitovalmentaja saattoi esimerkiksi pyytää osallistujaa kirjoittamaan lyhyen kuvauksen hetkestä, joka oli edeltävänä viikkona tuottanut onnea. Näiden harjoitelmien lisäksi

pajoissa saatiin keskustella viikon aikana syntyneistä teksteistä, ja siitä, mistä osallistujan olisi mielenkiintoista kirjoittaa seuraavaksi kerraksi lisää.

Joidenkin osallistujien kanssa taitovalmentaja käytti koko pajan keston ajan keskustelemalla viikolla syntyneistä teksteistä ja mitä niille pitäisi tehdä. Etenkin runoudesta ja laulunsanoituksista kiinnostuneet osallistujat lukivat mielellään tekstejään taitovalmentajille, ja ikään kuin hahmottelivat kokonaisuutta, joka tekstien pohjalta voisi syntyä. Runoilijat kirjoittivat runoja myös pajoissa sekä ehdotetuista että omista, sillä hetkellä kiinnostavista aiheista. Yksi osallistuja käytti pajoja yhden tietyn tekstin, monologin, hiomiseen.

Hyvin merkittäväksi osaksi taitovalmentajien tehtävää tuli kuunteleminen. Kuunteleminen pajoissa voidaan oikeastaan jakaa kahteen: Yhdeltä osin kuunteleminen tarkoitti itse tekstin ja sen sujuvuuden kuuntelemista. Tällaisessa kuuntelemisen tavassa kannustus tarkoitti useimmiten sitä, että taitovalmentaja nosti esiin ilmaisuja tai kokonaisuuksia, jotka miellyttivät häntä. Taitovalmentaja saattoi myös pyytää kirjoittajaa avaamaan jotakin mahdollisesti hyvin subjektiiviseen kokemukseen liittyvää kuvausta. Kirjoitus- ja kielioppivirheisiin taitovalmentajat eivät juurikaan puuttuneet: Sen ei ajateltu olevan tässä vaiheessa tärkeintä.

Kuunteleminen merkitsi myös tekstin sisällön takaa avautuvien kokemusten kuuntelua. Kaikki Omakehupajoihin osallistuneet miehet kirjoittivat pääasiallisesti omasta elämästään ja elämäkokemuksistaan. Koska monien elämä oli ollut rikkinaistä, - siihen oli liittynyt mm. väkivaltaa, alistamista, pelkoa ja erilaisten päihteiden runsasta käyttöä, kirjoitukset saattoivat kertoa hyvinkin traumaattisista ja ahdistavista asioista. Kysymys ollut myöskään vain menneisyyden kokemuksista, joita teksteissä muisteltiin. Useampi osallistuja kärsi pajoihin osallistuessaan erilaisista ongelmista, kuten yksinäisyydestä, masennuksesta ja identiteettiinsä sekä tekemistensä mielekkyyteen liittyvistä kriiseistä. Mitä pidemmälle kevät eteni, ja mitä syvemmäksi muuttui pajojen sisällä koettu luottamus, ja sitä enemmän kirjoittamisen lomassa ja sen kautta tuli keskusteluun myös näitä asioita. Taitovalmentajat pyrkivät pitämään pajojen toiminnan fokuksen kirjoittamisessa ja onnistuivatkin siinä hyvin. Osallistujien henkilökohtaisen elämän kokemukset ja mahdollisesti kirjoittamishetkellä koetut tunteet eivät kuitenkaan voineet jäädä kokonaan huomiotta tai ilman osoitettua sympatiaa.

Erillisissä Zoom-huoneissa pidettyjen pajojen jälkeen palattiin yhteiseen huoneeseen, lausuttiin joitakin loppuajatuksia, ja lähetettiin osallistujat matkoihinsa mahdollisimman hyvillä mielin

koetusta illasta. Tämän jälkeen taitovalmentajat ja vetäjät jäivät vielä keskustelemaan keskenään ”purkutilaisuuteen” jossa oli mahdollisuus tuoda esille koettuja asioita ja esittää kysymyksiä. Purku pajojen jälkeen kesti yleensä noin tunnin.

Pajojen välissä taitovalmentajat käyttivät aikaa hankkeeseen yksilöllisesti: Toiset vastaanottivat ja lukivat valmennettaviensa tekstejä myös pajojen välissä, mutta kaikki eivät sitä tehneet.

### **3.3. Hybridi-Omakehupajat syksyllä 2021**

Syksyn 2021 aikana koronaepidemian aiheuttamat kokoontumisrajoitukset hellittivät hiukan ja kokoontuminen yhteen oli mahdollista. Omakehupajoissa otettiin käyttöön hybridimuoto, jossa osa osallistujista osallistui pajiin vanhaan tapaan verkon kautta ja osa tuli paikalla VVA:n tiloihin Pasilaan.

Syksyn tullen pajiin tuli mukaan ulkopuolisia mentoreita: Suomirapin merkkimies Karri Miettinen, alias Paleface ja Heikki Salo, Miljoonasade-yhtyeensä myötä tunnetuksi tullut palokittu sanoittaja vetivät kumpikin Omakehupajoja. Miettinen oli mukana viidessä ja Salo kahdessa pajassa. Kummatkin miehet toki kuuntelivat ja kommentoivat pajoissa syntyneitä tekstejä, mutta myös valmensivat ja antoivat erityisesti palautetta oman alansa, rapin ja laulunsaonituksen alueella.

Pajiin alkoi osallistua mahdollisuuksiensa mukaan myös Into-kustantamon kustannustoimitaja, joka alkoi kuulostella ja pohtia yhdessä kirjoittajien ja valmentajien kanssa sitä, millaiseen muotoon kunkin kirjoittajan tekstiä oli tarkoitus saattaa. Into-kustantamon osallistuminen edustajansa kautta pajiin toi niihin tietyn tunnelman. Taitovalmentajien tärkeimmäksi konkreettiseksi tehtäväksi tuli, mitä pidemmälle syksy eteni, valmistuneiden tekstien lajittelu ja jonkinlainen esiseulonta osallistujien kanssa.

Edellä kuvattu antaa ehkä aavistuksen siitä, mitä Omakehuhankkeessa syksyllä koettiin: Siinä tapahtui muodonmuutos, joka jakoi sen useisiin toimintaryhmiin ja toiminnallisiin tapahtumiin. Yhtäällä jatkettiin edelleen rauhallista kirjoittamista, toisaalla tehtiin rappia Palefacen johdolla. Kustantajan edustaja pyrki keskustelemaan osallistujien kanssa, ja vetäjät pyrkivät valmistamaan osallistujien tuottamaa tekstiä kustantajan käyttöön. Syksyn toiminta oli tästä syystä pirstaleisempaa kuin keväällä oli koettu.



Syyskausi 2021 päättyi kaksiin lopettajaisiin: Ensinnäkin 8.12. 2021 VVA:lla pidettiin Oma-keuhankkeen kauden viimeinen paja, jossa oli mahdollisuus kuvata lisää materiaalia kotisivuille, edelleen rakentaa kotisivuja hankkeen siihen palkkaaman ulkopuolisen työntekijän kanssa, esittää syksyn kirjoitusten satoa ja viettää aikaa yhdessä.

Syyskauden epävirallinen, Omakeuhankkeeseen suoraan kuulumaton päätös saatiin vielä 16.12. 2021 kun suurin osa osallistuneista esiintyi poetry slam / musiikki-illassa Omakehuklubilla ravintola Tenhossa Helsingin Kalliossa.

### **3.4. Taitovalmentajien ryhmäkeskustelut**

Pidin toimintakauden 2021 aikana taitovalmentajille kaksi ryhmäkeskustelua, toisen keväällä ja toisen syksyllä. Keskusteluissa oli tarkoitus kartoittaa taitovalmentajien kokemuksia Oma-keuhapajoissa toimimisesta ja heidän mahdollisia kehitysehdotuksiaan.

**Ensimmäinen ryhmäkeskustelu pidettiin 7.4. 2021**, eli siinä vaiheessa, kun aktiivista paja-toimintaa oli jatkunut noin kuukauden verran.

Keskustelussa kävi selväksi, että taitovalmentajat kokivat kaikki itse hankkeen ja siinä tehtävän työn mielekkääksi ja palkitsevaksi. Sen sijaan oma osaaminen ja omat välineet epäilyttivät taitovalmentajia. Kirjoittamiseen kannustusta ei oltu tarvittu, koska osallistujat tuottivat tekstiä tavoitteellisesti muutenkin. Kysymys siitä, riittivätkö omat kirjalliset taidot mielekkään palautteen antamiseen ja tekstien käsittelemiseen mietityttivät taitovalmentajia, samoin kuin se, kuinka kohdata vaikeista, traumaattisista asioista kirjoittava ihminen. Henkilökohtaiset asiat toivat esiin myös kysymyksiä läheisyyden rajojen vetämisestä.

Näitä huolenaiheita vähentämään tehtiin päätös, että taitovalmentajat työskentelisivät siitä lähtien pareissa. Tämä antaisi mahdollisuuden moniäänisempään palautteen antoon, helpottaisi jakamisen kautta osallistujan kohtaamista silloinkin, kun tekstin aihepiiri oli rankka ja vähentäisi liiallista intiimiyyttä, kun valmentaja ja valmennettava eivät olleet ihan kaksin. Perustettiin myös taitovalmentajien WhatsApp-ryhmä, joka toimi tuen ja tiedonsaannin kanavana.

Tässä vaiheessa itse havainnoin, etteivät taitovalmentajat halunneet puhua stressistä, joita vaikeiden kokemusten kuuleminen etenkin koko ajan tärkeämmäksi tulevalta ihmiseltä aiheutti. Kaikki olivat innoissaan siitä, kuinka hyvään kontaktiin osallistujien kanssa oli päästy, ja

kuinka hyvää tekstiä pajoissa syntyi. Mahdollisen väsymyksen tai omien epäilysten työskentelytapojen suhteen ei haluttu antaa pilata sitä hyvää ja herkkää, mitä oli saatu aikaan.

**Syksyn ryhmäkeskustelu käytiin 22.9.2021.** Keskustelua käytiin tilanteessa, jossa taitovalmentajien kesken oli alettu puhua kevättä kriittisemmin tietyistä Omakehupajojen käytänteistä, joten mahdollisuus tuoda mielipiteensä esiin oli tässä vaiheessa tärkeää. Seuraavat asiat olivat taitovalmentajien mielissä syksyllä 2021:

- **Kysymys sensitiivisyydestä.** Omakehupajojen tuotoksiin liittyi joitakin ongelmia, mitä tuli kunnioittavaan ja toiset huomioivaan kielenkäyttöön. Tämä koski ainoastaan joidenkin tekstien sisältöä, ei muuta kielenkäyttöä pajoissa. Taitovalmentajakokouksessa todettiin yhteisesti, että kukaan ei ollut halukas siihen, että mitään tekstiä sensuroitaisiin, ja että moniäänisyyteen kannustetaan. Todettiin kuitenkin, että Omakehupajat eivät ole turvallisia paikkoja kaikille, ellei pajoissa ole tietoisuutta siitä että tietynlainen puhe voi olla loukkaavaa ja ahdistavaa.
- **Tasa-arvo.** Taitovalmentajat halusivat kiinnittää huomion siihen, että jotkut osallistujat kuin varkain saivat enemmän huomiota kuin toiset yhteiskokouksissa. Tämä epätasa-arvoisuus oli taitovalmentajien mukaan syntynyt vahingossa, mutta siihen pitäisi nyt tehdä tietoinen korjausliike, johon parhaiten auttaisi pajojen yhteisten osioiden ja palautteen annon tarkempi aikataulullinen suunnittelu.
- **Tunteet, traumat ja kirjoittaminen.** Taitovalmentajat olivat miettineet, että koska pajoissa sekä kirjoitettiin että puhuttiin paljon traumaattisista asioista, paja-toiminta lähenei ajoittain kirjoitusterapiaa. Terapointi oli puolestaan jotain, mihin asiaan koulutusta saamattomien taitovalmentajien ei kannattanut ryhtyä. Entä miten meneteltäisiin, jos kirjoittaminen nostaisi osallistujilla pintaan tunteita, joiden kanssa heidän on mahdollisesti vaikea olla? Kysymys oli siis **vastuusta, reagoimismalleista ja myös taitovalmentajien omista tunteista.** Vastausta tähän kysymykseen ei täysin saatu ensimmäisen toimintakauden aikana, ja tämä opinnäytetyö pyrkiikin vastaamaan siihen **toisaalta esittelemällä traumatietoisien tarinatyön toimintamallin ja toisaalta pyrkimällä kuvaamaan selvän eron Omakehupajatoiminnan ja kirjoitusterapian välillä.**

### 3.5. Arvioita onnistumisesta toimintakaudella 2021

Taitovalmentajien toimintaa Omakehu-hankkeessa voidaan vuoden 2021 osalta sanoa monin tavoin onnistuneeksi. Taitovalmentajat olivat etenkin kevään aikana hyvin innostuneita, ahkeria ja sitoutuneita Omakehupajoihin. Kukaan keväällä 2021 ei lopettanut, ja syksylläkin lopettaneita oli vain kaksi, kummatkin henkilökohtaisen elämäntilanteensa muuttumisen vuoksi. Pajoissa syntyi hyvä yhteisen tekemisen ja ennen kaikkea luottamuksellisuuden henki. Omaelämäkerrallisten, usein emotionaalisten tekstien läpikäyminen taitovalmentajan toimiessa hiljaisena välittäjänä mahdollisti kohtaamisia, joiden pohjalta syntyi enemmän tai vähemmän merkittävää toveruutta osallistujien välille. Toveruuden voimaannuttavaa vaikutusta ei mitenkään voi aliarvioida, etenkin joukossa, jossa tiivistyi myös paljon menneisyyden kokemuksia epäluotettavista ja destruktiivisista ihmissuhteista.

Syksyllä saatiin aikaan valmiimpia tekstejä, joskin tekstien lopullinen valmiiksi saattaminen ja julkaisu siirtyi vuodenvaihteen yli, jolloin ensimmäisellä kaudella toimineet taitovalmentajat eivät olleet saattamassa niitä loppuun saakka.

Ensimmäisen toimintakauden pohjalta voidaan saada myös oppimiskokemuksia niistä asioista, joiden suhteen toiminnassa on parannettavaa. Mielestäni tärkein niistä on se, **että taitovalmentajien perehdyttäminen jäi liian vähäiseksi**. Intensiivisempi perehdytysjakso olisi paitsi antanut taitovalmentajille monipuolisempia välineitä pajoissa toimimiseen, myös tunteen, että he ovat hyvin valmistautuneita. Se olisi myös tarjonnut taitovalmentajille oikean sanaston, hankkeen yhteisen kielen, joka olisi helpottanut keskustelua hankkeen sisällä.

Toinen asia, joka vaatii erityistä huomiota tulevilla toimintakausilla, on **läheisyyden selkeämpi säätely**. Pajoissa koetaan suurta läheisyyttä ja luottamusta, mikä on hyvä, mutta liika läheisyys saattaa johtaa myös emotionaaliseen stressiin. Ylipäätään, taitovalmentajat kantoivat huolta ohjattavistaan, ja on toimintaa järjestävän tahon tehtävä osoittaa, Omakehuun osallistuvista huolehdittavan hyvin ja prosessin loppuun saakka. Tämä on pitkälti tiedonvälityskysymys. Omakehun ensimmäiseltä toimikaudella nähtiinkin, kuinka ensiarvoisen tärkeää **riittävä ja oikea-aikainen tiedottaminen** toiminnan osapuolille on, etenkin silloin kun mukaan tulee uusia toimijoita, kuten Omakehu-hankkeen tapauksessa kustannusyhtiö.

## 4. TAITOVALMENTAJAKONSEPTI

### 4.1 Taitovalmentajan motivaatiotekijät ja sitouttaminen

Taitovalmentajana toimiminen **perustuu vapaaehtoisuuteen** eikä siitä makseta palkkaa. Vapaaehtoisuus on tärkeä taitovalmentajan toimijuutta ja identiteettiä toimijana määrittävä tekijä.

Taitovalmentajia toimintaansa etsivän organisaation on tunnistettava yhteiskunnassa vapaaehtoistoimintaa muokkaavat trendit yleensä ja erityisesti taitovalmentajaa vapaaehtoisuuteen motivoivat tekijät korostaen näitä viestinnässään.

Luvussa 2.10. todettiin, että vapaaehtoisuus on muutoksessa. Leimallista muutokselle on, että vapaaehtoistoiminnassa suositaan projektiluonteisuutta. Vapaaehtoinen ei kaipaa kokouksia ja hallintoa, vaan toteuttamista. Vapaaehtoisuudelta haetaan **elämyksellisyyttä**. Pelkkä sosiaalinen omatunto ja auttamisen halu eivät riitä useimmille motiiviksi. (kts. mm, Stranius 2009: 141–143; Ingham & Walton 2017: 30)

Taitovalmentajien kohdalla edellä mainittuja tekijöitä on helppo tuoda esille vapaaehtoisia värvätessä: Taitovalmentajana toimiminen on projektiluonteista, koska kirjoituspajoilla on selkeä päämäärä, jota kohti niissä pyritään. Toiminnallisuus on myös keskiössä hallinnollisten asioiden sijaan.

Samassa luvussa 2.10. lueteltiin kansainvälisessä tutkimuksessa esille tulleita asioita, jotka liittyivät vapaaehtoisuuden erilaisiin motiiveihin. Kun näitä motiiveja tarkastelee yhdessä niiden motiivien kanssa, joita Omakehu-hankkeen taitovalmentajat ilmaisivat vuonna 2021 voidaan luonnostella lista asioista, jotka motivoivat nimenomaan taitovalmentajaa:

- 1) **Mahdollisuus työskennellä kirjoittamiseen liittyvän projektin parissa.** Kirjoittaminen on toiminnassa niin keskeisessä roolissa, että taitovalmentajuudesta kiinnostuivat nimenomaan sellaiset, joita kirjoittaminen ja kirjallisuus taidemuotona olivat läheisiä.
- 2) **Mahdollisuus hyödyntää omaa osaamistaan, oppia uutta ja saada tulevaisuuden kannalta hyödyllisiä kokemuksia.** Taitovalmentajat näkivät osallistumisen projektiin tuottavan heille mahdollista hyötyä esimerkiksi työpaikkaa haettaessa.
- 3) **Mahdollisuus kokeilla omia rajojaan.** Taitovalmentajia motivoi tilaisuus kokeilla jotain uutta. Myös kohderyhmänä olevien miesten kohtaaminen ja ohjaaminen koettiin mielenkiintoisena haasteena.
- 4) **Mahdollisuus tehdä jotakin omien arvojensa mukaista.** tukemalla tukea tarvitsevia.

- 5) **Mahdollisuus tutustua mielenkiintoisiin ihmisiin.** Taitovalmentajia motivoi toimintaan myös se, että sen kautta oli mahdollisuus tutustua kirjoittamisesta kiinnostuneisiin ja myös ihmisiin, jollaisia harvemmin tapaa, tai joiden kanssa harvemmin ainakaan pääsee tutustumaan yhtä syvällisellä tasolla.

Edellä mainittujen ilmeisten ja ilmaistujen motiivitekijöiden lisäksi taitovalmentajia motivoivat käsitykseni mukaan myös piilotetummat motiivit kuten **halu nähdä itsensä positiivisessa valossa rohkeana ja auttamishaluisena; halu tehdä jotakin, joka herättää toisissa ihmisissä kiinnostusta, halu tehdä jotakin, joka on sosiaalisesti arvostettua** ja lopulta myös **uteliaisuus**. (kts. mm. Rissanen & Puumalainen 2016, 4–5 ; Clary, Copeland & al. 1993: 1517–1518.)

Vapaaehtoisuuteen innostaminen ja vapaaehtoisuuden vaaliminen on helpompaa, kun motiivit on tunnistettu. Viestiessä on hyvä kuvata toiminta mahdollisimman rehellisesti ja kattavasti. Motivaationa voi toimia myös se, että taitovalmentaja saa tehtävänsä **koulutuksen**, josta voi olla hänelle hyötyä myös taitovalmentajana toimimisen ulkopuolella, ja että toiminnasta saa **kirjallisen todistuksen**, jota puolestaan voi käyttää hyödykseen esimerkiksi työtä hakiessa.

Vapaaehtoisuuteen perustuvassa toiminnassa **sitoutumisesta** ei voi varsinaisesti palkita, eikä sitoutumisen puutteesta rangaista. Sitoutuminen on kuitenkin taitovalmentajana olemisessä äärimmäisen tärkeää.

Luvussa 2.10. käsittelin vapaaehtoisen sitouttamiseen liittyvää tutkimusta. Natalie Allenin ja John P. Meyerin mukaan affektiivinen side on vapaaehtoistyössä yleensä vahvin, joten sen vahvistaminen toivottavaa. (Allen & Meyer 1990,4).

Affektiivista sitoutumista voimistaa affektiivinen ohjausote. Sillä tarkoitetaan, että projektista tai hankkeesta vastaava henkilö tai henkilöt pitävät vapaaehtoiset jatkuvasti tietoisina yhteisen työn tavoitteista ja kuvaavat myös välitavoitteet. Samalla muistetaan myös korostaa vapaaehtoisten työn merkitystä, huomioidaan heitä, kuunnellaan heitä, korostetaan heidän tärkeyttään projektissa sekä kannustaa heitä. (Kts. mm. Puro 2002: 98.)

Taitovalmentajien sitouttamisessa voidaankin pitää tärkeimpinä asioina sitä, että heille viestitään heidän merkitystään ja tärkeyttään koko projektissa: pidetään heidät ajan tasalla siitä mitä hankkeessa tapahtuu ja mitkä ovat sen tavoitteet. Tärkeintä on suunnitellaan toiminta niin, että taitovalmentajien rooli oli koko ajan selvillä ja viestittynä.

Näiden toiminnan rakenteeseen ja ohjaukseen liittyvien seikkojen lisäksi sitoutuneisuutta pitävät yllä myös muut tekijät, tärkeimpänä positiivisten ihmissuhteiden kehittyminen. Positiivisten ihmissuhteiden syntymistä tuetaan aktiivisella ryhmäytymisellä ja esimerkiksi pienillä, varsinaisen toiminnan ulkopuolella olevilla kokoontumisilla ja illanvietoilla.

## 4.2. Etiikka

Taitovalmentajana toimimiseen liittyy sitoutuminen tiettyyn eettiseen toimintamalliin. Kuvaan perehdyttämisosiossa tarkemmin käytännön eettisiä sääntöjä, mutta otan etiikan yleisesti puheeksi jo tässä vaiheessa, koska se liittyy niin vahvasti toimijuuteen ja myös seuraavassa luvussa käsiteltävään ”hyvän taitovalmentajan” profiliin.

Taitovalmentajatoimintaan liittyvinä tärkeimpinä eettisinä kysymyksinä tulee mielestäni huomioida seuraavat asiat:

**Vaitiolo.** Kaikki keskustelut, joita kirjoituspajoissa ja tiimin kesken käydään ovat lähtökohtaisesti luottamuksellisia. Luottamuksellisuus ulottuu myös ei-julkaistuihin teksteihin. Taitovalmentajien ja järjestäjien kesken voidaan asioista kuitenkin keskustella yhteisesti. Liiallisen läheisyyden ja riippuvuussuhteiden syntymisen vuoksi on parempi, että taitovalmentaja voi jakaa osallistujan kanssa käydyt keskustelut muun hanketiimin kanssa. Taitovalmentajaa ei saa päästää tilanteeseen, jossa hänellä olisi lojaliteettiongelmia muun tiimin ja osallistujan suhteen. Vaitiolo velvollisuus ei myöskään ulotu tilanteeseen, jossa jonkun henki tai terveys on tavalla tai toisella uhattuna. Eettiseen toimintaan kuuluu, että nämä vaitioloa koskevat periaatteet jaetaan kaikkien pajoihin osallistuvien kesken. (kts. mm. Lindqvist 1992, 160, 170; Salonen 2008; 151–153.)

