



samk

Satakunnan ammattikorkeakoulu
Satakunta University of Applied Sciences

LAURA WAHLMAN

PerheSomeBody osaksi Rauman perhepalveluiden tarjontaa

Ryhmätoteutuksen ja juurtumisen tarkastelua

SOSIAALIALAN TUTKINTO-OHJELMA
YLEMPI AMK
2023

TIIVISTELMÄ

Wahlman, Laura: PerheSomeBody osaksi Rauman perhepalveluiden tarjontaa. Ryhmätoteutuksen ja juurtumisen tarkastelua.

Opinnäytetyö, ylempi AMK

Sosiaalialan tutkinto-ohjelma

Joulukuu 2023

Sivumäärä: 48

Työni tarkoituksena oli tuoda ja juurruttaa uusi ryhmämuotoinen PerheSomeBody-menetelmä osaksi raumalaisten perheiden palvelutarjontaa. Ryhmätoteutuksen myötä halusin tarkastella menetelmän toimivuutta sekä ennaltaehkäisevänä, että kuntouttavana toimintana. Tavoitteena oli myös selvittää perhekeskuksen työntekijöiden lisäksi mm. varhaiskasvatuksen henkilöstön mahdollisuuksia PerheSomeBody-ryhmien ohjaamiseen.

Kiinnostuin aiheesta opintoja aloittaessani, kun kuulin mahdollisuudesta osallistua PerheSomeBody-ohjaajakoulutukseen ja sitä kautta päästä luomaan uutta ryhmämuotoista palvelua Raumalle. Aloitin työni tarvittavien kontaktien yhteydenotoilla Rauman Perhekeskuksen ja SomeBody-hankkeen kanssa, sekä kouluttautumalla PerheSomeBody-ohjaajaksi. Tämän jälkeen rekrytoimme ohjaajaparini kanssa ryhmään osallistuvia perheitä, joilla oli valmiiksi Rauman perhekeskuksen asiakkuus ja suunnittelimme toiminnan käynnistämisen sekä toiminnan sisällön perheiden tarpeiden mukaan. Ryhmätoiminta liittyi SomeBody-hankkeen tutkimukseen, jonka myötä toteutukseen liittyi paljon seurannan kirjaamista ja niin yhdessä perheiden, kuin ohjaajien omaakin arviointia ryhmän edistymisestä ja toimivuudesta. Ryhmätoiminnan ohjaamisen ja havainnoinnin lisäksi tutkimukseni pohjana olen käyttänyt muiden kaupunkien PerheSomeBody-ohjaajien ja raumalaisten toimijoiden haastatteluja sekä verkostopalaverien keskustelujen antia. Haastattelut olen toteuttanut avoimina- sekä teemahaastatteluina ja niiden analysoinnissa olen käyttänyt narratiivista teemoittelua.

Työn aineiston keräämisen aikaan vallinnut covid19-pandemia aiheutti monenlaista haastetta. Jouduimme keskeyttämään ensimmäisen ryhmätoiminnan kokoontumisrajoitusten vuoksi ja uusi ryhmä aloitettiin uusin rekrytoinnein ja suunnitelmin puoli vuotta myöhemmin. Ryhmäkoko oli tuolloinkin pieni ja etäisyyden pitäminen vaikeutti toiminnan tarkoituksenmukaista toteuttamista. Kuitenkin tutkimuksen aikana tekemäni havainnot sekä kaikki tulokset viittaavat PerheSomeBody-ryhmän positiiviseen vastaanottoon sekä toimivuuden ja tarpeellisuuden toteamiseen. Haasteet, joita juurtuminen vakiintuneeksi toiminnaksi kohtasi, liittyvät enemmän henkilöstöressurssien puutteeseen, sekä useiden päällekkäisten hankkeiden ja menetelmien käyttöön samojen työntekijöiden kohdalla. PerheSomeBody-ryhmä kulkee kuitenkin edelleen mukana Rauman perhekeskuksen vuosikellossa mahdollisuutena, joka voidaan toteuttaa tarpeen tullen.

Avainsanat: PerheSomeBody, SomeBody, perhe, vanhemmuuden tukeminen, ryhmätoiminta, lapsiperhepalvelut, palveluiden kehittäminen, juurruttaminen.

Abstract

Wahlman, Laura: Incorporating PerheSomeBody into the family services in Rauma. An examination of group implementation and establishment.

Master's Thesis, Higher Education in Applied Sciences

Social Work Program

December 2023

Number of pages: 48

The purpose of my work was to introduce and establish the new group-based PerheSomeBody method as part of the service offering for families in Rauma. Through group implementation, I wanted to examine the effectiveness of the method as both a preventive and rehabilitative intervention. The goal was also to explore the potential of the Family Center staff and early childhood education personnel in facilitating PerheSomeBody groups.

I became interested in the topic when I started my studies, as I learned about the opportunity to participate in PerheSomeBody instructor training and, through that, bring a new group-based service to Rauma. I began my work by making the necessary contacts with Rauma Family Center and the SomeBody project, as well as by training as a PerheSomeBody instructor. Following this, my co-instructor and I recruited families with existing customer relationships with Rauma Family Center and planned the start of the activities and the content based on the families' needs. The group activities were connected to the research of the SomeBody project, which involved a lot of data collection and the joint assessment of progress and effectiveness by both families and instructors. In addition to facilitating and observing the group activities, my research was based on interviews with PerheSomeBody instructors from other cities and discussions from network meetings with local stakeholders. I conducted both open and thematic interviews, and in the analysis, I used narrative themes.

During the data collection period, the prevailing COVID-19 pandemic presented various challenges. We had to interrupt the first group activities due to gathering restrictions, and a new group started with new recruits and plans six months later. The group size was still small, and maintaining social distance made it difficult to carry out the activities effectively. Nevertheless, the observations I made during the research and all the results point to a positive reception of the PerheSomeBody group, as well as the recognition of its effectiveness and relevance. The challenges faced in establishing it as a permanent practice were more related to a lack of personnel resources and the use of multiple overlapping projects and methods by the same employees. However, PerheSomeBody continues to be part of Rauma Family Center's annual schedule as a possibility that can be implemented as needed.

Keywords: PerheSomeBody, SomeBody, family, parenting support, group activities, services for families with children, service development, establishment

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	5
2 VANHEMMUUS	7
3 KOKONAISVALTAISTA HYVINVOINTIA TUNNETAITOJA VAHVISTAMALLA	8
3.1 Tunnetaidot	8
3.2 Kehotietoisuus	9
3.3 Vuorovaikutustaidot	11
4 PERHESOMEBODY	12
4.1 PerheSomeBodyn teoria ja tutkimus vaikuttavuudesta	12
4.2 Vanhemmuuden tukeminen PerheSomeBody-menetelmällä	15
4.3 Monipuolinen PerheSomeBody	18
5 TOIMINNAN JUURUTTAMINEN	19
5.1 Uuden ryhmätoiminnan aloittaminen	19
5.2 Toiminnan juurtumisen edellytykset	20
5.3 Toiminnan juurtumisen haasteet	22
6 RAUMAN ENSIMMÄINEN PERHESOMEBODY TOTEUTUS	23
6.1 Ryhmätoteutus	23
6.1.1 Perheiden rekrytointi	23
6.1.2 Ryhmätoiminnan suunnittelu	24
6.1.3 Toteutus	26
6.2 Toteutuksen arviointi ja havainnot	28
7 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS	30
7.1 Tutkimusprosessi	30
7.2 Tutkimusmenetelmät	30
7.3 Aineiston analysointi	33
8 JOHTOPÄÄTÖKSET	35
8.1 Tutkimuskysymyksiin vastaaminen	35
8.1.1 Onko PerheSomeBody-ryhmälle Raumalla tarve?	35
8.1.2 Ketkä ryhmää ohjaavat? /Miten toiminta resursoidaan ohjaajan työaikaan?	36
8.1.3 Pitääkö perheellä olla valmiiksi perhekeskuksen asiakkuus?	38
8.1.4 Mitkä ovat PerheSomeBody-ryhmän Raumalle juurtumisen edellytykset ja haasteet?	39
9 POHDINTA	42
LÄHTEET	45
LIITE 1:	48

1 JOHDANTO

Olen työskennellyt lasten ja perheiden parissa jo 20 vuoden ajan toimiessani varhaiskasvatuksen opettajana Rauman kaupungilla. Vanhemmuuden tukeminen ja vanhempien tuen tarve on vuosien saatossa lisääntynyt ja muuttanut muotoaan. Enää tukea eivät tarvitse ainoastaan heikoimmassa asemassa olevat, vaan varsinkin pystyvyyden tunteen tukemista kaipaa jossain kohtaa vanhemmuuttaan todella moni. Yhteiskunnan muuttuminen ja sen perheille ja perhe-elämään tuomat haasteet vaikuttavat ja uuvuttavat useimpia vanhempia. Kuultuani PerheSomeBodysta, ajattelin sen vastaavan mm. tähän laajasti yhteiskunnassa näkyvään tilanteeseen. Pysähtyminen, toisen aito kuunteleminen, itsensä ja kehonsa kuunteleminen, yhteyksien ymmärtäminen ja luominen ovat kaikki asioita, jotka moni ruuhkavuosia suorittava perhe unohtaa.

