

# SAVONIA

ammattikorkeakoulu

OPINNÄYTETYÖ - AMMATTIKORKEAKOULUTUTKINTO  
SOSIAALI-, TERVEYS- JA LIIKUNTA-ALA

## MITÄ MÄ NÄÄN, MITÄ MÄ TUNNEN

Photovoice-valokuvamenetelmä nuorten mielenterveyskuntoutujien ohjauksessa

TEKIJÄ/T Anne Hyvärinen  
Assi Soininen  
Päivi Tiimonen

Koulutusala Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala	
Tutkinto-ohjelma Sosionomin tutkinto-ohjelma	
Työn tekijä(t) Anne Hyvärinen, Assi Soinen ja Päivi Tiimonen	
Työn nimi Mitä mä nään, mitä mä tunnen. Photovoice-menetelmä nuoren mielenterveyskuntoutujan ohjauksessa	
Päiväys 3.4.2023	Sivumäärä/Liitteet 33/1
Toimeksiantaja/Yhteistyökumppani(t) TTY Palvelut	
<p>Tiivistelmä</p> <p>Opinnäytetyössä kehitettiin uusi työmenetelmä nuorten mielenterveyskuntoutujien ohjaukseen. Opinnäytetyö toteutettiin kehittämistyönä ja työn tilaajana toimi TTY Palvelut Oy, joka tuottaa erityisryhmien asumispalveluja mielenterveys- ja päihdekuntoutujille Kuopion ja Varkauden seudulla. Männistön Aimu tarjoaa kuntouttavan palveluasumista nuorille aikuisille. Asiakkaila on neuropsykiatrisia haasteita, traumataustaa, kaltoinkohtelua sekä mielenterveyden häiriöitä, joiden vuoksi nuoret tarvitsevat tukea ja ohjausta arjen toiminnoissa ja elämönhallinnassa. (TTY Palvelut Oy julkaisuaika tuntematon.) Asiakkaita tuetaan itsenäisyyteen, elämönhallintaan sekä sairauteen sopeutumiseen, autetaan tulevaisuuden suunnitelmissa ja rakennetaan sosiaalista tukiverkostoa.</p> <p>Kehittämistyö toteutettiin spiraalimallia mukaillen. Ohjausprosessi eteni spiraalimallin mukaisesti kehittämisen sykleissä, johon kuului neljä vaihetta: suunnittelu, toiminta, havainnointi ja reflektointi ryhmätapaamiseen. Kehittämistyö sisälsi prosessisuunnitelman sekä tarkemmat ohjaussuunnitelmat jokaiseen tapaamiskertaan. Kehittämistyö suunniteltiin Männistön Aimun asiakkaille ryhmämuotoisena ohjauksena. Kehittämistyön tarkoituksena oli uuden työmenetelmän käyttöönotto nuorten mielenterveyskuntoutuspalveluissa. Tavoitteena oli soveltaa Photovoice-valokuvamenetelmää nuorten mielenterveyskuntoutujien ohjaukseen. Photovoice-valokuvamenetelmän avulla voidaan auttaa tunteiden sanoittamista, vahvistaa osallisuutta ryhmään, rakentaa sosiaalisia suhteita ja vuorovaikutusta ryhmässä sekä auttaa dialogiin ohjaajien kanssa.</p> <p>Ryhmätapaamisilla käsiteltiin aiheita yhdessä nuorten kanssa, joihin sisältyi teematyöskentelyä ja välitehtävät valokuvaukseen liittyen. Valokuvausaiheet valittiin siten, että ne toisivat nuorten elämästä ilmi jotakin ja kertoisivat nuoresta itsestään jotain. Nuorten ottamista valokuvista järjestettiin lopuksi julkinen valokuvanäyttely, jonka rakentamiseen osallistettiin nuoret. Photovoice-valokuvamenetelmästä tehtiin infograafi Männistön Aimun henkilöstölle. Infograafin avulla Photovoice-valokuvamenetelmää voidaan jatkaa työntekijöiden toimesta nuorten ohjauksessa.</p> <p>Kehittämistyön tuloksena todettiin, että Photovoice-valokuvamenetelmä soveltuu hyvin nuorten mielenterveyskuntoutujien kanssa tehtävään työhön sekä myös muiden erityisryhmien ohjaukseen. Valokuvamenetelmän avulla on mahdollista vahvistaa nuorten sosiaalisia taitoja, sanoittaa tunteita ja vahvistaa osallisuutta sekä synnyttää dialogia myös nuorten ja ohjaajien välillä. Valokuvien avulla nuoret pystyvät sanoittamaan tunteitaan paremmin ja ohjaajien kanssa vuorovaikutuksellinen työskentely helpottuu.</p>	
Avainsanat Photovoice-valokuvamenetelmä, nuorten mielenterveys, osallistava ohjaus	

Field of Study Social Services, Health and Sports	
Degree Programme Degree Programme in Social Services	
Author(s) Anne Hyvärinen, Assi Soininen and Päivi Tiimonen	
Title of Thesis What I see, what I feel- Photovoice – method in the guidance of young mental health rehabilitees	
Date 3.4.2023	Pages/Appendices 32/1
Client Organisation /Partners TTY Palvelut Oy	
<p><b>Abstract</b></p> <p>In this thesis a new working method was developed for the guidance of young mental health rehabilitees. The thesis was carried out as a development cooperation and the client was TTY Palvelut Oy, that produces special groups housing services for mental health and substance abuse rehabilitees in the Kuopio and Varkaus regions. Männistön Aimu offers rehabilitating residential care for young adults. Clients have neuropsychiatric challenges, a history of trauma, mistreatment, and mental health disorders, which is why the young adults need support and guidance in everyday life actions and skills. (TTY Palvelut Oy, publishing time unknown). Clients are supported in independency, life skills and adjusting to their illness as well as being helped with future plans and building a social network.</p> <p>The development work was carried out in accordance with the spiral model. The control process proceeded in accordance with the spiral model in development cycles, which consisted of four stages: planning, action, observation, and reflection for a group meeting. Development consisted of a process plan and more detailed guidance plans for each group meeting. Development was designed as group guidance for Männistön Aimus clients. The point of development was the adoption of a new work method for youth mental health rehabilitation services. The goal was to apply the Photovoice-photograph method to young mental health rehabilitees guidance. Putting feelings to words, strengthening the feeling part of being part of a group, building social bonds and interaction within a group, and helping to start a dialogue with counsellors can be aided with the Photovoice-photograph method.</p> <p>In group meetings subjects, which consisted of theme working and tasks of photographing, were discussed together with the youth. Photograph subjects were chosen so that they would bring out something about the youths' lives and would tell something about the person themselves. Finally, a public photo exhibition was organised of photographs taken by young people, in the construction of which young people were involved. An infographic of the Photovoice-photograph method was made for the personnel of Männistön Aimu. With the help of the infographic, the Photovoice photo method can be continued by employees in the guidance of young people.</p> <p>As the result of the development process, it can be stated that the Photovoice-photograph method is well suited for work with young mental health rehabilitees guidance work as well as in the guidance of other special groups. With the Photovoice-photograph method it is possible to strengthen the social skills of young people, put feelings into words and strengthen the feeling of being part of a group as well as form a dialogue between the youth and counsellors. With photographs the youth can put their feelings into words and participatory working is made easier.</p>	
<p><b>Keywords</b></p> <p>Photovoice-photograph method, mental health of young people, participatory guidance</p>	

## SISÄLTÖ

1	JOHDANTO.....	6
2	PHOTOVOICE-VALOKUVAMENETELMÄ .....	7
2.1	Photovoice-valokuvamenetelmä sosionomin työssä .....	8
3	NUORTEN MIELENTERVEYS .....	9
3.1	Nuorten mielenterveyskuntoutusta ohjaavat lait.....	9
3.2	Nuorten mielenterveyshäiriöt ja syrjäytymisuhassa olevat nuoret .....	10
3.3	Mielenterveyden tukeminen osallisuuden keinoin .....	11
4	NUORTEN RYHMÄOHJAUS .....	12
4.1	Ryhmäohjaajan ominaisuudet .....	13
5	KEHITTÄMISTYÖN TARKOITUS JA TAVOITE .....	14
6	KEHITTÄMISTYÖN TOTEUTUS.....	15
6.1	Suunnittelu ja prosessin vaiheet.....	15
6.2	Kehittämistyön toteutus.....	16
6.3	Arviointi.....	18
7	KEHITTÄMISTYÖN TAPAAMISKERRAT .....	20
7.1	Ensimmäinen ryhmätapaaminen – Tutustuminen toisiimme .....	20
7.2	Toinen ryhmätapaaminen – Mitä näet, kun astut ulos/Miten katson ympäristöäni.....	21
7.3	Kolmas ryhmätapaaminen – Tulevaisuus/Usko tulevaan .....	22
7.4	Neljäs ryhmätapaaminen – Kuvaa talven unelmia.....	22
7.5	Viides ryhmätapaaminen – Nuorten ehdottamat aiheet.....	23
7.6	Kuudes ryhmätapaaminen – Vapaavalintainen aihe .....	23
7.7	Seitsemäs ryhmätapaaminen – Valokuvanäyttely .....	23
8	POHDINTA .....	25
8.1	Pohdinta kehittämistyön toteutuksesta ja tuotoksesta .....	25
8.2	Kehittämistyön eettisyys ja luotettavuus .....	26
8.3	Ammatillinen kasvu .....	27
8.4	Tuotoksen hyödynnettävyys ja kehittämisideat .....	28
	LÄHTEET.....	29
	LIITE 1: INFOGRAAFI MÄNNISTÖN AIMUN TYÖNTEKIJÖILLE PHOTOVOICE- VALOKUVAMENETELMÄSTÄ.....	33

## KUVALUETTELO

Kuva 1. Toimintatutkimuksen spiraalimalli (Salonen 2013, 16.) .....	15
Kuva 2. Osallistavan toiminnan prosessi.....	16

## 1 JOHDANTO

Sosionomin työssä toiminnalliset ja luovat työtavat avaavat yhteyksiä ja lisäävät ymmärrystä asiakkaiden elämäntilanteista, koska luovaa toimintaa voi harjoittaa myös silloin, kun ei ole yhteistä kieltä. Kun tavoitteena on lisätä asiakkaan hyvinvointia, osallisuutta ja kommunikaation parantamista, niin luovat ja toiminnalliset työtavat voivat helpottaa työntekijän ja asiakkaan aitoa kohtaamista. Sosionomin työssä luovuuden merkitys on suuri ja se vahvistaa työntekijän uskallusta etsiä ja käyttää erilaisia työmenetelmiä, jolloin asiakkaiden osallisuus ja yhteisöllisyys lisääntyy. (Raatikainen, Rahikka, Saarnio & Vepsä 2020, 156–157.)

Kehittämistyömme toimeksiantaja TTY Palvelut Oy tarjoaa tuetun asumisen palveluja Kuopion alueella viidessä asumisyksikössä sekä Varkaudessa yhdessä yksikössä. Kehittämistyö toteutettiin Männingin Aimu-yksikköön, joka tarjoaa palveluasumista 18–29-vuotiaille nuorille mielenterveyskuntoutujille. Männingin Aimussa nuoret opettelevat elämänhallinnan perustaitoja ja tavoitteena on itsenäiseen elämään kuntoutuminen erilaisten tukimuotojen avulla. Kehittämistyön tavoitteena oli kokeilla nuorten mielenterveyskuntoutuksessa toiminnallista ryhmäohjausmenetelmää, jota toimeksiantaja voi jatkossa käyttää asiakkaidensa kanssa.

Kehittämistyössä käytimme Photovoice-valokuvamenetelmää, joka mahdollistaa puheenvuoron niille henkilöille, joiden on vaikea ilmaista mielipiteitään tai ajatuksiaan sanoin toisille ihmisille. Photovoice-valokuvamenetelmää voidaan myös jatkossa soveltaa sosionomin työssä erilaisten asiakasryhmien kanssa. Menetelmässä käytetään itse otettuja kuvia, jonka jälkeen niitä analysoidaan. Kuvien avulla henkilö voi kertoa itselleen tärkeistä asioista toisille ilman sanoja. (Tukiliitto 2017.) Nuorten mielenterveysongelmat ovat lisääntyneet, samoin yksinäisyys ja syrjäytyneisyys. Valokuvaus voi sytyttää uuden harrastuksen ja sen kautta myös omien kokemusten ja tunteiden sanoittajan.

”Yksi kuva kertoo enemmän kuin tuhat sanaa” kuvaa hyvin käyttämäämme menetelmää. Sosionomin työssä kohdataan erilaisia asiakasryhmiä, joilla voi olla haasteita ilmaista itseään sanoin. Jos asiakkaalla on vaikeuksia ilmaista omia mielipiteitään, tunteitaan, ajatuksiaan tai haaveitaan, niin Photovoice-valokuvamenetelmä voi olla keino saada asiakkaan ääni kuuluviin ja lisätä osallisuuden tunnetta. Sosionomeina meitä kiinnosti, miten nuoret mielenterveyskuntoutujat voisivat valokuvien kautta sanoittaa tunteitaan ja kuinka valokuvaus ja kuvien reflektointi vahvistaisivat voimavaroja, tukisivat voimaantumista ja minäkäsitystä sekä pärjäävyyden tunnetta niin, että sairaudesta huolimatta voi elää omannäköistä elämää piiloutumatta sairauden taakse.

Photovoice-valokuvamenetelmää voidaan käyttää ryhmämuotoisena ohjausmenetelmänä mielenterveyskuntoutuksessa. Photovoice-valokuvamenetelmässä käytetään valokuvaa itseilmaisun apuna ja ohjausprosessi toteutetaan voimavarasuuntautuneella työotteella. Prosessissa nuorten on mahdollista sanoittaa omaa elämäänsä tarinoiksi, runoiksi ja samalla prosessoida ajatuksiaan ja tunteitaan. Tavoitteena on visuaalisen ja luovan työmenetelmän avulla saada kuvat puhumaan nuorten äänellä ja tämän myötä lisätä osallisuuden tunnetta.