**Päihdeettömyys.** Päihdeettömyys Omakehupajojen taitovalmentajien kohdalla on eettinen kysymys, siinä missä se jossakin muussa yhteydessä voisi olla vain sovittu toimintamalli. Osallistujien joukossa tässä kohderyhmässä tulee aina olemaan henkilöitä, jotka ovat päihdekuntoutujia. Päihdeettömyys koskee myös päihdepuhumista.

**Osallistujien tasa-arvoinen kohtelu.** Osallistujien elämäkokemukseen liittyy enemmän tai vähemmän tunne syrjäytymisestä, ulkopuolelle jättämisestä ja usein myös huonommuudesta toisiin nähden. Taitovalmentajien tulee siksi erityisesti vaalia sitä, että kaikki osallistujat saavat

yhtä paljon aikaa, huomiota ja kannustusta. (kts. mm. (Lindqvist 1992, 160, 170; Maanmieli 2020,188.)

**Tilan antaminen osallistujalle ja oman itsen pienentäminen.** Edelliseen liittyen: Omakehupajan ja taitovalmentajien toiminnan tavoitteena vahvistaa kokemusta siitä, että osallistuja on kiinnostava, hänen kokemuksillaan on merkitystä ja hän osaa ilmaista itseään. Taitovalmentajat ovat kirjoittamisesta kiinnostuneita ja mahdollisesti sitä harrastavia. Heidän tuotoksensa ja harrastuneisuutensa eivät kuitenkaan ole asioita, joista pajoissa ollaan kiinnostuneita.

**Läheisyyden säätely.** Läheisyyden säätely on taitovalmentajien oman jaksamisen ja turvallisuuden kannalta tärkeää. Siihen liittyy myös eettisiä näkökulmia: Ensinnäkin taitovalmentajan ei tule antaa lupauksia suuremmasta läheisyydestä kuin mitä pajatoiminnan yhteydessä tullaan toteuttamaan. Ystävyyskäsitteitä syntyy ja niiden syntyminen ei ole eettisesti kyseenalaista. Taitovalmentajan on kuitenkin huomioitava, että osallistujan jakaessa hänen kanssaan henkilökohtaisia kokemuksia ja tunteita on mahdollista, että puolin ja toisin syntyy affektiosuhteita, joiden säätely jää taitovalmentajalle. Taitovalmentajan on myös huomioitava mahdollinen oma taipumuksensa kaivata ihailua ja riippuvuutta ja pyrkiä olemaan hyväksikäyttämättä osallistujia näiden tarpeiden tyydyttämisessä.

**Ohjattavan autonomian ja persoonallisuuden vaaliminen.** Osallistujalla on rajoittamaton oikeus päättää millaista tekstiä hän tuottaa, mitä aiheita hän käsittelee, kuinka paljon hän kirjoittaa, ja miten haluaa tekstiään käytettävän. Taitovalmentaja voi ehdottaa ja pyytää osallistujalta kirjoittamiseen liittyviä asioita, mutta hänen on vältettävä kaikenlaista painostamista ja vaatimista. Tekstejä ei myöskään tule muokata ilman kirjoittajan lupaa eikä luonnollisesti myöskään julkaista ilman kirjoittajan suostumusta. Osallistujalla on oikeus tulla hyväksytyksi omana itsenään. Taitovalmentajien ja muiden hankkeessa työskentelevien tulee olla varovaisia sen suhteen, ettei osallistujasta tehdä karikatyyriä liittämällä häneen ennako-oletusten mukaisia ominaisuuksia. Tähän liittyy myös vaara kapeasata mieskuvasta. (kts. mm Hokkanen 2014: 76 ja Lindqvist 1990: 65–66)

Taitovalmentajien eettiset pelisäännöt ovat koko hankkeen eettisiä ohjeita. Kaiken työskentelyn tulee perustua yhteisesti jaetun informaation pohjalta tehtyihin yhteisiin sopimuksiin, jotka lyödään lukkoon työskentelyn alussa. Toiminnassa tulee vaalia sellaista kulttuuria, jossa eettisistä kysymyksistä puhuminen on sallittavaa ja suotavaa ja huolehdittava, että eettiselle reflektiolla on myös tarvittava tila. (kts, mm. Lindqvist 1992,160.)

### 4.3. ”Hyvä taitoalentaja”

Millaisia perusvalmiuksia ja ominaisuuksia taitoalentajalla tulisi olla? Tässä suhteessa täytyy olla varovainen, sillä mitään selkeitä rajauksia ei voida tehdä. Taitoalentaja voi olla monella tavalla ja taitoalentajaksi sopii moni ihminen omine ominaisuuksineen. Joitakin suuntaviivoja voidaan kuitenkin antaa ja joitakin ominaisuuksia tarkastella lähemmin.

**Taitoalentajan ikä ja sukupuoli.** Omakehupajoissa vuonna 2021 oli mukana vain kaksi miespuolista taitoalentajaa, joista toinen vain syyskaudella. On siis vaikea tehdä vertailuita siitä, miten miehet tai naiset kohdataan eri tavalla pajoissa. Monessa sosiaalialan hankkeessa on huomattu, että tuen tarjoajan sukupuolella on merkitystä: On tärkeää huomioida, että toiminta on sukupuolisensitiivistä. On selvästi hyvä, että toiminnassa on mukana kaikkien sukupuolien edustajia. Tilanne, jossa kaikki vetäjät ja taitoalentajat olisivat naisia ja kaikki ohjattavat miehiä tai päinvastoin ei ole ihanteellinen. (kts. Timperi 2019, 9).

Mitä tulee taitoalentajien ikään, sen kohdalla ei kannata olla ennakkoluuloinen ja ajatella, että vain tietyn ikäiset henkilöt olisivat parempia taitoalentajia kuin toiset, ja heterogeenisyys iän suhteen on todennäköisesti toiminnassa enemmän rikkaus kuin ongelma. Olennaisempaa on se, että taitoalentaja on valmis ymmärtämään erilaisen ja eripituisen elämäkokemuksen merkityksen kohtaamisessa.

**Taitoalentajan tausta ja valmiudet.** Omakehupajoissa 2021 taitoalentajat olivat yhteisöpedagogiopiskelijoita. Tämä tausta antoi varmasti erinomaisia valmiuksia toimia työssä, jossa ihmisten kohtaaminen, yhteisöllisyyden rakentaminen ja tukeminen sekä sensitiivisyyskysymysten ymmärtäminen ovat ensiarvoisen tärkeitä. Hyviä valmiuksia on toki muunlaisillaikin taustoilla varustetuilla ihmisillä: Kokemus erilaisten ihmisten kohtaamisesta ja tukemisesta antaa myös hyvän pohjan taitoalentajaksi ryhtymiselle.

Omakehupajoissa tuli ilmeiseksi myös, että oma harrastuneisuus kirjoittamisen ja/tai erilaisten tekstien lukemisessa oli erittäin positiivinen asia taitoalentajien taustassa. Taitoalentajien luettavaksi tulee paljon ja joissain tapauksissa myös niin haastavaa tekstiä, että tekstin kanssa työskentelystä pitää enemmän tai vähemmän nauttia jaksakseen taitoalentajana. Tekstistä kiinnostunut osaa antaa myös rakentavaa palautetta.



**Persoonallisuuskysymykset** ovat ulkoisia valmiuskysymyksiä vaikeampia. Taitovalmentaja tekee kuitenkin työtä persoonallisuudellaan, ja joitakin hyviä piirteitä voi nostaa esiin:

- Taitovalmentaja on **empaattinen** mutta tuntee omat rajansa ja osaa suojella itseään.
- Taitovalmentaja on **suvaitsevainen** ja arvostaa moniäänisyyttä niin taiteen tekemisessä kuin elämässä yleensä ja arvostaa yksilöllisiä näkemyksiä.
- Taitovalmentajalla on kyky **hallita emootioitaan**, olematta kylmä ja etäinen.
- Taitovalmentaja on **hyvä kuuntelija**.
- Taitovalmentaja on **rohkea sosiaalisissa tilanteissa**.
- Taitovalmentajalla on **hyvät palautumiskyvyt**.
- Taitovalmentaja on **rehellinen ja luotettava**.
- Taitovalmentaja on **rauhallinen ja kärsivällinen**.
- Taitovalmentaja on **aito**.

Hyvien taitovalmentajien löytämiseksi on toteutettava valintaa, ja **valintaprosessille on varattava aikaa**. Valintaprosessissa on muistettava, että taitovalmentajat muodostavat hankkeessa toisiaan täydentävän, itsereflektoivan ryhmän. Taustoiltaan ja ominaisuuksiltaan heterogeeninen ryhmä on paljon hedelmällisempi lähtökohta hankkeelle kuin liian samanlaisten ja samanmielisten tekijöiden tiimi. Heterogeenisuus varmistaa myös sen, että jokaiselle osallistujalle löytyy ihanteellinen taitovalmentaja.

#### 4.4. Perehdyttämisen tavoitteet

Omakehu-pajoista saatu kokemus osoitti, että taitovalmentajien hyvä perehdyttäminen on ehdottoman tarpeellista, ja samaa todistavat kokemukset myös muista vastaavista hankkeista ja toimintatavoista: Esimerkiksi Diakin ”Auta miestä mäessä” - hankkeessa työskentelevät mentorit olivat ura- ja opiskelusuunnittelun alalla toimivia ja/tai kokemusasiantuntijoita, mutta huolimatta siitä, että heillä oli jo kokemusta hankkeesta työskentelemistä vastaavasta toiminnasta, heidät koulutettiin erikseen tehtäväänsä hankkeen mentoreina. (kts. Peitsalo 2009.) Samalla tavalla myös Omakehupajoihin hyvinkin vertautuva Miina Savolaisen kehittämä voimauttavan

valokuvan menetelmä edellyttää, että menetelmää käyttävän on oltava siihen erikseen koulutettu. (kts. Nivala & Ryynänen 2019, 200.) Katsonkin, että hyvään ja kattavaan perehdytykseen on aihetta taitovalmentajien taustasta riippumatta.

Hyvällä perehdyttämällä on muutamia ilmeisiä konkreettisia hyötyjä ja tavoitteita:

- Taitovalmentajalla on perehdytyksen jälkeen hallussaan **tarvittavat välineet tehtävänsä toteuttamiseen menestyksekkääksi**. Taitovalmentaja osaa johdattaa ja innostaa pajiin osallistuvia kirjoittamaan itselleen parhaiten sopivia tekstejä, ja löytämään omaa kirjallista ääntään. Samoin taitovalmentaja itse osaa käsitellä pajoissa tuotettuja tekstejä tarvittavalla tavalla.
- Taitovalmentajalla **on ymmärrystä sitä kohderyhmää kohtaan, jonka parissa töitä tehdään**. Tämä auttaa häntä tulkitsemaan pajojen ilmapiiriä, ja pajoissa vastaantulevia tilanteita paremmin.
- Taitovalmentajalla on **ymmärrystä omaa reagoititapaansa ja toimintamallejaan kohtaan**, kun perehdytyksessä on päässyt keskustelemaan niistä etukäteen.
- Taitovalmentajalla on perehdytyksen **jälkeen käytössään sanasto ja käsitteistö, jota hankkeessa käytetään**, mikä tekee hankkeessa keskustelemisesta ja reflektiivisestä oppimisesta paljon tehokkaampaa ja väärinkäsityksien mahdollisuus vähenee.
- Taitovalmentajalla on perehdytyksen jälkeen **selkeä kuva hankkeen luonteesta, tavoitteista ja omasta roolistaan siinä**.
- Taitovalmentajalla on perehdytyksen jälkeen **selkeä kuva hankkeen toimintakulttuurista**, esimerkiksi eettisistä kysymyksistä, sensitiivisyyskysymyksistä ja hankkeen tarjoamasta jatkuvasta tuesta.

Näiden konkreettisten, taitovalmentajan toimintaan pajoissa liittyvien hyötyjen lisäksi hyvällä perehdytyksellä on muitakin hyötyjä ja tavoitteita. Yksi merkittävimmistä on, että perehdytyksen myötä taitovalmentajilla on enemmän luottamusta sekä itseensä että koko hankkeeseen. On paljon miellyttävämpää ja sitouttavampaa työskennellä silloin, kun uskoo olevansa hyvin valmistautunut, ja kokee hankkeessa olevan paljon sisäistä itseymmärrystä. Hyvä perehdytys vahvistaa myös taitovalmentajan tärkeää motiivina olla mukana toiminnassa: Mahdollisuutta oppia jotain uutta, jota voi myöhemmin hyödyntää.

Lopulta, toiminnan aloittavalla perehdytysjaksolla on merkitystä sekä taitovalmentajan oikeuksien toteutumiselle, että hyötyä hankkeen rekrytoinnille: Vapaaehtoisella on oikeus tietää mihin on ryhtymässä ja perehdyttämisyksiköllä taitovalmentajaksi haluavat voivat arvioida, onko toiminta loppujen lopuksi heitä varten. Toisaalta hanketiimillä on mahdollisuus arvioida, onko taitovalmentajaksi pyrkivällä jotain ominaisuuksia, jotka saattaisivat vaikeuttaa hänen taitovalmentajana toimimistaan, ts. tutusta henkilöön paremmin.

#### 4.5. Perehdytys kohderyhmän erityislaatuiseen ja tarpeisiin

Perehdytyksen tulisi jakautua kahteen osaan: Toisaalta taitovalmentajat tulisi perehdyttää Omakehupajojen kohderyhmään ja niihin erityistarpeisiin tai erityistä huomiota vaativiin seikkoihin, joita tällä kohderyhmällä on.

Perehdytyksen toisessa osassa tuli keskittyä Omakehupajojen toimintakulttuuriin ja siihen, mitä Omakehupajoissa erityisesti pyritään tekemään. Olen rakentanut opinnäytetyöni liitteenä olevan ”Taitovalmentajaksi!” -perehdytysmateriaalin tämän jaon pohjalta.

Perehdytys kohderyhmän tarpeisiin sisältää sen, että taitovalmentajat pääsisivät tutustumaan ja pohtimaan ainakin seuraavia asiakokonaisuuksia:

- 1) **Syrjään jääneet:** Taitovalmentajille kuvailaan, millainen on Omakehuhankkeen kohderyhmä: Kerrotaan, että Omakehuhankkeessa syrjäytymisen tärkein kriteeri on subjektiivinen kokemus, mutta hanke aktiivisesti tavoittelee osallistujia, joiden elämäntilanteeseen liittyy syrjäytymiselle altistavia tekijöitä (kts. Helne 2002:73). Taitovalmentajien kanssa keskustellaan perehdytyksen aikana syrjäytymisestä kokemuksena ja asioista, joita syrjäytyminen aiheuttaa.
- 2) **Sukupuolisensitiivinen ja mieserityinen työskentelyote:** Taitovalmentajia tutustutetaan ja heidän kanssaan keskustellaan miten se, että toiminnan kohteena ovat erityisesti miehet, vaikuttaa. Taitovalmentajien kanssa keskustellaan, kuinka sukupuolisensitiivisessä ja mieserityisessä työssä pyritään tunnistamaan ja ennakoimaan sukupuoleen liittyviä erityispiirteitä. Olennaisen tärkeää on pitää esillä ja vahvistaa monipuolista mieskuvaa (Harju & Huhtamella 2015). Taitovalmentajia haastetaan myös tutkiskelemaan omaa mieskäsitystään.

- 3) **ITE-taide ja taiteentekemisen rajat:** Taitovalmentajille kerrotaan ITE-taiteesta ja sen synnyttämistä ilmiöistä sekä kansanomaisesta kirjoittamisesta. Taidevalmentajia haastetaan pohtimaan taiteen rajoja ja pajoissa syntyvän sanataiteen laajempaa merkitystä. Tällä keskustelulla on erityistä merkitystä taidevalmentajien motivoitumiselle.
- 4) **Toimijuus, dialogisuus ja tunnustaminen:** Taidevalmentajien kanssa keskustellaan toimijuudesta perustarpeena ja toisaalta toimijuuden autonomiasta. Dialogisuuden ja tunnustamisen kohdalla puhutaan kunnioittamisesta, reflektioivasta kuuntelemisesta, ja varoitetaan kategorisoinnin ja väärintunnistamisen vaaroista (kts. mm. Nivala & Ryyänen 2019, 95, 101-104, 112-119, 190-191; Lähteenmaa 2011, 56-57; Rähme 2013, 42; Puro 2010, 79-81). Taitovalmentajia haastetaan myös miettimään omia kuuntelemisen ja kohtaamisen taitojaan.
- 5) **Trauma ja traumainformoitu kohtaminen.** Taitovalmentajille kuvaillaan, mitä trauma on ja miten se voi ilmetä. Lisäksi kerrotaan niistä traumainformoidun kohtaamisen toimintatavoista, jotka on havaittu hyviksi työskennellessä sellaisten ihmisten kanssa, jotka ovat kokeneet traumaattisia asioita. Taitovalmentajien kanssa keskustellaan siitä, kuinka luoda mm. Sandra L. Bloomin hahmottelema turvallinen toimintatila. (kts. mm. Sarvela 2020, 43-48.)

Näkemykseni mukaan paras tapa edetä taitovalmentajien perehdyttämisessä on antaa heille jonkinlainen pohjatieto ja peruskäsitteistö koskien Omakehupajojen kohderyhmän kannalta merkittäviä asioita, ja sen jälkeen haastaa heitä itse yksin ja ryhmässä pohtimaan omia asenteitaan ja käsityksiään sekä peilaamaan omia toimintamallejaan siihen, mitä näistä asioista tiedetään. Lähestymistapa on perusteltu: Omakehupajoissa toimivien taitovalmentajien ei tarvitse olla terapeutteja, sosiaalityöntekijöitä, taiteilijoita tai edes yhteisöpedagogeja, mutta heidän on hyvä tietää, millaisessa maastossa Omakehupajoissa liikutaan. Omien asenteiden ja käsitysten käsittely on syytä käydä läpi varsin perusteellisesti jo alussa, joskin reflektointi jatkuu varmasti niin kauan kuin kukin on hankkeessa mukana.

Ulkopuolisten asiantuntijoiden käyttö perehdytyksessä on mahdollista, mutta ei välttämätöntä, jos hankkeella on tarpeeksi itseyttä ja osaamista kouluttaa taitovalmentajat itse.

## 4.6. Perehdytys käytännön toimintaan ja toimintakulttuuriin

Perehdytyksen toisessa osiossa keskitytään siihen, millaista pajatyöskentely käytännössä on, ja millaisia eettisiä kysymyksiä siihen liittyy. Toisessa perehdytyskokonaisuudessa keskustellaan taitoalentajiksi ryhtyvien kanssa myös siitä, millaista tukea pajoihin osallistuville voi tarjota, ja millaisia tukitoimia taitoalentajille itselleen on suunnattu.

Tässä perehdyttämisosiossa taitoalentajien kanssa tulisi keskustella ainakin seuraavista asioista:

- 1) **Omakehupajojen etiikka.** Omakehupajotoiminnassa ollaan tekemisissä henkilökohtaisten ja herkkienkin kysymysten kanssa. Eettisistä kysymyksistä keskusteleminen ja toiminnan eettisten sääntöjen läpikäyminen heti taitoalentajatoiminnan aluksi antaa turvallisen, luottamuksellisen ja selkeän pohjan Omakehupajojen käytännön toiminnalle. (kts. esim. Lindqvist 1992, 160, 170.)
- 2) **Taitoalentajan rooli.** Vuoden 2021 kokemukset opettivat, että taitoalentajan roolin ja tehtävien tarkka määrittely on tärkeää. Erityisen tärkeää on roolin rajojen piirtäminen, ja sen ymmärtäminen, mitä taitoalentajan tehtäviin kuuluu ja mitä siihen ei kuulu. Käytännön tehtävien määrittäminen toki riippuu lopulta toimijan tarpeista, ja niistä valmiuksista, joita mukaan lähteneillä taitoalentajilla on. Olenaista ei niinkään ole, mitä kaikkea taitoalentajat voivat tehdä, vaan siitä, että asiasta on alusta pitäen selkeä ymmärrys kaikkien kesken.
- 3) **Käytännön pajatyöskentely.** Tässä osuudessa perehdytystä taitoalentajille annetaan käytännön neuvoja ja vihjeitä siitä, kuinka kohderyhmää voi innostaa kirjoittamaan, ja kuinka kirjoittamisen intoa voidaan ylläpitää. Myös tämä osuus, kuten edellinen, muotoutuu osittain kunkin toimijan erityislaatuisuuden mukaan. Jos mukana on, kuten järjestetyissä Omakehupajoissa vuonna 2021 oli, kirjoittamisen ammattilainen, joka johtaa Omakehupajoissa kirjoittamista ja tekstien valmistamista julkaisumuotoon, tämä on se osio perehdyttämisestä, jonka hänen olisi syytä pitää. Kullakin kirjoittamisvalmentajalla on oma työskentelytapansa ja on hyvä, että kunkin hankkeeseen osallistuvat taitoalentajat ovat tietoisia nimenomaan niistä.
- 4) **Traumatietoinen tarinatyöskentely.** Tässä osassa perehdytystä pyritään auttamaan taitoalentajia käyttämään tietoa, mitä aiemmin annettiin traumasta ja traumaninformoidusta työotteesta, sekä sovelletaan sitä traumatietoisen tarinatyön malliin, jota käsittelen vielä tarkemmin tuonnempana.

- 5) **Osallistujien tukeminen.** Tässä osassa perehdytystä keskustellaan siitä, missä määrin ja miten osallistujia voidaan tukea ja mihin tuki suunnataan. Kunkin toimijan kohdalla myös tämä osuus on erilainen riippuen siitä, millaisia tavoitteita itse valmiin teoksen syntymisen lisäksi hankkeelle asetetaan.
- 6) **Taitovalmentajien tukeminen.** Perehdytysosion viimeisenä, mutta tärkeänä asiana käsitellään sitä, millä tavalla taitovalmentaja voi saada tukea koko Omakehupaja-toiminnan ajan. Tämä osio perehdytyksestä on tärkeä myös siksi, että sen avulla hanke viestittää, että taitovalmentajista huolehtiminen on hankkeelle tärkeä arvo.

Perehdyttäminen kohderyhmän mahdollisiin erikoistarpeisiin, hankkeen yhteisiin pelisääntöihin ja taitovalmentajan tehtäviin sisältää paljon asioita. Nähdäkseni olisikin parasta, että perehdyttäminen jaettaisiin **kahdelle päivälle**, joista paljon aikaa varattaisiin myös keskustelulle. Tämä mahdollistaisi sen, että kaikilla osallistujilla olisi mahdollisuus sulatella ja miettiä mitä taitovalmentajana toimimiseen liittyy, ja myös mahdollisuus esittää punnittuja kysymyksiä. **Dialogisuus on olennaista koko perehdyttämisjaksossa.**

## 4.7. Reflektiivinen oppiminen Omakehupajoissa

Vuoden 2021 keväällä ja syksyllä toteutettujen Omakehupajoista saatu tärkeä kokemus oli se, että Omakehupaja on koko toiminnan mittainen oppimisprojekti, jossa kaikki mukanaolijat, niin taitovalmentajat kuin hanketta vetävät ja kirjoittamista ohjaavat henkilöt koko ajan kehittyvät ja kasvavat toiminnan edetessä. Siitä huolimatta, että toiminnan alussa luodaan ja yhteisesti sovitaan ne puitteet, joiden piirissä toiminta toteutetaan, Omakehupajatoiminnan luonne ja käytänteet muodostuvat pitkälle sen pohjalta millainen kukin toimintaympäristö on, ja keitä on mukana.

On välttämätöntä, että Omakehupajoissa omaksutaan aina toisilta oppimisen ilmapiiri, ja että reflektiivistä oppimista tuetaan vakiintuneilla käytänteillä. Omakehupajatoiminnasta tulee aina pyrkiä rakentamaan kohti kuuntelevaa ja oppivaa toimintamallia. (kts. esim. Nivala & Rynänen 2019, 19-20, 117.)