PerheSomeBody-ryhmiä ei ole aiemmin toiminut Raumalla, vaikka SomeBody itsessään menetelmänä onkin jo vakiinnuttanut paikkansa varsinkin nuorille tarjottuna mahdollisuutena saada tukea kokonaisvaltaiseen kasvuun ja kehitykseen. Näitä SomeBody-ryhmiä ovat Raumalla ohjanneet yläkoulujen kuraattorit sekä terveydenhoitajat. Koulutettuja PerheSomeBody-ohjaajia ei kaupungista ole aiemmin löytynyt, joten perheille suunnattuja kehotietoisuuteen, positiiviseen vuorovaikutukseen sekä vanhemmuuden tukemiseen keskittyviä PerheSomeBody-ryhmiä ei ole ollut mahdollista toteuttaa.

Lähdin kehittämistyössäni pohtimaan PerheSomeBody-ryhmän tarvetta Raumalla sekä sen toteuttamisen ja juurtumisen mahdollisuuksia. Tutkimuskysymyksiksi valikoituivat seuraavat:

1. Onko PerheSomeBody-ryhmälle Raumalla tarve?
2. Ketkä ryhmää ohjaavat? /Miten toiminta resursoidaan ohjaajan työaikaan?
3. Pitääkö perheellä olla valmiiksi perhekeskuksen asiakkuus?

4. Mitkä ovat PerheSomeBody-ryhmän Raumalle juurtumisen edellytykset ja haasteet?

Kehittämistehtävässäni tuon ilmi ryhmän toteutuksen myötä tehtyjä havaintoja toiminnan vaikuttavuudesta, joilla perustellaan ryhmän tarve. Henkilöstöressurssia selvitan työssäni lähinnä kohdennetuilla haastatteluilla, joilla selvitan Rauman perhekeskuksen ja varhaiskasvatuksen henkilöstön mahdollisuuksia ryhmien toteutukseen. Toiminnan juurruttamista tutkin tutustumalla tässä tehtävässä onnistuneiden ympäryskuntien malleihin sekä haastatteleamalla näitä toimijoita.

Työpariksi ryhmän toteuttamiseen valikoitui Rauman perhekeskuksesta psykiatrinen sairaanhoitaja, joka kohtaa työssään päivittäin uupuneita perheitä, jotka kokevat tarvitsevansa vanhemmuuteensa tukea. Mielestäni tämä asetelma on hedelmällinen, sillä näemme samat haasteet eri puolilta omassa työssämmme. Yhteistyökumppaniksi Rauman Perhekeskus valikoitui SomeBody-hankkeen aiempien yhteistyöväylien kautta.

PerheSomeBodyn juurtumisesta Raumalle hyötyisivät eniten lapsiperheet, jotka saavat ryhmästä yhteistä kiireetöntä aikaa sekä eväitä oman arkensa haasteiden selättämiseen. Menetelmällä muissa kaupungeissa ja toteutuissa ryhmissä saadut hyödyt pitää mielestäni ehdottomasti saada myös raumalaisten perheiden ulottuville. SomeBody-hanke itsessään hyötyy työni kautta ryhmätoiminnan laajenemisesta ja näkyvyydestä sekä saa lisätietoa menetelmän toimivuudesta ja vastaanotosta.

2 VANHEMMUUS

Vanhemmuus on etuoikeus, josta on lupa iloita ja nauttia. Omasta perheestään, lapsistaan ja vanhemmuudestaan saa olla iloinen. On kuitenkin tärkeää oivaltaa, että myös negatiiviset tunteet kuuluvat vanhemmuuteen ja on täysin hyväksyttävää olla toisinaan myös heikko, väsynyt ja ärtynyt. Oleellista on tunnistaa, milloin tarvitsee apua, sillä yksin ei kaikesta tarvitse selvitä. Vertaistuen, kuten kohtaamisten ja juttuseuran merkitys vanhemmuudessa on tärkeää. Arjessa jaksamista helpottaa, kun ymmärtää muiden kamppailevan samanlaisten haasteiden kanssa. Jos oman ympäristön vertaistuki ei tunnu riittävän on perheille tarjolla avuksi erilaisia tukipalveluja sekä ryhmätoimintaa. (Hakulinen, ym. 2019. s.32.)

Yhteiskunnan ja vanhemmuuden muuttuminen ovat johtaneet vanhempien uupumiseen, josta on viime aikoina tullut todellinen ilmiö. Vanhemmuutta kuormittavat nykypäivänä vaatimukset mm. tahdon voimasta sekä itsesäätelytaidoista, joita vanhempi ei välttämättä ole itsekään omassa lapsuudessaan oppinut. Tarve tehdä jatkuvasti päätöksiä ja vastustaa esimerkiksi älylaitteisiin kohdistuvia houkutuksia, asettaa paineita varsinkin niille vanhemmille, joiden omat itsesäätely- ja toiminnanohjaustaidot ovat puutteellisia. Työ- ja perhe-elämässä pärjätäkseen vanhempi tarvitsee nykyään paljon aiempaa enemmän itseohjautuvuutta sekä tunne- ja vuorovaikutustaitoja. (Trogen, 2021. s.15–16.)

Vanhemmat ovat nykyään myös yhä enemmän yksin tukiverkkojen puuttuessa tai niiden ollessa kaukana. Vanhemmuutta saattavat varjostaa myös omassa lapsuudessa koetut asiat sekä keskeneräiset tai puuttuvat taidot. Yhteiskunnallisesti vanhemmuuden ongelmien siirtyminen yli sukupolvien onkin merkittävä haaste ja tämän kierteen katkaiseminen on yksi tärkeistä vanhemmuuden tukemisen lähtökohdista. Ihmisenä olemiseen kuuluu erottamattomana ajatus yhteisöllisyydestä ja yhteisöllisesti ajateltuna ottaessamme vastuun lapsen hyvinvoinnin tukemisesta, tuemme samalla myös vanhemmuutta ja koko perhettä. Yhteiskunta puolestaan voi varmistaa hyvinvointinsa turvaamalla

riittävät resurssit laaja-alaisesti lapsiperheiden sosiaalipalveluissa, jotta tämä tuki mahdollistuu. (Hakulinen, ym.2019. s.9 ja 16–17.)

Vanhemman hyvinvointi on paras lähtökohta lapsen hyvinvoinnille. Vanhempi, joka voi itse hyvin ja omaa vahvat elämänhallinnan- sekä tunteiden säätelyn taidot on todennäköisesti myös valmiimpi niitä lapselleen opettamaan. Tätä kautta lapsi hyötyy siis suoraan hyvinvoivasta vanhemmasta ja tämän vahvoista vuorovaikutus- ja tunnetaidoista. (Trogen, 2021. s.15–16.)

3 KOKONAISVALTAISTA HYVINVOINTIA TUNNETAITOJA VAHVISTAMALLA

3.1 Tunnetaidot

Itsessämme, toisissamme ja ympäristössämme koemme jatkuvasti erilaisia tapahtumia, joita kohtaamaan tarvitsemme tunnetaitoja. Nämä taidot kertovat siitä, miten tunteidemme kanssa toimimme. Tunnetaidot koostuvat monista erilaisista taidoista, kuten kehotietoisuus- ja tarvetaidoista sekä vuorovaikutus- ja ajattelutaidoista. Tunnetaitojen kehittymiseen vaikuttavat kaikki elämämme aikana kohtaamamme ihmissuhteet sekä tunnetilanteet ja niiden myötä muodostuu jokaiselle oma tunnetaitojen kokonaisuus. (www.tunnejataida.fi)

Ihmisen hyvinvointia tarkasteltaessa ja sitä vahvistettaessa tunnustetaan tunnetaitojen rooli yhä useammin siinä merkittävänä tekijänä. Tunnetaitojen tarve jokapäiväisessä elämässä ja siinä kohdatuissa haasteissa on kiistaton. Yhdysvaltalaisutkimus (University of Rochester 2019) mm. osoittaa, että puutteet tunteiden tunnistamisessa saattavat altistaa kuormittavissa tilanteissa ihmisen masennukselle, kun taas kyvykkyys tunteiden tunnistamisessa ja kuvailussa voi suojata ihmistä erilaisilta mielenterveyden häiriöiltä. (Roth, ym. 2023. s.25.)

Yksilön näkökulman lisäksi tunnetaitojen ja varsinkin niiden puuttumisen merkitys on myös yhteiskunnallinen ja kansanterveydellinen. Nyt kun tunnetaitojen merkitys ihmisen hyvinvointiin ja mielenterveyteen on vahvasti tunnustettu, on mielenkiintoista tarkastella esimerkiksi mielenterveysongelmien vuosittain aiheuttamaa laskua Suomessa. OECD:n raportista käy ilmi, että mielenterveysongelmat maksavat Suomessa vuosittain noin yksitoista miljardia euroa. Kyse ei siis ole marginaalisesta ihmisryhmästä ongelmiseen, vaan esimerkiksi masennuksen kokee jossain vaiheessa elämäänsä joka viides ihminen Suomessa. (Roth, ym. 2023. s.25–26.)