Keskeiset käsitteet: Photovoice-valokuvamenetelmä, nuorten mielenterveys, osallistava ohjaus

## 2 PHOTOVOICE-VALOKUVAMENETELMÄ

Photovoice-valokuvausmenetelmän vahvuus on siinä, että se tuo esiin luovuuden ja mahdollistaa asioiden kertomisen silloin, kun ei osaa sanoittaa tuntemuksiaan. Photovoice-valokuvamenetelmän kehittivät Caroline C. Wang ja Mary Ann Burris vuonna 1992. Menetelmällä pyrittiin alkuun siihen, että Kiinan Yunnanin maakunnan kylän naiset pystyivät tuomaan arkielämän kokemuksiaan aluekehitystä koskevaan päätöksentekoon. Tällä pyrittiin parantamaan naisten elinoloja ja terveyttä. (Photovoice Worldwide 2021.) Photovoice-valokuvamenetelmässä osallistujat ottavat kuvia, joiden avulla pyritään tuomaan esille tunteita ja ajatuksia, jos niitä ei pysty sanoittamaan syystä tai toisesta. Osallistujat kuvaavat merkityksellisiä tilanteita ja asioita elämästään. Photovoice-valokuvamenetelmää käytetään maailmanlaajuisesti eri asiakasryhmien kesken. Photovoicesta voisi käyttää tunnettua sanontaa, jonka mukaan kuva kertoo enemmän kuin tuhat sanaa. (What works julkaisuaika tuntematon.)

Meridith Burles ja Roanne Thomas ovat selvittäneet Photovoice-valokuvamenetelmän hyötyjä ja haasteita. Valokuvauksesta hyötyi esimerkiksi masentunut henkilö, koska valokuvaus antoi hänelle uuden keinon kertoa sairaudestaan. Kuvat antoivat myös ymmärrystä masennuksen eri vaiheista. Ne toivat esiin masennuksen synkän puolen, mutta myös sen, kun elämässä oli hyviä hetkiä. Menetelmää on useimmiten käytetty terveyden tutkimukseen ja edistämiseen. Esimerkiksi syrjäytyneille annettiin kamerrat, jotta he voisivat kuvata elämänsä ja kokemuksiaan omalta kantiltaan. Ideana tässä on se, että ulkopuolisen kuvaamana heidän elämänsä näyttäytyisi varmasti erilaisena. (Burles & Thomas 2014.)

Photovoice-valokuvamenetelmässä on tärkeää arvostaa osallistujan kokemuksia omasta työstään ja siitä että jokainen on oman elämänsä asiantuntija. Myös sitä pidetään tärkeänä, että osallistuja saa valita itse kuvansa ja aiheensa ja mitä kuvista keskustellaan tai kirjoitetaan. Tällä tavoin tutkimukseen saadaan erilaisia näkökulmia asioihin, kun jokainen katsoo asioita omalta kantiltaan. Myös katsojassa voi syntyä empatiaa kuvia katsoessa ja tämä voi antaa lisää ymmärrystä toisen elämästä ja sen tapahtumista. Tämä voi myös vahvistaa sekä tutkimuksen tekijän että osallistujan välistä luottamusta työtä tehdessä ja luoda hyvää vuoropuhelua aiheesta. Photovoice-valokuvamenetelmässä eettisiä ongelmia voivat olla esimerkiksi se, että koetaan kameras olevan häiritsevä tekijä ja näin se voi altistaa osallistujan haavoittuvuuteen. Tämän vuoksi on tärkeää, että valokuvissa olevien henkilöiden yksityisyys otetaan huomioon. (Burles & Thomas 2014.)

Osallistujilta vaaditaan sitoutumista kahdesta kuuteen tapaamiskertaan. Ensimmäisessä tapaamisessa tulee keskustella teemoista ja mahdollisista tutkimuskysymyksistä ja näin sitouttaa osallistujat mukaan prosessiin. Pitää myös varmistaa, että osallistujilla on tarvittavat kuvausvälineet ja ohjeistukset kuvaamista varten. Tämän jälkeen on tärkeää tavata uudestaan ja keskustella siitä mitä kuvat esittävät ja mitä niillä halutaan sanoa. Kuvien ja tarinoiden esille tuominen esimerkiksi näyttelyä kautta voivat tuottaa vaadittavaa muutosta tai tietoa prosessista. (Burles & Thomas 2014.)

## 2.1 Photovoice-valokuvamenetelmä sosionomin työssä

Photovoice-valokuvamenetelmän ydin on valokuvaaminen ja kuvien kautta asioiden sekä tunteiden sanoittaminen. Valokuvien maailmaan eläytyminen herkistää aistit ja tunteet. Valokuvat ja valokuvaaminen tuovat ilmi asioita, joihin ei ole sanoja ja asiakkaan on mahdollista nähdä elämänsä uudessa valossa, oppia uutta itsestään ja muuttua. Valokuvausmenetelmä auttaa vuorovaikutussuhteiden vahvistamiseen ja toimintatapojen reflektointiin ja kehittämiseen. (Korhonen, julkaisuaika tuntematon.)

Sosiaalialan asiakastyössä käytetään luovia ja toiminnallisia menetelmiä, joiden tavoitteena on lisätä asiakkaan hyvinvointia, osallisuutta sekä tukea hänen kuntoutumistaan. Näitä menetelmiä käytetään luovuuden herättelyyn ja kommunikaation parantamiseen. Esimerkiksi menneisyyden tapahtumia voidaan tulkita ja työstää tulevaisuuden kuvia luovan toiminnan avulla. (Raatikainen ym. 2020, 156.) Sosionomin työssä luovuuden merkitys on suuri, sillä se vahvistaa työntekijän uskallusta käyttää ja etsiä erilaisia työmenetelmiä, jotka lisäävät asiakkaiden osallisuutta ja yhteisöllisyyttä. (Raatikainen ym. 2020, 157.)

Monet työmenetelmät edellyttävät erityistä lisäkoulutusta, jotta niitä voidaan käyttää työssä ja esimerkiksi ekspressiivinen taideterapia antaa hyviä näkökulmia ja ideoita Photovoice-valokuvamenetelmän käyttöön. Ekspressiivisessä taideterapiassa keskeisintä on taiteen avulla tapahtuvan muodon antaminen erilaisille tunteille ja ajatuksille. Taideterapian menetelmiä käytetään mielenterveyden hoidossa, ennaltaehkäisevässä, hoitavassa ja kuntouttavassa työssä. (Ihmissuhdetyö ry julkaisuaika tuntematon.)

Ekspressiivisen taideterapian ihmiskuva on humanistinen ja voimavaralähtöinen, jossa etsitään voimavaroja elämän haasteisiin, kriiseihin tai kärsimykseen. Ekspressiivisessä taideterapiassa ei tarvitse osata mitään ennalta vaan kokemustenmaailmassa sanat löytyvät uudella tavalla ja tavoitteena on, että taide alkaa näyttäytyä paikkana, tilana, jossa koetaan toisenlainen todellisuuden tila ja on mahdollista etäännyä ongelmallisista kokemuksista ja kokeilla toisin tekemistä. (Cerastina 2021.)

Valokuvan terapeuttinen voima kirjassa kerrotaan kuvan kyvystä viestittää ja vuorovaikutus kuvan kanssa on nonverbaalia eli sanatonta. Valokuvan avulla voi saada tietoa esimerkiksi omasta fyysisestä olemuksesta, koska sanaton vuorovaikutus perustuu näköaistimukseen. Vuorovaikutus ilman sanoja voi tapahtua toiminnallisesti eli valokuvaamalla, kuvia työstämällä tai kuvia käsittelemällä, se on monin tavoin kehollista toimintaa. Tekemisen kautta päästään eri aistien, mielikuvien tunteiden ja muistojen äärelle. (Halkola, Mannermaa, Koffert & Koulu 2009, 41–42.)

### 3 NUORTEN MIELENTERVEYS

WHO:n (2013) määritelmän mukaan ”mielenterveys on hyvinvoinnin tila, jossa ihminen pystyy näkemään omat kykynsä ja selviytymään elämään kuuluvissa haasteissa sekä työskentelemään ja ottamaan osaa yhteisönsä toimintaan”. (Mieli 2021). Mielenterveyteen liitetään usein erilaisia käsitteitä, kuten henkinen hyvinvointi, hyvä elämä ja tasapainoinen mieli. Mielenterveys ei kuitenkaan tarkoita sitä, ettei elämässä voisi olla ajoittain myös ahdistusta, riittämättömyyden tunnetta, alakuloisuutta tai diagnosoitua mielenterveyden häiriötä. Elämään kuuluu myös ihmishuuhdeongelmat, rahahuolet, työ- tai koulupaineet, kriisit ja menetykset. (Erkko & Hannukkala 2013, 29.)

Jokaisen ihmisen yksilölliset tekijät ja elämän kokemukset vaikuttavat siihen, miten jokainen oman mielenterveytensä määrittelee. Yksilöllisiä tekijöitä, kuten perimä ja sukupuoli vaikuttavat henkilön mielenterveyteen, sekä ympäristö, jossa ihminen on syntymästä asti vuorovaikutuksessa, ja vuorovaikutuksen tuloksena syntyneet elämäkokemukset vaikuttavat yksilön mielenterveyteen läpi elämän. (Hämäläinen, Kanerva, Kuhanen, Schubert, Seuri 2021, 21.)

Mielenterveyteen vaikuttavat ihmisen yksilöllisten tekijöiden, kokemusten sekä vuorovaikutuksen ja sosiaalisen tuen lisäksi myös yhteiskunnalliset rakenteet ja resurssit. Osallisuuden, sosiaalisen pääoman sekä yhteisön jäsenten vaikutusmahdollisuuksien vahvistaminen ovat yhteiskunnallisesti ajatellen tärkeitä. Taloudellinen toimeentulo, asumis- ja elinolosuhteet, koulutukselliset resurssit ja palveluiden saatavuus muovaavat sitä, kuinka omaan hyvinvointiin voi vaikuttaa (Hämäläinen ym. 2021, 24.)

#### 3.1 Nuorten mielenterveyskuntoutusta ohjaavat lait

Mielenterveystyön valtakunnallisesta suunnittelusta, ohjauksesta ja valvonnasta vastaa sosiaali- ja terveysministeriö. Työn tavoitteena on vahvistaa mielenterveyttä ja vähentää mielenterveyteen kohdistuvia uhkia. Mielenterveystyöhön sisältyy mielenterveyttä edistävä työ, mielenterveyden häiriöiden ehkäisy ja hoito sekä sosiaalihuollon mielenterveystyö. Mielenterveyden hoidosta säädetään terveydenhuoltolaissa. Tahdosta riippumattomasta psykiatrisesta hoidosta säädetään mielenterveyslaissa. (STM julkaisuaika tuntematon.)

Yhdenvertaisuuslain (1325/2014) tarkoituksena on yhdenvertaisuuden edistäminen ja syrjinnän ehkäisy, sekä edistää syrjinnän kohteeksi joutuneen oikeusturvaa. (Yhdenvertaisuuslaki 1323/2014, 1 §.) Laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista (2000/812) takaa asiakkaille oikeuden saada hyvää sosiaalihuoltoa ja kohtelua ilman syrjintää ja ihmisarvoa ei saa loukata, vakaumusta ja yksityisyyttä on kunnioitettava. (Laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista 2000/812, 4 §.) Laki naisten ja miesten välisestä tasa-arvosta (1986/609) estää sukupuoleen perustuvaa syrjintää ja edistää naisten ja miesten välistä tasa-arvoa. Lain tarkoituksena on myös estää sukupuoli-identiteettiin tai sukupuolen ilmaisuun perustuva syrjintä. (Laki naisten ja miesten välisestä tasa-arvosta 1986/609, 1 §.)

Terveydenhuollossa potilaan asemasta ja oikeuksista säädetty laki (1999/785) takaa jokaiselle Suomessa pysyvästi asuvalle henkilölle oikeuden terveyden- ja sairaanhoitoon ilman syrjintää. Potilaan

äidinkieli, hänen yksilölliset tarpeensa ja kulttuurinsa on mahdollisuuksien mukaan otettava huomioon hoidossa ja kohtelussa. (Potilaan asemasta ja oikeuksista säädetty laki 1999/785, 3 §.)

Laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista (2000/812) kerrotaan, että sosiaalihuoltoa toteutettaessa on laadittava palvelu-, hoito-, kuntoutus tai muu vastaava suunnitelma yhteisymmärryksessä asiakkaan kanssa. (Laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista 2000/812, 7 §.)

Mielenterveys kuntoutujan tuki- ja palveluasuminen pohjautuu sosiaalihuoltolakiin (2014/1301), jossa sosiaalihuollon mielenterveyspalveluilla tarkoitetaan erityisesti psyykkisen toimintakyvyn heikkenemisestä johtuvaan tuentarpeeseen kohdennettuja palveluita, joita on järjestettävä asumispalveluja sekä niiden yhteydessä annettavaa sosiaaliohjausta, sosiaalityötä ja sosiaalista kuntoutusta. (Sosiaalihuoltolaki 2014/1301, 25a §.)

Mielenterveyslain (1990/116) mukaan mielisairautta tai muuta mielenterveyshäiriötä potevalle henkilölle on riittävän hoidon ja palvelujen ohella yhteistoiminnassa asianomaisen kunnan sosiaalitoimen kanssa järjestettävä mahdollisuus hänen tarvitsemaansa lääkinnälliseen ja sosiaaliseen kuntoutukseen liittyvään tuki- ja palveluasumiseen siten kuin siitä on erikseen säädetty. (Mielenterveyslaki 1990/116, 5 §.)

Lastensuojelulaisissa (2007/417) sanotaan, että kun riittämätön toimeentulo, puutteelliset asumisolot tai asunnon puuttuminen ovat olennaisena esteenä jälkihuollon piirissä olevan lapsen tai nuoren kuntoutumiselle, hyvinvointialueen on viivytyksettä järjestettävä riittävä taloudellinen tuki sekä korjattava asumisoloihin liittyvät puutteet tai järjestettävä mukainen asunto. (Lastensuojelulaki 2007/417, 76 a §.)

### 3.2 Nuorten mielenterveyshäiriöt ja syrjäytymisuhassa olevat nuoret

Nuorten syrjäytyminen on suomalaisen yhteiskunnan vakavimpia ongelmia. (Ryhmäilmiöt 2020.) Monet mielenterveyshäiriöt ilmaantuvat ensi kertaa juuri nuoruudessa. Yleisimpiä nuorten mielenterveyshäiriöitä ovat mieliala-, ahdistuneisuus-, käytös- ja päihdehäiriöt. Nuorten mielenterveyden häiriöissä samanaikaiset häiriöt ovat yleisiä. Tämä tarkoittaa sitä, että ainakin puolella niistä nuorista, joilla on jokin mielenterveyshäiriö, on kaksi tai useampia samanaikaisia häiriöitä. Esimerkiksi nuorella, jolla on käytöshäiriö, kärsii hän myös päihdehäiriöstä. Onkin tärkeää tunnistaa samanaikaiset häiriöt, sillä usein samaan aikaan esiintyvät häiriöt ovat vakavampia ja vaikeammin hoidettavia. (Marttunen, Huurre, Strandholm & Viialainen 2013, 10–11.)