Käytännössä tämä merkitsee, että:

- 1) Taitovalmentajien ja toiminnasta vastuullisten ohjaajien välillä on luottamuksellinen keskustelusuhte, jossa taitovalmentaja tietää aina, kenen puoleen kääntyä, jos näkee toiminnassa jotain askarruttavaa tai parannettavaa.

- 2) Koko Omakehupajatoiminnassa mukana oleva toteuttava ryhmä kokoontuu säännöllisin väliajoin keskustelemaan kokemuksistaan ja tekemään huomiota ja ehdotuksia juuri nyt mukana olevien kannalta tärkeimmistä asioista. Mahdollisiin ongelmiin tartutaan näin nopeasti, ja kehittämistä voidaan tehdä yhdessä.

Perehdyttämisjaksolla läpikäyty materiaali ja sen aikana käydyt keskustelut toimivat hyvin näiden keskustelujen pohjana.

Reflektioivalla oppimisella nostetaan myös taitovalmentajien sitoutumisastetta, kun vahvistetaan heidän yhteenkuuluvuuden tunnettaan, ja tunnetta siitä, että heillä on mahdollisuus vaikuttaa toimintaan omilla havainnoillaan ja kokemuksellaan.

#### 4.8. Roolista ja identiteetistä: Mikä taitovalmentaja on?

Taitovalmentajaa kuvattiin Omakehu-hankkeen alussa paitsi kirjoittamisen ohjaajana ja kannustajana, myös eräänlaisena kanssakokijana. Määritelmä osoittautui ensimmäisellä toimintakaudella varsin hyväksi. Sen kautta pystyi näkemään, miksi taitovalmentaja on käyttökelpoinen ja itsenäinen toimijanimike sellaisten nimikkeiden kuin coach, fasilitaattori tai mentori. (kts. luku 2.11.)

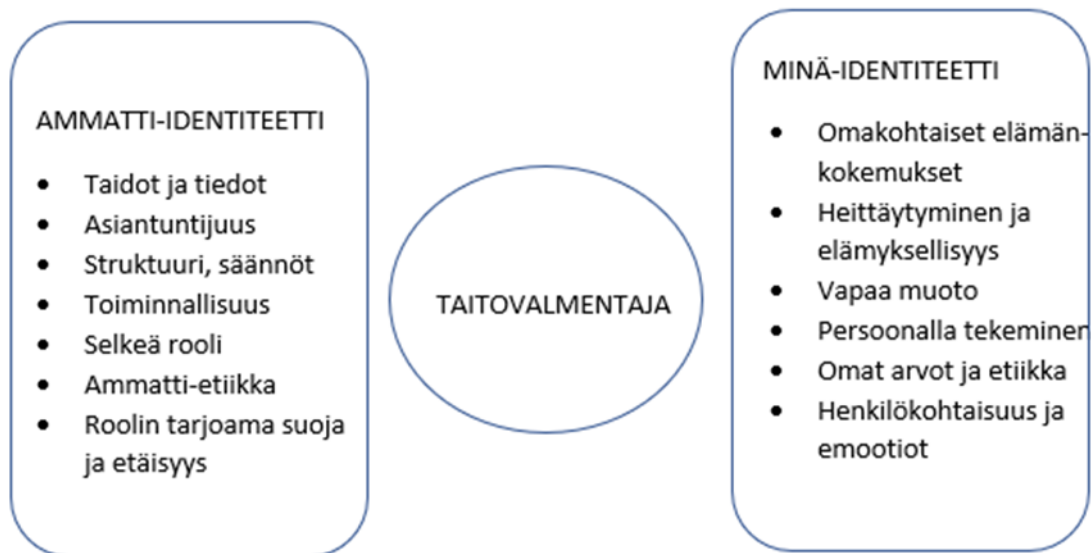
Siinä missä coach, fasilitaattori ja mentori toimivat lähtökohtaisesti asemasta, jossa heillä on selvästi enemmän tietoa, taitoa ja kokemusta kuin heidän ohjaamillaan henkilöillä, taitovalmentaja on enemmän samalla toimijuuden tasolla Omakehu -pajaan osallistuvan kanssa. Taitovalmentajalta ei vaadita pitkää kokemusta kirjoittamisesta tai julkaisukelpoiseksi saattamisesta, vaan kysymys on pikemminkin **sovitusta rooliasta** pajaan osallistuvan kirjoittajan ja taitovalmentajan välillä.

Kirjoitusprosessin aikana taitovalmentaja lähtee osallistujan kanssa eräänlaiselle matkalle. Osallistuja ei ole välttämättä aiemmin kirjoittanut tai ei ainakaan kirjoittanut säännöllisesti ja ohjatusti. Omakehupajaan osallistuminen tarkoittaa sukeltamista omaan kirjoittamiseen ja omiin tarinoihin. Taitovalmentaja on mukana tässä prosessissa paitsi ohjaajana myös kuulijana ja kanssakokijana. **Taitovalmentaja on kuulemisen ja kohtaamisen osaaja.**

Taitovalmentaja on kuitenkin **myös valmentaja** sanan varsinaisessa merkityksessä. Hän seuraa kirjoittamisprosessia ja valmistuvia tekstejä siitä näkökulmasta, kuinka niistä voisi muodostaa

kokonaisen, ehjän taideteoksen, ja millainen tuo teos muodoltaan voisi olla. Hän ohjaa kirjoittajaa suuntaan, joka vaikuttaa hänen ilmaisunsa kannalta parhaalta ja kertoo käsityksiään siitä, millainen teksti on ollut hänestä toimiva ja mikä ei.

Taitovalmentaja toimii kiintoisassa kohdassa. Toisaalta hänen toimintansa roolissaan on ammattimainen, mutta toisaalta hän toimii myös ns. oman sisäisen minänsä ja identiteettinsä lähtökohdista käsin. Tällä tarkoitetaan sitä persoonallisuuden osaa, joka käsittelee kysymyksiä oikeasta ja väärästä, ihmisten oikeanlaista kohtelua ja myös suhdetta taiteeseen ja estetiikkaan. Taitovalmentaja tekee työtä, mutta se on työtä, jolla voi hyvin perustein sanoa olevan syvempi yhteys siihen, miten hän maailmaa ihmisenä ymmärtää ja hahmottaa. **Tämä paikka on monella tapaa nimenomaan taitovalmentajalle tyypillinen**, ja sitä voidaan kuvata alla olevalla kuvalla:



#### 4.9. Mitä taitovalmentaja tekee ja mitä ei?

Omakehu-hankkeen ensimmäisenä toimintavuonna se mitä taitovalmentaja tekee ja mikä ei kuulu hänen tehtäviinsä alkoi selkeytyä keskusteluissa tiimin kesken.

Taitovalmentajan tehtäviin kuuluu:

- Osallistujan kirjoittamaan innostaminen.



- Osallistujan kirjoitusten lukeminen ja niiden kommentointi kannustavassa hengessä.
- Osallistujan kohtaaminen Omakehupajan puitteissa paitsi kirjoittajana myös ihmisenä. Osallistujan kuuleminen yhteisenä tarkoituksena löytää kirjoittamiselle sopivia aihepiirejä.
- Osallistujan tukeminen tekstien valikoinnissa ja kokonaisen teoksen valmiiksi saattamisessa.
- Omakehupajassa työskentelevien kirjoittamisen ammattilaisten tukeminen tekstien esilukijoina, luokittelijoita ja parhaiten kokonaisen teoksen tarpeita täyttävien tekstien esille tuojana etenkin silloin, kun tekstejä on paljon.
- Osallistujan ajatusten ja kokemusten välittäjänä hanketiimille, silloin kun sellainen tarve on nähtävissä.

Taitovalmentajien tehtäviin ei kuulu:

- Toimiminen kirjoitusvirheiden ja oikeakielisyyden korjaajana: Osallistujien joukossa voi olla ihmisiä, joilla on oppimisvaikeuksia tai esimerkiksi sellaisia, joille suomen kieli ei ole kotikieli. Keskittyminen kielioppiin voisi olla epäkannustavaa.
- Toimiminen terapeutina tai osallistujan elämään liittyvien ongelmien ratkaisijana. Empatian ilmaiseminen on hyvä asia, mutta pajoissa pyritään luomaan taideteoksia, eivätkä terapeutit keskustelut kuulu Omakehupajan toimintaan.
- Olla osallistujan saavutettavissa milloin tahansa: Taitovalmentajan on vapaa keskustelemaan osallistujan kanssa Omakehupajoissa. Hän voi myös, kohtuullisessa määrin tutustua osallistujan pajojen välissä tuottamiin, ja hankkeen sähköpostiin lähettämään teksteihin, mutta ei kommentoi niitä pajojen välissä.

#### **4.10. Osallistujien kohtaaminen Omakehupajassa**

Kysymys ihmisen kohtaamisesta on Omakehupajatoiminnan kohdalla keskeinen. Kuten on todettu, Omakehupajoihin osallistuvat ovat taustaltaan kirjavia, mutta useimmiten jollain lailla haastavassa elämäntilanteessa, ja usein myös jollain tavalla trauman kokeneita. Lisäksi kirjoittaminen itsessään saattaa asettaa ihmisen haavoittuvaan tilaan.

Tietopohjaisessa osiossa käsiteltiin toimijuutta, osallisuutta ja tunnustamista (luku 2.1.) Omakehupajoissa tulisi pyrkiä tietoisesti tunnustamaan osallistujan oma persoonallisuus ja toimintatavat, sekä vahvistamaan osallistujan omaa toimijuutta ja osallisuutta.

Käytännössä tunnustaminen syntyy reflektiivisen kuuntelemisen kautta. (kts. esim. (Nivala & Ryyänen 2019, 119, 190–191; Keltinkangas-Järvinen 1994, 17.)

Toimijuuden ja osallisuuden vahvistaminen tarkoittaa käytännössä paitsi osallistujan toimijuuden vahvistamista kirjoittajana, myös osana Omakehupajojen sosiaalista ryhmää. Kirjoittajien keskinäinen kanssakäynti, esimerkiksi toisten teksteistä keskusteleminen vahvistaa tätä. Luotamuksellisuuteen liittyvien pelisääntöjen tekeminen selväksi heti alusta lähtien helpottaa myös osallisuuden vahvistamista. (kts. esim. Nivala & Ryyänen 2019, 101–104; Lähteenmaa 2011:56–57 ja Lindqvist 1992, 160, 170.)

#### **4.11. ”Omana itsenään oleminen”. Persoonallisuuden käyttö**

Huolimatta siitä, että Omakehupajoissa taitovalmentajan työllä tulee olla selkeät toimintamallit ja toiminnan rajat, tekevät taitovalmentajat työtään myös persoonallisuudellaan, niin sanottu ”omana itsenään”.

”Omana itsenään oleminen” tarkoittaa ensinnäkin sitä, että taitovalmentaja tarkastelee pajoissa syntyviä tekstejä oman henkilökohtaisen kokemuksensa ja käsitystensä pohjalta. Ei-ammattilaisena hän lähestyy kirjoitettuja tekstejä ns. ”maallikon” näkökulmasta.

Toisekseen ”oman itsenään oleminen” tarkoittaa, että taitovalmentaja kohtaa Omakehupajaan osallistuvat aitona ihmisenä, mikä puolestaan luo otollisen ilmapiirin kirjoittamiselle ylipäänsä. (kts. esim. Huckshorn & Lebel 2013, 70; Kupias 2013, 50–51 ja Lindqvist 1992, 160)

Oman persoonallisuutensa hyödyntäminen ja omana itsenään työskenteleminen ei kuitenkaan tarkoita, että taitovalmentaja voisi osallistua Omakehupajaan ilman jatkuvaa ja tietoista oman

toimintansa tarkkailemista. Taitovalmentajan on osattava myös kontrolloida tilaa, jonka hänen oma persoonallisuutensa ja omat kokemuksensa voivat keskinäisessä kanssakäymisessä pajaan osallistuvan kanssa ottaa. Taitovalmentajan on paikalla tukijana, ohjaajana ja kuuntelijana. Hän ei voi tuoda keskusteluun omia henkilökohtaisia murheitaan; käsitellä syvällisesti omaa itseään kirjoittajana tai kommentoida osallistujien elämänvalintoja, vakaumusta tai yhteiskunnallisia näkemyksiä muutoin kuin tavalla, joka kuuluu yhteisesti sovittuihin, toista ihmistä kunnioittaviin Omakehupajan pelisääntöihin.

Taitovalmentaja on siis yhtä aikaa läsnä sekä aitona ihmisenä omine kokemuksineen, ajatuksineen ja maailmankuvineen, kuin myös roolinsa kautta kontrollissa sen suhteen, paljonko omasta itsestään päästää Omakehupajojen kontekstissa näkyviin.

Oman persoonallisuuden pitäminen aidosti esillä rohkaisee myös osallistujia avoimeen kanssakäymiseen ja kasvattaa luottamuksellisuuden ilmapiiriä pajan sisällä ja on osa dialogista työskentelytapaa. (kts. mm. Nivala & Ryyänen 2019, 119, 190–191 ja Keltinkangas-Järvinen 1994, 17.)

#### **4.12. Traumatietoinen tarinatyöskentely Omakehupajoissa**

Tämän opinnäytetyön tietopohjaisessa osuudessa käsiteltiin traumaa ja traumatietoista työtettä sekä luotiin silmäys taideterapeutiksi toimintamenetelmiin (luvut 2.2. ja 2.3.), ja erityisesti Omakehupajatoimintaa hyvin rinnastuvaan Voimauttavaan valokuvaan (luku 2.5). Omakehupajoissa ei tehdä taideterapiaa, sillä sitä varten niin ohjaajien kuin taitovalmentajienkin pitäisi olla terapeutin työhön pätevyitä.

Olenkin hahmotellut mallia, joka yhdistää traumatietoisesta työtteen ja taidepajatyöskentelyn. Kutsun tätä mallia **traumatietoiseksi taidetyöskentelyksi** tai Omakehupajojen kontekstissa spesifimmin **traumatietoiseksi tarinatyöksi**. Huomattavaa on, ettei nimityksellä ole tarkoitus luoda keinotekoisia raja-aitoja sen suhteen, että toiminnassa syntyneen kirjallisen työn tulos olisi nimenomaan tarina: Se voi yhtä hyvin olla runo, laulun sanoitus tai jokin muu kirjoitettu, puhuttu tai jopa näytelty sanataiteen laji. (kts. esim. Krutsin 2005,29; Kuhalampi, 2005, 41). **Tarina** ei kuitenkaan ole myöskään sattumalta valittu termi. Sillä pyrin kuvaamaan sitä, että riippumatta kirjallisen ilmaisun lajista, syntynyt tuotos vähintään heijastaa jotain **tarinallista**, jotain, joka on olennaista juuri sille kirjoittajalle ja hänen henkilökohtaiselle tarinalleen.

Seuraavassa hahmotellaan hiukan traumatietoiseen tarinatyöhön liittyvää teoriaa ja käytännön toteutustapoja.

Kirjoittaminen itsessään on ihmiselle luonnollista toimintaa: Se edistää ymmärtämistä ja ymmärretyksi tuleamista. Kirjoittaminen antaa mahdollisuuden saada palautetta omille ajatuksilleen ja jäsenellä kokemuksiaan. Se on muistiin painamisen ja tärkeiden asioiden säilyttämisen väline. Kirjoittaminen on myös esteettistä kielellä leikkimistä, joka sinänsä voi tuntua arvokkaalta ja tyydyttävältä. Tekstillä on yleensä aina kirjoittajan mielessä ainakin kuvitteellinen lukija: Siinä mielessä kirjoittaminen on myös aina kommunikaatiota. (kts. esim. Hatakka 2008: 337-339; Pöysä 2006: 221,230)

Muisteleminen on myös luonnollinen osa kirjoittamista. Kirjoittaminen käynnistää aina pidempiaikaisen prosessin, johon liittyy muistin herääminen erilaisten assosiaatioketjun tuloksena. Kirjoittaminen tuntuu etenkin ei-ammattimaisilla kirjoittajilla johtaa yleensä aina jonkinlaiseen elämänekerralliseen muisteluun. (Pöysä 2006, 230-231.)

Kun tiedetään, **että kirjoittaminen on usein luonteeltaan oman elämän muistelua**, ja tiedetään, että **se herättää assosiaatioita, jotka puolestaan nostavat pintaan tunteita**, ei ole mitenkään yllättävää, että kirjoittaminen todennäköisemmin herättää kuin ei herätä voimakkaitakin tunteita kirjoittajassa. Jos kirjoittajalla on taustallaan traumakokemuksia, on hyvin mahdollista, että juuri niiden kanssa kirjoittaja joutuu enemmän tai myöhemmin painimaan. (kts. esim. Maanmieli 2020, 174, 175.) On myös syytä ymmärtää, ettei traumaan liittyvä muistelu ja kirjoittaminen välttämättä koske nimenomaan jotain tiettyä tapahtumaa. Trauman jättämä muistijälki nimittäin ulottuu kauas traumaattisen tapahtuman ulkopuolelle merkityksiin, joita mieli on tapahtumalle antanut, ja tulkintoihin (Hodgen & Radstone, 2003, 18, 97, 100).

Vaikka ylivoimaisen voimakkaita tunnereaktiota ei kirjoittamisessa kohdattaisi, on selvää, että assosiaatioketjujen tai tietoisien päätöksen viedessä kirjoittajan lähelle traumakokemusta tunteilta ei voida välttyä. Huolimatta siitä, että kirjoittamisen tavoitteena olisi saada aikaan esteettisesti korkeatasoista ja kirjallisesti kiinnostavaa tekstiä, **kirjoittajaryhmistä tulee aina myös jonkinlaisia terapiaryhmiä, jossa kohdetaan emotionaalisia reaktioita**. (Sironen 1989, 89. Reinikainen 2003, 229.)

Millainen sitten on käytännössä traumatietoinen tarinatyöskentely, jonka toimijat eivät ole koulutuksen saaneita terapeutteja? Mitä se on silloin, kun toimintaan osallistuu ihmisiä, jotka elävät haastavissa elämäntilanteissa, ja joilla on taustallaan traumakokemuksia?

Ensimmäinen lähtökohta on, kuten kaikessa traumainformoidussa toiminnassa **traumatietoisuus**. Toimintaan osallistuvat koulutetaan siten, että he tietävät mitä trauma on, ja mitä se tarkoittaa ihmisen käyttäytymiselle yleensä ja kirjoittamistyölle erityisesti. Traumatietoisuus tarkoittaa myös sitä, että kaikki toimintaan ohjaajina ja valmentajina osallistuvat ovat tietoisia omista trauman paikoistaan, ja osaavat tarkkailla omia reaktiotaan tämän peilin kautta. Itsetuntemus tuo ohjaamiseen ammatillista laatua. (kts. Nyberg & Lindroos 2013, 114.)

**Turvallisen toimintaympäristön** luomisessa tulee mahdollisuuksien mukaan ottaa huomioon se, mitä traumainformoidusta lähestymistapaa käsiteltäessä sanottiin paikan siisteydestä, hyvästä opastuksesta, istumapaikkojen järjestämisestä ja niin edelleen. Fyysinen ympäristö on tärkeä, mutta tärkeämpää on luoda bloomilainen **Turvapaikka** (luku 2.2.), jossa sosiaalisesta, moraalista ja psykologisesta turvasta pidetään huoli huolehtimalla tasa-arvoisesta, erilaisuuden huomioivasta kommunikaatiosta, hyvästä tiedottamisesta, ja mahdollisuudesta suojella itseään psyykeä rasittavilta asioilta.

Traumatietoisessa tarinatyössä on tärkeää, että **osallistuja saa itse määrittää mistä hänen on turvallista kirjoittaa ja puhua**. Kirjoitustyötä ohjaava voi kysyä, haluaisiko henkilö kirjoittaa jostain tietystä keskustelussa esiin nousseesta asiasta, mutta osallistujaa ei saa painostaa tai manipuloida kirjoittamaan mistään tietystä aiheesta. Katariina Maanmieli toteaa myös, että autenttisuuden, tunnustuksellisuuden ja kronologisuuden vaateista luopuminen lisääturvallisuutta (Maanmieli 2020, 180).

Turvallisuutta lisää, ja yhteisöllisyyttä vahvistaa, että **kirjoitettaessa toimitaan ryhmässä** (katso luvut 2.4. ja 2.8.). Ryhmän jakaessa kokemuksiaan niin kirjoittamisesta kuin elämästä yleensä ryhmän sisäinen solidaarisuus vahvistuu, ja omien kokemusten esille tuominen tuntuu helpommalta. Emootioiden tuominen esiin tulee helpommaksi mitä kauemmin ryhmä toimii keskenään. Emootiot saavat ryhmässä myös jonkinlaisen yhteisen käsittelyn.

**Kontrollintunnetta** lisää se, että kirjoittajalla on koko ajan selkeästi ja toistuvasti ilmaistu kontrolli siitä, miten kirjoittamisprosessi etenee, ja mitä milloinkin tehdään. Hänellä on sopimukseen perustuva oikeus vetäytyä toiminnasta tai osasta toimintaa koska vain. Kirjoittajalla on myös omistusoikeus toiminnan tuloksiin.

**Yhteisöllisyys** tarkoittaa kirjoittajaryhmässä solidaarisuutta ja ehdotonta luottamuksellisuutta, joka on ilmaistu kaikille osanottajille. Yhteisöllisyys tarkoittaa myös tasa-arvoisuutta kaikkien kohtelussa.

Kirjoittamisen kautta haetaan muun muassa voimaantumista ja siksi **vahvuuksista rakentaminen** on luonnollinen osa kirjoittamisprosessia. Kun tavoitteet kuitenkin ovat myös taiteellisia ja esteettisiä, palautteen antaminen kuuluu myös osana toimintaan. Palautteen antamisen suhteen ohjaajan on kuunneltava tarkalla korvalla sitä, millainen palaute ei aiheuta palautteen saajassa epäoikeudenmukaisuuden ja väärin ymmärretyksi tulemisen tunteita. Jossain tapauksissa on hetkiä, jolloin palautetta tekstin laadusta ei kannata antaa ollenkaan. Ohjaus ja palaute on syytä pitää myönteisenä, ja suhtautuminen tehtyihin elämänvalintoihin kannustavana, lohduttavana ja aina ymmärtävänä. Joskus sanojakaan ei tarvita, myötätunto voidaan ilmaista hiljaisuudellakin. Usein ihmiselle riittää, että hänet on kuultu, ja hänen kokemuksensa on otettu todesta. (Maanmieli 2020, 180; Reinikainen 2013, 229.)

Miten traumatietoinen taidetyöskentely ja traumatietoinen tarinatyö todellisuudessa eroavat toisistaan traumainformoidusta lähestymistavasta ja toisistaan kirjallisuusterapiasta? Vastaus ensimmäiseen kysymykseen on ilmeinen: Ero traumainformoituun lähestymistapaan on vain siinä, että traumatietoinen taidetyöskentely ja -tarinatyö **yksinkertaisesti vain soveltavat traumainformoitua toimintatapaa taiteen tekemiseen ja kirjoittamiseen erityisesti**. Periaatteet ovat samat, toimintamalli on vain terävöitetty ymmärtämään kirjoittamistoimintaan liittyviä erityiskysymyksiä.

Raja-aitojen veto kirjallisuusterapiaan onkin vaikeampaa, ja osin myös hiukan keinotekoista: Traumatietoisella taidetyöskentelyllä ja -tarinatyöllä on piilottamattomia terapeutteja tavoitteita kuten voimaannuttaminen, valtaannuttaminen ja yhteisöllisyyden vahvistaminen. Luova sanataide edes trauman kokeneiden parissa ei ole kuitenkaan suoraan terapiaa, vaikka sillä on terapeutteja vaikutuksia. **Taideterapiassa tavoitellaan terapeutin prosessin alkamista ihmisessä, sanataiteen tavoitteet ovat kirjoittamisessa**. Tämän tulee olla selvää sekä ohjaajille, että osallistujille. (Repo & Kuuskorpi 2014, 89-90.)

Eroja siis on. Itse katsoisin, että erot traumatietoisessa taide/tarinatyöskentelyssä ja varsinaisessa taideterapiassa liittyvät **metodologiaan, vastaanottamiseen, tulkintaan, tavoitteisiin ja käyttöön**.