Lapsuudessa ihminen oppii tunnetaitoja mallintamalla niin aikuisia, kuin ikätovereitaankin sekä elämällä ja kokemalla asioita. Tämä tapahtuu jokaisen kohdalla tiedostamatta, väistämättä ja haluamattammekin sekä hyvässä, että pahassa. Tunnetaitojen tavoitteellisessa opettamisessa puolestaan on kyse ohjatusta ja turvallisesta asioiden omakohtaisesta kokemisesta, jolloin oppimistilanteessa koetut tunteet ja oivallukset vähitellen toistojen myötä juurtuvat osaksi jokapäiväisiä tunnetilanteita. (www.tunnejataida.fi)

Hyvinvointimme perustana tunnetaidot vaikuttavat siis kokonaisvaltaisesti miinäkuvaamme. Mieli, keho ja ihmissuhteet ovat kaikki osa tunnetaitojen kokonaisuutta, jossa kyky tunnistaa, nimetä ja käsitellä tunteita muodostavat ihmiselle sisäisen turvallisuuden tunteen. Tällöin ihmisen on myös helpompi hallita ihmissuhteidensa vuorovaikutusta, toimia tilanteissa sekä itseä, että toisia kunnioittaen ja asettaa toiminnalleen ja myös kehonsa vaatimalle reviirille terveet rajat. Näitä taitoja voi oppia ja opetella myös aikuisena, vaikka lähtökohdat omien tunteiden käsittelyyn olisivat minkälaiset tahansa. (www.tunnejataida.fi)

3.2 Kehotietoisuus

Kehotietoisuus on tietoisuutta omasta kehosta, sen ääriviivoista, asennoista ja hengityksestä. Kehotietoisuus näkyy myös kykynä havaita erilaisia

tuntemuksia kehon sisä- ja ulkopuolelta. Elämännhallintataitona kehotietoisuus on merkityksellinen, sillä sen avulla henkilö pystyy säätelemään biopsykososiaalista kuormitustaan ja palautuminen arjessa helpottuu. (Eskelinen, H. 2023.)

Kehotietoisuus tarkoittaa siis ihmisen kykyä oman kehonsa tapahtumien tarkkaan aistimiseen, tuntemusten kuuntelemiseen sekä itsessään läsnä olemiseen. Hyvinvoinnin osana kehotietoisuus on tärkeää niin itsetuntemuksen kuin tunnetaitojenkin kannalta. Kehotietoisuutta vahvistamalla tuetaan samalla omaa kokonaisvaltaista hyvinvointia läsnäolon, stressinsäätelyn, itsemyötätunnon sekä tarpeiden ja tunteiden tunnistamisen osalta. Vahva yhteys tunteisiin, kehoon ja itseän vaikuttaa myönteisesti myös vuorovaikutukseen toisten kanssa, sillä hyvät kehotietoisuustaidot auttavat purkamaan huolia ja murheita, jolloin vuorovaikutukseen keskittyminen sekä aito kohtaaminen helpottuvat. (Mäkelä, Trogen, 2022 s.17.)

Stressi varsinkin pitkittyessään on kehotietoisuuden vihollinen, sillä se pahimmillaan vaimentaa tai jopa katkaisee henkilön yhteyden omaan kehoonsa. Kun kehon tuntemuksia ei tunne on myös tunteita vaikea aistia ja elimistön perustoimintojenkin kuten väsymyksen ja nälän huomaaminen vaikeutuu. Jotta keho voi tiedostaa tulee se ensin tuntea ja sen lähettämät viestit hyväksyä. Kehon lähettämien viestien toistuva ja pitkäaikainen huomiotta jättäminen saa kehon reagoimaan erilaisin oirein. Pahimmillaan edessä voi olla pitkäkin sairastelukierre, psyykkisin tai fyysisin oirein, jolloin keho ilmoittaa, että nyt on aika pysähtyä. (Eskelinen, H. 2023.)

Kehotietoisuutta voi ja tuleekin harjoitella läpi koko elämän, sillä kehomme muuttuu iän myötä ja ollakseen tietoinen kehostaan tulee se myös tuntea (Eskelinen, H. 2023). Aikuinen voi vahvistaa lapsen kehotietoisuutta jo hyvin varhain vastaamalla tämän kehollisiin ja tunneperäisiin tarpeisiin. Lapsi oppii hyvin nopeasti havainnoimaan, onko hänen kehollisilla tai mielen tarpeillaan merkitystä ja väliä, tai kuuluuko niihin reagoida. (Mäkelä, Trogen; 2022. s.112.)

Kehotietoisuuden lisäksi tarpeisiin vastaaminen vahvistaa lapsen turvallisuuden tunnetta. Sisäisellä turvallisuuden tunteella on todettu olevan suuri

vaikutus hyvinvointiimme. Turvallisuuden tunne vahvistaa sisäistä motivaatiota, lisää positiivisia tunteita ja helpottaa tunteiden tunnistamista. Kokemus turvasta ja vahvasta kehotietoisuudesta on myös kaiken elämässä tapahtuvan vuorovaikutuksen pohja, oli sitten kysymys lapsesta tai vanhemmasta. Kehotietoisuus ja turvan tunne antavat henkilölle tilaa olla aito itsensä ja se tukee myös kykyä asettaa rajoja itseään koskien. (Mäkelä, Trogen, 2022. s.113.)

3.3 Vuorovaikutustaidot

Vuorovaikutustaidoilla tarkoitetaan halua ja kykyä toimia yhdessä sekä vaihtaa mielipiteitä, ajatuksia, kokemuksia, tai tekoja toisten kanssa. Vuorovaikutustaidoille keskeistä on, että kaikki tai molemmat osapuolet antavat oman panoksensa yhteisesti käytyyn keskusteluun ja tapahtuma tai tilanne on vastavuoroinen. Hyvä vuorovaikutus on olemukseltaan läsnä olevaa, aitoa, toista tukevaa ja kannustavaa sekä myötätuntoista ja toiset huomioivaa. (Mieli ry).

Pienen vastasyntyneen sosiaalinen kehitys alkaa pian syntymän jälkeen hänen suuntautuessaan huolenpidostaan vastaaviin aikuisiin. Aikuisten tulkitessa vauvan tarpeet oikein, tämä kokee saavansa aikaan muutoksia omalla käytöksellään ja olevansa näin elämässään aktiivinen toimija. Tarpeiden tyydyttämisen myötä vauvalle syntyy luottamus muita ihmisiä kohtaan ja hän alkaa vähitellen äännellä ja hymyillä. Näin alku vuorovaikutukselle on syntynyt. (Pulkinen, 2022. s.63)

Ensimmäisen mallinsa positiivisiin vuorovaikutustaitoihin, vastuulliseen sosiaaliseen käyttäytymiseen sekä toisten huomioon ottamiseen lapsi saa kodin ihmissuhteista ja sen jälkeen niistä erilaisista elämänpiireistä, joihin hän osallistuu. Lapsen kanssa toimivilla aikuisilla onkin suuri vastuu sosiaalisen toiminnan ohjauksessa. Varhaisessa vuorovaikutuksessa syntyvästä kiintymyksestä vanhempaan, tai muuhun lähipiiriin aikuiseen alkaa lapsen tunne-elämän kehitys. Vanhemmat, jotka osoittavat vuorovaikutuksessaan kiintymystä ja aitoa läsnäoloa tukevat lapsen emotionaalisten taitojen vahvistumista, tunteiden säätelyä ja nimeämistä. Tunteilla on kaikessa vuorovaikutuksessa merkittävä

rooli. Tunteet näkyvät kehollisesti ilmeissä, eleissä, silmissä, kehon asennoissa sekä puheessa ja niiden tulkitseminen on osa vuorovaikutustapahtumaa. (Pulkkinen, 2022. s.65–66.)

Elämän varrella koetuilla vuorovaikutustilanteilla ja niiden laadulla on suuri merkitys ihmisen kokonaisvaltaisen minäkuvan kehittämisessä. Itsetunto, kyky empatiaan ja usko omaan taitoihin kasvavat kaikki yhtä matkaa vuorovaikutuksessa koettujen kohtaamisten myötä. Turvalliset kokemukset vuorovaikutustilanteissa vahvistavat omia vuorovaikutustaitoja sekä antavat mallin kunnioittavasta ja arvostavasta toimintatavasta. (Roth, ym. 2023. s.46.)

4 PERHESOMEBODY

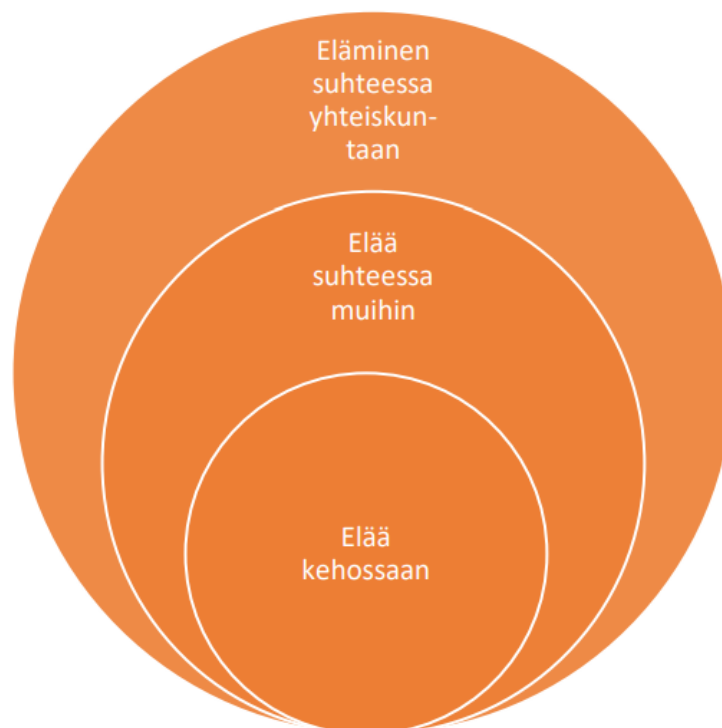
4.1 PerheSomeBodyn teoria ja tutkimus vaikuttavuudesta