Nuoruus on vaativa ajanjakso elämänkaaressa. Se on siirtymävaihe lapsuudesta aikuiseksi. Pelkääntään nuoren keho ja ulkonäkö ei muutu, vaan samalla tapahtuu myös muutoksia ajatuksissa, asenteissa, arvoissa ja mielipiteissä. Vanhemmat saavat uuden roolin nuoren elämässä, kun taas kaveri- ja ystävyysuhteiden merkitys muuttuu ja vahvistuu. Nuoren kasvun ja kehityksen myllerryksissä pysyvillä arjen toiminnoilla ja paikoilla on merkityksensä nuoren mielenterveydelle. Nämä tarkoittavat esimerkiksi nuorisotaloja, työpajoja, kotia, koulua ja harrastuksia. (Erkko ym. 2013, 47.) Toistaiseksi on vähän tietoa siitä, mihin pitäisi ensisijaisesti vaikuttaa, jotta sairastumiselta vältyttäisiin. Ennaltaehkäisyssä on tärkeää vahvistaa niitä asioita, jotka suojaavat nuoria mielenterveyshäiriöiltä, mutta myös tunnistaa ja pyrkiä vähentämään sairastumisen riskiä lisääviä seikkoja. (Marttunen ym. 2013, 14.)

Nuorten syrjäytymisestä puhuttaessa kohdejoukko on kaikki alle 30-vuotiaat lapset ja nuoret. Syrjäytymisen syyt liittyvät yhteiskunnan, arvojen ja kulttuurin muutokseen. Merkittävämpiä syrjäytymisen syitä syrjäytymistutkimuksen mukaan ovat päihde- ja mielenterveysongelmat. Nuorten syrjäytymisessä huono-osaisuuden eri ulottuvuudet vahvistavat toisiaan, syrjäytyminen on ajautumista yhteiskunnassa tavanomaisena pidetyn elämäntavan ja -laadun ulkopuolelle sekä ulosjäämistä yhteiskunnan perusinstituutioista: työmarkkinoista, koulutuksesta, perheestä, ystävistä ja yhteiskunnallisesta osallisuudesta. (Tarkastusvaliokunnan mietintö 2014.) Nuorisolain tavoitteena on edistää nuorten osallisuutta ja vaikuttamismahdollisuuksia sekä kykyä ja edellytyksiä toimia yhteiskunnassa. Tukea nuorten kasvua, itsenäistymistä, yhteisöllisyyttä sekä niihin liittyvää tietojen ja taitojen oppimista. Edistää nuorten yhdenvertaisuutta ja tasa-arvoa sekä oikeuksien toteutumista. (Nuorisolaki 1285/2016, 2 §.)

### 3.3 Mielenterveyden tukeminen osallisuuden keinoin

Osallisuus toteutuu, kun nuori saa riittävästi tietoa itseään koskevista suunnitelmista ja päätöksistä, pystyy ilmaisemaan oman mielipiteensä niistä sekä tulee kuulluksi ja voi vaikuttaa itseään koskeviin asioihin. (Lastensuojelun keskusliitto julkaisuaika tuntematon.) Osallisuuden toteutumiseksi tarvitaan yhteisöjä, joissa on mahdollista toimia, tulla nähdyksi ja kuulluksi. Nuorten yhteisöillä tarkoitetaan esimerkiksi perheitä ja koulua, jossa nuoret oppivat muodostamaan ja ilmaisemaan omia mielipiteitään ja näkemyksiään. (Hipp, Pollari & Luoma 2018.)

Hyvinvointi rakentuu osallisuuden ja merkityksellisyyden tunteesta ja nuorten osallisuuden vahvistaminen ehkäisee syrjäytymistä. On tärkeää erottaa osallisuus ja osallistaminen. Osallisuus on yksilön kokemana tunneperäinen ja henkilökohtainen ilmiö sekä tunnepohjainen kokemus että minä voin vaikuttaa itseäni ja ympäristöäni koskeviin asioihin. (Raatikainen ym. 2020, 139.) Osallisuus rakentuu rehellisyyden, avoimuuden ja vastavuoroisuuden kautta ja vie kohti hyviä asioita. (Lastensuojelun keskusliitto julkaisuaika tuntematon.)

Osallisuuteen ei voi pakottaa tai määrätä ulkopuolelta, mutta sitä voidaan tukea ja edistää monin eri tavoin. Osallistuminen on keino sosiaalisen osallisuuden edistämiseksi. (Raatikainen ym. 2020, 139.) Photovoice-valokuvamenetelmä antaa nuorille mahdollisuuden kokea osallisuuden tunteita osallistavalla menetelmällä, joka samalla tukee nuorten mielenterveyttä ja edistää sitä yksilö- ja yhteisötasolla. Käytimme ratkaisukeskeistä lähestymistapaa, sillä se lisäsi osallisuutta ja siinä pääpaino on nuorten asiantuntijuuden ja äänen huomioimisessa.

Osallisuus on hyvin moniulotteista. Osallisuuden kokemusten kautta nuori oppii myös kantamaan vastuuta toisista ihmisistä ja ympäristöstään. Tärkeää on, että nuorelle tulee aito kokemus kohdautumisesta, jolloin hänen toimijuutensa vahvistuu ja hän kokee pystyvänsä vaikuttamaan itseensä vaikuttaviin asioihin. (Nuoret ja osallisuus julkaisuaika tuntematon.)

## 4 NUORTEN RYHMÄOHJAUS

Ohjausryhmät voivat vaihdella luonteeltaan ja tyypiltään ja niiden toiminta voi olla pitkäkestoisia, tai ne voivat kokoontua vain rajatun ajan. Ryhmät voivat olla suljettuja tai avoimia. Suljettuun ryhmään ei enää sen käynnistymisen jälkeen oteta uusia jäseniä, kun taas avoimeen ryhmään voidaan ottaa koko ryhmätoiminnan ajan uusia jäseniä. Ryhmän koko voi myös vaihdella ja se voi olla pieni, jolloin yhteinen vuorovaikutus on helppoa, tai suuri, jolloin yhteinen identiteetti ei synny tapaamisten vaan jonkun yhteisen intressin tai ilmiön pohjalta. (Raatikainen ym. 2020, 142.)

Ryhmäprosessin perusta luodaan virittäytymällä hetkeen, ryhmään ja sen vuorovaikutukseen. Virittäytyminen johdattaa myös yksilölliseen luovaan työskentelyyn. Ryhmän tai uuden luovan prosessin alkamiseen liittyy usein jännitystä ja hämmennystä. Ihmiset reagoivat niihin erilaisin tavoin. Luova ilmaisu sekä tunteiden ja ajatusten käsittely ryhmässä edellyttävät turvallista ja keskustelun sallivaa ilmapiiriä. Luovassa ryhmätoiminnassa rakennetaan olosuhteet, joissa ihminen voi turvallisesti etäännyä arjestaan ja vaikeuksistaan. Etäännyksen myötä syntyy tilaa mielikuville, tunteille ja oivalluksille. (Huhtinen-Hildén ym. 2019.) Ryhmän yhdessä toimimisessa on tärkeää, että jokainen tuntee kuuluvansa ryhmään ja tämä tunne syntyy, kun kokee tulleen kuulluksi. Tärkeää on myös toisten ryhmään osallistuvien jäsenten kuuntelu ja kunnioittaminen. (Ryhmäilmiö 2020.)

Ryhmäohjauksessa keskeistä on ryhmäläisten omien ajatusten esille tuominen, kokemusten jakaminen ja vertaistuki. (Ståhlberg 2019, 17). Ohjausprosessin käynnistyessä käynnistyy yhtä aikaa monta asiaa. Liikkeelle lähtee tavoitteellinen, yhteistyötä ja koordinoitua vaativa työskentelyprosessi, joka on samalla oppimisprosessi, luova prosessi ja usein myös ryhmäprosessi. Ohjauksen päämääränä on ohjattavalle merkityksellinen oppimis- tai työskentelyprosessin läpivieminen, tai ainakin sen edistäminen kappaleen matkaa siten, että ohjattavan toimijuus vahvistuu. (Vehviläinen 2014, 92–93.)

Strukturoitu psykopedagoginen ryhmäohjaus on onnistuessaan siihen osallistuvalla oppijalla merkittävä oppimiskokemus. Ryhmäohjaus vahvistaa osallistujan itsetuntemusta ja -luottamusta. Sen avulla osallistujat voivat löytää lisää vaihtoehtoja tilanteeseensa sekä vahvistaa omaa aktiivisuuttaan ja toimijuuttaan. Vuorovaikutustaitojen ja sosiaalisten taitojen harjoituksen kannalta ajateltuna ryhmäohjaukseen osallistumisella voi olla joillekin herkässä ikävaiheessa oleville suuri merkitys itsetunnon, minäkuvan ja elämänhallinnan taitojen vahvistamisessa. (Ståhlberg 2019, 24.)

Yhteiset tavoitteet kaikilla osapuolilla haastavassa elämäntilanteessa olevan nuoren ohjauksessa on tärkeää ja nuoren osallistaminen tavoitteiden määrittelyyn on otettava huomioon. Nuorten tarpeet ja elämäntilanteet voivat olla hyvinkin erilaisia, joten tuen ja ohjauksen tarve on myös erilainen kaikilla. Haasteena onkin saada eniten tukea ja ohjausta tarvitsevat nuoret tarpeellisen avun piiriin hyvissä ajoin ennen ongelmien kasaantumista liian suuriksi. Myös matalan kynnyksen palvelut ovat todella tärkeitä, kaikilla ei ole voimavaroja varata aikaa tai jonottaa pitkään palvelua saadakseen. (Aaltonen, Berg, Rajaniemi 2015.)

Ohjauksen voisi sanoa olevan vuorovaikutuksellista ja tavoitteellista toimintaa. Erityispiirteensä ohjaukselle luo kuitenkin, kun puhutaan nuorista, jotka ovat elämässään haastavassa tilanteessa syrjäytymisuhan alla tai vailla koulu- tai työpaikkaa. Viime vuosina asiasta on puhuttu todella paljon ja joitakin toimia ja palveluja nuorille onkin avun ja tuen saamiseksi tehty (Aaltonen ym. 2015.) Ohjaus

on yhteistoimintaa, jossa tarkoituksena on tukea ja edistää ohjattavan oppimis-, kasvu-, työ- tai ongelmanratkaisuprosesseja sellaisilla tavoilla, että ohjattavan toimijuus vahvistuu. (Vehviläinen 2014, 12.)

Ryhmäytyminen ja turvallinen ryhmän luominen on edellytys mielenterveystaitojen harjoittelulle toisten nuorten kanssa. Ryhmän turvallisuuden lisääminen auttaa nuoria jakamaan tunteita ja keskustelemaan joskus vaikeiltakin tuntuvista asioista. Nuoret oppivat tukemaan toinen toisiaan ja osoittamaan välittämistä ja empatiaa. Ryhmässä hyväksytyksi tulemisen tunne tuo turvallisuutta, samoin avoimuus, tuen antaminen ja halukkuus yhteistyöhön. Kokemus turvalliseen ryhmään kuulumisesta vahvistaa nuoren itsetuntoa ja sosiaalisia taitoja. (Erkko ym. 2013, 17.) Ryhmän kokoontuessa säännöllisesti ryhmän hierarkia vahvistuu ja hiljaisemmatkin rohkenevat osallistua keskusteluun. Ryhmässä opitaan sosiaalisia perustaitoja. (Ryhmäilmiö 2020.)

#### 4.1 Ryhmäohjaajan ominaisuudet

Positiivisen tunnelman luominen on ohjaajan keskeisin tehtävä ryhmätoimintaa aloiteltaessa. Ohjaajan tehtävä on heti ensi hetkestä lähtien saada omalla asiantuntevalla, hyväksyvällä ja kunnioittavalla olemuksellaan jokainen osallistuja vakuuttamaan, että ryhmään osallistuminen ei ainakaan huononna ohjattavan tilannetta, vaan voi parhaimmillaan tuoda hänelle uusia oivalluksia. (Ståhlberg 2019, 68.)

Ohjaus on tietoista pedagogiikkaa, ei pelkästään perinteen ohjaamaa toimintaa. Hyvä ohjaus edellyttää, että ohjaaja voi harkita, mitkä toimintatavat kulloinkin ovat pedagogisesti suotuisimpia. Periaatteena on, että ohjauksen toimintamallit, keinot ja ohjaajan interventiot tulisi valita siten, että etsitään ja vahvistetaan ohjattavan toimijuutta. Ohjauksessa haetaan keinoja, jotka auttavat ohjattavaa tunnistamaan omat tietonsa, taitonsa ja voimavaransa, arvioimaan toimintatapojensa toimivuutta, harjoittelemaan uusia tapoja ja osallisuutta. (Vehviläinen 2014, 20.)

Ohjauksessa ohjaaja asettuu ohjattavan palvelukseen ja tarjoaa hänelle aikaa ja huomiota. Huomiointi on ohjattavan kuulemistä ja sen varmistamista, että ohjattava kokee tulevansa kuulluksi. Kunnioitus on ohjauksen lähtökohta ja kunnioittava ilmapiiri auttaa asiakasta löytämään voimavarojansa ja voimaannuttaa asiakasta. Ohjaaja vahvistaa asiakkaan toimintakykyä ja välttää valmiiden ratkaisujen tarjoamista. Ohjaustilanteessa työntekijä ja etenkin asiakas tuovat tilanteeseen omat subjektiiviset todellisuutensa. (Raatikainen ym. 2020, 116–117.)

On tärkeää, että ohjauksen osapuolet tietävät mitä ovat tekemässä, millä työtavoilla ja millaisilla tavoitteilla. Tämän takia on tärkeää käydä keskustelua siitä, miten ohjattava itse näkee tilanteensa ja edessä olevan prosessin. Siihen täytyy kuulua myös yhteistä suunnittelua, jolloin molemmille osapuolille hahmottuu se, miten aletaan työskennellä ja ohjattavalle alkaa konkretisoitumaan se, mitä hänen on eri vaiheissa itse tehtävä. (Vehviläinen 2014, 92–93.)