**Metodologinen ero** kirjallisuusterapian ja traumatietoisesta tarinatyöstä välillä on, **että tarinatyössä ei tarkoituksellisesti pyritä kohti traumaa**. Tarinatyössä ohjaaja ei kysy spesifisti kysymyksiä, joilla traumaa pyritään hahmottamaan. Kirjoittajaa ei myöskään kehoiteta erikseen

seuraamaan tunnereaktioitaan eikä suhteuttamaan niitä menneisyytensä, nykyisyyteensä ja tulevaisuuteen. – Tämä terapialle tyypillinen metodinen sillanrakennusaspekti menneisyydestä tätä päivää kohti tarinatyöstä puuttuu.

**Vastaanottamiseen ja tulkintaan** liittyvä ero on edelleen siinä, **ettei osallistujaa pyydetä tulkitsemaan** esimerkiksi kirjoituksensa symboliikkaa. Symboli otetaan niin kuin se on, intuitiivisesti ja taiteen kielen kautta ymmärrettynä. Kysymys on samantapaisesta näkemisestä ilman liian pitkälle menevää tulkintaa kuin Voimauttavassa valokuvassa.

Tarinatyössä on, toisin kuin kirjoitusterapiassa, tarkoitus työstää kokonainen ehjä kirjallinen tuotos. Siksi kirjoittajan saamaan palautteeseen liittyy editointiin ja fokusointiin liittyviä huomioita, joista kirjoitusterapiassa ei olla usein kiinnostuneita. **Voimaantumista haetaan tarinatyössä myös taiteellisen työn valmistumisen kautta.** Tavoitteisiin ei kuulu itseymmärryksen kasvattaminen, menneisyyden trauman käsittelyä auttavien välineiden löytäminen eikä menneisyyden järjestelmällinen suhteuttaminen nykyisyyteen: **Nämä kaikki ovat terapialle luonnollisia, mutta tarinatyölle liian suuria, ja metodologisesti tavoittamattomia tehtäviä.**

Tehtäessä eroa traumatietoisen tarinatyöskentelyn ja varsinaisen kirjoittamisterapian välillä on muistettava, että kirjoittaminen on lähes aina, ja kaikissa toimijaryhmissä **terapeutista**, ilman, että se on **terapiaa**. Katariina Maanmieli toteaa, että useilla kirjoitusryhmien ohjaajilla ei ole terapeutin koulutusta mutta oikealla ymmärryksellä traumasta terapeutista koulutusta ei tarvitakaan. (Maanmieli 2020:175,179)

#### 4.13. Taiteellisten tavoitteiden saavuttaminen

Omakehupajatoiminnan tärkeimpiin tunnusmerkkeihin kuuluu, että pajoissa pyritään luomaan jokin valmis taideteos. Oma valmis, mahdollisesti julkaistu, mahdollisesti elävän yleisön edessä esitetty teksti tai teos antaa potentiaalisesti kirjoittajalleen arvostuksen ja kuulluksi tulemisen tunteita, joita hän ei ole aiemmin kokenut. Vaikutus voi olla huomattava ja elämää muuttava.

Omakehupajaan osallistuva voi olla jo mukaan tullessaan jo päättänyt millaista tekstiä haluaa kirjoittaa, mutta yhtä mahdollista on ettei hänellä ole käsitystä siitä, mitä kirjoittaisi. Syntynyt teksti voi aluksi olla tyyliltään kirjavaa ja katkelmallista. Taitovalmentajalle onkin eduksi tutustuttaa itsensä erilaisiin tekstillisiin ilmaisunmuotoihin ja tekstityyppeihin. Suurimmaksi avuksi kirjoittajalle voi osoittautua se, että löydetään juuri sellainen kirjoittamisen muoto, mihin hänen tapansa kirjoittaa parhaiten soveltuu.

Toinen asia, johon perehtyminen auttaa taitovalmentajaa Omakehupajojen kirjoittamisen ohjaamista on tutustuminen toisaalta kansanomaisen elämäkertakirjoittamisen ja toisaalta ITE-taiteenomaisen kirjoittamisen genreihin, joita tässäkin opinnäytetyössä on käsitelty (luku 2.4). Genreymmärrys auttaa käsittelemään tekstejä niille kuuluvalla tavalla, ja hyväksymään esimerkiksi kansanomaiseen elämäkertaan tyypillisesti kuuluvat näkökulmavaihdokset ja katkelmallisuuden, samoin kuin ITE-taiteen määrämuotoon taipumattoman anarkisuudenkin. (Sääskilahti 2011, 192, 198; Sederholm 2008, 38).

Tämä näkökulma teksteihin vapauttaa niin kirjoittajan kuin taitovalmentajankin pyrkimästä kohti jotain ylähäältä päin säädeltyä ”oikeaa kirjallisuutta”.

Tekstien julkaisukuntoon saattamisessa taitovalmentajan tehtävät riippuvat siitä, millaiseen julkaisuun kulloisellakin Omakehupaja-projektilla on mahdollisuuksia, ja onko käytettävissä ammattikirjoittajia tukemassa julkaisujen valmistelua.

Omakehupajoissa vuonna 2021 oli mukana ammattikirjoittajia, mikä linjasi omaksuttuja toimintatapoja pajoissa. Koska kaikilla organisaatioilla ei voida olettaa olevan samanlaisia mahdollisuuksia hyödyntää vastaavia tekstiammattilaisia, on syytä lyhyesti pohtia, voidaanko Omakehupajoja toteuttaa ollenkaan, ellei tällaista ”taiteellista johtamista” ja kustannusyhteistyötä ole mahdollista saada?

Kysyttäessä asiaa Omakehupajoissa valmentaneelta kirjoittamisen ja kirjallisuuden ammattilaiselta, hänen vastauksensa oli yksiselitteinen kyllä: Vastaavaa toimintaa voidaan järjestää ilman Omakehu-hankkeen poikkeuksellisia puitteita. Pajoissa tehtävän työn roolitus kuitenkin pakostakin muuttuu.

Jos pajoissa ei ole mukana ammattimaista kirjoituksen ohjaamista, taitovalmentajien rooli korostuu ennen kaikkea julkaisua valmistavassa työssä, sillä silloin taitovalmentajien tehtävä on saattaa tekstit sellaisiksi, että niitä joko voidaan julkaista tai esittää yhteisesti sovitulla tavalla (esimerkiksi omalla nettisivulla, omakustanteena tai yhteisesti järjestetyssä tapahtumassa).

Julkaisemisella ja esittämisellä on suuri merkitys voimaantumisen, näkyväksi tulemisen, arvostuksen ja osallisuuden tunteiden saavuttamisessa (kts. esim. Savolainen 2008, 172-177). Tämä oli selvästi nähtävissä ja aistittavissa vuoden 2021 Omakehu-hankkeessa. Osallistujien kanalta on tärkeää, että heidän teoksensa tulevat mahdollisimman todellisella tavalla julkaistuiksi ja näkyville. Tämä tarkoittaa sitä, että tekstit pyritään saattamaan mahdollisimman laajan yleisön tietoisuuteen.



”Taiteellisella johtajalla” on merkitystä paitsi tukihenkilönä ja kirjoitusvalmentajana myös kontaktina julkaiseviin kanaviin.

Omakehupajoja voi toteuttaa ilman ammattimaista kirjoittajaa, mutta se saattaa vaatia taitovalmentajilta ja muilta projektiin osallistujilta ylimääräistä vaivaa ja tietynlaista ”enemmän kriittistä asennetta” mitä kirjoittamisen laatuun tulee.

#### 4.14. Taitovalmentajien tukeminen

Vuoden 2021 kokemuksista Omakehu-hankkeessa järjestetyissä pajoissa saatiin paljon oppia siitä, millaista tukea taitovalmentajat ensisijaisesti tarvitsivat missäkin vaiheessa toimintaa.

Alkuvaiheessa taitovalmentajat kaipaavat selvästi **tiedollista tukea ja neuvoja siihen, miten pajoissa toimitaan**. Tässä vaiheessa on hyvä luoda mahdollisimman selkeä kuva pajojen toimintamallista, toimintaperiaatteista ja tavoitteista. Myös aikataulut välitavoitteineen on hyvä tässä vaiheessa sopia niin pitkälle kuin mahdollista, ja luoda jonkinlainen tiekartta koko toimintakaudelle. Taitovalmentajia on myös hyvä muistuttaa ainakin alkuvaiheessa useampaan kertaan näistä Omakehupajojen perusasioista. Alussa uutta on paljon, ja luonnollinen jännitys saattaa aiheuttaa sen, että asioita jää kuulematta tai ne unohtuvat.

Omakehupajatoiminnan kestäessä taitovalmentajien kaipaama tuki koskee edelleen pajoissa toimimista. **Ongelmat saattavat koskea esimerkiksi tekstin tuottamista:** Osallistuja ei saa kirjoitetuksi, tai kirjoittaa niin paljon, ettei taitovalmentaja tiedä, mitä tekstimäärällä tekisi. Osallistuja voi myös kirjoittaa niin monenlaista erityyppistä tekstiä, ettei taitovalmentaja löydä keinoa, jossa tekstistä syntyisi kokonainen teos.

Pajoissa voidaan kohdata myös **kirjoittamiseen suoraan liittymättömiä ongelmia:** Osallistuja saattaa pajoissa puhua ja kirjoittaa hyvin vaikeista kokemuksista, mikä voi osoittautua rasakaksi taitovalmentajalle. Mahdollista on myös, että osallistujan välittämät asenteet ovat niin taitovalmentajan omien näkemysten vastaisia, että taitovalmentajan ja osallistujan suhde ei enää toimi.

Lopulta taitovalmentaja tarvitsee erityistä tukea silloin, kun **Omakehupajat loppuvat, ja taitovalmentajan ja valmennettavan suhde katkeaa**. Emotionaalinen sitoutuminen ihmisiin on luonnollista, vaikka heidän kanssaan työskenteleekin roolin suojassa (Batty 2020, 14-15).

Vuoden 2021 Omakehupajoissa hahmottui myös hyvin se, millaisista tukirakenteista taitovalmentajat hyötyvät.

Ensinnäkin taitovalmentajat tarvitsevat **toistensa tukea**. Taitovalmentajille on tärkeää pystyä keskustelemaan toisen taitovalmentajan kanssa siitä, miten jonkun tietyn osallistujan kirjoittamista saattoi parhaiten tukea, ja millaista teosta kohti sitä saattoi yrittää johdattaa. Toisistaan taitovalmentajat saavat vahvistusta näkemyksilleen ja ideoita esimerkiksi kirjoitusharjoituksiin. Parityö on suositeltavaa.

**Ammattikirjoittajien tuki**, mikäli sellaista on tarjolla, on tärkeintä perehdytysvaiheessa ja edelleen kun tekstejä alkaa syntyä. Alkuvaiheessa ammattilainen voi jakaa vihjeitään kirjoittamisen alkuun saattamiselle, ja pajojen edistyessä tekstien käsittelyn ja oikean genren löytämisen suhteen. Ammattilaisilla on myös suuri merkitys taitovalmentajien kannustajina ja rohkaisijoina, silloin kun he epäilevät omaa kykyään kirjoittamisen ohjaamisessa.

Kolmanneksi taitovalmentajat tarvitsevat Omakehupajoja **järjestävän organisaation** tukea. Tärkein tämän tahon tarjoama tuki muodostuu puitteiden järjestämisen lisäksi oikea-aikaisesta ja oikeamääräisestä tiedottamisesta, taitovalmentajien kuulemisesta ja lopullisen vastuun kantamisesta. Taitovalmentajan stressiä vähentää huomattavasti, jos hän tietää että Omakehupajoihin osallistuvien kirjoittajien onnistuminen ja hyvinvointi eivät ole hänen vastuullaan, vaan niistä huolehditaan organisaation puolelta.

#### **4.15. Kohti yhteiskehittävää ja yhteisöllistä tukemista**

Onnistunut Omakehupaja-toiminta on dialogista ja reflektioivaa. Sen eetosena on jatkuvasti kehittää ja tarkastella toimintaa niin että se palvelee kulloisessakin toimintaympäristössä tavoitteitaan parhaiten. Pajojen toimintaympäristöön vaikuttavat niin valmentajien kuin osallistujien persoonallisuudet, ja kussakin pajassa kirjoitettavat tekstit kuin pajojen fyysinen ympäristökin. Näiden muuttujien vuoksi Omakehupaja -toiminnan pitääkin olla jatkuvasti itseään kehittävää, neuvottelevaa ja korjaavaa.

Omakehupaja -toimintaa johtavien onkin viisasta sitoutua dialogisen ja kehittävän johtamisen periaatteisiin. Dialoginen lähestymistapa tarkoittaa, että ihmiset eivät vain kuvaile, raportoi tai suunnittele asioita sellaisina kuin ne ovat, vaan samalla tekevät niistä kuvaustensa mukaisia. . Dialogisuus edellyttää myös tiedon aktiivista jakamista toimijoiden kesken. (kts. Syvänen & al. 2012: 22.)

Dialogisuuden ja yhteiskehittävän toimintatavan lisäksi taitovalmentajia kaikkien mukana olevien keskinäinen yhteisöllisyyden tukeminen. Kun toiminta koetaan yhteiseksi projektiksi, se on motivoivampaa, sitouttavampaa ja tuottaa enemmän onnistumisia. Yhteisöllisyyden lisääminen myös kiinnittää taitovalmentajia enemmän omaan Omakehussa työskentelevien ryhmään sen sijaan että voimakasta kiinnittymistä tapahtuisi osallistujiin päin. Tämä suojaa taitovalmentajia liialliselta osallistujien kokemuksiin ja elämään uppoamiselta, sekä helpottaa irrottautumisvaiheessa luopumisen tuskaa.

Edellä kuvattua taitovalmentajille tukea tarjoavaa toimintamallia voidaan edistää seuraavilla tavoilla:

- **Yhteyshenkilöt:** Taitovalmentajilla tulee olla yhteyshenkilöt, joilta voivat kysyä neuvoa ja apua henkilökohtaisesti. Mahdolliset tuentarpeet on myös hyvä nimetä, jotta taitovalmentaja osaa ja uskaltaa lähestyä oikeaa henkilöä.
- **Palautehetki kunkin Omakehupajan jälkeen.** Kunkin Omakehupajan jälkeen on hyvä pitää lyhyt palautehetki. Palautehetki on hyvä pitää lyhyenä ja konstruktivana, koska pajatoiminta on väsyttävää, eikä energiaa ehkä riitä pitkiin keskusteluihin. Palautehetkessä käydään läpi välittömät tunnelmat pajan jälkeen. Palautehetkessä kerätään muistiin aiheita ja kysymyksiä, joihin on syytä palata myöhemmin paremmalla ajalla.
- **Mahdollisuus yhteisiin säännöllisiin keskusteluihin.** Mitä palautehetkessä välittömästi Omakehupajan ei käsitellä, voidaan käsitellä yhteisissä erillisissä kokoontumisissa. Näiden kokoontumisten tulee ihanteellisessa tapauksessa olla säännöllisiä, niin että taitovalmentajat tietävät, ettei heidän tarvitse koskaan pohtia asioita yksin ainakaan kovin kauan. Keskustelut käydään mielellään niin, että joku osallistujista moderoi keskustelua ja pitää huolen, että kaikki saavat äänensä kuuluville, eikä keskustelulle sovittua aikaa ylitetä.
- **Mahdollisuus tuoda ajatuksiaan ja kehitysehdotuksiaan esille myös keskusteluhetkien ulkopuolella.** Yhteinen sähköpostilista on osoittautunut tässä varsin toimivaksi välineeksi.
- **Tiedollinen tukeminen.** Perehdyttäminen on osa tiedolla tukemista. Toiminnassa mukana olevien ammattilaisten tulee myös jatkuvasti tarkkailla millaista tietoa tai-

tovalmentajat tarvitsevat ja tarjota heille käyttöön omaa ymmärrystään ja kokemuksiaan. Tiedolla tukemiseen liittyy myös ajantasainen tiedottaminen siitä, missä toiminnassa mennään, ja mitä on suunnitteilla.

- **Taitovalmentajien keskinäinen yhteydenpito.** Omakehupaja -toiminnan järjestäjien taholta on syytä kannustaa taitovalmentajia keskinäiseen yhteydenpitoon. Tämä vahvistaa yhteenkuuluvuuden tunnetta ja samalla tarjoaa vertaistukea
- **Yhteisöllisyyden kasvattamiseen pyrkivät toimenpiteet.** Omakehupaja-toimintaan on hyvä suunnitella mukaan myös yhteisiä kokoontumisia, joiden tärkein tavoite on yhteisöllisyyden kasvattaminen ja toverillisuuden voimistaminen. Tällaisia kokoontumisia voivat olla mitkä vain tilaisuudet, joiden tavoitteena on vain mukava yhdessäolo.

Turvallisen ja luottamuksellisen ilmapiirin luominen on Omakehupajojen toiminnan onnistumisen kannalta tärkein tavoite. Vastuu taitovalmentajien hyvinvoinnista on aina heidät toimintaan mukaan ottaneella taholla.

## 5. YHTEENVETO JA JALKAUTTAMINEN

Olen tässä opinnäytetyössäni pyrkinyt antamaan muodon taitovalmentaja-konseptille, jota Humanistisen ammattikorkeakoulun omassa Omakehu-hankkeessa ryhdyttiin syksyllä 2020 toden teolla luomaan. Opinnäytetyö toimii myös taitovalmentajien perehdytyksen tukena.

Taitovalmentajakonsepti on samalla tavalla jotain uniikkia kuin koko Omakehupaja- toimintakin. Siinä on nähtävissä paljon samaa monen muun tukemis-, auttamis- ja valmentamismallin kanssa, ja kuitenkin siinä on myös selkeitä erottavia tekijöitä, kuten olen tässä työssäni pyrkinyt osoittamaan. Taitovalmentajana toimimisesta tekee ainutlaatuista ainakin että: 1) Taitovalmentajaksi voi ryhtyä ilman aiempaa kokemusta kirjoittamisen ohjaamisesta tai taideterapiasta, oma kiinnostus teksteihin ja toisaalta kyky kuunnella ja pyrkiä ymmärtämään lahjakkuutta toisessa ihmisessä riittää; 2) Taitovalmentaja toimii tehtävässään roolissa, jossa hän ei niinkään opeta tai ohjaa vaan on kanssakokija, joka lähtee Omakehupajaan osallistujan kanssa matkalle tämän luovuuteen ihmetellen ja kannustaen.

Se, ettei taitovalmentajan tarvitse olla ammattilainen ei tarkoita sitä, etteikö hänen pitäisi tehdänsä hyvin hoitaakseen perehtyä tärkeimpiin kysymyksiin, jotka koskevat kohderyhmän kohtaamista, ohjaamista ja etiikkaa. Eikä se, että taitovalmentajan on lupa toimia omaa persoonallisuuttaan hyväksi käyttäen tarkoita, etteikö toiminnassa olisi struktuureita ja rajoja, joita taitovalmentajan tulee ymmärtää.

Tämän opinnäytetyön tehtävä oli luoda ja kuvata taitovalmentajana toimimisen konsepti. Olen tehnyt sen tässä kolmella tavalla: Ensinnäkin olen työni tietopohjaisessa osuudessa pyrkinyt tarkastelemaan tärkeimpinä pitämiäni kysymyksiä, jotka määrittelevät taitovalmentajan toimintaympäristöä. Tämä osio opinnäytetyössäni toimii myös syventävänä lukemistona ja lähdeluettelona niille, jotka haluavat hyödyntää Omakehupajojen taitovalmentajakonseptia omassa toiminnassaan.

Työni toisessa osassa keskityn enemmän itse taitovalmentajuuden toimintaehtoihin ja käytäntöön: Tämä osio perustuu paitsi tietopohjassa esitettyyn teoriaan myös käytännön havaintoihin, joita tein osallistuessani Omakehu-hankkeen ensimmäiselle toimintakaudelle 2021. Työni kolmas osa keskittyy käytännön konseptointiin siten, että tärkein paino annetaan taitovalmentajan perehdytykselle ja tukemiselle, jotka puolestaan kasvattavat koko projektin kannalta välttämä-

töntä sitoutumista. Lopulta olen opinnäytetyöni liitteeksi lisännyt ”Taitoalentajaksi!” – perehdytysmateriaalin, joka sopii sekä itseopiskeluun että läpikäytäväksi taitoalentajaksi haluavien kanssa toimintaan perehtyneen valmentajan johdolla.

Tietopohjaisessa osiossa olen käsitellyt syrjäytyneisyyden ja sukupuolisensitiivisyyden teemoja, jotka liittyvät suoraan Omakehupajojen kohderyhmään sekä vapaaehtoisuuden ja auttamisen teemoja, jotka liittyvät taitoalentajien motivointiin ja sitouttamiseen. Tietopohjaisen osion tärkeimmät teemat ovat kuitenkin sosiaalipedagogiikasta tutut kohtaamisen ja tunnustamisen käsitteet sekä pohdinta, joka koskee traumainformoitua kohtaamista ja Omakehupajatoiminnan rajanvetoa taideterapian kanssa. Omakehupajoissa kirjoitettiin rajuista ja raadollisista elämän kokemuksista, niissä ei kuitenkaan haluttu eikä voitu tehdä terapiaa. Rajanveto Omakehutoiminnan ja kirjoitusterapian välille oli välttämätöntä sanallistaa, ja sen olen toivon mukaan myös tehnyt.

Taideterapian käytänteiden tuntemus on silti hyväksi Omakehu-toiminnan ja taitoalentajuuden itsetuntemukselle. Siksi olen tässä opinnäytetyössä käsitellyt lyhyesti myös kirjallisuus-, draama- ja valokuvaterapiaa. Näiden läheisten toimintamuotojen ymmärtäminen helpottaa keskustelua, jota Omakehutoiminnassa käydään. Olen myös hahmotellut nimenomaan trauman kokeneiden kirjoituspajatoimintaa silmällä pitäen traumatietoisien tarinatyön toimintatapaa. Tässä toimintatavassa yhdistyvät traumatietoinen mutta ei terapeuttinen toimintatapa ja tavoitteellinen taidepajatyöskentely. Traumatietoisien tarinatyön malli on sovellettavissa myös muihin taiteen tekemisen muotoihin, kuten kuvataide- tai musiikintekopajoihin.

Opinnäytetyön tietopohjaisessa osuudessa on myös luku koskien ITE- taidetta. ITE-taiteeseen tutustuminen on taitoalentajalle hyväksi, sillä se haastaa pohtimaan taiteen ja taiteilijuuden rajoja ja avaa silmiä sille anarkistisen kaavoja kumartelemattomalle ja ”hyvästä mausta” välittämättömälle rohkealle taiteen tekemiselle, johon Omakehupajat haluavat kannustaa.

Taitoalentajien innostaminen ja sitouttaminen ovat ilman muuta tärkeitä kysymyksiä, sillä taitoalentaja työskentelee palkatta. Opinnäytetyössäni olen peilannut sitä, mitä vapaaehtoisuuden teemoista tiedetään siihen, mitä Omakehu-hankkeen vapaaehtoiset minulle omista motiiveistaan ja sitoutumiseen liittyvistä asioista kertoivat. Motivaation ja sitouttamisen keskeisiä asioita ovat paitsi kokemukset itselle tärkeiden arvojen mukaisesta tekemisestä ja itsensä haastamisesta myös aidosta oppimisesta.

Keskustelu etiikasta toiminnassa on Omakehupajojen ja taitovalmentajuuden sydämessä. Tässä lopputyössäni olen pyrkinyt hahmottamaan tärkeimpiä eettisiä kysymyksiä, jotka vaikuttavat taitovalmentajan työhön.