SomeBody-menetelmän lähtökohtana on auttaa yksilöä eri näkökulmista edistämään omia kehotietoisuus-, tunne- ja vuorovaikutustaitojaan. Oman kehon tunteminen, tuntemusten ja kehoistimusten huomioon ottaminen omassa toiminnassa, sekä ymmärrys oman kehon toiminnan suhteesta muihin ihmisiin lisää tutkitusti pystyvyyttä ja elämänlaatua. Tällä vuorovaikutuksellisella menetelmällä vaikutukset voivat olla sekä ennaltaehkäiseviä, että kuntouttavia. (Vaininen, Kantonen & Keckman, 2017, s.12–13)

PerheSomeBody puolestaan on edellä mainittua menetelmää käyttämällä luotu vastaamaan mm. perheiden positiivisten vuorovaikutustaitojen, itsetuntemuksen ja yhteyden kokemisen sekä vanhemmuuden tukemisen tarpeeseen ja näin vahvistaa perheenjäsenten ja varsinkin lapsen hyvinvointia ja minäkuvaa. PerheSomeBody on menetelmä, joka huomioi lapset ja vanhemmat yhdessä kokonaisvaltaisesti. Se yhdistää luovasti teoreettisia lähtökohtia vuorovaikutteisen neurobiologian, sensomotorisen psykoterapian, kiintymyssuhdeteorian, integratiivisen traumatyöskentelyn sekä vuorovaikutteisen

kehityspsykoterapian tulokulmista tutkimustietoon, joka pohjautuu positiiviseen psykologiaan. (Vaininen, 2021, s.14)

PerheSomeBody on menetelmä, jossa vanhemmuuden tukemisen edistämiseksi ja perheen yhteisen vuorovaikutuksen tukemiseksi hyödynnetään tavoitteellisesti kehotietoisuutta, kehollisuutta ja liikettä, jolloin vuorovaikutusta tukemalla pyritään ennaltaehkäisevään varhaiseen tukeen. Vanhemman voimaantumista tukevana menetelmä sopii myös hyvin kuntouttavaksi toiminnaksi. (Vaininen, Kantonen & Keckman 2017.) Teoreettisena pohjana kehollisuuden, liikkeen ja kehotietoisuuden osalta SomeBodyssa on käytetty Gyllenstenin ym. (2010) tutkimusta. Tämän tutkimuksen myötä kehitettiin teoreettinen malli, jossa ruumiillinen identiteetti muodostui kehon tietoisuuden ydinluokaksi. Ydinluokan lisäksi mallissa tunnistettiin luokat: elää kehossaan ja elää suhteessa muihin ja yhteiskuntaan. (Elo, E, 2020 s.6–7)



Kuvio 1. Kehon tietoisuuden luokat. Gyllenstenin luonnosteleman kaavion pohjalta tehnyt Elo, 2020.

Kehotietoisuustaitojen lisääminen PerheSomeBodyn keskeisenä lähtökohtana vahvistaa tämän mallin todentamista. Osallistuttuaan PerheSomeBody-ryhmätoimintaan lapsen ja vanhemman odotetaan yksilöinä ymmärtävän, oivalta- van ja tunnistavan entistä paremmin kehonsa ja mielensä yhteistoimintaa, sekä osaavan reagoida omiin tarpeisiinsa oikea-aikaisesti. Lisäksi omien vah- vuuksien ja voimien sekä voimavarojen tietäminen ja myöntäminen lisäävät toimijuutta niin psyykkisesti, fyysisesti kuin sosiaalisestikin. (Vaininen, S. 2021, s.38)

SomeBody-hankkeen perhemenetelmän pilotoinnissa (2018–2020) ryhmään osallistuneet perheet, sekä lapset, että vanhemmat ja myös ryhmänohjaajat täyttivät ryhmätoimintajakson aikana kyselylomakkeita. Näiden kyselyiden sekä PerheSomeBody-ohjaajien haastatteluiden pohjalta Elina Elo (2020) teki pro gradu tutkielman, jossa hän tutki PerheSomeBody-ryhmien vaikuttavuutta. Ryhmätoiminnan aikana täytettyjen kyselylomakkeiden (PerheSomeBody-mit- tari, SomeBody®-mittari, 3X10D®-mittari ja KINDL-R-mittari) tuottaman ai- neiston pohjalta Elo (2020) on tutkimuksessaan tehnyt neljä johtopäätöstä, joista seuraavassa lyhyesti.

1. Menetelmänä PerheSomeBody voi olla perheiden arjessa avuksi. Per- heet kokivat saaneensa apua tiettyihin ennalta nimettyihin, olemassa oleviin haasteisiinsa.
2. PerheSomeBodyn myötä perheiden on mahdollista kehittyä toimivam- maksi. Vanhemmuusitsetunnon vahvistumisen kokeminen auttaa van- hempaa omassa tehtävässään.
3. Yksilöllä on mahdollisuus eheytyä kehittyvän minäkuvan avulla ja toimia sitä kautta paremmin osana perhettä. Kehotietoisuuden lisääminen PerheSomeBodyn keskeisenä menetelmänä vaikuttaa yksilön toimiin niin suhteessa muihin ja sosiaalisen ympäristönsä kuin itseensäkin. Tämä vaikuttaa perheen mahdollisuuksiin toimia paremmin yhdessä.
4. PerheSomeBody-menetelmästä perheiden on mahdollista saada ar- keensa monenlaista apua ja se on kokonaisuudessaan toimiva. Tavoit- teet menetelmässä ovat realistisia ja mahdollisia toteutua. Jokaisen

perheen omalla vastuulla on se, mitä ja miten he ovat valmiita tätä vapaaehtoista apua vastaanottamaan.

4.2 Vanhemmuuden tukeminen PerheSomeBody-menetelmällä

Vanhemmuuden tukemisen perimmäinen tarkoitus on lapsen terveen kasvun ja kehityksen takaaminen. Gerdhard, (2008) kuvaa kirjassaan useiden tutkimusten osoittavan, miten pienen lapsen kehityksen kannalta olennaista varhainen vuorovaikutus ja varsinkin vastavuoroisuus on. Toistuvasti lapsen tarpeisiin vastaamatta jättäminen saattaa aiheuttaa myöhemmin lapselle moninaisia haasteita. Tukemalla vanhemmuutta ennalta ehkäistään Gerdhardin mukaan mm. lapsella mahdollisia myöhempiä mielenterveysongelmia.

Tämän päivän tekemistä ja suorittamista arvostavassa yhteiskunnassa käy monilla aikuisilla hermosto jatkuvasti ylikierroksilla ja silloin on vaikea pysähtyä itsensä äärelle. Tämä tarttuu helposti lapseen, joka mallintaa vanhemman tekemistä. Jos vanhempi ei pysähdy kuuntelemaan itseään on hänen myös vaikea suhtautua lapsen tunteisiin. Auttamalla vanhempaa vahvistamaan omaa kehoihteyttään, tunteita ja turvallisuuden tunnetta parantaa se vanhemman kyvykkyyttä ja halukkuutta tukea myös lapsen kasvua näiltä osa-alueilta. (Mäkelä, H. Trogen, T. 2022. s.27–29)

Kirjassaan PerheSomeBodyn käsikirja (2021) Vaininen linjaa PerheSomeBodyn toimintaa ohjaavat kymmenen tavoitetta. Nämä tavoitteet vastaavat hyvin juuri mm. Gerdhardin (2008) sekä Mäkelän & Trogenin (2022) esiin nostamiin vanhemmuuden haasteisiin ja onnistuessaan vahvistavat sekä vanhemman, että lapsen kokonaisvaltaista hyvinvointia.

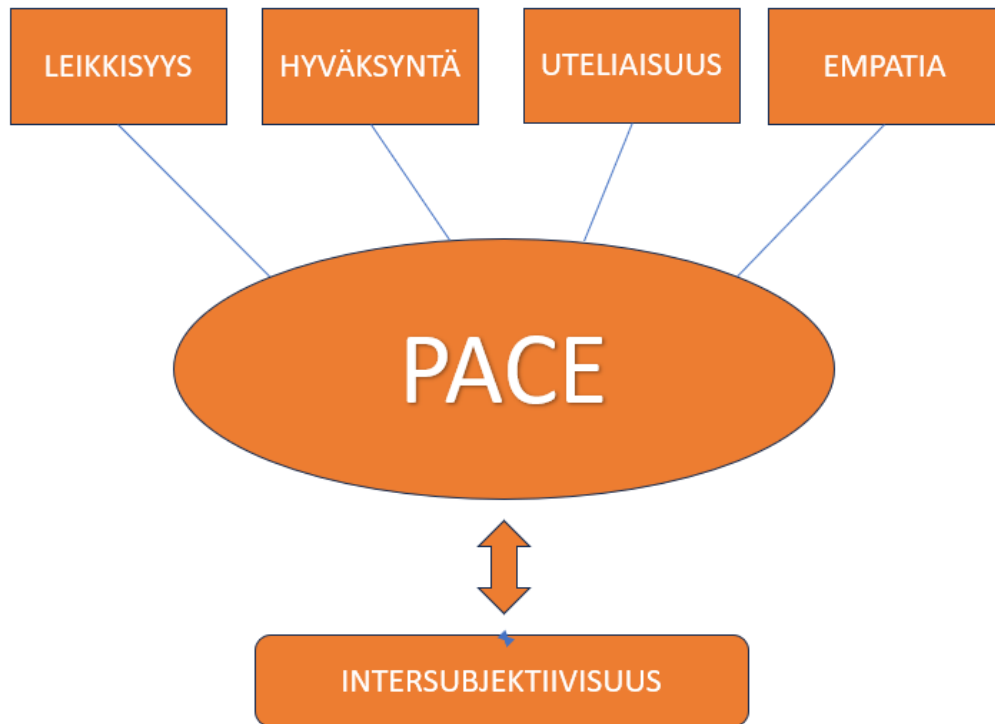
1. Lasten ja vanhempien kehotietoisuuden lisääminen
2. Lasten ja vanhempien kehonkuvan hahmottaminen ja jäsentäminen
3. Lasten ja vanhempien asento- ja liiketietoisuuden lisääminen
4. Lasten ja vanhempien hengityksen rauhoittaminen ja syventäminen