## 5 KEHITTÄMISTYÖN TARKOITUS JA TAVOITE

Sosiaalialan työssä sosionomin on hallittava kehittämisosaaminen erilaisten asiakasryhmien kanssa. Kehittämistyöhön liittyvä tutkimus- ja kehittämisosaaminen, arviointi- ja vaikuttavuusosaaminen sekä työyhteisö osaaminen edistävät osaamisen kehittämistä. Erilaiset vuorovaikutustaidot sekä verkosto-osaaminen ovat myös ammatillista osaamista. (Arene 2017, 10–11.)

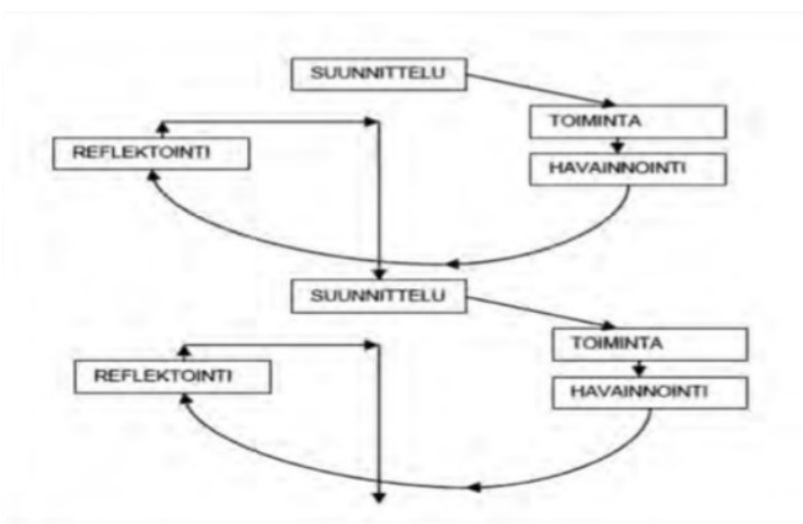
Kehittämistyön tarkoituksena on kehittää nuorten mielenterveyskuntoutujien ohjaukseen uusi työmenetelmä, eli Photovoice-valokuvamenetelmä. Tuotoksena Männistön Aimun työntekijöille tehdään infograafi oppaaksi Photovoice-valokuvamenetelmän käyttöön. Tavoitteena on soveltaa Photovoice-valokuvamenetelmää nuorten mielenterveyskuntoutujien ohjaukseen. Tavoitteena on selvittää, onko työmenetelmän myötä nuorten mielenterveyskuntoutujien helpompi sanoittaa tunteitaan ja ajatuksiinsa. Photovoice-valokuvamenetelmän avulla voidaan myös vahvistaa osallisuutta, rakentaa sosiaalisia suhteita ja vuorovaikutusta ryhmässä sekä auttaa dialogiin työntekijöiden sekä toisten nuorten kanssa. Menetelmän myötä nuorten hyvinvointi lisääntyy, joka ehkäisee nuorten syrjäytymistä.

## 6 KEHITTÄMISPROSESSIN RAPORTOINTI

### 6.1 Suunnittelu

Kehittämisen prosessi käynnistyy kehittämistarpeen tunnistamisesta ja ideointivaiheessa kehittämistarvetta määritellään. Tähän vaiheeseen sisältyy sekä uusien ideoiden tuottaminen, mutta myös jo olemassa olevien ratkaisujen hyödyntäminen. Seuraavana on kehittämissä vaihe, jossa hyödynnetään osallistamiseen ja yhteiskehittämiseen tarkoitettuja menetelmiä, jonka tuotoksena syntyy kehittämissä ympäristöön suunniteltu ja sovittu ratkaisu. Toteutusvaiheessa ratkaisua kokeillaan käytännössä, arvioidaan sen soveltuvuutta ja tehdään päätös kehittämistyön mahdollisesta käyttöönotosta ja vakiintumisesta. (Laaksonen, Laitinen & Hillamo 2020, 191.)

Toteutimme opinnäytetyömme kehittämistehtävänä. Salosen (2016, 16) esittelemässä spiraalimallissa kehittäminen kuvataan jatkuvana syklinä, eli spiraalina. Spiraalimalli koostuu siis sykleistä ja yhteen sykliin kuuluu neljä vaihetta; suunnittelu, toiminta, havainnointi ja reflektointi. Kehittämissä työssä tämä tarkoitti ennakkoon tapaamiskertojen suunnittelua, eli mitä ja miten toteutamme ryhmätapaamiset, palautteen keräämistä ja palautteen reflektointia. Syklisessä työskentelyssä työskentelytapa tarkentui asteittain.



Kuva 1. Toimintatutkimuksen spiraalimalli (Salonen 2013, 16.)

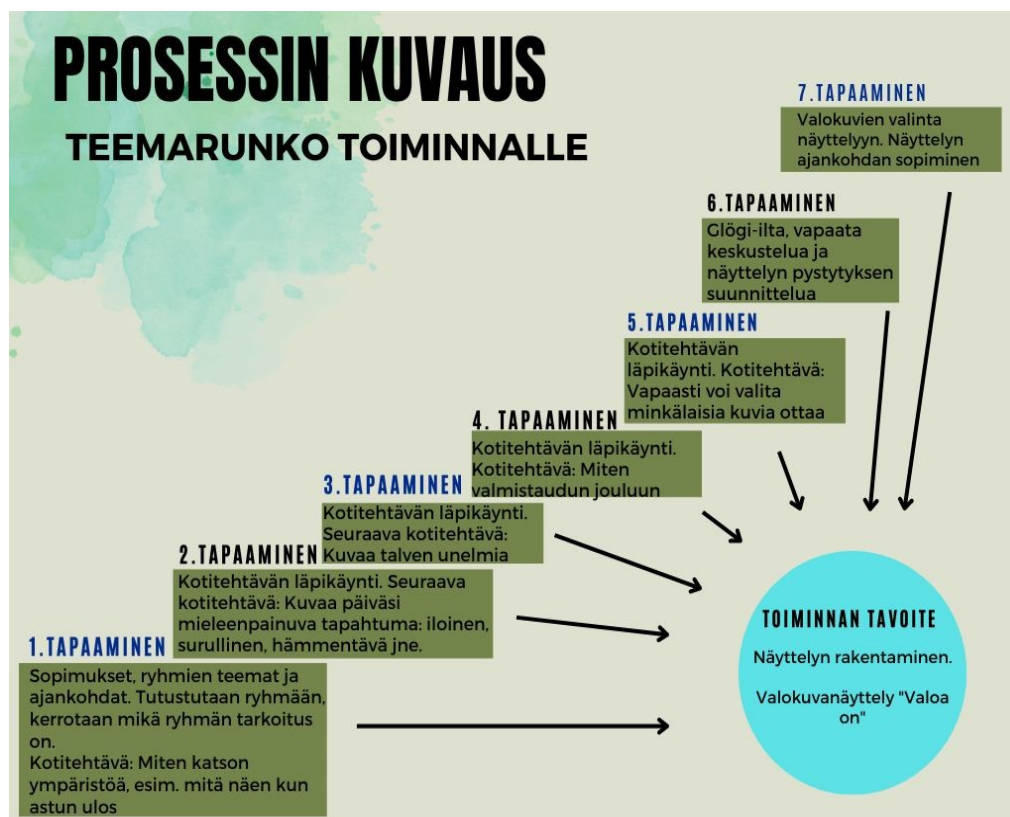
Suunnitteluvaiheessa otettiin huomioon kohderyhmää koskevat lait sekä selvitettiin, mitä palveluasuminen tarkoittaa. Palveluasuminen voi olla yhteisöllistä asumista ryhmäasunnossa tai palveluasumista itsenäisessä asumisessa. Palveluasuminen soveltuu niille, jotka tarvitsevat tarpeisiinsa soveltuvan asunnon, sekä apua ja tukea arkeensa. Tavoitteena on toimintakyvyn ja sosiaalisten suhteiden vahvistaminen sekä monipuolinen kuntoutus. (Mielenterveystalo julkaisuaika tuntematon.)

Yhteistyön rakentuminen alkoi Männistön Aimusta tulleen kehittämistyön toiveesta, eli yksikköön kehittäisimme uuden työmenetelmän nuorten mielenterveyskuntoutujien ohjaukseen. Kun ideoimme ja suunnittelimme kehittämistyötä, pidimme Männistön Aimun työntekijöihin tiiviisti yhteyttä ja kävimme tapaamassa työntekijöitä ennen ryhmätoiminnan aloittamista, jolloin saimme taustatietoa

ryhmään osallistuvista nuorista ja heidän aikatauluistaan. Yhdessä pohdimme millaiset ryhmän toteutusaikataulut käyvät nuorille ja työntekijöille. Neuvottelimme myös, kuinka työntekijät motivoivat nuoria ryhmätapaamisiin ja kannustavat valokuvaamaan ja kuinka nuorten valokuvien välittäminen meille toteutetaan. Ohjausprosessin aikana sovimme yhteydenpidosta työntekijöiden kanssa ja ilmoitimme heille myös nuorille antamamme valokuvauksen aiheen, jonka annoimme nuorille kotitehtäväksi. Ohjauksessa yksi tärkeistä periaatteista on se, että toiminta on läpinäkyvää. Tällä tarkoitetaan sitä, että toiminnan tavoitteet, toimintatavat ja pelisäännöt otetaan puheeksi ryhmän kanssa. (Ståhlberg 2019, 74.)

Ideointi- ja suunnitteluvaiheessa huomioimme kehittämistyössä tulevat kustannukset. Ideointivaiheessa mietimme, millaisessa tilassa valokuvanäyttely järjestetään. Aluksi suunnittelimme laittavamme valokuvat kehyksiin seinille, mutta tilan ollessa hyvin iso, olisi ollut haasteellista ripustaa kuvat seinille. Valokuvanäyttely haluttiin järjestää kestävän kehityksen mukaisesti. Pää tavoite kestävässä kehityksessä on muuttaa nyky-yhteiskunnan toimintamallejamme niin, että huomioimme myös tulevaisuuden sukupolvien tarpeet ja hyvinvoinnin. (Kestävän kehityksen edistäminen, julkaisu aika tuntematon).

## 6.2 Toteutus



Kuva 2. Osallistavan toiminnan prosessi

Työn toimeksiantajan TTY Palvelut Oy:n kanssa yhteistoiminta oli helppoa ja toi esille sen, että sosionomit tekevät laajasti yhteistyötä erilaisten ja eri aloilla toimivien toimijoiden kanssa. Kehittämistyön alussa emme tunteet osallistujia etukäteen, joten saimme Männistön Aimun työntekijöiltä tukea nuorten mielenterveyskuntoutujien kohtaamiseen. Tämä lisäsi myös psyykkisen turvallisuuden tunnetta nuorille, kun heille tuttuja ihmisiä oli paikalla. Ensimmäinen tapaamiskerta ja sen ensimmäiset hetket ovat avainasemassa määrittelemässä ryhmän tulevia tapaamisia, ja ohjaajan on pyrittävä

olemaan erityisen valppaana näiden kriittisten hetkien ajan. (Ståhlberg 2019, 67.) Yhteistyö Männistön Aimun työntekijöiden kanssa oli helppoa ja luontevaa alusta asti. Keskustelu oli positiivista ja rakentavaa, mutta teimme myös huomion siitä, että mikäli työntekijöitä oli paikalla ryhmätapaamisen yhteydessä, niin nuorten huomio kiinnittyi enemmän tuttuihin ihmisiin, jolloin heidän keskittymisensä toimintaan ei ollut niin intensiivistä.

Teimme ohjauksen prosessisuunnitelman, sekä tarkemmat ohjaussuunnitelmat jokaiselle kerralle. Suunnittelimme vaiheistetun ohjausprosessin, joka sisälsi ryhmän aloitus- ja päätösvaiheen. Tärkeässä osassa oli myös reflektointi, jossa käsitelimme valokuviiin liittyviä ajatuksia ja tunteita, joita nuorissa heräsi. Reflektiolla on väliä niin nuorelle itselleen kuin ohjaajalle. Ohjaajan on hyvä saada palautetta ja tietoa siitä, miten ryhmän kanssa onnistuttiin tällä kertaa. Reflektointi saattaa edellisen toiminnon päätökseen, vie asioita eteenpäin ja antaa tilaa uudelle. Ääneen ajattelemisen muiden kanssa, heijastava kuuntelu ja vastavuoroisuus lisäävät hyvän olon tunnetta ja osallisuutta, mikä kasvattaa tunneälyä. (Hyvärinen 2020.) Annoimme jokaisella kerralla valokuvauksen aiheen ja kotitehtävän seuraavaa tapaamista varten. Nuoret ottivat valokuvia omilla puhelimillaan ja lähettivät valokuvat työntekijöiden työpuhelimelle, josta työntekijät välittivät ne meille.

Prosessimme muokkautui toiminnan edetessä ja pidimme tärkeänä sitä, että nuoret pääsivät itse vaikuttamaan prosessin toteutumiseen. Huomioimme erityisryhmän haasteet ja varauduimme siihen, että kaikki ei etene suunnitellusti. Prosessi eteni kohti valokuvanäyttelyä ja infograafin valmistumista työntekijöille. Kutsut valokuvanäyttelyyn lähetettiin TTY Palvelut Oy:n eri asumisyksiköihin, hallituksen jäsenille ja eri yhteistyötahoille. Ryhmätoiminnan päätteeksi suunnittelimme Photovoice-valokuvamenetelmän ohjauksesta infograafin, joka jää työntekijöiden käyttöön.

Haimme tietoa Photovoice-valokuvamenetelmästä, nuorten mielenterveydestä, ryhmäohjauksesta sekä yhteistyön rakentumisesta nuorten kanssa nettisivuilta, kirjallisuudesta, kotimaisista ja kansainvälisistä tieteellisistä julkaisuista sekä Männistön Aimun työntekijöiltä. Työntekijöiltä saimme tukea nuorten mielenterveyskuntoutustyön toteutukseen muun muassa siten, että työntekijät motivoivat nuoria koko prosessin aikana omassa arjessaan työskentelyyn valokuvauksen kanssa.