Taitovalmentajakonseptin toimimisen kannalta tärkeimmät asiat ovat mielestäni se, että taitovalmentajan perehdytys on asianmukaista ja se, että organisaatio joka Omakehutoimintaa järjestää on sitoutunut jatkuvaan reflektointiin, oppimiseen ja korjaamiseen. Omakehupajojen luonteeseen kuuluu, että niissä työskentelevät ja kirjoittavat henkilöt omalla persoonallisuudellaan ja kiinnostuksen kohteillaan tekevät kustakin pajasta uniikin. Keskusteleva organisaatio pystyy sovittamaan toimintaansa näiden muuttuvien olosuhteiden mukaan ja tulee samalla pitäneeksi huolen kaikkein toimintaan osallistuvien hyvinvoinnista ja eettisesti oikeasta kohtelusta. – Raameja tälle keskustelulle olen toivoakseni voinut tämän opinnäytetyön puitteissa rakentaa.

Tässä opinnäytetyössä on nimenomaisesti pyritty siihen, että Omakehupajojen taitovalmentajakonsepti on mahdollista helposti jalkauttaa **organisaatioiden palvelukseen**. Omakehupajatoiminta itsessään soveltuu monen toimijan käyttöön, sillä se on suhteellisen helppo ja kuuluu kohtuullinen toteutettava. Periaatteessa Omakehupajan toteuttamiseen ei tarvita kuin kirjoittamisesta kiinnostuneita osallistujia, taitovalmentaja, joku fyysinen tila tai digitaalinen alusta, jolla pajan voi järjestää ja kirjoitusvälineitä.

Taitovalmentajakonsepti asettuu palvelemaan hyvin erityisesti sosiaalisella alalla toimivia järjestöjä ja muita organisaatioita, sillä taitovalmentajuuden kynnyks on suhteellisen matala, ja siksi monella toimijalla on mahdollisuus hyödyntää konseptia. On kuitenkin tärkeää, että taitovalmentajan toiminnalle on luotu malli ja koottu yhteen sitä tietoa, mitä taitovalmentaja toiminnassaan tarvitsee. Tämä palvelee sekä taitovalmentajamallia hyödyntäviä organisaatioita että taitovalmentajia itseään. Konsepti ja viitekehys antavat tukea ja tiedollista turvaa taitovalmentajan vaativassa työssä.

## LÄHTEET

### Julkaisemattomat:

Katja Salmisen muistiinpanot Omakehu-pajoista 2021. Tekijän hallussa.

Katja Salmisen muistiinpanot taitovalmentajien kanssa käydyistä keskusteluista. Tekijän hallussa.

Katja Salmisen käymä sähköposti kirjeenvaihto hanketyöryhmän ja taitovalmentajien kanssa. 2020-2021. Tekijän hallussa.

Omakehu-hankkeen viikkopalaverien pöytäkirjat, 2020-2021, Omakehu-hankkeen hallussa

Taitovalmentajien WhatsApp – keskusteluryhmässä käyty keskustelu 2021. Tekijän hallussa

### Julkaistut:

Ahrne, Göran & Eriksson-Zetterquist, Ulla (edit.) 2011. Att få kunskap om samhället genom intervjuer. Teoksessa: Ahrne & Svensson et al., Handbok i kvalitativa metoder. Liber. Malmö

Allen, Natalie J & Meyer, John P. 1990. "The measurement and antecedents of affective, continuance and normative commitment to the organization" Journal of Occupational Psychology, Volume 63, Issue 1. The British Psychological Society Great Britain. Viitattu 16.10.2021. <https://bpspsychub.onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/j.2044-8325.1990.tb00506.x>

Auvinen, Elisa & Sarvela, Kati (toim.) 2020. Yhteinen kieli. Traumatietsuutta ihmisten kohtaamiseen. Basam Books. Helsinki.

Bath, Howard 2008. Three pillars of trauma-informed care. Viitattu 1.10.2021 [https://www.hope.ms.gov/sites/mccj/files/Hope%20training%20January%202021/read\\_3%20Pillars%20of%20TIC.pdf](https://www.hope.ms.gov/sites/mccj/files/Hope%20training%20January%202021/read_3%20Pillars%20of%20TIC.pdf)

Batty, Elaine, 2021. "Sorry to say goodbye: the dilemmas of letting go in longitudinal research." Sheffield Hallam University. Viitattu 12.2.2022. <http://shura.shu.ac.uk/25766/>

Blomqvist-Lyytikäinen, Mikaela 2020. Auttajien ja kasvattajien oman traumatisoitumisen merkitys ihmisten kohtaamisessa. Teoksessa Auvinen, Elisa & Sarvela, Kati (toim.) 2020. Yhteinen kieli. Traumatietsuutta ihmisten kohtaamiseen. Basam Books. Helsinki.



- Bolton, Gillie 2009. *Terapeuttinen kirjoittaminen palliatiivisessa hoidossa ja syövän hoidossa*. Teoksessa Ihanus, Juhani (toim.) 2009 *Sanat että hoitaisimme*. *Terapeuttinen kirjoittaminen*. Duodecim. Helsinki.
- Clary, E.Gill; Copeland, John; Haugen Julia; Miene, Peter; Ridge, Robert D.; Snyder, Mark & Stukas Arthur A. 1998, "Understanding and assessing the motivation of volunteers: A functional approach" *Journal of Personality and Social Psychology* 1998 Volume 74- American Psychological Association. Viitattu 21.10.2021 [http://communication-cache.com/uploads/1/0/8/8/10887248/understanding\\_and\\_assessing\\_the\\_motivations\\_of\\_volunteers-\\_a\\_functional\\_approach.pdf](http://communication-cache.com/uploads/1/0/8/8/10887248/understanding_and_assessing_the_motivations_of_volunteers-_a_functional_approach.pdf)
- Coffey, A. 1999. *The ethnographic self.. Fieldwork in the representation of identity*. London: Sage.
- Creswell, John W. 2007. *Qualitative Inquiry and Research Design: Choosing Among Five Approaches*. California: Sage Publications.
- Eskola, Jari 2010. *Laadullisen tutkimuksen juhannustaiat*. Teoksessa Juhani Aaltola ja Rainer Valli (toim.) 2010. *Ikkunoita tutkimusmetodeihin 2. Näkökulmia aloittevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin*. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Emerson, Robert, Rachel Fretz & Linda Shaw 2001. *Participant Observation and Fieldnotes*. Teoksessa Paul Atkinson, Coffey Amanda, Delamont, Sara, John Lofland & Lyn Lofland (edit.) 2001. *Handbook of Ethnography*. London: SAGE Publications.
- Guion, Lisa A; Diehl, David C. & McDonald, Debra 2011. *Conducting an In-depth Interview*. University of Florida. Viitattu 11.11.2021. <https://ciseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.831.2906&rep=rep1&type=pdf>
- Hammersley, M. & Atkinson, P. 2007. *Ethnography. Principles in practice* London: Routledge.
- Harju Jari & Huhtamella Petteri 2015. *Miehen kohtaaminen asiakastyössä*. *Miestyön abc*. Miestyön keskus. Viitattu 21.10.2021. <http://www.lpshp.fi/media/miesty-f6-kohtaamisessa-17.3.16.pdf>
- Harrison, David A. 1993. "Volunteering and attendance decisions: Competitive Theorytesting in multiple samples from Homeless shelter" *Juornal of Applied psychology* 1993. Vol.80. Viitattu 11.11.2021. [https://www.researchgate.net/publication/232514730\\_Volunteer\\_Motivation\\_and\\_Attendance\\_Decisions\\_Competitive\\_Theory\\_Testing\\_in\\_Multiple\\_Samples\\_From\\_a\\_Homeless\\_Shelter](https://www.researchgate.net/publication/232514730_Volunteer_Motivation_and_Attendance_Decisions_Competitive_Theory_Testing_in_Multiple_Samples_From_a_Homeless_Shelter)
- Hatakka, Mari 2008. *Itse kirjoitettu elämä*, teoksessa Knuuttila Seppo & Piela Ulla (Toim.) 2008. *Kansanestetiikka*. Kalevalaseuran vuosikirja 97. SKS. Helsinki.
- Hautamäki, Jarkko; Lahtinen Ulla; Moberg Sakari & Tuunainen Kari 1993. *Erityispedagogiikka 1*. WSOY. Porvoo.
- Haveri, Minna 2008. *Nykykansantaiteen ITE-estetiikka* teoksessa Knuuttila Seppo & Piela Ulla (Toim.) 2008. *Kansanestetiikka*. Kalevalaseuran vuosikirja 97. SKS. Helsinki.
- Hedman, Aster 2020 *Traumainformoitu*. Viitattu 10.11.2021. <http://traumainformoitu.fi/>
- Hentinen, K.; Iija, A. & Mattila, E. (toim.). 2009. *Kuuntele minua - mielenterveyshoitotyön käytännön menetelmiä*. Hämeenlinna: Kariston kirjapaino Oy.

- Hodgen, Katherine & Radstone, Susannah, 2003: Contested pasts. Introduction. Teoksessa Hodgen, Katherine & Radstone, Susannah (edit.) 2003. *Contested Past: Politics of Memory*. Routledge. London.
- Hodgen, Katherine & Radstone, Susannah, 2003. Remembering the suffering Teoksessa Hodgen, Katherine & Radstone, Susannah (edit.) 2003. *Contested Past: Politics of Memory*. Routledge. London.
- Hokkanen Liisa 2014. Autetuksi tuleminen. Valtaistavan sosiaalisen asianajon edellyttämät toimijuudet. Akateeminen väitöskirja. *Acta Electronica Lapponiensis* 145. University of Lapland. Lapin Yliopisto. Rovaniemi. Viitattu 21.10.2021 <https://lauda.ulapland.fi/handle/10024/61787>
- Hokkanen, Liisa 2009. Empowerment valtaistumisen ja voimaantumisen dialogina teoksessa Mäntysaari Mikko & Pohjola, Anneli (Toim.) 2009. *Sosiaalityö ja teoria*. PS-kustannus. Jyväskylä.
- Huckshorn, Kevin & Lebel, Janice L. 2013. Traumainformed care teoksessa Yeager, K. R., Cutler, D. L., Svendsen, D., & Sills, G. M. (Edit.) 2013. *Modern community mental health: An interdisciplinary approach*. Oxford University Press Oxford.
- Hyväri Susanna & Peitsalo Peter 2019. Sukupuolisensitiivisyyden merkitys työuravalmennuksessa. Teoksessa Haapanen Ari (toim.) 2019 *Auta miestä mäessä*. Nuorten miesten koulutus ja työelämävalmennusprosessi. DIAK puheenvuoro 24, Diakonia ammattikorkeakoulu. Helsinki.
- Häkämies, A. 2007. Metodilla on merkitys – Muodolla on mieli. Tampereen yliopisto. Kasvatustieteiden laitos. Viitattu 16.11.2021. <https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/67752/978-951-44-7068-4.pdf?sequence=1>
- Ihanus, Juhani 1989. Halun kieli, teoksessa Ihanus Juhani (toim.) 1989. *Kantavat sanat*. Kirjastopalvelu Oy. Lappeenranta.
- Ihanus, Juhani 2009. Sanat että hoitaisimme. Kirjallisuusterapia ja kertomukset. Teoksessa Ihanus, Juhani (toim.) 2009. *Sanat että hoitaisimme*. Terapeuttinen kirjoittaminen. Duodecim. Helsinki.
- Ingen, Erik van & Walton, John 2017. ”I volunteer, therefore I am? Factors affecting volunteer role identity” *Non-profit & Voluntary Sector Quarterly*. Sage. Netherlands. Viitattu 1.11. 2021. <https://research.vu.nl/en/publications/i-volunteer-therefore-i-am-factors-affecting-volunteer-role-ident>
- Jokinen, Arto 1999. ”Suomalainen miestutkimus ja -liike. Muutoksen mahdollisuus? ” Teoksessa Arto Jokinen (toim.) 1999. *Mies ja muutos*. Kriittisen miestutkimuksen teemoja. Tampere University Press. Tampere.
- Kanniainen, Minna-Rosa; Nylund, Jaana & Kupias, Päivi 2017. Mentoroinnin työkirja. Helsingin yliopisto. Viitattu 18.11.2021. [https://blogs.helsinki.fi/mentorointi/files/2014/08/Mentoroinnin-tyokirja\\_A4.pdf](https://blogs.helsinki.fi/mentorointi/files/2014/08/Mentoroinnin-tyokirja_A4.pdf)
- Keltinkangas-Järvinen, Liisa 1994. *Hyvä itsetunto*. WSOY: Helsinki.
- Korkiakangas, Pirjo 2006. Etnologisia näkökulmia muistiin ja muisteluun. Teoksessa Fingerroos Outi; Haanpää Riina; Heimo Anne ja Peltonen Ulla-Maija (toim.) 2006. *Muistitietotutkimus. Metodologisia kysymyksiä*. Tietolipas 214. SKS. Helsinki

- Krutsin Pia 2005. Sanataidekasvatusta Suomessa – kirjoittajakoulutuksesta kaikkien harrastukseksi. Teoksessa Mäkelä Marja-Leena (toim.) 2005. Sanaista taidetta. BTJ Kirjastopalvelu Oy. Helsinki.
- Kuhlampi Anja 2005. Sanataidekoulutusta luokanopettajille. Teoksessa Mäkelä Marja-Leena (toim.) 2005. Sanaista taidetta. BTJ Kirjastopalvelu Oy. Helsinki.
- Kupias, Päivi: Toimijuus työssä 2016. Tukena työnohjaus, coaching, mentorointi ja fasilointi. HY+. Helsingin yliopiston koulutus- ja kehittämispalvelut. Helsingin yliopistopaino. Helsinki.
- Lahti, Minna 1997. Mustasukkaisuutta ratkottiin haulikolla: Emootiot antropologian tutkimuskohteena. Suomen Antropologi 22. Viitattu 18.1.2021 <https://elektra.helsinki.fi/se/s/0355-3930/22/3/mustasuk.pdf>
- Laitinen, Arto 2007. Persoonien välisestä tunnustuksesta. Teoksessa Kimmo Nuotio & Heta Aleksandra Gylling (toim.) 2007. Oikeus ja politiikka: filosofisia esseitä. Suomalainen lakimiesyhdistys, Helsinki.
- Laitinen, Arto 2010. On the Scope of 'Recognition: The Role of Adequate Regard and Mutuality. Viitattu 20.10.2021. [https://www.researchgate.net/publication/323521699\\_On\\_the\\_Scope\\_of\\_'Recognition'\\_The\\_Role\\_of\\_Adequate\\_Regard\\_and\\_Mutuality](https://www.researchgate.net/publication/323521699_On_the_Scope_of_'Recognition'_The_Role_of_Adequate_Regard_and_Mutuality).
- Lehtinen, Santtu 2018. Uskalla ajatella, yhdessä. parempiin päätöksiin mo-niulotteisessa tietoympäristössä. Sitran työpäpaperi. Viitattu 16.11.2021. <https://media.sitra.fi/2018/11/02141243/uskalla-ajatella-yhdessa.pdf>
- Lehtonen, Mikko S. 1999. Maskuliinisuus, kansallisuus ja identiteetti. Teoksessa Arto Jokinen (toim.) 1999. Mies ja muutos. Kriittisen miestutkimuksen teemoja. Tampere University Press. Tampere.
- Lindqvist Martti 1990. Auttajan varjo. Uusintapainos vuodelta 2017. Otavan kirjapaino. Keuruu.
- Lindqvist Martti 1992. Unelma rohkeasta elämästä. Ryhmämatkoja luovuuteen. Otava. Helsinki.
- Linguist Anita 2009. Kirjoittaminen itsehoitona ja psykoterapeuttisena menetelmänä. Teoksessa Ihanus, Juhani (toim.) 2009 Sanat että hoitaisimme. Terapeuttinen kirjoittaminen. Duodecim. Helsinki.
- Lähteenmaa, Jaana 2011 ”Nuoret työttömät ja yliviritetty toimijuus” Nuorisotutkimus 2011/4. Viitattu 21.11.2021. <https://core.ac.uk/download/pdf/39982121.pdf>.
- Lönnqvist, Jouko 2005. Mielenterveys ja taide. Teoksessa Elovirta, Arja (toim.) 2005. Omissa maailmoissa: taidetta, terapiaa ja liiteripicassoja. Maahenki Oy. Jyväskylä.
- Maanmieli, Karoliina 2020. Kirjoittaminen ja kirjallisuusterapia trauma-työskentelyssä teoksessa Auvinen Elisa & Sarvela Kati (toim.) 2020 Yhteinen kieli. Traumatietoisuutta ihmisten kohtaamiseen. Basam Books. Helsinki.
- Miessakit – järjestön nettisivut. Viitattu 1.11.2021. <https://www.miessakit.fi>

- Nivala Elina & Ryyänen Sanna 2019. Sosiaalipedagogiikka. Kohti inhimillistä yhteiskuntaa. Gaudeamus. Helsinki.
- Nyberg Sari & Lindroos Maria 2009. Traumainformoitu johtaminen. Teoksessa Ihanus, Juhani (toim.,) Sanat että hoitaisimme. 2009 Terapeuttinen kirjoittaminen. Duodecim. Helsinki.
- Nylén, Antti 2014. Tunteista ja miehen elämästä. Teoksessa Tihinen Juha-Heikki ja Salminen Hannele 2014. Miehet – Onko tunteita? Arktinen banaani. Juva.
- Omakehu-hankkeen kotisivu 2020. Viitattu 1.11.2021 <https://omakehu.humak.fi/omakehu-hankkeen-omakehu-hankkeessa/>
- Omakehu-hanke. Hankehakemus 2020, Viitattu 1.11.2021. <https://docplayer.fi/219922203-Paattymispaivamaara.html>
- Page, Nanette & Czuba, Cheryl E 1999. "Empowerment: What is it?" Journal of Extension, Vol. 37. No 5. Viitattu 1.11.2021 <https://archives.joe.org/joe/1999october/comm1.php>
- Peitsalo, Petri 2015a. Miesnäkökulma hyvinvoinnin edistämiseksi. Miessakit ry. Juhlavuoden artikkelisarja. Viitattu 16.11.2021. <https://www.miessakit.fi/2015/11/18/miesnakokulma-hyvinvoinnin-edistamisessa/>
- Peitsalo, Petri 2015b. Mieserityisyys Miessakit ry. Juhlavuoden artikkelisarja. Viitattu 16.11.2021 <https://www.miessakit.fi/2015/02/11/mieserityisyys/>
- Peitsalo, Petri 2015c. Miesryhmätoiminta ja sen toteuttaminen. Miessakit ry. Juhlavuoden artikkelisarja. Viitattu 16.11.2021 <https://www.miessakit.fi/2015/09/04/miesryhmatoiminta-ja-sen-toteuttaminen/>
- Peitsalo, Petri 2019. Mentorointi osana valmennusta. Teoksessa Haapanen Ari (toim.) 2019 Auta miestä mäessä. Nuorten miesten koulutus ja työelämä-valmennusprosessi. DIAK puheenvuoro 24, Diakonia ammattikorkeakoulu. Helsinki.
- Peltonen, Ulla-Maija 2006, Muistitieto folkloristiikassa. Teoksessa Finger-roos Outi, Haanpää Riina, Heimo Anne ja Peltonen Ulla-Maija (toim.) 2006. Muistitietotutkimus. Metodologisia kysymyksiä. Tietolipas 214. SKS. Helsinki.
- Peltoniemi Mai ja Norlund Taru 2017. Persoonan rakenteellisesta dissosiaatiosta. Dissosiaatio tietopankki. Disso ry. Viitattu 1.10.2021. [https://www.disso.fi/tietoa\\_traumasta\\_ja\\_dissosiaatiosta/traumatisoituminen/persoonan-rakenteellisesta-dissosiaatiosta/](https://www.disso.fi/tietoa_traumasta_ja_dissosiaatiosta/traumatisoituminen/persoonan-rakenteellisesta-dissosiaatiosta/)
- Punna, Mari; Malinen Kaisa; Sevón Eija ja Sihvonen Sanna. 2017 "Kannattaako asiakkaan toimijuuden ja itseohjautumisen vahvistaminen?" Sosiaalilääketieteen aikakauslehti 2017 vol. 54. Sosiaalilääketieteen yhdistys. Helsinki.
- Puro, Jukka-Pekka 2002. Esimiehen viestintätaidot. WSOY. Helsinki
- Puro, Jukka-Pekka. 2010. Kuunteleva organisaatio. Infor Oy. Porvoo.
- Pöysä, Jyrki, 2006. Kilpakirjoitukset muistitietotutkimuksessa, Teoksessa Fingerroos, Outi; Haanpää Riina; Heimo Anne & Peltonen Ulla-Maija (toim.) 2006. Muistitietotutkimus. Metodologisia kysymyksiä. Tietolipas. SKS, Helsinki
- Rantanen, Heli 2005. Nettikioskeja ja laajakaistaa. Helsinki. Edita Prima Oy. Viitattu 17.11.2021. <https://media.sitra.fi/2017/02/27172911/Raportti49-2.pdf>

- Raunio, Kyösti 2006. Syrjäytyminen. Sosiaalityötä kiinnostavia näkökulmia. Sosiaali- ja terveysturvan keskusliiton julkaisuja 2006. Helsinki.
- Reinilä, Eeva 2009, *Terapeuttinen päiväkirjaprosessi*. Teoksessa Ihanus, Juhani (toim.) 2009. Sanat että hoitaisimme. *Terapeuttinen kirjoittaminen*. Duodecim. Helsinki.
- Reinikainen, Pepi 2009. *Elämänkaari-kirjoituksen dialogia*, Teoksessa Ihanus, Juhani (toim.) 2009. Sanat että hoitaisimme. *Terapeuttinen kirjoittaminen*. Duodecim. Helsinki.
- Repo, Nina & Kuuskorpi Taina 2014. *Sanataidetta kriisir ryhmille*. Tutkimus voimaannuttavasta, unista ammentavasta kirjoitusprojektista. *Scriptum*. Vol 1. Issue 1. Fall 2014. University of Jyväskylä.
- Rhodes, Colin 2004. *Toinen taide, luovat erot*. Maahenki Oy. Jyväskylä.
- Ridge, Damien; Emslie, Carol & White Alan 2010. "Understanding how men experience, express and cope with mental distress: where next?" *Sociology of Health and Illness*. Vol. 33 no 1. 2011. Foundation for the Sociology of Health & Illness. United Kingdom. Viitattu 17.11.2021. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/j.1467-9566.2010.01266.x>
- Rissanen Päivi & Puumalainen Jouni 2016. "Kokemuksen kautta osaamiseen. Vapaaehtoisuus, vertaisuus ja kokemusasiantuntijuus" *Kuntoutus-lehti* 1/2016.
- Roos J.P. 1994. *Kuinka hullusti elämä on meitä heitellyt*. Suomalaisen miehen elämän kurjuuden pohdiskelua. Teoksessa Roos J.P. ja Peltonen, Eeva (toim.) 1994. *Miehen elämää*. Tietolipas 136. SKS. Helsinki.
- Rähme, Boris 2013; *Recognition. Reflections on a Contested Concept*. *Verifiche: Rivista Trimestrale di Scienze Umane* 42. Roma. Viitattu 17.11.2021. [https://www.researchgate.net/publication/296839233\\_recognition\\_reflections\\_on\\_a\\_contested\\_concept](https://www.researchgate.net/publication/296839233_recognition_reflections_on_a_contested_concept).
- Salminen, Mikko 2014. *Sosiaaliset verkostot maahanmuuttajamiesten kotoutumisprosessissa Vieraasta Veljeksi-projektissa, Opinnäytetyö, Rikosseuraamusala, Laurea-ammattikorkeakoulu*. Viitattu 20.10.2021. [https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/78614/Opinnaytetyo\\_Salminen\\_Mikko\\_2014.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/78614/Opinnaytetyo_Salminen_Mikko_2014.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Sandberg Juha, 1989 *Kantavat sanat* teoksessa Ihanus Juhani (toim.) 1989. *Kantavat sanat*. Kirjastopalvelu Oy. Lappeenranta.
- Sandberg, Otso, 2015. *Hallittu syrjäytyminen. Miten syrjäytymisestä muodostui jokaiseen meistä ulottuva riski?* Akateeminen väitöskirja, Tampereen yliopiston yhteiskunta- ja kulttuuritieteiden yksikkö. Viitattu 17.11.2021. <https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/96542/978-951-449677-6.pdf?sequence=1>
- Sarvela Kati 2019. *Hyviä tapoja omaksumassa, Malleja maailmalta* teoksessa Auvinen Elisa & Sarvela Kati (toim.) 2020. *Yhteinen kieli. Traumatietoisuutta ihmisten kohtaamiseen*. Basam Books. Helsinki.
- Savolainen Miina, 2008 *Maailman ihanin tyttö*. Blink Entertainment Oy. Helsinki.
- Sederholm Helena 2008: *Kansanestetiikan ja taiteen kohtaamisia* teoksessa Knuuttila Seppo & Piela Ulla (Toim.) 2008. *Kansanestetiikka*. Kalevalaseuran vuosikirja 97. SKS. Helsinki.