5. Lasten ja vanhempien rentoutumisen kokeminen ja edistäminen
6. Lasten ja vanhempien kosketuksen voiman hyödyntäminen ja kosketetuksi tulemisen kyvyn lisääminen perheen rakentavan vuorovaikutuksen edistämisessä
7. Lasten ja vanhempien omien rajojen ja reviirin tunnistaminen ja ylläpitäminen
8. Lasten ja vanhempien tunteiden tunnistaminen, käsittely ja ylläpitäminen
9. Voimauttavan vuorovaikutuksen tukeminen: Lasten ja vanhempien sosiaalisten taitojen, läsnäolotaitojen sekä myötätuntoisen kohtaamisen taitojen edistäminen
10. Lasten ja vanhempien minäkuvan, itsetunnon, itsemyötätunnon sekä vanhemmuusminäkuvan, -itsetunnon ja -myötätunnon tukeminen

(Vaininen, 2021 s.37)

Mäkelä ja Trogen (2022) puhuvat kirjassaan myös tunnekehoyhteydestä. Hyvin toimiessaan se vahvistaa hyvinvointia ja turvaa, kun taas puutteellisena se näkyy rauhoittumisen vaikeutena sekä läsnäolon haasteina. Oman elämän ohjaaminen helpottuu ja omille tunteille ja tarpeille tulee enemmän tilaa kun tunnekehoyhteyttä vahvistetaan. (Mäkelä, Trogen, 2022 s. 33–34) Vanhemman hallitessa tunnekehoyhteyttään on lapsenkin helpompi sitä vahvistaa. Kehotietoisuuden lisääminen, tunteiden tunnistaminen ja sanoittaminen sekä vuorovaikutuksen vastavuoroisuus ovat kaikki PerheSomeBody-menetelmän kulmakiviä.

PerheSomeBody-ryhmässä ohjaaja pyrkii aktiivisesti tekemään näkyväksi niitä vahvuuksia ja taitoja, joita perheestä ja vanhemmalta jo löytyy. Tämä vahvistaa vanhemman pystyvyyden tunnetta ja auttaa iloitsemaan omasta perheestä. Tunne-, kehotietoisuus- ja vuorovaikutustaitojen vahvistuessa ryhmässä tehtyjen harjoitusten, myötä vahvistuu myös vanhemman kyky ja taito toimia hyvässä vuorovaikutuksessa niin lapseensa kuin muihinkin kohtamiinsa ihmisiin. (Vaininen, 2021.)



Kuvio 2. PACE-asenteen sisältämät neljä osa-aluetta sekä sen suhde intersubjektiiivisuuteen.

Ohjauksen pohjana PerheSomeBodyn ryhmätoiminnassa käytetyissä harjoituksissa toimii PACE-asenne (playfulness, acceptance, curiosity ja empathy). Tämä johtaa tavoitellusti vuorovaikutuksen intersubjektiiivisuuteen, vaikka toisaalta ilman vuorovaikutuksen yhteisymmärrystä on PACE-asennetta vaikea noudattaa. (Vaininen, 2021, s.15) Ne käyvät siis keskenään vuoropuhelua. Lähtökohtana asenteen taustalla on pyrkimys auttaa vanhempaa ja lasta pääsemään vahvempaan yhteyteen, vanhemman kyetessä virittäytymään lapsen kokemuksiin. PACE-asenne antaa vanhemmalle paremman mahdollisuuden lapsen ohjaamiseen ja opastamiseen, sekä lisää lapsen turvallisuuden tunnetta. Tällä asenteella ohjatun lapsen on helpompi hyväksyä vanhemman opastus ja näin ollen se helpottaa vanhemman ohjaustyötä. (Vaininen, 2021. Liite 5)

4.3 Monipuolinen PerheSomeBody

PerheSomeBody-menetelmän yksi vahvuuksista perhepalveluna on sen muuntautumiskyky. Menetelmä sopii soveltuvin osin kaikenikäisten lasten ja nuorten perheiden kanssa toteutettavaksi. Ennaltaehkäisevänä toimena ryhmiä on pidetty jo alle 3-vuotiaiden (myös vauvat) lasten varhaiskasvatusryhmissä ja toisaalta menetelmä soveltuu hyvin vielä n. 15-vuotiaiden nuorten perheille suunnattuna myös kuntouttavana toimintana. Toimintaympäristönä ryhmissä on suositeltu käytettävän lasten/nuorten/perheiden omaa toimintaympäristöä, eli esim. päiväkotia, koulu tai perhekeskus, jossa ryhmä voi toimia osana tarjottavia perhepalveluita. (Vaininen, 2021. s.70)

PerheSomeBody-ryhmätoiminta suunnitellaan aina kunkin ryhmä tarpeita vastaavaksi, kuitenkin menetelmän tavoitteet ja PACE-asetus huomioiden. Keskeisessä osassa tässä ovat perheiden haastattelut ennen ryhmä alkua, sekä välikeskustelut 5–7 tapaamiskerran jälkeen, jolloin harjoitusten painotuksia voidaan vielä muokata parhaiten perheitä palvelevaksi. Ohjaajina PerheSomeBody-ryhmissä voi toimia PerheSomeBody-ohjaajakoulutuksen käynyt henkilö. Koulutukseen hyväksyttävällä tulee olla pohjakoulutuksena vähintään ammattikorkeakoulutasoinen sosiaali-, terveys-, kuntoutusalan-, opetus- tai kasvatustutkimus. Myös näiden alojen opiskelijat ovat tervetulleita ohjaajakoulutukseen. Yhdessä PerheSomeBody-ryhmätoteutuksessa on aina 2–3 koulutuksen käynyttä ohjaajaa. (SomeBody, www-sivut)

Haastatteluissani vastaajista suurin osa oli ammatiltaan koulukuraattoreja, terveydenhoitajia ja opettajia. Myös varhaiskasvatuksen opettajia, sosionomeja ja psykiatrisia sairaanhoitajia oli haastateltavien joukossa. Kaikissa kontaktiryhmissäni oli poikkialliset työparit/ohjaajaryhmät. Moniammatillinen yhteistyö koettiin tässä yhteydessä todella toimivaksi ja ryhmän kannalta rikkauksiksi, sillä eri ammattikunnat toivat ryhmään mukanaan oman ammattitaitonsa myötä paljon uusia huomioita ja näkökulmia sekä ideoita ja toimintakulttuurillisia vaihtoehtoisia toimintatapoja.

5 TOIMINNAN JUURRUTTAMINEN

5.1 Uuden ryhmätoiminnan aloittaminen

Täysin uutta menetelmää käyttöön otettaessa prosessi on usein pitkä. Tässä tapauksessa se piti sisällään asiaan perehtymistä, yhteistyökumppanin etsimistä, kouluttautumista, sekä monenlaisia käytännön järjestelyjä materiaalin, rekrytointien sekä tilan suhteen. PerheSomeBodyn Rauman ryhmän kohdalla tämä prosessi ennen ensimmäistä ryhmätoteutusta vei aika tarkalleen vuoden.

Ohjaajan näkökulmasta uuden ryhmätoiminnan alkaessa käynnistyy myös oma henkilökohtainen sekä ohjaajaparin kanssa yhteinen prosessi. Ohjausprosessi vaatii koordinoitua, yhteistyötä sekä tavoitteellisuutta ollakseen hedelmällinen ja toiminnan tavoitteita palveleva. Keskiössä ohjausprosessissa on ohjausvuorovaikutus, joka alkaa vastavuoroisuuden kannalta tärkeästä rekrytointihaastattelusta ja jatkuu koko ryhmätoiminnan ajan, päättyen loppuhaastattelujen jälkeen toiminnan arviointiin. (Vehviläinen, S. 2014. s.92–93)

Uutta toimintaa aloitettaessa joku tai jotkut yleensä haluavat muuttaa jotakin toimintaa tai palvelua tai vahvistaa sen vaikuttavuutta. Onnistuakseen tässä on kehittäjän kyettävä ymmärtämään olemassa olevan organisaation ja sen osien dynamiikkaa sekä elinvoimaisuutta. Tämän pohjalta voidaan lähteä luomaan niin kutsuttua menestysmallia, joka parhaimmillaan pitää sisällään tiedostetun ja positiivisen mahdollisuuden. Ainesosat uusiin mahdollisuuksiin löytyvät aktiivisesta kyselemisestä, kyseenalaistamisesta sekä havainnoinnista, kokeilemisesta ja verkostoitumisesta. (Santanen, T. 2017. s.47)

Rauman PerheSomeBody-ryhmän kohdalla tämä tiedostettu positiivinen mahdollisuus oli täysin uudella menetelmällä tarjota perheille sekä ennaltaehkäisevää, että kuntouttavaa ryhmätoimintaa, joka tukee myös yksilönkehitystä ja jonka pohjana on käytetty laajasti erilaista tutkimustietoa kehityksen eriosa-alueilta. (Vaininen, 2021) Ennen ryhmän käynnistymistä sekä sen aikana ja jälkeen käytin juuri Santalaisen (2017) mainitsemia ainesosia, jotta

tämä menestysmalli saisi mahdollisimman hyvän vastaanoton sekä mahdollisuuden juurtumiselle pysyväksi toiminnaksi.