Toteutimme valokuvanäyttelyn kestävästä kehityksestä mukaisesti. Kaikella toiminnalla on vaikutus ympäristöön ja kestävästä kehityksestä osa-alueet ovat taloudellinen kestävyys, ekologinen kestävyys, sosiaalinen- ja kulttuurinen kestävyys. Materiaali- ja resurssitehokkuutta parantamalla sekä kiertotalouden periaatteita noudattaen voidaan saavuttaa taloudellinen kestävyys. (Kestävästä kehityksestä edistäminen, julkaisuaika tuntematon.)

Kehittämistyössä kustannuksia syntyi valokuvista, jotka teetettiin valokuvausliikkeessä. Kävimme syksyllä viikoittain Kuopiossa, mistä tuli matkakustannuksia. Muita kustannuksia oli ryhmätapaamisiin viedyt makeiset ja kahvileivät sekä näyttelyn vierailijoille tarjotut makeiset. Näyttelytilan tarjosi ilmaiseksi TTY Palvelut Oy ja toimimme kotoamme valokuvanäyttelyyn erilaisia sisustuselementtejä, joten valokuvanäyttelyä rakentamiseen ei mennyt juurikaan rahaa.

### 6.3 Arviointi

Arvioinnissa analysoidaan, onko uusi työmenetelmä saavuttanut tarkoituksensa vai ei ja miltä osin on onnistuttu ja miltä osin ei. (Toikko & Rantanen 2009, 61). Kehittämistyössä käytimme osallistavaa havainnointia. Osallistava havainnointi edellyttää, että pystymme luomaan nuorten kanssa luotamuksellisen ilmapiirin. (Vilka 2021, 145). Osallistavalla havainnoinnilla tarkkaillaan ihmisten toimintaa ja osallistumme itse nuorten kanssa toimintaan. (Vilka 2021, 142). Havainnoinnin avulla oli mahdollista saada tietoa esimerkiksi siitä, miten nuoret käyttäytyvät ja mitä tapahtuu luonnollisessa toimintaympäristössä.

Photovoice-valokuvamenetelmä on luova menetelmä ja sanotaan, että jokaisella ihmisellä on tarve luovaan ilmaisuun. Luova toiminta helpottaa omien tunteiden käsittelyä, avaa kanavan vuorovaikutukseen, suuntaa toimintaa uusiin asioihin, lisää uskoa tulevaan ja edistää kuntoutumista. Kehittämistyö perustui ryhmämuotoiseen ohjaukseen ja luova ryhmätoiminta lisää osallisuutta ja sitä kautta myös hyvinvointia. (Huhtinen-Hildén & Isola 2019.)

Vaikuttavuudella tarkoitetaan asiakkaan elämän muutosta, joka on saavutettu palvelun avulla. Se on tulos, joka on auttanut asiakasta tavalla tai toisella ja vaikuttavuutta voidaan arvioida myös terveyshyötynä, joka syntyy kehittämisprosessissa. Vaikuttavuuden arviointi vastaa siihen onko tavoitteet saavutettu ja sosiaali- ja terveyspalveluissa tavoitteet liittyvät usein asiakkaassa tapahtuvaan muutokseen. (Laaksonen ym. 2020, 102.) Arvioidessamme ryhmätoiminnan alkua ja loppua, havainnoimme että nuorten vuorovaikutus muuttui yhä avoimemmaksi ja luontevammaksi seuraavilla tapaamiskerroilla. Havainnoimme, etteivät nuoret olleet enää niin jännittyneitä ja uskalsivat tuoda mielipiteitään ja ajatuksiaan esille. Pääsimme dialogiin nuorten kanssa melko nopeasti, johon vaikutti luottamussuhteen luominen heti ryhmäohjauksen alussa.

Teimme muistiinpanoja jokaisella tapaamiskerralla, kaksi meistä oli toimijoita ja yksi teki havaintoja. Muistiinpanoja hyödynsimme oman toiminnan reflektoinnissa ja nuorten ryhmätoiminnan havainnoinnissa: Mitä nuorten sanaton viestintä kehon kieli, ilmeet ja eleet kertoivat sekä millaisena koimme ilmapiirin. Reflektio, oman toiminnan ja ajattelun kriittinen pohdinta ja tutkiminen on sessiarvioinnin keskeinen elementti. Reflektiossa pohditaan toiminnan ja sen taustalla olevien arvojen, uskomusten ja tapojen perusteita. (Laaksonen ym. 2020, 98.) Reflektioimme omaa toimintaamme koko kehittämissäytön ajan esimerkiksi siten, miten mielestämme nuorten ryhmäohjaus onnistui ja voisimmeko eri tavalla huomioida hiljaisemmat nuoret, jotta saisimme heidätkin kertomaan ajatuksiaan.

Toimeksiantaja toivoi alussa kehittämissäytön tekijöiltä, että nuorten mielenterveyskuntoutujien ohjaukseen kehitetään menetelmä, jota he voisivat hyödyntää jatkossakin. Toimeksiantajalle esitettiin Photovoice-valokuvamenetelmä, jota lähdettiin kehittämään nuorten ohjaukseen. Photovoice-valokuvamenetelmää ei tutkitun tiedon perusteella ole aiemmin käytetty nuorten mielenterveyskuntoutujien ohjauksessa. Olimme toimeksiantajan kanssa säännöllisesti yhteydessä kehittämissäytön jokaisessa vaiheessa, mikä varmisti tilatun työn laadun. Toimeksiantaja luotti työhömmee, joka antoi rohkeutta lähteä toteuttamaan Photovoice-valokuvamenetelmää nuorten mielenterveyskuntoutujien oh-

jauksessa. Käyntimme olivat todella ainutlaatuisia ja tärkeitä nuorille. Toimeksiantajan mukaan Photovoice-valokuvamenetelmä sopii heidän yksikköönsä hyvin täydentämään esimerkiksi tunnetaitoryhmää.

Valokuvanäyttelyssä kävijöiltä pyysimme vapaamuotoista kirjallista palautetta. Valokuvanäyttelyssä kävijät antoivat kirjallisen palautteen lisäksi myös suullista palautetta, joiden mukaan valokuvanäyttely onnistui erittäin hyvin. Kirjallinen palaute oli vapaamuotoinen, jokainen sai kirjoittaa omat tunteuksensa ja kokemuksensa palautteeseen omin sanoin. Vapaamuotoinen palaute saatetaan kokea vaikeammaksi kuin muodollinen, sillä sille ei ole olemassa käytäntöjä eikä vuorosanoja. (Juholin 2008, 246.) Kasvokkain ja suullisesti annettu palaute on viestintätilanteena monipuolinen. Toinen ihminen kohdataan tässä tilanteessa kokonaisvaltaisesti. Kasvotusten tapahtuvassa keskustelussa pystytään huomioimaan toisen ihmisen ilmeet, eleet, äänensävyt, asennot ja katseen. Sanallista palautetta ovat edellä mainittujen lisäksi myös puhelinkeskustelut ja kirjoitettu palaute kuten sähköposti. (Ranne 2006, 12.)

Näyttelyssä kävijät toivat esille, kuinka tila oli seesteinen ja valokuvat olivat koskettavia. Monen näyttelyssä kävijän mielestä näyttely oli myös vaikuttava, ajatuksia herättävä, kaunis, tunnelmallinen ja nuorten oma ”ääni” näkyi ja kuului valokuvissa. Meistä kehittämistyöntekijöistä oli annettu palautetta, että olimme aiheeseen todella hyvin perehtyneitä ja toimintaa nuorten kanssa arvostettiin ja kuvien kerrottiin välittävän hyvin nuorten ajatuksia. Palautteissa oli tuotu myös esille, että menetelmä tarjoaa hyviä välineitä mielenterveyskuntoutukseen ja ihmisten kohtaamiseen. Lisäksi kävijät kertoivat, että Photovoice-valokuvamenetelmä aiottiin ottaa käyttöön myös omassa työssä esimerkiksi psykiatrisessa hoitolaitoksessa.

Suullista palautetta saatiin tapaamiskerroista, valokuvanäyttelyn rakentamisesta ja nuorten osallistamisesta siihen. Nuoret olivat kokeneet sen merkitykselliseksi. Kehittämistyön loppuvaiheessa toimeksiantaja antoi kirjallista palautetta toiminnasta sekä kehittämistyön vastaavuudesta toimeksiantoon. Kirjallisessa palautteessa tuotiin esille, että olimme informoineet nuoria sekä työntekijöitä hyvin siitä, mitä ryhmätapaamisissa tapahtuu. Palautteessa todettiin nuorien olevan motivoituneita ryhmäohjaukseen, opiskelijoiden koettiin olevan ystävällisiä, nuoria kunnioittavia ja arvostavia. Nuorten voimaantuminen oli nähtävissä kohtaamisten aikana. Opiskelijoiden yhteishenki ja vuorovaikutus olivat hyviä, mitkä auttoivat lisäämään nuorten ja opiskelijoiden välistä luottamuksen tunnetta. Toimeksiantajan mielestä näyttely oli loistava idea. Tärkeänä pidettiin sitä, että nuoret olivat osallisena näyttelyn rakentamisessa ja pääsivät katsomaan valokuvanäyttelyä. Näyttely oli palautteen mukaan hyvin suunniteltu visuaalisesti ja mieli rauhoittui, kun astui näyttelytilaan.

## 7 KEHITTÄMISTYÖN TAPAAMISKERRAT

Kävimme heinäkuussa 2022 Männistön Aimussa esittelemässä itsemme ja kertomassa nuorille ja työntekijöille tulevasta kehittämistyöstä ja avasimme heille Photovoice-valokuvausmenetelmää. Valokuvamenetelmä kiinnosti nuoria, joten heitä oli paikalla paljon ja pyysimme nuoria pohtimaan ja miettimään tulevaa projektia jo etukäteen ennen varsinaista ensimmäistä ohjauskertaa. Tunnelma oli heti alussa vapautunut ja iloinen, nuoret tuntuivat motivoituneilta projektin suhteen. Osaamista ja motivaatiota tuntui nuorilla olevan ja olimme itsekin innoissamme tulevaa ajatellen.

Loppukesästä 2022 kävimme Männistön Aimussa keskustelemassa kehittämistyöstämme yksikön työntekijöiden kanssa ja samalla saimme tietoa kohderyhmästä. Lähetimme tämän jälkeen nuorille esitteen, jossa kerroimme hieman itsestämme ja kehittämistyöstämme. Sovimme tapaamisajan nuorten kanssa, jossa oli myös työntekijöitä mukana. Tapaamisella esittäydyimme, kerroimme lisää kehittämistyöstämme, kuuntelimme nuorten toiveita ja ajatuksia sekä vastasimme nuorten ja työntekijöiden mahdollisiin kysymyksiin. Tavoitteenamme oli saada neljästä kuuteen nuorta mukaan toimintaan. Sovimme myös, että myöhemminkin pääsee mukaan ja joka tapaamiseen ei ole pakko osallistua. Tapaamisella korostettiin sitä, että osallistuminen on vapaaehtoista ja kuuntelemme nuorten mielipiteitä eri asioissa.

Syksyn 2022 aikana tapasimme nuoret kuusi kertaa. Tapaamiset kestivät yleensä noin tunnin ajan. Huomioimme nuorten oman jaksamisen tapaamiskerroilla ja varauduimme myös siihen, että tapaamiset voivat olla myös lyhyitä, mikäli nuorilla voimavarat eivät riittäneet yhteiseen tekemiseen. Tapaamiskerroilla kävimme läpi edellisellä viikolla otettuja valokuvia ja keskustelimme niistä ryhmään osallistuneiden kanssa.

### 7.1 Ensimmäinen ryhmätapaaminen – Tutustuminen toisiimme

Ryhmän alussa on sovittava, onko ryhmä avoin vai suljettu eli voiko ryhmään tulla uusia jäseniä kesken ryhmän vai pysyykö ryhmä koko prosessin ajan samana. Alussa myös sovitaan vaihtolokäytännöistä, johon on hyvä palata tarvittaessa myöhemmin ryhmän toiminnan aikana. Ryhmän yhteenkuuluvuuden tunteeseen on tärkeää kiinnittää huomiota, jota lisäävät alussa jäsenten tasapuolinen osallistuminen ryhmässä, yhteisten tehtävien tekeminen ja ongelmien avoin käsittely sekä palautteen pyytäminen ja antaminen. (Hämäläinen ym. 2021, 212.) Mielenterveyskuntoutujien ryhmä ohjaus on ammatillisesti haastavaa ja vaatii vahvaa osaamista. Ryhmätapaamisten rakenne kannattaa pitää samanlaisena aiheesta riippumatta. Kun ryhmän jäsenet tottuvat siihen, että ryhmätapaamiset etenevät samalla tavalla, he osaavat orientoitua ja keskittyä tapaamisiin paremmin. (Ryhmäilmiö 2020.)

Ensimmäisellä ryhmätapaamisella esittelimme itsemme ja kävimme läpi, että miksi me olemme Männistön Aimussa ja kerroimme kehittämistyöstä sekä yleisesti Photovoice-valokuvausmenetelmästä. Kerroimme ryhmän olevan avoin, joten otamme ryhmään uusia osallistujia ja painotimme, että ryhmään osallistuminen on täysin vapaaehtoista, ketään ei veloiteta olemaan aina paikalla. Keskustelimme myös, kuinka valokuvia on otettava niin, että ketään tunnustetaan valokuvista tietosuojan säilymisen vuoksi. Keskustelimme myös vaihtolovelvollisuudesta, jota me opiskelijat noudatamme koko

opinnäytetyöprojektin ajan sekä sen jälkeen. Kysyimme nuorilta heidän mielipiteitään ryhmätapaamisten ajankohdasta, eli mihin aikaan heille parhaiten tapaamiset kävisivät.

Mielenterveyskuntoutujat ryhmänä ei ole helppo ja luottamussuhteen luominen voi olla haasteellista ja vie aikaa. Onnistunut työskentely asiakkaiden kanssa edellyttää luottamuksellista ja turvallista asiakassuhdetta ja se luo perustan arvostavalle kohtaamiselle. (Raatikainen ym. 2020, 98.) Tapaa-miseen olimme valmistuneet niin, että olimme rentoja ja loimme nuorille tunnetta, että heitä kuul-laan ja kuunnellaan. Jokainen nuori sai mahdollisuuden kertoa omia ajatuksiaan ja jos joku nuorista koki, ettei halua puhua, niin korostimme vapaaehtoisuutta. Ryhmätapaamisessa voi olla vain läsnä ja ei tarvitse puhua, jos ei halua. Arvostaminen tarkoittaa tunteiden, kokemusten ja inhimillisen elämän arvostamista ja ihmisyyden arvostamista. Asiakastyön onnistuminen edellyttää työntekijältä sosiaa-lialan toimintaperiaatteiden ja eettisten ohjeiden sisäistämistä. (Raatikainen ym. 2020, 98.)