- Sironen Kati 1989. Kuka lohduttaisi ohjaajaa? Projektiiivinen identifikaatio kirjoittajaryhmässä teoksessa Ihanus Juhani (toim.) 1989. Kantavat sanat. Kirjastopalvelu Oy. Lappeenranta.
- Suomen Coaching-yhdistyksen nettisivut : Viitattu 17.11.2021. [www.coaching-yhdistys.fi](http://www.coaching-yhdistys.fi)
- Stranius, Leo 2009. ”Epämuodollinen kansalaistoiminta. Järjestöistä kevytaktivismiin. Teoksessa: Suomalaiset osallistujina. Katsaus suomalaisen kansalaisvaikuttamisen tilaan ja tutkimukseen 2009. Oikeusministeriön julkaisuja. Helsinki.
- Stevanovic, Melissa & Weiste Elina 2018. Keskusteluanalyysi ja fokusryhmien diskursiivinen tutkimus. Teoksessa Huovinen L. Kääntä L. Lehtinen L (toim.) 2018. Diskurssitutkimuksen menetelmistä, On the method of discursive studies. AFinla-e, Soveltavan kielitieteen tutkimuksia 2018/ No. 11. Viitattu 22.11.2021. [https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/282225/68981\\_Artikkelin\\_teksti\\_109145\\_1\\_10\\_20181213.pdf?sequence=1](https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/282225/68981_Artikkelin_teksti_109145_1_10_20181213.pdf?sequence=1)
- Syrjäläinen, Eija 1991. Etnografinen tutkimusote opetuksen tutkimuksessa. Teoksessa Leena Syrjälä & Juhani Merenheimo (toim.) 1991. Kasvatustutkimuksen laadullisia lähestymistapoja. Oulun yliopiston kasvatustieteiden tiedekunnan opetusmonisteita ja selosteita 39. Oulu: Oulun yliopisto, 32 - 49
- Syvänen, Sirpa; Kasvio, Antti; Loppela, Kaija; Lundell, Susanna; Tappura, Sari & Tikkamäki Kati (toim.) 2012. Dialoginen johtaminen innovatiivisuuden tekijänä. Tutkimusohjelman teoreettiset lähtökohdat, tutkimuskysymykset ja toteutus. Työterveyslaitos. Helsinki. Viitattu 17.2.2022 [https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/114647/Dialoginen\\_johtaminen.pdf?sequence=1](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/114647/Dialoginen_johtaminen.pdf?sequence=1)
- Sääskilahti, Nina 2011. Ajan partaalla Omaelämäkerrallinen aika, päiväkirja ja muistin kulttuuri. Nykykulttuurin tutkimuskeskuksen julkaisuja 105 Jyväskylän yliopisto 2011. Jyväskylä.
- Timperi, Tomi 2015. Miesten keskinäinen yhdenvertaisuus. Miessakit ry. Juhlavuoden artikkelisarja. Viitattu 16.11.2021. <https://www.miessakit.fi/2015/04/21/miesten-keskinainen-vertaisuus/>
- Timperi, Tomi, 2019. Esipuhe. Teoksessa ”Auta miestä mäessä. Nuorten miesten koulutus ja työvalmennusprosessi” Diakonia-ammattikorkeakoulu. Helsinki.
- Valjakka, Sari, 2017. Näkökulmia vammaisten ihmisten ja mielenterveys-kuntoutujien tietotekniikan ja digipalvelujen käyttöön. Digitaalinen arki -selvitysprojekti. Aspa-säätiö. Viitattu 21.10.2021. Löydettävissä: <https://www.aspa.fi/sites/default/files/N%C3%A4kulmia%20vammaisten%20ihmisten%20ja%20mielenterveyskuntoutujien%20tietotekniikan%20ja%20digipalvelujen%20k%C3%A4ytt%C3%B6n.rtf>
- Voimauttava valokuva- nettisivut. Viitattu 1.11.2021. <http://www.voimauttavavalokuva.net/menetelma.htm>

## LIITTEET

Taitovalmentajaksi! – Power Point muotoisen perehdytysmateriaalin kansilehti ja kahden perehdytyskokonaisuuden sisällysluettelot.



## ENSIMMÄISEN JAKSON ASIAT:

3.9.2022 / Katja Salminen

Taitovalmentaja lyhyesti  
Minä vapaaehtoisena  
Syrjään jääneet  
Mieserityisyys ja sukupuolisensitiivisyys  
Taidetta tavallisten kanssa  
Toimijuus, dialogisuus, tunnustaminen  
Traumainformoitu työote

Taidevalmentajaksi!

2

## TOISEN JAKSON ASIAT:

3.9.2022 / Katja Salminen

Omakehupajojen toimintamalli – lyhyesti  
Eettisistä kysymyksistä  
Taitovalmentajan rooli  
Pajatyöskentely  
Traumatietoinen tarinatyö  
Osallistujien tukeminen  
Tukea taitovalmentajalle

Taidevalmentajaksi!

47





# TAITOVALEMENTAJAKSI!

---

Pieni perehdytys taitovalmentajuuteen

# ENSIMMÄISEN JAKSON ASIAT:

Taitovalmentaja lyhyesti

Minä vapaaehtoisena

Syrjään jääneet

Mieserityisyys ja sukupuolisensitiivisyys

Taidetta tavallisten kanssa

Toimijuus, dialogisuus, tunnustaminen

Traumainformoitu työote

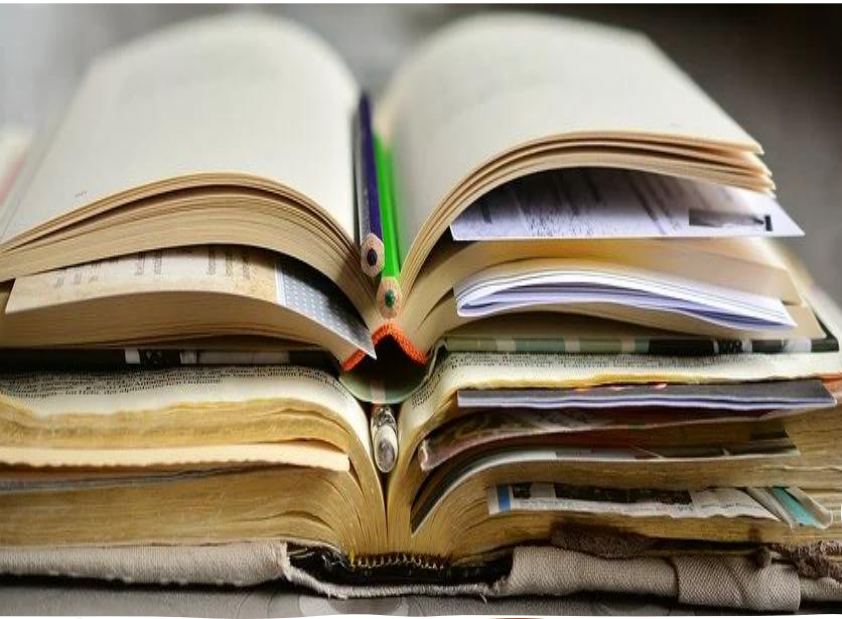
# TÄMÄN MATERIAALIN KÄYTÖSTÄ

---

- Tämä perehdytysmateriaali on suunniteltu niin, että sitä voi käyttää itseopiskelun välineenä. Hedelmällisintä kuitenkin on, että materiaalia käydään läpi ryhmässä, keskustellen. – Useimpien kokonaisuuksien loppuun on lisätty pieni ”pohdittavaksi” – osio, jonka tarkoitus on tarjota keskustelulle virikkeitä.
- Materiaali on suunniteltu käytäväksi läpi vähintään kahden opetuspäivän aikana.
- Perehdytysmateriaali on yleisluontoinen. Kukin organisaatio voi muokata sitä tarpeisiinsa sopivaksi. Etenkin käytännön toiminta yksittäisessä Omakehupajassa riippuu kulloinkin mukana olevista ihmisistä ja resursseista.
- Materiaali on rakennettu Katja Salminen Humak Ammattikorkeakoululle tekemän lopputyön rakennetta ja teemoja noudattaen. Lopputyöstä voi lukea enemmän taustoja käsitellyille teemoille ja tutustua kattavampaan kirjallisuus- ja lähdeluetteloon.
- Perehdys materiaalin kuvat ovat kuvituskuvia. Lähde: Pixabay.

# TAITOVALMENTAJA - LYHYESTI

---



# TAITOVALMENTAJA - LYHYESTI

---

- Taitovalmentaja on Omakehupajoissa työskentelevä pajoihin osallistuvien miesten **tukija, kannustaja, kanssakulkija ja osallistujien kirjoittamista ohjaava vapaaehtoinen.**
- Omakehu-hankkeessa osallistujat työstävät taitovalmentajien ja asiantuntijavalmentajien kanssa sellaisia tekstejä, jotka heistä itsestä tuntuvat tekstityyppinä ja aiheina läheisemmiltä.

# TAITOVALMENTAJA - LYHYESTI

---

- Kirjoittaja saa pajoissa **apua kirjoittamisen aloittamiseen, tukeaan jatkamiseen, sekä vihjeitä tekstiensä hiomiseen.**
- Omakehu-hankkeessa päämääränä on, että jokainen Omakehupajoihin osallistunut **tuottaa jonkin valmiin kirjallisen tuotoksen.** – Sen muoto voi olla mikä hyvänsä.
- Omakehupajojen osallistujat ovat ”syrjäytyneitä ja syrjäytymisvaarassa olevia” 15 – 55 –vuotiaita miehiä.

# TAITOVALMENTAJA - LYHYESTI

---

- Valmiiden kirjallisten teosten syntymisen lisäksi tavoitteena on:
  - Voimauttaa osallistujia ja vahvistaa heidän **käsitystä omasta itsestään** auttamalla heitä tunnistamaan ja sanoittamaan omia vahvuuksiaan.
  - **Voimauttaa** osallistujia valmiin teoksen syntymisen kautta.
  - Vahvistaa osallistujien **sosiaalista kuuluvuuden tunnetta ja yhteisöllisyyttä** kirjoittajayhteisön ja aidon sosiaalisen kohtaamisen kautta.
  - **Antaa kirjoitettujen tekstien kautta ääni** niille kokemuksille, joita yhteiskunnassa kuullaan liian vähän.

TERVETULOA TEKEMÄÄN  
HYVÄÄ TYÖTÄ!



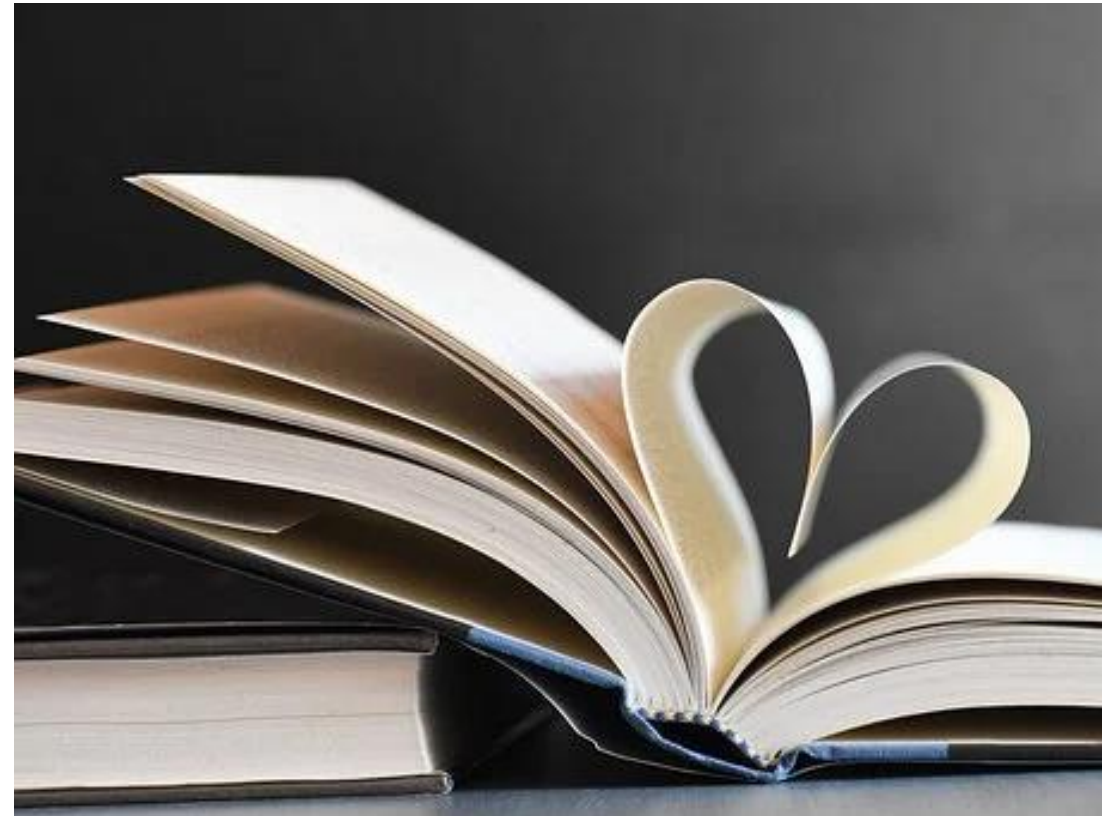
MINÄ VAPAAEHTOISENA

---

# MINÄ VAPAAEHTOISENA

---

- **Itsetuntemus** on taitovalmentajan tärkeä työväline: Omaa itseä on syytä tarkkailla, haastaa ja omia toimintamalleja asettaa jopa kyseenalaisiksi.

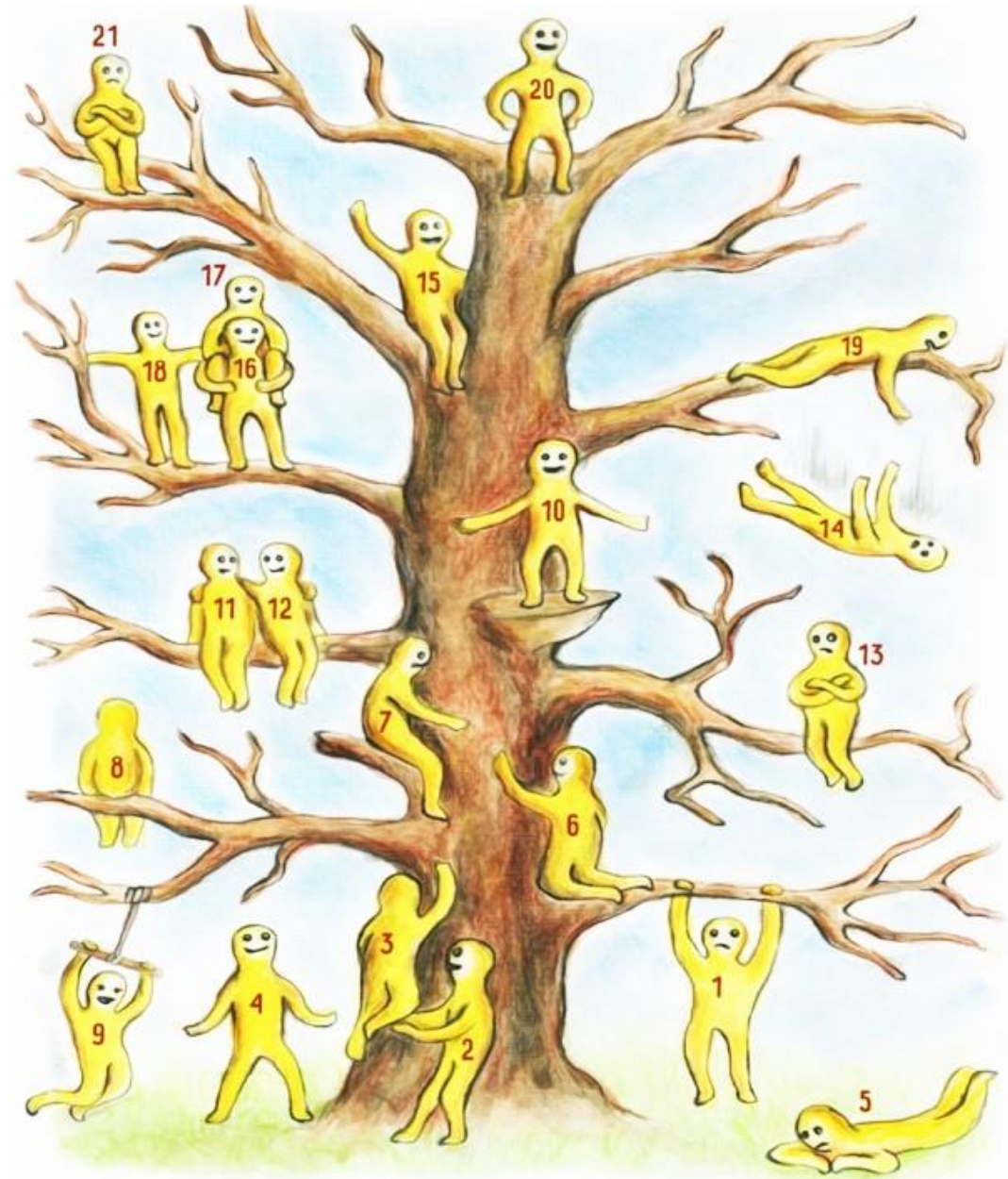


# “THE BLOB” - TESTI

Tämä ns. “Blob” – testin on kehittänyt englantilainen käyttäytymispsykologi Pip Wilson. Testi on leikkimielinen, mutta sen avulla voi silti huomata jotain kiinnostavaa itsessään ja suhteessaan muuhun maailmaan.

Kehen puussa olevan hahmoon sinä samastut?

- Testitulokset esityksen lopussa.



# ITSEYMMÄRRYS JA VAAROJEN TUNNISTAMINEN

---

- Taitovalmentajana toimiminen on enemmän tai vähemmän toisen ihmisen auttamista. Ihminen ryhtyy auttamaan toista, koska a) on empaattinen b) auttamalla voi toteuttaa omia arvojaan.
- **Auttamisessa on kuitenkin myös sudenkuoppia**, asioita, joita kannattaa pitää mielessään:
  - Auttaja ei ymmärrä autettavan tilannetta tarpeeksi hyvin, ja **tulkitsee sitä omien ennakkokäsitystensä mukaan**. Auttaminen on muutoksen aikaansaamista, mutta auttaja saattaa ryhtyä ajamaan muutosta, jota autettava ei tarvitse tai halua. → Voimauttaminen ja valtauttaminen on kuitenkin **nimenomaan autonomian ohjaamista henkilölle, jota haluaa auttaa**.

# AUTTAJAN IDEEAALITILANNETTA EI OLE

---

- Auttaja saattaa olla takertunut idealisoituun kuvaan auttamisesta ja roolistaan auttajana. **Todellinen tilanne ei kuitenkaan koskaan vastaa ideaalia**: Vahvoista ennakkokäsityksistä vapautuminen vapauttaa näkemään autettavat muina kuin ennakkokuvan mukaisina **karikatyyreina**.
- .. Ja silti on hyväksyttävä, että toista ihmistä ja hänen tarpeitaan ei koskaan voi lopullisesti ymmärtää.

# VÄSYMINEN JA YLIVASTUISUUS

---

- **Väsyminen** on auttajan sudenkuoppa: Kyky asettua toisen asemaan on auttamisen onnistumiselle tärkeää, mutta myös raskasta. Erityisen raskasta se on silloin, **kun autettavan elää vaikeassa tilanteessa ja/tai on kokenut erityisen raskaita asioita**. Asiat saattavat jäädä painamaan mieltä, sijaiskokeminen tuntuu raskaalta, ja auttajan omat traumaattiset kokemukset saattavat nostaa päätään mielessä.
- Monta auttajaa vaivaa myös **ylivastuisuus**, kun työtä ei osata rajoittaa, ja itseä pidetään korvaamattomana.

# YLÖS AUTTAJAN SUDENKUOPISTA

---

- **Luovu ennakkokäsityksestäsi** kohdatessasi uuden ihmisen taitovalmentajana:. Jos taitovalmentaja ymmärtää tämän ja antautuu hämmästelylle, hänellä on mahdollisuus oivaltaa kohtaamisesta jotain olennaista.
- **Puolusta itseäsi**: Pidä huolta yksityisyydestäsi, arvosta omaa persoonallisuuttasi ja kehittymistäsi. Kieltäydy kohtuuttomuuksista.
- **Ilmaise itseäsi**: Puhu tiimin ja myös muiden ihmisten kanssa kokemuksistasi ja tunteistasi. Vaadi sille tilaa.
- **Pyydä itsellesi**: Et ole kaikkivoipa etkä kaiken kantava. Sinulla on oikeus tarvita.

# POHDITTAVAKSI:

MIITKÄ ASIAT MINUA  
MOTIVOIVAT ?

MILLAISIA "PIILOTETTUJA"  
MOTIVAATIOTA MINULLA  
VOISI OLLA? ?

MIILAISET ASIAT  
HEIKENTÄVÄT  
MOTIVAATIOTANI ?

MIKÄ AIHEUTTAA  
MINULLE ILOA IHMISTEN  
KANSSA  
TYÖSKENNELLESSÄ ?

MITEN SUOJELEN  
ITSEÄNI  
VÄSYMISELTÄ?

MIITKÄ OVAT MINUN  
VAHVUUKSIANI IHMISTEN  
KOHTAAJANA / TUKIJANA /  
AUTTAJANA ?

MIITÄ HEIKKOUKSIA  
MINULLA VOISI OLLA  
AUTTAJANA ?



SYRJÄÄN JÄÄNEET

---

# SYRJÄYTYMINEN JA SYRJÄYTTÄMINEN

- Omakehupajojen kohderyhmänä ovat ”syrjäytyneet ja syrjäytymisvaarassa olevat miehet” – Termi on **arvolatautunut**, eikä sitä käytetä pajoissa kohderyhmälle itselleen koskaan.



# KETKÄ OVAT SYRJÄYTYNEITÄ?

---

- Arkikielessä syrjäytyminen tarkoittaa **jonkin ulkopuolelle joutumista**. Sosiaali- ja yhteiskuntakeskustelussa nimenomaan yhteiskunnan ulkopuolelle joutumista.
- Sosiaalipolitiikantutkija Tuula Helne luettelee listassaan **syrjäytyneihin potentiaalisesti kuuluvan**: työttömät, pitkäaikaistyöttömät, pätkätyöläiset, päihdeongelmaiset, huumeiden käyttäjät, rikolliset, vangit, kodittomat, asuntoloissa asuvat, köyhät, uusköyhät, velkaloukkuun joutuneet, toimeentulotuen saajat, alhaisen koulutuksen saaneet, yksinhuoltajat, naiset, aikamiespojat, eronneet miehet, vanhukset, nuoret, lapset, homoseksuaalit, prostituoidut, lähiöissä asuvat, syrjäseuduilla asuvat, maahanmuuttajat, etniset vähemmistöt, mielenterveysongelmaiset, vammaiset ja kroonikkopotilaat.