5.2 Toiminnan juurtumisen edellytykset

Toimintatavan tai menetelmän juurruttaminen vakiintuneeksi toimintatavaksi alkaa jo prosessin suunnitteluvaiheessa. Kaikki alkaa projektin huolellisesta suunnitelmasta, jossa juurtuminen itsessään muodostuu omaksi osakseen koko projektin tavoitteita. Tämä tarkoittaa myös riittävää resurssointia juurtumisen tarkasteluun, arviointiin sekä mahdollisten muutosten tekemiseen, jos välitavoitteisiin ei ole päästy. (Halonen, K. 2021. s.9)

Projektin resurssivarannon tunnistamisesta puhuu myös Santalainen (2014), jonka mukaan projektin kokonaisvaltaisen onnistumisen taustalla on havaittavissa 6 merkittävää resurssitekijää. Fyysiset resurssit pitävät sisällään mm. tilat ja materiaalit, taloudelliset resurssit kertovat tarvittavasta pääomasta ja organisatoriset resurssit puolestaan ydinprosesseista, rakenteesta ja organisaatiokulttuurista. Lisäksi kokemus- ja koulutustaustaltaan sopiva riittävä henkilöstö takaa henkilöstöresurssin, erityisosaaminen sekä valmius strategiseen ajatteluun kertoo intellektuaalisista resursseista ja organisaation henkilöstön henkilökohtaiset verkostot ulkopuolisista kumppanuusresursseista. (Santalainen, 2014. s.82–83) Näiden resurssitekijöiden merkitys on huomionarvoista kokonaisuutta suunnitellessa ja arvioitaessa myös juurtumisen kannalta.

Keskeiset näkökulmat juurruttamisen kannalta ovat varsinkin alkuvaiheen kontaktit monitoimijaverkostoihin ja muihin kumppaneihin, sekä heidän sitoutumisensa projektin tavoitteisiin ja onnistuneeseen juurtumiseen. Lisäksi tärkeää on kehittäjäjoukon vaikutusmahdollisuuksien ja osaamisen sekä tavoitteiden realistinen asettelu. Myös kehittämisen kohteena olevan kohderyhmän tulee olla vastaanottavainen ja osallinen projektin toiminnassa. Juurtumisen onnistumisen kannalta olennaista on myös se, että kaikki mukana olevat toimijat sekä kohderyhmäläiset ovat vakuuttuneita projektin sekä uuden menetelmän

tarpeellisuudesta ja kehittämistyö itsessään osoittautuu mielekkääksi. (Halonen, K. 2021. s.9)

Juurtumista voi edesauttaa ja nopeuttaa pitämällä huolta, että siihen liittyvät onnistumistarinat tehdään näkyviksi ja alkuinnostuksenkin jälkeen prosessin tavoitteita tuodaan esiin tasaisesti koko juurtumisen ajan. Onnistumistarinoiden avulla on kaikkien helpompi hahmottaa millaista uudenlaista toimintaa tai työskentelytapaa muutoksessa halutaan vahvistaa. Lisäksi säännöllinen tiedottaminen ja juurtumisen kohteen pitäminen mukana keskusteluissa vahvistaa sen roolia yhteisössä. (Kurttila, 2021. s.221.)

Aktiivinen ja tiedostava puhe sekä keskustelut koko kehittämiseen osallistuvan yhteisön kesken on juurruttamisesta vastaavan henkilön tärkeä työkalu. Keskusteluista voi havaita miten muutoksen juurtuminen on otettu vastaan asennotasolla ja kokevatko kaikki olevansa osallisia muutoksessa. Keskusteluissa huomioidaan myös ihmisten eriaikainen sitoutuminen muutokseen ja vastarintaan liittyvät mahdolliset piiloon jääneet puutteet saattavat tulla puheissa esiin antaen kehittäjälle tärkeää tietoa jatkotoimenpiteitä ajatellen. Hyvän keskusteluyhteyden kautta päästään myös yhdessä arvioimaan tilanteen tarvitsemia muutostarpeita ja niihin tarvittavia ratkaisuja. (Kurttila, 2021. s.221.)

Lopulta pääosassa uuden käytänteen tai menetelmän juurtumisessa on kuitenkin aina itse juurruttamisen kohde. Juurtuakseen menetelmän tulee osoittautua toimivaksi ja tulokselliseksi, sen on vastattava kysyntään ja oltava aidosti tarpeellinen, innostava ja toistettavissa oleva sekä taloudellisesti realistinen. Juurruttaminen on prosessina suostuttelevaa toimintaa, joka tulisi aina kohdistaa oikein ja oikeaan aikaan siitä kiinnostuneille ja hyötyville tahoille. (Halonen, K. 2021. s.15)

5.3 Toiminnan juurtumisen haasteet

Edellä esiteltyjen menetelmän juurtumista tukevien prosessien ja resurssien haasteet ja puutteet aiheuttavat itsessään suoran uhkan juurtumisen onnistumiselle. Halonen (2021) listaa julkaisussaan useita menetelmän juurtumista estäviä tai vaikeuttavia näkökulmia. Nostan tähän muutamia, joiden katson olevan tämän tutkimuksen kannalta olennaisia.

Usein projektit ovat toteuttajilleen hyvinkin innostavia ja opettavia. Haasteita kohdataan usein siinä kohdassa, kun projekti loppuu ja mahdollisesti hankerahalla palkattu työntekijä lopettaa työnsä. Toiminnan juurtumisen ensimmäinen ja yleinen haaste tulee siitä, että juurtumisen miettiminen on jätetty pohdittavaksi vasta projektin loppuvaiheessa tai päätyttyä. Kuka toimintaa jatkaa ja kuka siitä vastaa? Onkin tärkeää, ettei projektista vastaava työskentele yksin, vaan kumppanuus ja tiedonsiirto koko projektin ajan on saumatonta muuhun organisaatioon. (Halonen, 2021. s.42)

Merkittävää on myös, että uuden menetelmän juurruttamista varten kootaan ohjausryhmä, jolla on aidosti mahdollisuus vaikuttaa omassa organisaatiossaan. Pelkkä kehittäjän innostus ei riitä, jos hän ei pysty vaikuttamaan esimerkiksi henkilöstöresurssien koulutukseen ja riittävyteen. Uuden menetelmän tulisi lisäksi olla riittävän erilainen perustoimintaan nähden, jotta siihen kannattaa panostaa, mutta kuitenkin riittävän samanlainen siihen sopiakseen. Kumpikin ääripää vaikeuttaa uuden toimintatavan tai palvelun juurtumista. (Halonen, 2021. s.42)

Juurtuminen vakiintuneeksi toiminnaksi on siis monen asian summa. Haasteita juurtumisessa voivat aiheuttaa myös organisaation arvot sekä käyttäytymismallit, jotka muodostavat yhdessä organisaatiokulttuurin. Uuden menetelmän ollessa jollain tapaa organisaatiokulttuurin vastainen on sen vaikea juurtua osaksi rakenteita ja toimintaa. Organisaatiokulttuuri on usein myös näkymätön ja kirjoittamaton, joka pitää sisällään em. lisäksi mm. uskomuksia, oletuksia, ideologioita ja odotuksia. (Santalainen, 2017. s.256–257) Näkymättömyytensä

ansiosta tämä saattaa olla selittämätön vastarinta ulkopuoliselle kehittäjälle ja haaste uuden juurtumiselle.

6 RAUMAN ENSIMMÄINEN PERHESOMEBODY TOTEUTUS

6.1 Ryhmätoteutus

Tämän kehittämistehtäväni pääasiallisena tarkoituksena oli tuoda Rauman lapsiperheille palvelutarjontaan mukaan uusi ryhmämuotoinen vanhemmuuden tukemiseen painottuva PerheSomeBody-menetelmä. Opintojeni alkuvaiheessa SomeBody-menetelmän toinen kehittäjästä (Satu Vaininen) tarjosi mahdollisuutta tehdä opinnäytetyö SomeBody-hankkeelle koskien nimenomaan hankkeen pilottiosaa, PerheSomeBodya. Koska Raumalla ei vielä ollut yhtään PerheSomeBody ohjaajaa, eikä ryhmiä toiminnassa, muodostui tästä työni ydin.