Ensimmäisen tapaamiskerran jälkeen annoimme kotitehtäväksi kuvata: ”Mitä näet, kun astut ulos? Miten katson ympäristöäni?”. Pyrimme tällä saamaan selville sen, kuinka nuoret näkevät eri asioita arjessaan. Se kannustaa nuoria katsomaan enemmän ympärilleen ja havainnoimaan omissa arkipäi-vissään hyvin olevia asioita, jotka tuovat turvaa.

## 7.2 Toinen ryhmätapaaminen – Mitä näet, kun astut ulos/Miten katson ympäristöäni

Toisella ohjauksella mukana oli neljä nuorta. Uusien nuorten tullessa toimintaan mukaan ker-roimme uudestaan kehittämistyön tarkoituksesta, tietosuojasta ja ryhmäohjauksen tarkoituksesta ja tavoitteesta. Kävimme myös kuulumiset ja tunnelmat läpi edellisen tapaamiskerran tiimoilta. Tun-nelma tapaamisessa oli jo paljon rennompaa ja keskustelua syntyi todella paljon.

Kävimme läpi niitä valokuvia, mitä nuoret olivat viikon aikana ottaneet ja kohokohdaksi nousi kuva R-kioskista. Kuvaan oli tallennettu nuoren kokemus aamusta, jolloin bussiin mennessä R-kioskin va-lot näkyivät pitkälle ja muita valoja ei juurikaan näkynyt. Nuori antoi kuvalle nimen ”Valoa on”, sa-malla päätimme, että valokuvanäyttelyn nimeksi tulee ”Valoa on”.

Saimme ryhmätapaamisen aikana luotua hyvän ja syvällisen vuorovaikutussuhteen nuorten kanssa. Valokuvien avulla nuoret puhuivat myös vaikeista aiheista kuten sairaudestaan. Keskustelun avauk-sena erään nuoren kanssa oli hänen lemmikkikoiraansa. Lemmikkieläimet voivat auttaa toisiin tutus-tumisessa ja rakentaa vuorovaikutusta ihmisten kesken. Koira toimii ryhmässä yhteisenä puheenai-heena ja ajatus koirasta lievittää pelkällä läsnäolollaan surua, pahaa oloa ja jopa masennusta. Koiran omistaminen lisää vastuun kantamista ja tuo sisältöä ja antaa merkitystä elämään. (Kinnunen & Ni-kari 2017.) Tähän keskusteluun osallistuivat myös ryhmän muut jäsenet ja tilanteesta rakentui ver-taistuellinen. Vertaistukeen perustuva ryhmätoiminta edesauttaa ryhmässä tapahtuvaa voimaantu-mista. Vertaisryhmän toiminta perustuu avoimuuteen, tasa-arvoisuuteen, osallistujien keskinäiseen kunnioitukseen ja keskinäiseen tukeen. Ryhmää yhdistävänä tekijänä on yhteinen elämäntilanne, jossa jaetaan omia kokemuksia ja opitaan toisilta. Ryhmätapaamiset ovat luottamuksellisia ja vapaa-ehtoisia. (Raatikainen ym. 2020, 136.)

Myös sosiaalialalla koira voidaan käyttää kuntoutuksen apuvälineenä. Esimerkiksi Kennelliiton kas-vatus- ja kuntoutuskoirat voivat työskennellä eri ympäristöissä kasvatus-, sosiaali- ja terveydenhuol-

lossa. Koirat ohjaajineen ovat koulutettuja toimintaansa ja tavoitteena on lisätä asiakkaiden terveyttä ja hyvinvointia. Koirien käyttö on ammatillista, suunnitelmallista ja tavoitteellista ja toiminta perustuu koiran ja kuntoutettavan välille kehittyvään ainutlaatuiseseen vuorovaikutussuhteeseen. (Kennelliitto, julkaisuaika tuntematon.)

Tällä tapaamiskerralla annoimme kotitehtävän aiheeksi: ”Tulevaisuus”/”Usko tulevaan”.

### 7.3 Kolmas ryhmätapaaminen – Tulevaisuus/Usko tulevaan

Kolmannella kerralla paikalle saapui kaksi nuorta. Osalla nuorista oli koulua pidempään illalla, joten he eivät paikalle päässeet. Aluksi vaihdoimme kuulumiset ja keskustelu virisi heti vilkkaana ja hyvässä hengessä.

Eräs nuori oli ottanut kuvan biljardipöydästä ja siinä olevista biljardipalloista ja -kepeistä. Nuori koki tämän kuvan erityisen merkitykselliseksi, sillä hän oli pelannut biljardia oman hoitotahon hoitajansa kanssa. Kuvalle nuori oli antanut nimen ”Hoitajan tapaaminen”. Nuori kokee tapaamiset todella tärkeiksi oman toipumisen kannalta. Nuoren mukaan pelaamisen lomassa on helppo keskustella erilaisista elämässä tapahtuvista tapahtumista. Luovat ja toiminnalliset toimintatavat, kuten kuvallinen ilmaisu, valokuvaus tai videointi, musiikki, kirjallisuus tai liikunta voivat auttaa nuoren ajatuksia, tunteita, muistoja ja mielikuvia siten, että nuori voi kokea tulleen hyväksytyksi, ymmärretyksi ja autetuksi. (Päihdelinkki 2017.)

Kaikki ihmiset tarvitsevat ympärilleen toisia ihmisiä. Varsinkin haastavassa elämäntilanteessa oleva nuori tarvitsee tuekseen turvallisia, läsnä olevia ja kiinnostuneita aikuisia. Kaikilla nuorilla ei ole hyviä ja kannustavia vuorovaikutussuhteita elämässään. Nuoren elämässä mukana oleva ammattilainen voi olla nuoren tukiverkon ainoa jäsen, joka kuuntelee nuorta aidosti ja hänen ehdoillaan. Tämä ammattilainen on todella tärkeä osa nuoren mielenterveyden tukemisessa. (Mieli 2022.)

Seuraavaa tapaamista varten annoimme nuorille kuvien aiheeksi: ”Kuvaa talven unelmia”. Tällä halusimme rohkaista nuoria unelmoimaan sekä tavoittelemaan itsensä näköistä tulevaisuutta.

### 7.4 Neljäs ryhmätapaaminen – Kuvaa talven unelmia

Tällä ryhmätapaamisella nuoria rohkaistiin unelmoimaan sekä tavoittelemaan itsensä näköistä tulevaisuutta. Jokaisella meistä on oikeus unelmiin, ne ovat asioita, joista me haaveilemme. Haaveet eivät aina välttämättä ole suuria, mutta ne ovat iso osa elämäämme. Itselleen tärkeistä asioista kannattaa haaveilla, koska toteutuessaan ne voivat antaa elämälle uuden suunnan ja merkityksen. (Opetushallitus 2023.)

Nuoret olivat kuvanneet enemmän kuin aikaisemmilla kerroilla. Useammassa kuvassa oli kuvattu lumisia omakotitaloja. Yhdessä kuvassa oli vaaleanpunainen omakotitalo parvekkeella. Nuoren mukaan talo on söpö, ja savupiipusta tuleva savu kuvaa sitä, että talo on varmasti lämmin. Haaveissaan nuori neuloo samankaltaisessa talossa 30-vuotiaana omille lapsilleen villasukkia. Lisäksi nuori haaveilee, että oman talon parvekkeella olisi kesäisin kiva grillata. Eräs nuori oli kiinnittänyt huomiota talon pihalla olleeseen jääkiekkomaaliin. Maali oli valikoitunut kuvaan sen vuoksi, että nuori vihaa jääkiekkoa.

Tulevaa joulua ennakoi jo eräs nuori kuvallaan, jossa oli tonttu. Nuoren mukaan tonttu muistuttaa joulusta ja se herättää hänessä lämpimiä ajatuksia. Toisessa kuvassaan hän oli kuvannut television ohjelmaa, jossa ohjelman juontaja ajaa polkupyörällä talvisessa Lapissa. Nuorella on haave päästä Lappiin lomaillemaan ja siksi tämä kuva oli hänelle merkityksellinen.

Seuraavaksi kerraksi päädyimme nuorten ehdotuksista aiheisiin: ”Miten valmistaudun jouluun” ja ”Missä olen hyvä”.

#### 7.5 Viides ryhmätapaaminen – Nuorten ehdottamat aiheet

Viidennellä tapaamiskerralla paikalle saapui vain yksi nuori päällekkäisten menojen vuoksi. Nuoren kanssa oli mahdollista keskustella pitkään hänen opiskelustaan ja jatko-opintoiveistaan. Keskustelussa pohdittiin yhdessä nuoren voimavaroja.

Eräs nuori oli kuvannut pelikonsolia. Annetun aiheen mukaan hän kokee olevansa hyvä erilaisissa pelikonsolilla pelatuissa peleissä. Omien sanojensa mukaan hän jaksaa peleihin keskittyä hyvin ja kokee itse, että pelattua tulee jonkin verran. Suuren maailman tietoisuuteen videopelit tulivat 1970-luvulla, ja siitä lähtien niiden suosio on kasvanut valtavasti. Eri lähteiden mukaan maailmassa on yli kolme miljardia videopelien pelaajaa ja varsinkin Suomessa pelien kehityksessä on edistytty paljon. Pelaamisessa tiedetään olevan paljon haittavaikutuksia. Peleistä voi tulla riippuvaiseksi ja ne voivat olla niin realistisia, että pelaaja ei enää erota todellisuutta pelimaailmasta. Näin ollen pelit antavat mahdollisuuden paeta oikeaa maailmaa. Pelien maailmassa voi saavuttaa asioita, mitä pelaaja ei muuten elämässään voisi saavuttaa. Liiallisen pelaamisen seurauksena henkisen hyvinvoinnin sairaudet ovat lisääntyneet, kuten esimerkiksi masennus, ahdistus, ADHD, pakko-oireet ja sosiaalinen ahdistus. (Mieli 2022.)

Tällä kertaa sovimme, että nuoret saavat ottaa kuvia omista mielenkiinnon kohteistaan.

#### 7.6 Kuudes ryhmätapaaminen – Vapaavalintainen aihe

Paikalle saapui kuusi nuorta. Keskustelu oli avointa ja meillä kaikilla oli todella hauskaa. Nuoret toivat selkeästi esille sen, että meidän käynneillämme on ollut heille iso merkitys, vaikka valokuvia ei niin paljon ole tullutkaan otettua meidän käyttöömme. Nuoret kuitenkin kertovat ottavansa kuvia päivittäin esimerkiksi Snapchat-sovelluksessa. Kehotimmekin nuoria ottamaan vielä kuvia näyttelyä varten sen enemmän pohtimatta. Yhdessä mietimme, että monesti hyvät kuvat tulevat ikään kuin vahingossa.

Sovimme, että nuoret voivat ottaa halutessaan lisää kuvia vuoden loppuun saakka. Sen jälkeen kuvat tulostetaan ja niistä valitaan sopivat näyttelyä varten. Suunnittelimme myös näyttelyä, sen pysyvyyden laittamista ja ajankohtaa.

#### 7.7 Seitsemäs ryhmätapaaminen – Valokuvanäyttely

Mieleenpainuvimmat hetket koetaan usein yhdessä ja osallistuminen sekä osallisuuden tunne ovat tärkeitä jokaisen hyvinvoinnille. (Ryhmäilmiö 2020). Nuoret osallistuivat valokuvanäyttelyn suunnitteluun ja sen rakentamiseen, jonka myötä he kokivat yhteisöllisyyden sekä ryhmään kuuluvuuden

tunnetta. Nuoret innostuivat valokuvanäyttelyn järjestämisestä, kun he saivat itse ideoida, suunnitella ja toteuttaa sitä. Tapahtumien järjestäminen tuo monenlaista osaamista ja opettaa myös tiimitaitoja. (Ryhmäilmiö 2020.)

Valokuvanäyttely järjestettiin TTY Palvelut Oy:n hallinnon tilassa. Näyttely oli avoinna vierailijoille 11:00-15:00 välisenä aikana. Kehittämistyöntekijät olivat paikan päällä koko näyttelyn ajan kertomassa Photovoice-valokuvamenetelmästä ja vastaamassa vierailijoiden kysymyksiin. Keskustelua syntyi vierailijoiden kesken koko kehittämistyön prosessista. Monikaan ei ollut aiemmin kuullut Photovoice-valokuvamenetelmästä ja kiinnostuivat työmenetelmästä enemmän. Valokuvanäyttelyssä kävi 33 vierailijaa.

## 8 POHDINTA

### 8.1 Pohdinta kehittämistyön toteutuksesta ja tuotoksesta

Sosiaalialalla toimitaan erilaisten asiakasryhmien parissa sekä erilaisissa toimintaympäristöissä. Sosiaalialalla toimiessa tarvitaan kykyä soveltaa vuorovaikutuksellisia taitoja sekä taitoa ymmärtää ja tukea heikommassa asemassa olevia asiakkaita. Sosiaalialalla korostuu luottamuksen, vuorovaikutuksen, voimaantumisen ja osallisuuden merkitys asiakastyössä. Asiakassuhteeseen kuuluu luottamus ja sen luominen. Luottamuksen avulla ihminen pystyy kestämaan erilaisuutta, elämän pettymyksiä ja luottamuksen on todettu vaikuttavan ihmisen hyvinvointiin ja terveyteen. (Raatikainen ym. 2020, 126–127.)

Asiakassuhteen alku voi olla hyvinkin asiakaslähtöinen, sillä asiakastyön prosessin käynnistyminen vaatii luottamuksellista ja turvallista suhdetta työntekijän ja asiakkaiden välillä. Kun luottamus on syntynyt, työntekijän tehtävänä on johdattaa keskustelu kohti aiheita, jotka edellyttävät yhteistä tarkastelua. (Raatikainen ym. 2020, 130.) Kun auttamistyössä pyritään yhteisen ymmärryksen rakentamiseen ja vuorovaikutuksen edistämiseen puhutaan asiakastyön dialogisuudesta. Vastavuoroisessa dialogissa jokainen osapuoli pääsee vaikuttamaan tilanteeseen ja sen toimintasääntöihin. (Raatikainen ym. 2020, 130.)