# OMA VIKA?

---

- Sosiaalipolitiikan professori Antti Karisto kirjoitti jo 1985, että suomalaisessa keskustelussa vallitsee jonkinlainen ”kollektiivinen harha” jossa yhteiskunnasta ”pudonneiden” ongelmat nähdään pääasiassa heidän omina epäonnistumisina. **Syrjäytymisen ehkäiseminen kohdistuu tällaisessa ajattelussa yksilön ”korjaamiseen” eikä yhteiskunnan korjaamiseen.**
- Lopulta syrjäytymisen sijaan voidaan puhua yhteiskunnallisesta **syrjäyttämisestä**. Termi nousee vastaan sitä edellä kuvattua ajatusta, että syrjään joutuminen olisi ihmisen oma vika, ja tunnustaa ne moninaiset yhteiskunnalliset tapahtumat ja rakenteet, jotka saattavat johtaa syrjäytymiseen.

# OMAKEHU-HANKKEEN SUHDE SYRJÄYTYNEISYYTEEN

---

- Omakehu-hankkeessa on tiedostettu termien latautuneisuus. Hankkeessa puhutaan syrjäytymisestä nimenomaan hanketasolla. Omakehun pajatoiminnassa ja ulospäin suunnatussa viestinnässä syrjäytymisestä ei puhuta tiedostaen siihen liittyvät negatiiviset mielikuvat, vaan puhutaan **mielummin "haastavassa elämäntilanteessa olevista" tai "kuntoutujista"**.
- Hankkeessa ajatellaan myös, että **kokemus syrjäytyneisyydestä tai syrjäytymisvaarassa olemisesta on subjektiivinen**. Vaikka näkemystapa tekee syrjäytymisen määrittelystä hankkeessa lopulta melko mahdotonta, leimojen lyömisen välttely myös omalta osaltaan tukee voimaantumista.

# POHDITTAVAKSI:

MITÄ  
SYRJÄYTYMINEN  
TARCOITTAÄ  
YKSILÖLLE ?

MITÄ  
SYRJÄYTYNEISYYS  
MERKITSEE  
YHTEISKUNNALLE ?

MIKSI OMAKEHU-HANKKEEN  
KOHDERYHMÄN TARINAT OVAT  
TÄRKEITÄ?

MILLAISIA TUNTEITA VOI OLLA  
ILMASSA KUN SYRJÄYTUNYI JA  
YHTEISKUNNASSA HYVIN MUKANA  
OLEVA TEKEVÄT YHTEISTYÖTÄ?

MITÄ KOKEMUKSIA SINULLA  
ON SYRJÄYTYMISESTÄ ?

MIESERITYISYYS &  
SUKUPUOLISENSITIIVISYYS

---

# MIESERITYISYYS & SUKUPUOLISENSITIIVISYYS

---

- Mieserityisyys kytkeytyy käsitykseen siitä, että sukupuoleen kuulumiseen liittyy jotakin erityistä, **jokin kokemus, jota muut sukupuolet eivät jaa**
- Sukupuolisensitiivisyys on ajattelutapa ja asenne, **jossa huomioidaan sukupuolinormit ja niiden vaikutukset sekä yksilön että yhteiskunnan tasolla.**
- Mieserityisestä työotteessa halutaan korostaa **nimenomaan miesten sukupuolen huomioonottamista toiminnassa.**





# MIESERITYISYYS & SUKUPUOLISENSITIIVISYYS

---

- Suomalaisessa yhteiskunnassa miehillä menee keskimäärin hyvin, ja yhteiskunnan korkeimmilla paikoilla on enemmän miehiä kuin naisia. **Miehiä on myös enemmän ”pohjalla”**: Esim. Vangeista, kodittomista, väkivallan tekijöistä ja väkivallan kohteista suurin osa on miehiä. Myös päihteiden ongelmakäyttö on miehillä yleisempää.
- Miesten on vaikeampi hakea apua ongelmiinsa, joten **ongelmat usein pitkittyvät ja monimutkaistuvat**.
- Mieserityisessä ( ja sukupuolisensitiivisessä) työskentelytavassa pyritään **tunnistamaan ja ennakoimaan** sukupuoleen liittyviä erityispiirteitä, ja tunnustamaan monien kipukohtien olevan pitkälle sukupuolisidonnaisia.
- Lähestymistavassa ymmärretään, että sukupuoleen ja gender-identiteettiin liittyvät asiat ovat **olennaisen tärkeitä yksilön hyvinvoinnille**.

# MIEHENÄ OLEMINEN ON VOIMAVARA

---

- Mieserityisessä lähestymistavassa **mieheys nähdään voimavarana**. Olenaisen tärkeää on pitää esillä ja vahvistaa **monipuolista mieskuvaa**.
- On tärkeä huomata myös, jos jokin maskuliininen stereotypia tai odotus asettaa turhia rajoja. - Hän voi omalla työllään **tehdä näkyväksi ja haastaa** stereotypioita.



# POHDITTAVAKSI:

MITÄ YMMÄRRÄT  
SANOILLA "MIES",  
"MASKULIINISUUS"  
ja "MIEHEKKYYS"?

MILLAISIA  
STEREOTYPIOITA  
KULTTUURISSAMME  
HELPOSTI LIITETÄÄN  
MIEHEKKYYTEEN?

MITEN  
SUKUPUOLISENSITIIVISYYS  
VOISI NÄKYÄ  
KIRJOITTAMISEN  
OHJAAMISESSA  
OMAKEHUPAJASSA?

MITÄ ERITYISIÄ ONGELMA- TAI  
KIPUKOHTIA VOI MIEHENÄ ELÄMISEEN  
LIITTYÄ?

MILLAISTA MIEHEKKYYTTÄ  
ITSE ARVOSTAT?

TAIDETTA TAVALLISTEN KANSSA

---

# TAIDETTA TAVALLISTEN KANSSA

- **Omakehupajoissa tehdään taidetta.** Erityistä siitä tekee se, että monet osallistujista eivät ole koskaan tehneet kokonaista, valmista taideteosta, eivätkä ole mitenkään harjaantuneita taiteen tekijöitä.



# ITSE TEHTY ELÄMÄ - ITE

---

- Taiteessa erityisesti koulutusta saamattomien taidetta kutsutaan joskus ITE-taiteeksi. Nimitys on peräisin jolle kansantaitelija Veli Granöltä, joka lyhensi termin sanoista ”**itse tehty elämä**”, joka kuvaakin hyvin ITE-taiteen eetosta.
- Professori Yrjö Sepänmaan käsityksen mukaan ITE-taide ei ole ainoastaan taidetta, vaan **heijastaa kokonaista ihmiskäsitystä, oman elämän hallitsemista** jonkin taiteellisen toiminnan kautta, oman elämän ”tekemistä”.
- ITE-taide **vaikuttaa hyvinvointiin**. Se rikastaa taiteilijan elämänpiiriä ja antaa hänellä merkityksellisyyden voimauttavia kokemuksia. Se tarjoaa hänelle mahdollisuuden käsitellä ja selittää tunteitaan sekä olla vuoropuhelussa ympäristönsä kanssa. Tämä vuoropuhelu on tärkeä silloinkin, kun teoksia ei julkaista.

# OMAEELÄMÄKERRALLISET AIHEET TYYPILLISIMPIÄ

---

- Kirjoittaminen ohjaa etenkin harrastelijakirjoittajan useimmiten **omaelämäkerrallisten kokemusten muisteluun**. Ei-ammattimaiselle omaelämäkertakerronnalle on tyypillistä katkelmallisuus, fragmentaarisuus ja näkökulman vaihtaminen. Kirjoitustapa palvelee ehkä paremmin kirjoittamisen subjektiivista, omaa elämää hahmottavaa ja omaa ymmärrystä lisäävää tarkoitusta.
- Toisekseen, omaelämäkerrallinen kirjoittaminen on **usein kriisikeskeistä**, koska kriisi koetaan usein elämää määrittäväksi ja selittäväksi asiaksi. ”*Minun kävi näin, koska minulle ensin kävi näin*” – narratiivi selittää elämää, ja puolustaa tehtyjä valintoja, ja on minän suojelemisen kannalta tärkeää

# MIEHET KIRJOITAJANA

- **Tietyt aiheet ovat miehille** tyypillisimpiä oman elämän muistelussa ja selittävässä ymmärtämisessä: Usein aiheena on esimerkiksi suhde omaan isään, oma isyys, naissuhteet, kasvaminen miehenä ja työ.
- **Omakehupajoissa** on kirjoitettu paljon myös päihteistä ja kokemuksista väkivallasta.





# POHDITTAVAKSI:

MILLAINEN  
KERTOMUS ON SINULLE  
ITSELLESI  
MIELENKIINTOISIN?

MITÄ HYÖTYÄ KIRJOITTAMISESTA ON  
IHMISELLE?

MIKÄ EROTTAA ITE-  
TAITEILIJAN  
HARRASTELIJATAITEILIJASTA?

KUKA SAA OLLA  
TAITEILIJAKSI? MIKSI?

MIKÄ MERKITYS  
OMAKEHUPAJOISSA  
SYNTYVILLÄ TARINOILLA VOI  
OLLA KIRJOITTAJILLEN?  
ENTÄ LAAJEMMIN  
YHTEISKUNNALLE?

TOIMIJUUS, DIALOGISUUS, TUNNUSTAMINEN

---

# TOIMIJUUS, DIALOGISUUS, TUNNUSTAMINEN

---



- Sosiaalipedagogiikan tärkeimpiä ajatuksia yksilön ja yhteisöjen kasvun tukemisessa ovat: toiminta, dialogi ja tunnustaminen.
- **Nämä kaikki ovat taitovalmentajan toiminnan kannalta olennaisia käsitteitä.**

# TOIMIJUUS

---

- Toimijuus on sosiaalipedagogisen ajattelun mukaan ihmisen perustavanlaatuinen ominaisuus. **Yhteisöllinen toimijuus on perustarve.**
- Toimijuus tarkoittaa itselle **mielekästä osallisuutta yhteisöissä ja yhteiskunnassa** ja tuntemusta siitä, että omalla tekemisellä on yhteisölle jokin merkitys.
- Yksilön **toimijuuden tulee olla aina autonomista**. On olemassa vaara, että yhteisölliseen toimintaan innostamisesta tulee aktiivisuuden odotus, ja tämä saattaa edelleen muotoutua aktiivisuuteen velvoittamiseksi ja yksilön ylhäältäpäin hallitsemiseksi.

# DIALOGISUUS

---

- Dialoginen, eli molempiin suuntiin aktiivinen ja keskusteleva yhteys korostaa yhteistyötä, ylhäältäpäin ohjaamisen sijaan.
- **Kuuntelu on tärkeää.** Henkilölle osoitetaan, että häntä on kuultu ja hänellä on mahdollisuus oikaista mahdollisia väärinkäsityksiä heti.
- Myös **hyväksymisellä** on suuri merkitys: Ihminen hyväksytään sellaisena kuin hän on, eikä kuulija sen paremmin paheksu häntä kuin oio hänen käsityksiään.
- Oikeaan kuuntelemiseen liittyy myös **aktiivinen yritys olla lukematta ns. ”rivien välistä” mitä henkilö yrittää viestiä.**
- **Eläytyminen** toisen kokemukseen, **kyky kuvitella** itselleen vieraitakin asioita sekä kyky **sovittaa kuulemansa** yhteiseen tekemiseen on osoitus hyvistä dialogisista taidoista.
- Dialogisuuteen kuuluu myös **toiveikkuus ja ilon välittäminen.**

# TUNNUSTAMINEN

---

- Tunnustaminen merkitsee kohdatuksi, ymmärretyksi ja arvostetuksi tulemistä. Se on arvonantoa kunkin **todelliselle yksilöllisyydelle**.
- **"Väärintunnustaminen"** merkitsee puolestaan tässä kohtaamisessa epäonnistumista ja **johtaa kokemukseen ulkopuolisuudesta ja epäoikeudenmukaisuudesta**.
- Kokemus tunnustetuksi tulemisesta on merkityksellinen niin **itsetunnolle kuin luottamuksen synnyttämiseksi**
- Saksalainen sosiaalifilosofi Axel Honneth (s. 1942) jakaa tunnustamisen kolmeen:
  - **"Rakastaminen"**: Ihminen tulee hyväksytyksi ja ymmärretyksi itsenään ja saa itseluottamusta (self-confidence).
  - **"Oikeus"** Ihminen kokee itsensä yhteisön täysvaltaiseksi, arvostetuksi jäseneksi ja saa itsekunnioitusta (self-respect)
  - **"Solidarisuus"** osoittaa yhteisön arvostavan ihmistä tämän yhteisölle tärkeiden ominaisuuksien vuoksi. Tästä ihminen kokee itsekin itsearvostusta (self-esteem)

# POHDITTAVAKSI:

KUINKA  
KIRJOITUSPAJASSA  
VOIDAA VAHVISTAA  
IHMISEN  
TOIMIJUUTTA?

KUINKA  
KIRJOITUSPAJASSA  
VOIDAA VAHVISTAA  
IHMISEN  
TUNNUSTAMISTA?

MIYKÄ KÄYTÄNNÖT JA  
TOIMINTAMUODOT  
VAHVISTAVAT DIALOGISUUTTA  
KIRJOITUSPAJASSA?

# TRAUMAINFORMOITU TYÖOTE

---



# MIKÄ ON TRAUMA?

- Traumalla on monta määritelmää, mutta usein ajatellaan, että traumaan liittyy vakavan pelon kokemus.
- Kaikkein tavallisimpia trauman aiheuttajia ovat kokemukset, joissa on joutunut kokemaan tai läheltä todistamaan **onnettomuutta, kuolemaa, pahoinpitelyä, seksuaalista väkivaltaa, edellisten uhkaa, hylätyksi tai hoitamattomaksi tulemista tai vakavaa menetystä.**
- Traumaattisia kokemuksia yhdistää usein **tunne oman kontrollin menettämisestä ja avuttomuudesta.**
- Trauma aiheuttaa aivoissa **pysyviä** muutoksia, etenkin, jos trauma on ollut pitkäaikainen ja se on koettu lapsesta lähtien.



# MITÄ TRAUMA AIHEUTTAA?

- Tyypillisiä pitkäaikaisia oireita ovat mielialan vaihtelut, masennus, käytökseen ja elämänhallintaan liittyvät ongelmat, ahdistuneisuus, pelkotilat sekä hyvin selvästi päihteiden käyttö.
- Kaikkein useimmin traumaan liitetty seuraus on **post-traumaattinen stressioireyhtymä** eli PTSD (post-traumatic stress disorder).
- PTSD on vakava elämänhallintaan ja toimintakykyyn vaikuttava tekijä, joka oireilee muun muassa silloin kun yksilö tulee muistutetuksi jostakin hänet traumatisoineesta asiasta. Tästä seurauksena voi olla ns. **välttelykäyttäytyminen**.



# PTSD VOI NÄYTTÄYTYÄ:

---

## Ylivireysoireina:

- Jännittyneisyys, levottomuus, kärsimättömyys
- Säikkyminen, liiallinen varuillaan olo
- Ärtynisyys, vihanpurkaukset
- Muut vahvat tunteenpurkaukset
- Keskittymis- ja tarkkaavaisuusongelmat
- Uniongelmat

## Alivireysoireina:

- Emotionaalinen turtuus
- Fyysinen turtuus
- Mielen tyhjiys, kykenemättömyys puhumiseen
- Vieraantuneisuuskokemukset (Dissosiaatio)
- Äärimmäinen uneliaisuus, tajuttomuuskohtaukset

# TRAUMAINFORMOITU: TURVALLISEN TILAN RAKENTAMINEN

---

- Vakavan ja aktiivisen traumakokemuksen hoitaminen kuuluu aina psykiatrian ammattilaiselle. Traumainformoidussa toimintamallissa lähdetään siitä, että kaikilla ihmisillä on potentiaalisesti traumaattisia kokemuksia, jotka tulee ottaa huomioon toimintaa järjestettäessä.
- Traumatisoituneen kokemus on nimenomaan turvan ja kontrollin menettämisen kokemista, siksi traumainformoidun lähestymistavan ensimmäinen käytännön toimenpide on luoda kaikelle toiminnalle turvallinen tila ja kaikille osallistujille olo, että heillä on kontrolli itseään koskevista asioista.
- Traumaa tutkinut ja traumainformoitua toimintamallia kehittänyt yhdysvaltalainen psykiatri Sandra L. Bloom on luonut turvallisuutta kuvaavan *Sanctuary – mallin*. Sanctuary, eli Turvapaikka – mallissa turvallinen tila rakentuu:
  - Fyysisestä turvasta
  - Sosiaalisesta turvasta
  - Moraalisesta turvasta
  - Psykologisesta turvasta

# SANCTUARY

**FYYSINEN TURVA:** Fyysinen ympäristö on saavutettava ja helposti ymmärrettävä. Siellä ei tarvitse koskettaa toista ihmistä, ja siellä saa valita istumapaikkansa.

Läsnä ei ole mitään väkivallan tai konfliktin uhkaa. Fyysinen turvapaikka on mielellään päihtetön.

**SOSIAALINEN TURVA:** Sosiaalisesti turvallinen yhteisö sietää erilaisuutta niissä rajoin kuin se ei uhkaa muita.

Sosiaalisesti turvallisessa yhteisössä on terveet valtasuhteet ja kaikilla on mahdollisuus itselle mielekkäaseen kommunikointiin. Sosiaalisesti turvallisessa ympäristössä on myös toimiva tukijärjestelmä

**MORAALINEN TURVA:** Moraalinen turva merkitsee tunnetta siitä, että ei tule kohdelluksi epäoikeudenmukaisesti.

Siihen liittyy myös sukupuoli- ja kulttuurisensitiivinen, kulttuurillisesti nöyrä toimintamalli.

**PSYKOLOGINEN TURVA:** Tarkoittaa sitä, että hänellä on tunne vahvasta identiteetistä ja autonomiasta. Hänellä on tunne, että hän voi suojella itseään vahingoittavilta asioilta.

Psykologinen turva on periaatteessa itseä koskeva kontrollintunteen kokemus.

# POHDITTAVAKSI:

OLETKO  
KOHDANNUT  
TRAUMAN  
KOKENEITA? MITÄ  
TUNTEMUKSIA JA  
AJATUKSIA SE  
HERÄTTI?

TRAUMAINFORMOIDUSSA  
AJATTELUTAVASSA  
LÄHDETÄÄN  
OLETTAMUKSESTA ETTÄ  
KAIKILLA ON TRAUMOJA.  
POHDI OMIA  
TRAUMAKOKEMUKSIASI, JA  
SITÄ KUINKA NE  
VAIKUTTAVAT TOIMINTAASI.

MILLAISIA ASIOITA OTTAISIT  
HUOMIOON, JOS SINUA  
KEHOITETTAISIIN RAKENTAMAAN  
"SANCTUARY"?

# ENSIMMÄISEN PEREHDYTYSJAKSON LOPPU

---

KIITOS OSALLISTUMISESTASI!

# TOISEN JAKSON ASIAT:

Omakehupajojen toimintamalli – lyhyesti

Eettisistä kysymyksistä

Taitovalmentajan rooli

Pajatyöskentely

Traumatietoinen tarinatyö

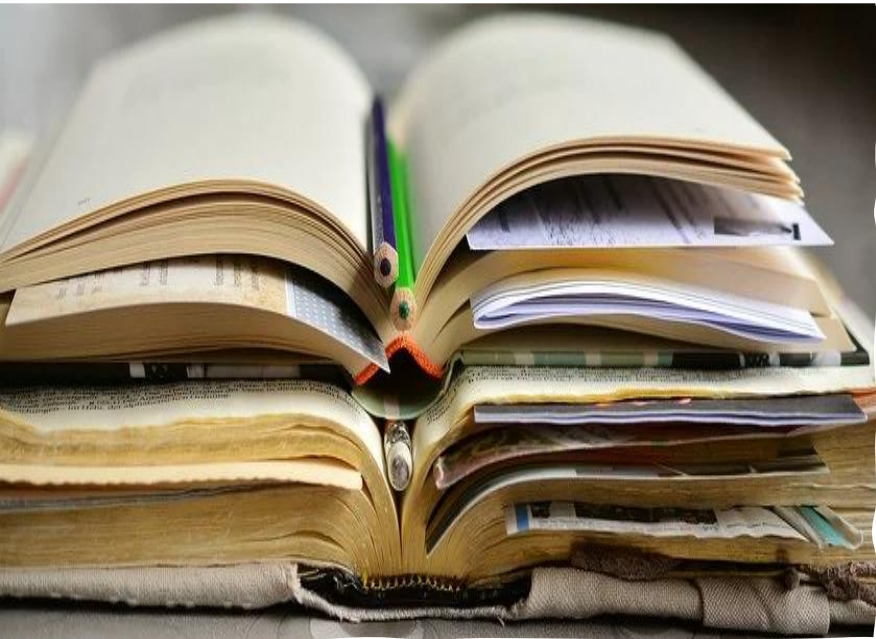
Osallistujien tukeminen

Tukea taitovalmentajalle



OMAKEHUPAJAT - LYHYESTI

---



# OMAKEHUPAJAT - LYHYESTI

---

- Omakehupajoissa kokoonnutaan tekstin kirjoittamisen äärelle. Ensisijaisena tavoitteena on **valmiin taideteoksen luominen**. Tämän lisäksi voidaan tehdä erilaisia muita kirjoittamisesta syntyviä ja osallistujia tukevia projekteja kuten **videoita ja omia nettisivuja**, joita osallistujat voivat käyttää myöhemmin esimerkiksi työn- tai opiskelupaikan haussa tai vertaistukitoiminnassa.



# OMAKEHUPAJAT - LYHYESTI

---

- Omakehupajojen **aikataulut ja yhteiset pelisäännöt sovitaan toiminnan alussa** ja tehdään selväksi kaikille osallistujille. Yhteiset säännöt auttavat hahmottamaan toimintaa ja helpottavat keskustelua.
- Omakehupajoissa **taitovalmentaja työskentelee yksin tai parina** toisen taitovalmentajan kanssa yhden tai useamman pajoihin osallistuvan miehen kanssa. **Jokaiselle osallistujalle pyritään osoittamaan oma taitovalmentaja.**
- Pajoissa **pyritään löytämään jokaiselle osallistujalle luontevin tapa kirjoittaa.** Pajoissa osallistujille annetaan myös **pieniä kirjoitustehtäviä.** Omakehupajoihin voi osallistua vain kirjoittamalla näitä tehtäviä, tai halutessaan tähdätä toisenlaisen tekstillisen kokonaisuuden valmiiksi saattamiseen.
- Taitovalmentajien lisäksi Omakehupajoissa **työskentelee kirjoittamisen ja kirjallisuuden ammattilainen,** joka neuvoo kirjoittamisen alkuun pääsemisessä ja tukee sekä osallistujia että taitovalmentajia prosessin edetessä.
- **Omakehupajat järjestävä organisaatio huolehtii puitteista ja vastaa turvallisuudesta.** Järjestävä organisaatio on myös lopullisessa **vastuussa pajoissa kirjoitettavien teosten valmistumisesta ja julkaisusta.**

# OMAKEHUPAJOJEN ETIIKKA

---

# OMAKEHUPAJOJEN ETIIKKA

- Eettiseen toimintaan Omakehupajoissa kuuluu:
  - *Vaitiolo.* Kaikki keskustelut pajoissa käydään lähtökohtaisesti luottamuksellisesti. Luottamuksellisuus ulottuu myös ei-julkaistuihin teksteihin. Sen sijaan Omakehutiimin kesken voidaan asioista keskustella yhteisesti. Taitovalmentajan ei tarvitse kantaa osallistujan salaisuuksia. Tämä kerrotaan myös osallistujille.