Ensimmäinen PerheSomeBody-ryhmä oli suunnattu Rauman perhekeskuksen asiakkuuden omaaville lapsiperheille, jossa oli 1.- 4.-luokkalaisia lapsia. Alun perin ryhmä oli suunniteltu alkamaan helmikuussa 2020, mutta vallitsevan covid19-pandemian vuoksi jouduimme siirtämään ryhmän aloitusta kokoontumis- ja tilankäyttörajoitusten vuoksi reilulla puolella vuodella eteenpäin ja lopulta ryhmä käynnistyi syksyllä 2020. Edelleen ryhmän alkaessa ryhmäläisten määrää jouduttiin rajaamaan ja ryhmäkerroilla piti huolehtia perheiden toisiinsa pitämästä etäisyydestä covid19 vuoksi.

6.1.1 Perheiden rekrytointi

Perhekeskus valikoitui yhteistyökumppaniksi tähän tutkimukseen SomeBody-hankkeen aiempien kontaktien vuoksi ja sitä kautta minulle nimettiin myös perhekeskuksesta työpari, psykiatrinen sairaanhoitaja, joka kävi

ohjaajakoulutuksen kanssani samaan aikaan. Hänen kauttaan lähestyimme muita perhekeskuksen työntekijöitä ryhmää mainostamalla ja yhdessä heidän kanssaan pohdimme perheitä, jotka ryhmästä saattaisivat hyötyä ja soveltuisivat näin mukaan pilottiryhmään.

Kävimme rekrytointiosuuden läpi kahteen kertaan, sillä ensimmäisenä rekrytoitujen perheiden (4kpl) osalta ryhmä päättyi covidin myötä ensimmäisen ryhmätapaamisen jälkeen. Syksyllä kun käynnistimme uutta ryhmää, oli edellisten ryhmään valittujen perheiden elämäntilanne jo muuttunut niin, ettei asiakkuutta/tarvetta enää ollut ja aloitimme rekrytointityön uudestaan. Tällä kertaa haastattelimme kolme perhettä, jotka lähtivät ryhmätoimintaan mukaan.

Koska kyse oli hankkeen tutkimuksesta, täyttivät lapset ja vanhemmat tutkimukseen kuuluvia kyselylomakkeita ja mittaristoja jo alkuhaastattelun yhteydessä sekä myöhemmin uudestaan ryhmän päättyessä. Ohjaajat puolestaan täyttivät seurantalomakkeita koko ryhmätoteutuksen ajan jokaisen tapaamiskerran jälkeen. Näiden vaikuttavuutta mittaavien lomakkeiden analysointi ei ole osa tätä tutkimusta, vaan PerheSomeBody-menetelmän vaikuttavuudesta on Elina Elo (2020) tehnyt pro gradu tutkimuksen, jonka tuloksiin viittasin jo tämän työn teoriaosuudessa. Näitä tuloksia olen kuitenkin käyttänyt hyödykseni esim. perhekeskukselle ja perhekeskusverkostolle pitämässäni esityksissä ryhmätoteutuksen jälkeen, todentamaan omaa näkemystäni ja havaintoja ryhmän tarpeellisuutta sekä vaikuttavuutta pohdittaessa.

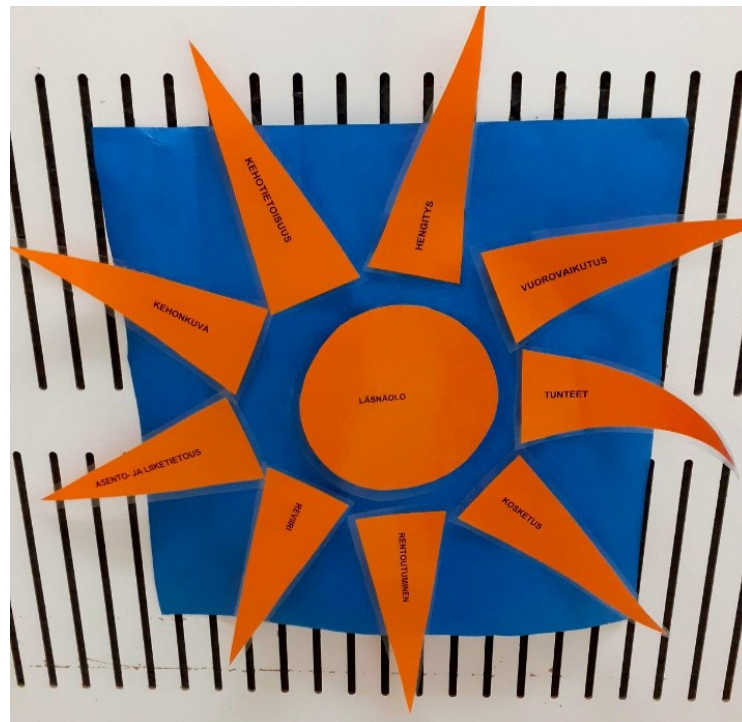
6.1.2 Ryhmätoiminnan suunnittelu

PerheSomeBody- ohjaajakoulutus toteutetaan kokemuksellisen oppimisen pedagogisista lähtökohdista. (SomeBody, www-sivut) Tämä tarkoittaa, että teorian lisäksi ja tueksi koulutuksessa kävimme empiirisesti läpi eri osa-alueiden harjoituksia. Lisäksi saimme kouluttajilta esimerkeiksi valmiita ryhmätoiminnan kokonaisuuksia, joiden pohjalta muokkasimme toiminnan oman ryhmämme tarpeita palvelevaksi. Jokainen ryhmäkerta oli kestoaltaan n.1,5 tuntia ja piti

sisällään tarkkaan suunnitellun PerheSomeBodyn tavoitteiden mukaisen rungon.

Ensimmäisen ryhmätoteutuksen kohdalla tarvittavien välineiden sekä materiaalin ideointi, hankkiminen ja valmistaminen veivät paljon aikaa ja resurssia. Myös aikataulun ja käytännön toimien suunnittelu sekä toimivan tilan järjestäminen ottivat aikansa. Nyt olemassa oleva välineistö ja oheismateriaali jäi perhekeskuksen käyttöön ja seuraavaa ryhmää suunniteltaessa on pohjaksi olemassa esimerkki toteutuksesta sekä valmiita materiaaleja.

Kuva 1. PerheSomeBodyn teemat ryhmätilan seinällä.



Suunnittelun pohjana käytimme PerheSomeBodyn kymmenen tavoitteen runkoa, jonka esittelin tässä työssä jo aiemmin. (Vaininen, 2020. s.37) Tavoitteet käydään ryhmäkertojen aikana läpi niin harjoitusten myötä, kuin myös tietois-kujen kautta, jotka perheet saavat myös monisteina kotiin. Tavoitteisiin pääse-mistä vahvistetaan myös jokaisten tapaamisten väliin suunnitelluilla kotiharjoit-teilla. PerheSomeBodyssa toiminnan suunnitelmallisuus ja tavoitteellisuus nä-kyvät jatkuvana perheiden edistymisen seurantana sekä aitona vastavuoroi-suutena.

Uutta ryhmää suunniteltaessa tulee myös kiinnittää huomiota ryhmäytymiseen ja varsinkin tämän tyyppisessä hoidollisessa ryhmässä, turvallisuuden tunteen luomiseen ryhmän osallistujille. Tämä myös vaatii suunnittelua tai ainakin tiedostamista etukäteen. Vaikka tässä ryhmätoteutuksessa pääpaino on perheen sisäisessä vuorovaikutuksessa, on kaikkien ryhmäläisten välillä kuitenkin aina jonkinlaista vuorovaikutusta. Vääränlaisten tulkintojen ja ennakkoluulojen vaikutus ryhmän toimintaan voi olla hyvinkin negatiivinen, jos ryhmän toimintaa ei tältä osin lainkaan tueta. (Jääskeläinen, 2022. s.30.)

Hyvin suunniteltu ja toteutettu ryhmäytyminen tuottaa riittävän avointa ja hyvää vuorovaikutusta. Tällöin myös turvallisuuden tunne näkyy vapautuneena ilma- piirinä, yleisenä viihtymisenä sekä osallistujien halukkuutena osallistua toimintaan ja harjoituksiin. Kokemus yhteenkuuluvuudesta auttaa huomioimaan ja kannustamaan toisia, tekemään yhteistyötä sekä noudattamaan sovittuja käytänteitä ja sääntöjä. Myös mielipiteiden jakaminen sekä keskittyminen helpottuu kun tuntee olonsa ryhmässä turvalliseksi. (Jääskeläinen, 2022. s.32.)

6.1.3 Toteutus

Rauman ensimmäiseen PerheSomeBody-ryhmään valikoitui rekrytointihaastattelujen kautta 3 perhettä. Mukaan ryhmään lähti kaksi äitiä sekä yksi isä ja lapset olivat iältään 9–11-vuotiaita. Tapasimme joka viikko Otan päiväkodin liikuntasalissa ja ryhmätoiminnan kesto oli n. 1,5 tuntia kerrallaan. Kaikilla perheillä oli olemassa oleva asiakkuus Rauman perhekeskukseen, jonka vuoksi ryhmään osallistumisesta työparini teki kirjaukset jokaisen kerran jälkeen LifeCare-järjestelmään. Ryhmä toimi siis kuntouttavana, ns. hoidollisena palveluna.