Yhteistyön rakentumisessa käytimme moraalista ajattelua, joka edellyttää empatiaa. Empatia kehittyy, kun kykenemme samaistumaan toisen henkilön tilanteeseen ja omaksumaan jotakin hänen maailmastaan. (Mönkkönen 2018, 44.) Yhteistyötaitoja tarvitaan moniammatillisessa työssä, jossa eri alojen ammattilaiset ratkovat yhdessä asiakkaiden asioita. Vahva ammatillinen identiteetti ja siihen liittyvä reflektio on edellytys yhteistyölle. (Mönkkönen 2018, 137.)

Nuorten ohjauksessa käytimme hyväksyvää ohjaustapaa, jossa rohkaisimme nuoria kertomaan ajatuksia ja tunteita, kuuntelimme empaattisesti ja esitimme avoimia kysymyksiä nuorille. Hyväksyvä ohjaustapa sopii etenkin ohjaussuhteen alkuun luottamuksellisen ilmapiirin aikaansaamiseksi. (Raatikainen ym. 2020, 119.) Onnistuimme tapaamiskerroilla erinomaisesti, vaikka ensimmäisen tapaamisen jälkeen vuorovaikutus tuntui haasteelliselta. Vuorovaikutusosaaminen on sosiaalialan asiakastyön ydin osaamista, joka käsittää kommunikoinnin ja suhteiden luomisen taidot. (Raatikainen ym. 2020, 129.) Tarkastelimme vuorovaikutusta nuoriin dialogisesta näkökulmasta. Dialogin syntymiseen vaikuttavia tekijöitä ovat; tasa-arvoinen suhde asiakkaan ja työntekijän välillä, toisen ihmisen kuunteleminen, avoin puhe omista kokemuksista ja keskinäinen kunnioitus. (Raatikainen ym. 2020, 129.)

Sosionomin työssä Photovoice-valokuvamenetelmä voidaan todeta olevan hyödyllinen. Ryhmän ollessa pieni, pystyimme ottamaan hyvin jokaisen osallistujan huomioon. Osallistuminen oli vapaaehtoista, jonka vuoksi valitsimme avoimen ryhmätoiminnan. Keskustelu oli luontevaa, avointa ja jopa syvällistäkin. Nuoret saivat pienessä ryhmässä hyvin äänensä kuuluviin, vaikkakin keskustelun luonteeseen ja sisältöön vaikutti kovasti heidän sen hetkiset voimavaransa.

Mielestämme valokuvanäyttely oli nuorille, meille sekä Männistön Aimun työntekijöille palkitseva ja merkityksellinen kokemus. Teimme yhdessä kehittämistyöstä mieleenpainuvan ja näkyvän. Telemme infograafi oli myös nähtävillä valokuvanäyttelyssä ja sen nähneet olivat siitä kiinnostuneita

ja pitivät sitä selkeänä ohjeena menetelmän käyttöön. Luovutamme infograafin työntekijöille sopivana ajankohtana tänä keväänä ja nuorille valokuvat.

Sosionomin ammatissa erilaiset taidelähtöiset työskentelytavat voivat avata asiakkaiden elämäntilanteita ja mielenmaailmaa, jolloin asiakkaiden tuentarpeisiin voidaan eri tavalla reagoida ja huomioida mahdolliset erityistarpeet. Meillä opinnäytetyön tekijöillä ei ole koulutusta terapiatyöskentelyyn, mutta ekspressiivinen taideterapia antaa meille näkökulmia miten ammatillisessa työssä voi käyttää luovia työmenetelmiä ja mielestämme Photovoice-menetelmässä keskitytään havaintokykyjen virittämiseen sekä aistien herkistämiseen. Kuvat auttavat nuoria sanoittamaan tunteitaan ja kokemuksiaan sekä samalla löytämään voimavaroja ja keinoja elämän haasteista selviytymiseen.

## 8.2 Kehittämistyön eettisyys ja luotettavuus

Tieteellisen tutkimuksen keskeinen tunnusmerkki on luotettavuus ja kehittämistoiminnassa luotettavuus tarkoittaa kuinka käyttökelpoinen se on. Kehittämistoiminnassa syntyvän tiedon todenmukaisuus ei riitä vaan onko kehittämistoiminta hyödyllistä ja voidaanko työmenetelmää pitää hyvänä, jolloin etsitään näyttöä sen käyttökelpoisuudesta. (Toikko & Rantanen 2009, 39.)

Kehittämistoiminta on sosiaalinen prosessi, jossa toimintaan osallistuvat kehittäjät ja toimijat kehittämiseen. Aineistojen, metodien ja tuotosten luotettavuuteen vaikuttaa kuinka toimijat ja kehittäjät sitoutuvat kehittämisprosessiin ja on olennaista luotettavuuden kannalta tietää missä vaiheissa toimijat eivät ole osallistuneet aktiivisesti toimintaan/kehittämiseen. Aineiston, menetelmän ja tulosten luotettavuutta heikentää sitoutumattomuus, jos toimijat eivät osallistu kaikkiin kehittämisprosessin vaiheisiin. (Toikko & Rantanen 2009, 124.)

Lähdekriittisyys eli sen arviointiin on meidän kiinnitettävä huomiota ja tarkastettava huolellisesti tiedon alkuperä, ajankohtaisuus ja onko tiedontuottaja luotettava. Keskeistä on tietoa arvioidessa tiedon käyttötarkoitus, onko se paikkansapitävä ja puolueeton. Ammatillista tietoa hakiessa lähteen luotettavuus ja ajantasaisuus on erittäin tärkeää. Tiedon validiteetti riippuu siitä, onko sisältö todennettua, objektiivista ja luotettavaa ja onko tieto paikkansapitävää. Paikkansapitävyyttä tukee lähteiden kertominen. Objektiivisuutta arvioidessa on keskeistä, että informaatio on todennettavissa, eli tiedon pystyy tarkastamaan lähdeviitteistä ja lähdeluettelosta. (Humak julkaisuaika tuntematon.)

Ammattikorkeakoulujen opinnäytetöiden eettiset suositukset asiakirjaan kuvatut ammattikorkeakouluille suositukset eettisestä ja hyvän tieteellisen käytännön mukaisesta opinnäytetyöprosessista asiakirjasta saimme tietoa suosituksista lainsäädäntöön sekä tiedeyhteisön kansainvälisiin ja kansallisiin tutkimuseettisiin periaatteisiin, linjauksiin ja suosituksiin. (Arene 2019, 3.)

Noudatimme ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen eettiset periaatteet ja ihmistieteiden eettinen ennakkoarviointi Suomessa tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohjetta 2019. Suomen perustuslain (1999/731) mukaiset oikeudet kuuluvat kaikille ja niitä ovat muun muassa: yhdenvertaisuus, oikeus elämään sekä henkilökohtaiseen vapauteen ja koskemattomuuteen, sananvapaus, uskonnonvapaus, omaisuuden suoja ja oikeus yksityisyyteen. (Suomen perustuslaki 1999/731, 6–23 §.) Kehittämistyön raportoinnissa tulee huomioida yksityisyyden suojan toteutuminen ja huomioida, että kehittämistyöhön osallistuvien kautta saatetaan välillisesti tunnustaa muita henkilöitä. (Arene 2019, 13.)

Meidän oli oltava huolellisia ja tarkkoja, miten valokuvia säilytettiin. Kohderyhmää voidaan pitää haavoittuvassa asemassa olevina, joten olimme tarkkoja henkilötietojen, jokaisen yksityisyyden suojaamisessa, sekä anonyymien huomioimisessa. Toteutimme kehittämistyön siten, että tutkimuksesta ei aiheutunut tutkittavina oleville ihmisille, yhteisöille tai muille tutkimuskohteille merkittäviä riskejä, vahinkoja tai haittoja. (Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohje 2019, 7.) Myös sosiaalialan ammattihenkilöiden eettiset ohjeet kulkivat koko opinnäytetyömme prosessin mukana. Kerroimme nuorille, että olemme vaitiolovelvollisia ja heidän kanssaan toimiessa emme ilmianna heistä tietoja ja myös vaitiolovelvollisuutemme jatkuu opinnäytetyöprosessin jälkeenkin.

Toimintaan osallistuminen oli vapaaehtoista ja osallistujat pystyivät kieltäytymään osallistumasta ihan missä vaiheessa tahansa. Tutkittavalle ei saa syntyä tunnetta osallistumisen pakollisuudesta eikä pelkoa kielteisistä seuraamuksista, jos hän kieltäytyy osallistumasta tutkimukseen. (Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohje 2019, 8.) Valokuvauksessa tarvitsimme eettistä herkkyyttä ja havainnointikykyä. Lisäksi huomioimme myös nuorten mielenterveyden ryhmätapaamisten aikana miettien, miten valokuvaus vaikuttaa mieleen ja onko se esimerkiksi voimavaroja tuova vai vievä.

### 8.3 Ammatillinen kasvu

Opinnäytetyömme prosessi oli laaja ja aikaa meiltä kului opinnäytetyöhön reilu vuosi. Pehdyimme opinnäytetyön prosessiin, toimeksiantajan tuottamiin palveluihin ja erityisesti työntilaajan Männistön Aimun palveluihin. Olemme oppineet paljon kehittämistyön eri vaiheista ja kuinka kehittämistyö oli merkityksellistä kohdehenkilöille ja työntekijöille. Prosessin aikana nuoret saivat oman äänensä kuuluviin, mutta prosessin eri vaiheissa myös Männistön Aimun työntekijöiden tuki nuorille oli todella tärkeää. Työskentelimme ryhmänohjauksissa nuorten ehdoilla, jouduimme muuttamaan suunnitelmiämme aina tapaamisten aikana. Lähdimme kehittämistyön ryhmätapaamisiin avoimin mielin ilman ennakkotietoja ja oletuksia nuorista. Kohtasimme heidät ihmisinä, emme diagnooseina.

Kehittämistyön keskeisimmiksi kompetensseiksi nousivat sosiaalialan eettinen osaaminen, jossa sosionomi osaa toimia ihmis- ja perusoikeussäännösten, sosiaalialan arvojen ja ammattieettisten periaatteiden mukaisesti. Oman ihmiskäsityksen ja arvomaailman merkityksen ymmärtäminen asiakastyössä. Yhdenvertaisuuden ja tasa-arvon edistäminen ja osaa asettua yhteiskunnalliselta asemaltaan haavoittuvassa asemassa olevien yksilöiden ja ryhmien puolelle. (Raatikainen ym. 2020, 20.)

Toisena sosiaalialan kompetensseista kehittämistyössä nousi asiakastyön osaaminen. Sosionomi osaa luoda ammatillisen vuorovaikutus- ja yhteistyösuhteen asiakkaaseen. Asiakkaan, asiakasryhmien ja yhteisöjen tavoitteellinen ohjaaminen asiakkaan voimavarojan ja osallisuutta tukien. Hyvinvoinnin suoja- ja riskitekijöiden tunnistaminen sekä osaa soveltaa ennaltaehkäisevän työn ja varhaisen tukemisen näkökulmia. (Raatikainen ym. 2020, 20.)

Tutkimuksellinen kehittämistyö ja innovaatio-osaaminen kehittämistyössä näkyi osaamisella kehittää kumppanuuslähtöisesti asiakastyön menetelmää, työkäytäntöjä sekä palveluprosesseja. Sosionomi osaa suunnitella, toteuttaa ja arvioida kehittämishankkeita, soveltaa tutkimus- ja kehittämismenetelmiä toimintakäytäntöjen kehittämiseksi sekä tuottaa ja arvioida tietoa hyvinvoinnin edistämiseksi. Lisäksi sosionomi osaa toimia tutkimus- ja kehittämistyön eettisten periaatteiden ja ohjeiden mukaisesti. (Raatikainen ym. 2020, 21.)

#### 8.4 Tuotoksen hyödynnettävyys ja kehittämisideat

Kehittämistyön tuotoksena teimme infograafin Männistön Aimun työntekijöiden käyttöön. Infograafi tehtiin Canva-sovelluksella. Lisäksi järjestimme valokuvanäyttelyn nuorten ottamista kuvista. Näyttelyssä olleet kuvat jäävät nuorille ja he voivat itse keksiä mitä kuville haluavat tehdä. Tapaamisissa mietimme yhdessä nuorten kanssa, että kuvat voidaan laittaa esimerkiksi Männistön Aimun yleisiin tiloihin seinille kaikkien nähtäväksi ja muistuttamaan Photovoice-valokuvamenetelmästä.

Photovoice-valokuvamenetelmää ei ole tutkitun tiedon mukaan aiemmin käytetty nuorten mielenterveyskuntoutujien ohjauksessa, joten olemme toteuttaneet uuden työmenetelmän nuorten mielenterveyskuntoutujien ohjaukseen. Kehittämistyötämme voidaan myös hyödyntää monien muiden eri asiakasryhmien ohjauksessa. Kehittämistyöstä kiinnostui myös TTY Palvelut Oy:n muiden asumisyksiköiden työntekijät, joten jatkossa tarkoitus on Photovoice-valokuvamenetelmän ohjeistaminen myös muiden asumisyksiköiden työntekijöille. Palautteissa nousi esille se, että Photovoice-valokuvamenetelmää aiotaan hyödyntää myös psykiatrisessa hoitolaitoksessa.

Kehittämisideoina esille nousi muun muassa vuodenajan ja vuorokauden merkitys valokuvaamisessa. Myöhäinen syksy ei saanut nuoria innostumaan ulkoilusta ja valokuvaamisesta kannustuksesta huolimatta. Pohdimme myös, että rajasimmeko liikaa valokuvauksen aiheita. Erityisryhmien nuorten ohjauksessa tulee huomioida nuorten vireystila ja voimavarat, sillä usein heillä on haasteita keskittyä pitkäkestoiseen toimintaan. Mietimme, että olisimmeko voineet mainostaa valokuvanäyttelyä esimerkiksi samassa rakennuksessa olevassa ravintolassa, jossa oli lounasaikaan todella paljon ruokailijoita.

Koimme että valokuvamenetelmä on turvallinen, sosiaalisesti ja eettisesti hyväksyttävä ja sillä voidaan vaikuttaa positiivisesti nuorten elämään. Photovoice-valokuvamenetelmä on myös helppo toteuttaa, varsinkin kun nykyään lähes kaikilla on hyvä kamera puhelimessa. Kuvia voi ottaa ajasta tai paikasta riippumatta. Menetelmässä vaaditaan kuitenkin osaamista ryhmäohjauksesta ja tietoa kohderyhmästä, jolle sitä järjestetään.