# OMAKEHUPAJOJEN ETIIKKA

---

- *Päihnteettömyys.* Osallistujien joukossa tässä kohderyhmässä tulee aina olemaan henkilöitä jotka ovat päihdekuntoutujia. On eettisesti oikein tukea heidän kuntoutumisprosessiaan.
- *Osallistujien tasa-arvoinen kohtelu.* Osallistujien elämäkokemukseen liittyy enemmän tai vähemmän tunne syrjäyttämisestä, ulkopuolelle jättämisestä ja usein myös huonommuudesta toisiin nähden. Omakehupajassa halutaan kiinnittää erityistä huomiota siihen, ettei tämä kokemus toistuisi pajoissa. Omakehupaja ei ole paikka ”opettajan lellikeille”.
- *Tilan antaminen osallistujalle ja oman itsen pienentäminen.* Omakehupajan ja taitovalmentajien toiminnan tavoitteena vahvistaa kokemusta siitä, että osallistuja on kiinnostava, hänen kokemuksillaan on merkitystä ja hän osaa ilmaista itseään, ja siihen annetaan hänelle tarvittava tila. Taitovalmentajat eivät esittele pajoissa omia taideteoksiaan.

# OMAKEHUPAJOJEN ETIIKKA

---

- *Läheisyyden säätely.* Taitovalmentajan ei tule antaa lupauksia suuremmasta läheisyydestä kuin mitä pajatoiminnan yhteydessä tullaan toteuttamaan. Tasa-arvon periaatteen mukaisesti kaikilla osallistujilla on oikeus samanlaiseen läheisyyteen. Jos hankkeessa päätetään, että on hyväksyttävää ottaa osallistuja vaikkapa Facebook -ystäväksi, sama oikeus tulee olla kaikilla osallistujilla.
- *Ohjattavan autonomian ja persoonallisuuden vaaliminen.* Osallistujalla on rajoittamaton oikeus päättää millaista tekstiä hän tuottaa, mitä aiheita hän käsittelee, kuinka paljon hän kirjoittaa, ja miten haluaa tekstiään käytettävän. Taitovalmentaja voi ehdottaa ja pyytää osallistujalta kirjoittamiseen liittyviä asioita, mutta hänen on vältettävä kaikenlaista painostamista ja vaatimista. Tekstejä ei myöskään tule muokata ilman kirjoittajan lupaa eikä luonnollisesti myöskään julkaista ilman kirjoittajan suostumusta. Osallistujalla on oikeus tulla hyväksytyksi omana itsenään. Hankkeessa työskentelevien tulee olla varovaisia sen suhteen, ettei osallistujaan tule liitetyksi ominaisuuksia, joita hänessä ei ole.

# POHDITTAVAKSI:

MITÄ LIALLINEN  
LÄHEISYYS VOISI  
OMAKEHUPAJOJEN  
KONTEKSTISSA  
TARCOITTAÄ?

KUINKA ALTIS OLET  
ITSE SILLE, ETTÄ SINUA  
IHALLAAN TAI SINUSTA  
OLLAAN RIIPPUVAISIA?

MITÄ KAIKKEA "PÄIHTEETTÖMYYSS"  
TARCOITTAÄ?

MILLAISISSA TILANTEISSA  
LIITÄMME HELPOSTI IHMISIIN  
OMINAISUUKSIA JOITA  
HEISSÄ EI OLE?

MITÄ MUITA EETTISIÄ  
KYSYMYKSIÄ  
OMAKEHUPAJOIHIN VOI  
LIITTYÄ?



# TAITOVALMENTAJAN ROOLI

---

# TAITOVALMENTAJA ON AINUTLAATUINEN

- Taitovalmentajana toiminen on malli, joka on luotu nimenomaan Omakehupajoja varten.
- Taitovalmentaja ei ole mentori tai coach, sillä hän ei toimi minkäänlaisena opettajana, vaan kysymys on pikemminkin **sovitusta roolijaosta pajaan osallistuvan kirjoittajan ja taitovalmentajan välillä.**
- Omakehupajaan osallistuminen tarkoittaa sukeltamista omaan kirjoittamiseen ja omiin tarinoihin. **Taitovalmentaja on mukana tässä prosessissa paitsi ohjaajana myös kuulijana ja kanssakokijana.**



TAITOVALMENTAJA ON KUULEMISEN JA KOHTAAMISEN OSAAJA.

# TAITOVALMENTAJAN ROOLISTA

---

- Kirjoitusprosessin kuluessa taitovalmentaja paitsi innostaa kirjoittamisen alkuun, antaa pieniä kirjoitustehtäviä lukee ja kuulee syntyviä tekstejä ja kannustaa osallistujia.
- Taitovalmentaja seuraa kirjoittamisprosessia ja valmistuvia tekstejä siitä näkökulmasta, **kuinka niistä voisi muodostaa kokonaisen, ehjän taideteoksen**. Hän ohjaa kirjoittajaa suuntaan, joka vaikuttaa kirjoittajan ilmaisun kannalta parhaalta ja kertoo käsityksiään siitä, millainen teksti on ollut hänestä toimiva ja mikä ei.
- Taitovalmentaja toimii kiintoisassa kohdassa, jossa **toisaalta hänen toimintansa roolissaan on ammattimainen mutta toisaalta tekee työtä myös sillä osalla persoonallisuuttaan, joka on henkilökohtaisempi** ja käsittelee esimerkiksi suhdetta moraaliin, taiteeseen ja estetiikkaan. Taitovalmentaja tekee työtä, jolla voi hyvin perustein sanoa olevan syvempi yhteys siihen, miten hän maailmaa ihmisenä ymmärtää ja hahmottaa.
- **Tämä paikka on monella tapaa nimenomaan taitovalmentajalle tyypillinen.**

PAJATYÖSKENTELY

---

# KÄYTÄNNÖN VIHJEITÄ PAJATYÖSKENTELYYN

- PAJATYÖSKENTELYN KÄYTÄNNÖN VIHJEITÄ ANTAMAAN ON HYVÄ OTTAA MUKAAN KIRJOITTAMISENOHJAAMISEN AMMATTILAINEN.
- KULLAKIN OMAKEHUPAJALLA ON TOIMINTAYMPÄRISTÖSTÄÄN JA TEKIJÖISTÄÄN RIIPPUVA LÄHESTYMISTAPA KÄYTÄNNÖN TYÖSKENTELYYN: TÄSSÄ OSASSA PEREHDYTTÄMISMATERIAALIA ANNETAAN VAIN PARI ESIMERKKIÄ SIITÄ, MITEN KIRJOITTAMISEEN VOIDAAN INNOSTAA.



# KÄYTÄNNÖN VIHJEITÄ PAJATYÖSKENTELYYN

---

- **Kaikki tekstin tuottaminen, jopa ”hullu ja hassutteleva” on hyväksyttävää ja suotavaa.** – Otsa rypyssä, tasovaatimukset korkealla ei kirjoittamiseen tarvinnut suinkaan suhtautua ja lyhyt, vaikka lauseenkin mittainen tuotos saattaa hyvin olla kokonainen teos. Tällaisia ovat esimerkiksi **motot ja aforismit**.
- Osallistujia voi innostaa kirjoittamaan esimerkiksi etsimään lähetyviltään jonkin esineen tai asian ja liittämään sen lauseisiin: *”Minä olen kuin tämä (esimerkiksi: ruukkukukka)... ”* tai *”Elämä on kuin tämä... ”*. Kirjoittaminen tehdään nopeasti ja tuotos esitetään ryhmän jäsenille. Tarkoitus on saada ajatus kulkemaan jollekin yllättävälle polulle, josta voisi syntyä uusia ajatuksia ja ideoita, joita oli mahdollista jatkojalostaa esimerkiksi runoksi. Toisaalta kokonainen lause : *”Minä olen kuin tämä ruukkukukka, ruukkuni on ahdas, mutta näkymäni ikkunasta huima”*, on jo sinällään valmis pieni teos.

# KÄYTÄNNÖN VIHJEITÄ PAJATYÖSKENTELYYN

---

- Humak:in lehtori ja kirjoittamisen valmentaja **Antti Peltari** käyttää hyväkseen myös kirjoitusharjoitusta, jota kutsuu ”**Nykäs-aforismeiksi**”. – Näillä viitataan edesmenneen mäkihyppysuuruuden Matti Nykäsen viljelemiin lausahduksiin, joiden rakenne on yleensä sellainen, että lauseessa verrataan yhtä asiaa itseensä siten, että asia vain sanavalinta erottaa: Nykäsen tunnetuin tällainen lausahdus on todennäköisesti ”*elämä on laiffii*”.
- Harjoituksessa Peltari kehottaa osallistujia kokoamaan listan arkipäiväisessä kielenkäytössä toistuvia anglismeja ja muodostamaan niistä samanlaista nonsense – aforistiikkaa. Harjoituksen tarkoitus on **paitsi hassutella ja voittaa kirjoittamiseen liittyvää rimakauhua, myös tuulettaa ajattelua ja etsiä yllättäviä oivalluksia.**

# KÄYTÄNNÖN VIHJEITÄ PAJATYÖSKENTELYYN

---

- Kirjoittamiseen voi kannustaa myös **puhututtamalla kutakin osallistujaa heidän arkisista kokemuksistaan**: ”*Millaisessa paikassa asut? Mitä siinä on huomattavaa?*” ”*Mikä tänään on tuottanut sulle iloa? Mikä sua on tänään ottanut päähän?*” Tätä kirjoittamiseen kannustamisen välinettä käyttää mm. kirjallisuuden ja kirjoittamisen ohjaamisen ammattilainen **Aleksis Salusjärvi**.
- Harjoituksessa yleisluonteiset kysymykset tarjoavat vastaajalle **mahdollisuuden antaa vain niin paljon tai vähän informaatiota itsestään kuin hän haluaa**. Kysymykset ovat myös tarpeeksi konkreettisia, että niihin pystyy vastaamaan helposti.
- Näihin kysymyksiin voi ensin vastata suullisesti. Kun osallistuja vastaa johonkin kysymyksistä, taitovalmentaja voi kysyä lisää, menen syvemmälle sillä polulla, jonka osallistuja oli hänelle osoittanut. **Samalla taitovalmentajan on hyvä tehdä huomioita ja muistiinpanoja**.



# KÄYTÄNNÖN VIHJEITÄ PAJATYÖSKENTELYYN

---

- Tällä ”kuulustelutaktiikalla” on harjoituksena useampikin tavoite: Ensimmäkin sen tarkoitus oli kumota monen ajatus siitä, että heillä ei ole mitään kirjoitettavaa. Hyvin arkisista kokemuksista saattaa löytää mielenkiintoista, syvempiä näkökulmia avaavaa kerrottavaa, kun taitovalmentaja kysyy lisää.
- Toisekseen tämä tapa välittää mielikuvaa, että taitovalmentaja itse, henkilökohtaisesti on äärettömän kiinnostunut siitä, mitä osallistujalla on kerrottavanaan, ja että hän haluaa kuulla lisää osallistujan elämästä, maailmasta ja kokemuksista.
- Aleksis Salusjärvi poimii myös ilmaisia, jotka olivat kiinnostavia, persoonallisia ja tarkkoja maailman havainnoinnissaan. Kaiken taustalla oli yritys luoda positiivinen kuva osallistujasta itsestään ilmaisijana ja kiinnostavana ihmisenä kokemuksineen. ”Kotiläksyksi” riittää silloin oikeastaan vain toteamus : ”Tuosta toivoisin kuulevani sinulta lisää”.

# POHDITTAVAKSI:

MILLAISET ASIAT  
KIRJOITTAMISESSA  
VOIVAT JÄNNITTÄÄ?

MITÄ KYSYMYKSIÄ VOISIT ENSIN  
ESITTÄÄ, KUN HALUAT TUTUSTA  
IHMISEEN ?

MIKÄ AUTTAA  
OMAA TYHJÄN  
PAPERIN  
KAMMOOSI?

MILLAINEN OMA AFORISMISI  
VOISI OLLA?

# TRAUMATIETOINEN TARINATYÖ

---

# TRAUMATIETOINEN TARINATYÖ

- Traumatietoinen tarinatyön periaatteet ovat hyvin samanlaiset kuin muunkin traumainformoidun toiminnan: Tärkeintä on luoda turvallinen kohtaamispaikka jossa turvallisuuden tunteesta pidetään hyvä huoli huolehtimalla **tasa-arvoisesta, erilaisuuden huomioivasta kommunikaatiosta ja mahdollisuudesta suojella itseään psyykeä rasittavilta asioilta**
- Ammattitaitoa on myös tarkkailla omia reaktioitaan ja peilata niitä omia mahdollisia traumojaan vasten.



# TRAUMATIETOINEN TARINATYÖ

---

- Traumatietoisessa tarinatyössä on tärkeää, että osallistuja **saa itse määrittää mistä hänen on turvallista kirjoittaa ja puhua**. Osallistujia ei siis pyydetä erityisesti kirjoittamaan heille vaikeista asioista eikä heitä pyydetä seuraamaan tunnereaktioitaan tai selittämään niitä mitenkään. **Terapeuttiselle keskustelulle ei näin avata Omakehupajassa ovea**: Omakehupajan tavoitteet ovat nimenomaan taideteoksen valmistamisessa ja siitä saaduissa myönteisissä, voimaannuttavissa kokemuksissa
- Turvallisuutta lisää, ja yhteisöllisyyttä vahvistaa, että **kirjoitettaessa toimitaan ryhmässä**. Ryhmän jakaessa kokemuksiaan niin kirjoittamisesta kuin elämästä yleensä ryhmän sisäinen solidaarisuus vahvistuu.
- **Ohjaus ja palaute on syytä pitää myönteisenä, ja suhtautuminen tehtyihin elämänvalintoihin kannustavana, lohduttavana ja aina ymmärtävänä**. Myötätuntoa voidaan ilmaista hiljaisuudellakin. Usein ihmiselle riittää, että hänet on kuultu, ja hänen kokemuksensa on otettu todesta.

# POHDITTAVAKSI:

MITEN MYÖTÄTUNTO  
OSOITETAAN?

KANNATTAAKO  
KAIKESTA  
KIRJOITTA A ?

MILLAISTA ON  
HYVÄ PALAUTE ?

KUN PUHUTAAN  
TRAUMAATTISEN  
KOKEMUKSEN  
MUISTAMISESTA, MIKÄ ERO  
ON SURULLA JA KAUHULLA ?

# OSALLISTUJIIEN TUKEMINEN

---

# TEKSTISTÄ TUEKSI

- Omakehupajoissa tuotettua tekstiä voidaan työstää eritavoin niin, että tukee osallistujia heidän elämänsä eri osa-alueilla.
- Tekstejä voidaan käyttää **CV:n** rakentamisessa, osallistujille voidaan tehdä **omat nettisivut**, joilla he voivat **jatkossakin julkaista tekstejään, ja jotka voivat liittää esimerkiksi työ- ja opiskelupaikka hakemuksiin.**
- Kirjoitetun tekstin lisäksi Omakehupajoissa voidaan tehdä **esimerkiksi videoita**, joissa osallistujat esittelevät itsensä ja lukevat otteita teksteistään tai esittävät tekemiään lauluja tai rappejä.





# OMAKEHUPAJASSA EI TEHDÄ SOSIAALITYÖTÄ

- Omakehupajoihin osallistuvilla saattaa olla sosiaalisia ja terveydellisiä ongelmia. **Omakehupajatoiminnan puitteissa näitä ongelmia ei kuitenkaan pystytä ratkomaan.** Osallistujien tukeminen tapahtuu kirjoittamisen kautta.
- Omakehupajoissa voidaan kuitenkin **ohjata osallistujia hakeutumaan oikeanlaisen avun pariin.** Tämä kuuluu enemmän toiminnan järjestäjille kuin taitovalmentajalle.
- Taitovalmentajan on **kuitenkin hyvä hiukan kartoittaa, jos mahdollista, millaisen tukitoiminnan piirissä hänen ohjaamansa osallistuja jo on.**



# POHDITTAVAKSI:

MILLÄ TAVOIN  
KIRJOITTAMINEN  
VOI AUTTAA  
IHMISTÄ ETEENPÄIN  
ELÄMÄSSÄ?

MILLAISIA ONGELMIA  
PAJOISSA VOISI TULLA  
ESILLE?

MITEN TOIMISIT TILANTEESSA, JOSSA  
JOKU EI VOI MIELESTÄSI ENÄÄ JATKAA  
OMAKEHUPAJASSA ?

KUKA EI VOISI  
ELÄMÄNTILANTEENSA TAKIA  
OSALLISTUA  
OMAKEHUPAJAAN?

TUKEA TAITOVALMENTAJALLE

---

# ÄLÄ JÄÄ YKSIN

- Omakehu on toimintamuotona keskustelevalta ja jatkuvasti kehittymään pyrkivä. Mielipiteesi ja ehdotuksesi ovat tärkeitä, muista tuoda niitä esille!
- Omakehupajoja ohjaaville taitovalmentajille on tarjolla keskusteluhetkiä ja joka pajan jälkeen lyhyt palautehetki.
- Pajojen välillä voit milloin vain ottaa yhteyttä nimettyihin yhteyshenkilöihin.
- Kuuntele itseäsi ja huolehdi jaksamisestasi. Hyvinvointisi on tärkeää koko tiimille.



OMAKEHUPAJOISSA MUUTETAAN MAAILMAA. RENNOLLA OTTEELLA!

IHMINEN, JOKA KIRJOITTA, ON SEN MAAILMANSA  
HALLITSIJA, AIVAN AVUTON MYÖS

---

Paavo Haavikko

# TOISEN PEREHDYTYSJAKSON LOPPU

---

KIITOS OSALLISTUMISESTASI!

# KYSYMYKSIÄ?

---

Vastaamme vielä myöhemminkin!

# TIIMI

---



Nimi  
Tehtävänimike



Nimi  
Tehtävänimike



Nimi  
Tehtävänimike



Nimi  
Tehtävänimike



# KIRJALLISUUTTA JA LINKKEJÄ

---

## Syrjäytymisestä

- Sandberg, Ots0, 2015: Hallittu syrjäytyminen. Miten syrjäytymisestä muodostui jokaiseen meistä ulottuva riski? Akateeminen väitöskirja, Tampereen yliopiston yhteiskunta- ja kulttuuritieteiden yksikkö. Löydettävissä: <https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/96542/978-951-449677-6.pdf?sequence=1>

## Mieserityisyydestä

- [www.miessakit.fi](http://www.miessakit.fi)
- Arto Jokinen (toim.) Mies ja muutos. Kriittisen miestutkimuksen teemoja. Tampere University Press. Tampere.
- Peitsalo, Petri 2015c; Miesryhmätoiminta ja sen toteuttaminen. Miessakit ry. Juhlavuoden artikkelisarja. Löydettävissä: <https://www.miessakit.fi/2015/09/04/miesryhmatoiminta-ja-sen-toteuttaminen/>

## ITE-taiteesta

- Haveri, Minna 2008: Nykykansantaiteen ITE-estetiikka teoksessa Knuuttila Seppo & Piela Ulla (Toim.) Kansanestetiikka. Kalevalaseuran vuosikirja 97. SKS. Helsinki..
- Rhodes, Colin 2004: Toinen taide, luovat erot. Maahenki Oy. Jyväskylä..

# KIRJALLISUUTTA JA LINKKEJÄ

---

## Kirjoittamisesta

- Roos J.P. ja Peltonen, Eeva (toim.)  
Miehen elämää. Tietolipas 136. SKS.  
Helsinki.
- Ihanus Juhani (toim.) Kantavat sanat.  
Kirjastopalvelu Oy. Lappeenranta.
- Ihanus, Juhani (toim.,) Sanat että  
hoitaisimme. Terapeuttinen kirjoittami-  
nen. Duodecim. Helsinki.

## Traumainformoidusta toimintatavasta

- Auvinen Elisa & Sarvela Kati (toim.)  
2020 Yhteinen kieli. Traumatietoi-  
suutta ihmisten kohtaamiseen. Basam  
Books. Helsinki.

## Taidetyöstä terapiassa

- Repo, Nina & Kuuskorpi Taina 2014:  
Sanataidetta kriisiryhmille. Tutkimus  
voimaannuttavasta, unista ammentavasta  
kirjoitusprojektista. Scriptum. Vol 1.  
Issue 1. Fall 2014. University of  
Jyväskylä.
- Lindqvist Martti 1992: Unelma  
rohkeasta elämästä. Ryhmämatkoja luo-  
vuuteen. Otava. Helsinki

# KIRJALLISUUTTA JA LINKKEJÄ

---

## Traumatietoisesta taidetyöstä

- Savolainen Miina, 2008 Maailman ihanin tyttö. Blink Entertainment Oy. Helsinki..

## Auttajan itsetiedostamisesta

- Lindqvist Martti 1990: Auttajan varjo. Uusintapainos vuodelta 2017, Otavan kirjapaino. Keuruu.

# BLOB-TESTIN SELITYKSET:

1. Olet määrätietoinen, ja valmis voittamaan esteet. Muista, että saat apua myös muilta.
2. Olet muiden mielestä miellyttävä ihminen. Nautit hyvistä ihmissuhteista ja autat erityisesti lähipiiriäsi.
3. Olet päättäväinen. Haluat oppia ja menestyä. Älä unohta niitä, jotka auttoivat sinua tavoitteidesi saavuttamisessa.
4. Olet hyväntuulinen ihminen, joka tavoittelee tasapainoista elämää ja tekemistä. Saatat olla hiukan mukavuuden haluinen.

5. Kärsit voimattomuudesta, etkä jaksa innostua oikein mistään. Mitäpä jos kokeilisit palata johonkin harrastukseen joka sinua innosti nuorempana, tai ehkä opettelisit jonkin uuden taidon?
6. Olet ihminen, joka pitää silmänsä tavoitteessaan ja työskentelee väsymättömästi sitä kohti. Muista levätä välillä.
7. Sinulla on vahva työmoraali ja kova velvollisuuden tunto. Muista välillä ottaa tauko ja viettää aikaa ystävien kanssa.

# BLOB-TESTIN SELITYKSET:

8. Olet keskittynyt itsesi ja omien emootioidesi tulkintaa. Etsit asioista mielelläsi syvempiä merkityksiä. Sinun kannattaisi keskittyä miettimään mikä sinua erityisesti innostaa ja tarttua siihen konkreettisesti.
9. Olet iloinen, aurinkoinen persoonallisuus, ja arvostat elämän pieniä iloja. Sinulla voi olla pelkoja muutosten suhteen.
10. Sopeutuvuus on vahva puolesi ja haluat vakaan aseman. Et yleensä pelkää haasteita.

11. Ystäväsi luottavat sinuun, ja arvostavat sinua. Viihdyt parhaiten kaltaistesi seurassa
12. Sinulla on aktiivinen sosiaalinen elämä, ja olet aina valmis tukemaan ihmisiä. He myös viihtyvät kanssasi.
13. Olet keskittynyt itseesi ja vietät aikaa enimmäkseen yksin. Tämä voi johtaa taipumukseen ylianalysoida ja ahdistua.
14. Kärsit sisäisestä rauhattomuudesta, ja olet emotionaalisesti loppuun ajettu. Jos tilanne on selvästi aktiivinen kriisi, hae ammattiapua.

# BLOB-TESTIN SELITYKSET:

15. Olet sopeutunut hyvin tilanteeseen, jossa olet. Tunnet olevasi mukana yhteisössäsi.
16. Olet vastuullinen, ja huolehdit tietyistä, itsellesi tärkeistä ihmisistä. Joskus voit tuntea olosi yksinäiseksi ja väsyneeksi vastuusi takia.
17. Pidät huomiosta, ja siitä, että sinusta huolehditaan. Olet hyvä ystävä. Älä pelkää etsiä omia polkujasi .
18. Olet sosiaalinen ja helposti lähestyttävä. Sinulla on hyvät sosiaaliset taidot.

19. Sinulla on hyvät empatiakyvyt, ja yrität aina huolehtia heikoimmista. Tämä tuo sinulle myös henkilökohtaista iloa.
20. Sinulla on ylikorostunut käsitys omasta merkityksestäsi. Haluat aina tulla kuulluksi. Sinun kannattaa opetella kuuntelemisen taitoja.
21. Vaikka olet saavuttanut paljon, et ole tyytyväinen ja sinulla on tapana sulkeutua itseesi . Puhu enemmän tunteistasi ja yritä hallita stressiä.

# KIITOS



Katja M. Salminen



[Merituli@Saunalahti.fi](mailto:Merituli@Saunalahti.fi)



<https://areena.yle.fi/audio/1-61023592>