## LÄHTEET

- Aaltonen, Sanna, Berg, Päivi & Rajaniemi, Katja 2015. Nuorten ohjaus vaatii herkkyyttä sekä nuorten elämäntilanteille että yhteiskunnan reunaehdoille. Pdf-tiedosto. [https://www.nuorisotutkimusseura.fi/images/tiedostot/nakokulma04\\_nuoret\\_luukulla.pdf](https://www.nuorisotutkimusseura.fi/images/tiedostot/nakokulma04_nuoret_luukulla.pdf). Viitattu 22.1.2023.
- Aalto-Setälä, Terhi & Marttunen, Mauri 2007. Nuorten psyykinen oireilu- häiriö vai normaalia kehitystä? Saatavissa: <https://www.duodecimlehti.fi/duo96233>. Viitattu 28.7.2022.
- Anne Suokas-Cunliffe 2006. Lääketiede. Trauma-omaan elämäntarinaa yhdistämätön mielen loinen. Pdf-tiedosto. [https://traumaterapiakeskus.com/wp-content/uploads/2021/04/Trauma\\_omaan\\_elamantarinaan\\_yhdistamaton\\_mielen\\_loinen\\_-\\_Anne\\_Suokas.pdf](https://traumaterapiakeskus.com/wp-content/uploads/2021/04/Trauma_omaan_elamantarinaan_yhdistamaton_mielen_loinen_-_Anne_Suokas.pdf). Viitattu 20.9.2022.
- Arene 2017. Sosionomi tuottaa hyvinvointia läpi elämänkaaren. Ammattikorkeakoulutus sosiaalialan muutoksen edistäjänä. Pdf-tiedosto. [https://www.arene.fi/wp-content/uploads/Raportit/2018/arene\\_sosionomiselvitys\\_pitka\\_raportti\\_fin.pdf?t=1526901428](https://www.arene.fi/wp-content/uploads/Raportit/2018/arene_sosionomiselvitys_pitka_raportti_fin.pdf?t=1526901428). Viitattu 2.4.2023.
- Arene 2019. Ammattikorkeakoulujen opinnäytetöiden eettiset suositukset. Ammattikorkeakoulujen rehtorinneuvosto, Arene ry. Pdf-tiedosto. <https://www.arene.fi/wp-content/uploads/Raportit/2020/AMMATTIKORKEAKOULUJEN%20OPINN%C3%84YTET%C3%96IDEN%20EETTISET%20SUOSITUKSET%202020.pdf?t=15784803>. Viitattu 18.3.2023.
- Cerastina 2021. Ekspressiivinen taideterapia. <https://www.taideterapiacrestina.com/mit%C3%A4-on-ekspressiivinen-teroideterapi>. Viitattu 11.9.2022.
- Erkko, Anna & Hannukkala Marjo 2013. Mielenterveys voimaksi. Lahti: Painotalo Plus Digital Oy.
- Halkola, Ulla, Mannermaa Lauri, Koffert, Tarja & Koulu, Leena 2009. Valokuvan terapeuttinen voima. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim.
- Hipp, Tiia, Pollari, Kirsi, Luoma, Saga 2018. Nuorten äänen pitää kuulua! Nuorten osallisuus päätöksenteossa. Pdf-tiedosto. <https://www.lskl.fi/wp-content/uploads/Nuorten-aaenen-pitaa-kuulua-final.pdf>. Viitattu 5.3.2023.
- Huhtinen-Hildén, Laura & Isola, Anna-Maria 2019. Luova ryhmätoiminta lisää hyvinvointia. Verkkojulkaisu. [https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/137914/URN\\_ISBN\\_978-952-343-329-8.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/137914/URN_ISBN_978-952-343-329-8.pdf?sequence=1&isAllowed=y). Viitattu 12.3.2023.
- Humak julkaisuaika tuntematon. Tiedonhankinnan opas: Tiedon arviointi. <https://humak.libguides.com/tiedonhankinnanopas/tiedonarviointi>. Viitattu 13.8.2022.
- Hurre, Taina, Marttunen, Mauri, Strandholm, Thea & Viialainen, Riitta 2013. Nuorten mielenterveyshäiriöt. Opas nuorten parissa työskenteleville aikuisille. Pdf-tiedosto. [https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/110484/THL\\_OPA025\\_2013.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/110484/THL_OPA025_2013.pdf?sequence=1&isAllowed=y). Viitattu 28.7.2022.
- Hyvärinen, Kari 2020. Reflektion merkitys. Miten ohjataan reflektimaan harjoitteen tai toiminnan jälkeen? <https://sites.google.com/metropolia.fi/peili/nuorten-ohjaus/ohjaajan-opas/reflektion-merkitys-ja-keinoja-ohjaajan-n%C3%A4k%C3%B6kulmasta>. Viitattu 19.3.2023.
- Hämäläinen, Kaisu, Kanerva, Anne, Kuhanen, Carita, Schubert, Carla & Seuri, Tarja 2021. Mielenterveyshoitotyö. Helsinki: Sanoma Pro Oy.
- Ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen eettiset periaatteet ja ihmistieteiden eettinen ennakoarviointi Suomessa 2019. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohje 2019. Pdf-tiedosto. [https://tenk.fi/sites/default/files/2021-01/Ihmistieteiden\\_eettisen\\_ennakoarvioinnin\\_ohje\\_2020.pdf](https://tenk.fi/sites/default/files/2021-01/Ihmistieteiden_eettisen_ennakoarvioinnin_ohje_2020.pdf). Viitattu 10.2.2023.

- Ihmisuhdetyö ry julkaisuaika tuntematon. Taideterapia. <https://www.ihmis.fi/Taideterapia>. Viitattu 2.3.2023.
- Juholin, Elisa 2008. Viestinnän vallankumous. Juva: WSOY.
- Kennelliitto julkaisuaika tuntematon. Kasvatus- ja kuntoutuskoirat. <https://www.kennelliitto.fi/koirat/hyotykoirat/henkilokohtaiset-hyotykoirat/kasvatus-ja-kuntoutuskoirat>. Viitattu 9.2.2023.
- Kinnunen, Ari & Nikari, Pia 2017. Koira auttaa ja ilahduttaa. Duodecim lehti. Viitattu 31.1.2023.
- Korhonen, Katja julkaisuaika tuntematon. Toiminnalliset menetelmät. Valokuvaus. <https://toiminnallisetohjausmenetelmat.wordpress.com/valokuvaus/>. Viitattu 22.7.2022.
- Laaksonen, Heli, Laitinen, Heleena & Hillamo, Heikki 2020. Sosiaali- ja terveydenhuollon järjestelmä. Helsinki: Sanoma Pro Oy.
- Laki naisten ja miesten välisestä tasa-arvosta 1996/609. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajan-tasa/1986/19860609>. Viitattu 4.3.2023.
- Laki potilaan asemasta ja oikeuksista 1992/785. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajan-tasa/1992/19920785>. Viitattu 4.3.2023.
- Laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista 2000/812. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajan-tasa/2000/20000812>. Viitattu 4.3.2023.
- Lastensuojelulaki 2007/417. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2007/20070417#L12>. Viitattu 14.3.2023.
- Lastensuojelun keskusliitto julkaisuaika tuntematon. Osallisuus. <https://www.lskl.fi/osallisuus/>. Viitattu 5.3.2023.
- Marttunen, Mauri, Huurre, Taina, Strandholm, Thea & Viialainen, Riitta 2013. Nuorten mielenterveyshäiriöt. Juvenes Print – Suomen Yliopistopaino Oy, Tampere.
- Meridith, Burles & Roanne, Thomas 2014. "I Just Don't Think There's any other Image that Tells the Story like [This] Picture Does": Researcher and Participant Reflections on the Use of Participant-Employed Photography in Social Research. <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/160940691401300107>. Viitattu 24.5.2022.
- Mielenterveystalo julkaisuaika tuntematon. Asumispalvelut mielenterveyskuntoutujille. <https://www.mielenterveystalo.fi/fi/asumispalvelut-mielenterveyskuntoutujille>. Viitattu 5.3.2023.
- Mieli 2021. Mielenterveys on osa hyvinvointia ja terveyttä. <https://mieli.fi/vahvista-mielenterveystasi/mita-mielenterveys-on/mielenterveys-on-osa-hyvinvointia-ja-terveytta/>. Viitattu 26.2.2023.
- Mieli 2022. Nuorten mielenterveyden vahvistaminen nuorisotyössä. <https://mieli.fi/materiaalit-ja-koulutukset/tietoa-mielenterveyden-vahvistamisesta/lapset-ja-nuoret/mielenterveystaidot-nuorisotyossa/nuorten-mielenterveyden-vahvistaminen-nuorisotyossa/>. Viitattu 9.2.2023.
- Mieli 2022. Videopelaamisen edut ja haitat terveydelle. <https://www.mielenterveysseurat.fi/kotka/2022/12/07/videopelaamisen-edut-ja-haitat-terveydelle/>. Viitattu 9.2.2023.
- Mönkkönen, Kaarina 2018. Vuorovaikutus asiakastyössä. Asiakkaan kohtaaminen sosiaali- ja terveysalalla. Tallinna: Gaudeamus Oy.
- Nuoret ja osallisuus julkaisuaika tuntematon. <https://nuoretjaosallisuus.fi/laatukriteerit-2/>. Viitattu 11.10.2022.

Nuorisolaki 1285/2016 <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2016/20161285#Pidm45053758349376>  
Viitattu 12.3.2023

Opetushallitus 2023. Mun elämä - Ohjausmateriaali erityisopetukseen. <https://www.oph.fi/fi/oppimateriaali/mun-elama/tulevaisuuden-aidot/unelmointi>. Viitattu 20.3.2023

Photovoice Worldwide 2021. What is photovoice? <https://www.photovoiceworldwide.com/what-is-photovoice/>. Viitattu 5.9.2022.

Raatikainen, Eija, Rahikka, Anne, Saarnio, Tuula & Vepsä, Päivi 2020. Ammattina sosionomi. Sanoma Pro Oy, Helsinki 3.-4 painos, 2020.

Ranne, Jari 2006. Anna palaa! Käytännön palautetaitokirja. Helsinki: Ai ai Oy.

Ryhmäilmiö 2020. Ryhmän ohjaajan käsikirja. Pdf-tiedosto. [https://ehyt.fi/wp-content/uploads/2020/06/Ryhmailmio\\_opas\\_verkko.pdf](https://ehyt.fi/wp-content/uploads/2020/06/Ryhmailmio_opas_verkko.pdf). Viitattu 21.3.2023.

Salonen, Kari 2013. Näkökulmia tutkimukselliseen ja toiminnalliseen opinnäytetyöhön. Pdf-tiedosto. <https://julkaisut.turkuamk.fi/isbn9789522163738.pdf>. Viitattu 4.9.2022.

Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskus. Lasten ja nuorten mielenterveyttä on tuettava palveluin ja koko yhteiskunnan keinoin. <https://valtioneuvosto.fi/-/1271139/lasten-ja-nuorten-mielenterveytta-on-tuettava-palveluin-ja-koko-yhteiskunnan-keinoin->. Viitattu 18.1.2023.

Sosiaalihuoltolaki 2014/1301. <https://finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2014/20141301>. Viitattu 5.3.2023.

Ståhlberg, Leena 2019. Pienryhmäohjaajan opas. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy.

Suomen perustuslaki 1999/731. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1999/19990731>. Viitattu 28.1.2023.

Tarkastusvaliokunnan mietintö 2014. Nuorten syrjäytyminen. Pdf-tiedosto. [https://www.eduskunta.fi/fi/vaski/mietinto/documents/trvm\\_1+2014.pdf](https://www.eduskunta.fi/fi/vaski/mietinto/documents/trvm_1+2014.pdf). Viitattu 10.9.2022.

Terveystieteiden tutkimuskeskus 2019. Palveluasumisen järjestäminen psyykkisen sairauden perusteella. <https://thl.fi/fi/web/vammaispalvelujen-kasikirja/oikeuskaytanta/palveluasuminen/palveluasumisen-jarjestaminen-psykkisen-sairauden-perusteella>. Viitattu 5.3.2023.

Toikko, Timo & Rantanen, Teemu 2009. Tutkimuksellinen kehittämistoiminta. [https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/100802/Toikko\\_Rantanen\\_Tutkimuksellinen\\_kehittamistoiminta.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/100802/Toikko_Rantanen_Tutkimuksellinen_kehittamistoiminta.pdf?sequence=1&isAllowed=y). Viitattu 23.7.2022.

Toiviainen, Sanna 2019. Suhteisia elämänpolkuja -yksilöiden elämän hallintaa. Pdf-tiedosto. [https://www.nuorisotutkimusseura.fi/images/suhteisia\\_elamanpolkuja\\_toiviainen.pdf](https://www.nuorisotutkimusseura.fi/images/suhteisia_elamanpolkuja_toiviainen.pdf). Viitattu 22.1.2023.

Toivio, Timo & Nordling, Esa 2013. Mielenterveyden psykologia. Porvoo: Bookwell Oy.

TTY Palvelut Oy julkaisu-aika tuntematon. Asumispalvelut. Männistön Aimu. <https://www.tyoterapien.net/asumispalvelut/>. Viitattu 24.7.2022.

Tukiliitto 2017. Photovoice-menetelmä ryhmän käytössä. <https://www.tukiliitto.fi/photovoice-menetelma-ryhman-kaytossa/>. Viitattu 28.7.2022.

Vanas, Antti 2017. Lapsen maailma. Nuoren identiteetin muodostuminen. <https://lapsenmaailma.fi/artikkeli/nuoren-identiteetti/>. Viitattu 16.9.2022.

Vehviläinen, Sanna 2014. Ohjaustyön opas. Yhteistyössä kohti toimijuutta. Tallinna: Gaudeamus Oy.

Vilkka, Hanna 2021. Tutki ja kehitä. Keuruu: Otavan kirjapaino Oy.

What works julkaisuaika tuntematon. Photovoice. <https://whatworks.org.nz/photo-voice/>. Viitattu 5.9.2022.

Yhdenvertaisuuslaki 2014/1325. <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2014/20141325>. Viitattu 3.3.2023.

## LIITE 1: INFOGRAAFI MÄNNISTÖN AIMUN TYÖNTEKIJÖILLE PHOTOVOICE-VALOKUVAMENETelmäSTÄ