Ryhmätapaamisia oli kaikkiaan 9. Jokainen tapaamiskerta alkaa ja loppuu oman fiiliksen merkitsemiseen fiilisjanalle. Varsinainen toiminta alkaa orientoitumisharjoituksella, jonka tarkoituksena on saada perheet ja ohjaajat

pysähtymään siihen hetkeen ja tilaan, sekä vahvistaa läsnäoloa. Jokaisella kerralla tehdään myös perheen kesken kuulumisten vaihtoa niin, että toinen kuuntelee kommentoimatta kaksi minuuttia. Tämän jälkeen ryhmäkerta koostuu erilaisista sen päivän teemaan liittyvistä kehon liiketietoisuutta ja tunnetaitoja tukevista harjoituksista, joissa hyödynnetään vahvasti kehon liikettä. Jokainen harjoitus puretaan käsitellen siihen liittyviä kokemuksia yhdessä koko ryhmän kanssa tai perheen sisäisesti keskustellen. (Vaininen, S, 2021. s.72) Usein käsittelyssä käytetään tukena myös erilaisia tunnekortteja tai symboleja, kuten peukut tai hymiöt. Myös rentoutuminen erilaisin harjoittein kuuluu jokaiseen ryhmäkertaan.

Toiminnan runko:

1. Fiilisjana
2. Orientaatioharjoitus
3. Mitä minulle ja keholleni kuuluu?
4. Teeman mukaisia harjoituksia 2–3
5. Lyhyt tietoisku
6. Joka toisella kerralla minäkäsityksen nelikenttä
7. Rentoutus
8. Fiilisjana

Teema, joka jatkui ryhmäkerrasta toiseen, oli jokaisen osallistujan minäkuvan jäsentymisen ja eheytyksen tukeminen niin, että SomeBody-menetelmän perusidea toteutuu. Minäkuvaa lähestyimme ryhmäkerroilla neljän eri osa-alueen kautta: Fyysinen minä, sosiaalinen minä, akateeminen/kognitiivinen minä sekä emotionaalinen minä. Sidoimme toiminnan eri kerroilla näihin neljään osa-alueeseen sekä koko prosessin keskeiset sisällöt kehotietoisuutta painottaen. Pohdimme vanhempien kanssa myös näihin liittyviä käsityksiä vanhemmuuteen liittyen. (Vaininen, S, 2021. s. 73)

Viidennen ryhmäkerran jälkeen kävimme jokaisen perheen kanssa yhdessä välikeskustelun, jonka tarkoituksena oli kuulla perheiden ajatuksia ryhmään osallistumisesta, antaa palautetta edistymisestä, ottaa vastaan palautetta

perheiltä sekä asettaa uusia tavoitteita edessä oleville ryhmäkerroille. Viimeisen tapaamisen jälkeen näimme vielä loppupalautteen äärellä.

6.2 Toteutuksen arviointi ja havainnot

Rauman ensimmäinen PerheSomeBody-ryhmä toteutettiin ns. hoidollisena ryhmänä ja kaikilla osallistujaperheillä oli valmiiksi olemassa oleva asiakkuus Rauman perhekeskukseen. Menetelmän yleistavoitteiden lisäksi ryhmämme tavoitteet tulivat perheiden omien toiveiden pohjalta ja ne liittyivät lähinnä tunteiden hallinnan ja vuorovaikutuksen haasteisiin.

Ryhmätoteutuskertoja oli kaikkiaan 9 ja jokainen tapaaminen oli kestoaltaan n. 1,5 tuntia. Ilahduttavaa oli huomata perheiden vankka sitoutuminen ryhmään, sillä poissaoloja ei juurikaan ollut. Ilahduttavaa oli myös jokaisen aktiivinen osallistuminen harjoituksiin ja niiden purkamiseen sekä harjoituksissa parhaansa tekeminen. Ryhmäkerroilla vallitsi osallistujien kesken hyvä henki ja ilmapiiri oli välitön.

PerheSomeBody-ryhmän suositeltu pituus on 8–12 ryhmäkokoonantumista ja huomasimme, että ideaali olisi ehkä lähempänä sitä 12. Tutustumiseen, ilmapiiirin luomiseen ja rentoutumiseen menee useampi ryhmäkerta ja varsinaiseen minäkuvan kehittämiseen ja vuorovaikutuksen luomiseen päästään vasta kun jokainen uskaltaa olla oma itsensä. Toiminnan toistuva ja selkeä struktuuri auttaa turvallisuuden tunteen luomisessa ja huomasimme myös, että tasainen ryhmä (lasten ikäjakauma riittävän pieni, kaikki lapset poikia, arjen haasteet saman tyyppisiä) vaikutti merkittävästi vertaisuuden ja vertaistuen kokemuksessa.

PerheSomeBody-menetelmän mukaisten tavoitteiden osalta teimme seuraavanlaisia havaintoja: Tapaamisten myötä vanhemman ja lapsen välinen kosketus, läheisyys ja vuorovaikutus lisääntyi. Tämä näkyi mm. rentoutumisena harjoitusten suorittamisessa, kehonkielen muuttumisessa avoimemmaksi ja hyväksyvämmäksi sekä perheenjäsenten välisen keskustelun lisääntymisenä

niin harjoitusten aikana kuin niiden välissä. Sekä vanhempien, että lasten oli ryhmän edetessä helpompi tunnistaa oman kehon ja mielen tuntemuksia ja niiden sanoittamisesta tuli tietoisempaa ja rohkeampaa. Loppua kohden myös tuntemusten yhteinen jakaminen koko ryhmän kesken lisääntyi. Merkittävänä koimme myös vanhemman ja lapsen välisen katsekontaktin lisääntymisen sekä yhteisen ilon ja hyväksyvät hymyt.

Perheiden alussa ja lopussa täyttämät SomeBody-hankkeeseen kuuluneet mittarit osoittivat kaikkien hyötynneen ryhmästä. Varsinkin lasten täyttämässä kindl-r lomakkeissa muutokset kehotietoisuuden ja tunnetaitojen osalta olivat merkittäviä ja perheet myös sanoittivat tämän muutoksen huomaamisen ryhmän loputtua. Myös vanhempien tulokset olivat parantuneet tasaisesti lomakkeen eri osa-alueilla, ja palautteen mukaan jokainen koki saaneensa ryhmästä käytännön vinkkejä ja ohjausta arjen haasteisiin.

Ohjaajan näkökulmasta ryhmätoteutus oli todella onnistunut. Poikkihallinnollinen työpari ryhmän ohjauksessa oli erinomainen ratkaisu ja sen myötä tulleet erilaiset näkökulmat todellinen rikkaus. Yhdessä tehdyt tarkat toteutussuunnitelmat sekä työnjako tekivät työskentelystä mielekästä ja helppoa. Resurssillisesti ryhmä oli melko työläs, sillä Rauman ensimmäisen ryhmän suunnittelu ja toteutus vaati yhteensä n. 60 työtuntia/ohjaaja.

Ohjaustyön merkityksen ryhmän onnistuneessa toteutuksessa koen suureksi. Toiminnan hyväntuulinen, rento ja hyväksyvä, mutta kuitenkin ammatillisesti tiedostettu ilmapiiri sekä tutkittuun tietoon pohjautuvan menetelmän hallinta ja käyttö mahdollistavat ryhmäläisten tavoitteellisen itsensä kehittämisen. Runsaas positiivinen palaute perheiden edistymisestä ja ohjaajan huomioiden sanoittaminen tekevät edistysaskeleet näkyväksi. Tällöin perheen on helpompi iloita itsestään ja toisistaan sekä ottaa vastaan ohjausta. Tässä kiteytyy hyvin aiemmin mainitsemani ohjauksen pohjana oleva PACE-asetus. Lisäksi yhteinen pohdinta sekä keskusteluihin haastaminen ovat ryhmässä tärkeitä.

7 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

7.1 Tutkimusprosessi

Aiemmin jo toin ryhmätoiminnan aloituksessa esiin, että uusien mahdollisuuksien etsiminen alkaa aktiivisesta kyselemisestä, kyseenalaistamisesta sekä havainnoinnista, kokeilemisesta ja verkostoitumisesta. (Santanen, 2017) Tämä tutkimusprosessini ryhmätoiminnan kehittämisessä alkoi verkostoitumalla Rauman perhekeskuksen sekä SomeBody-hankkeen kanssa. Koulutautuminen, aktiivinen asioiden selvittely ja haastattelut muodostivat tähän kehittämistehtävään pohjan ja toteutuksen.

Keskiössä tässä kehittämisprosessissani oli itse PerheSomeBody-ryhmätoteutus sekä siitä saatavat havainnot ja sen myötä mahdollisten uusien ryhmien mahdollistuminen. Halusin lisäksi haastatteluiden kautta saada tietoa muiden jo toiminnassa olevien ryhmätoteutusten malleista lähikunnissa sekä toimijoiden ajatuksista toiminnan juurtumisen edellytyksistä ja haasteista, jotta voisin käyttää tätä tietoa markkinoidessani ryhmää Raumalla.

Tutkimusprosessin kulkua pitkitti ja hankaloitti ryhmätoiminnan sekä aineiston keräämisen aikaan vallinnut covid19-pandemia, jonka vuoksi tämä kehittämistehtävänikin on prosessin aikana muuttanut hieman muotoaan. Myös tutkimusprosessin aikana saamani uudet tiedot ja resurssien ymmärtäminen ovat vaikuttaneet tutkimuksen rajauksiin sekä näkökulmiin.

7.2 Tutkimusmenetelmät

Jotta kehitettävästä asiasta saadaan kerättyä tarvittavat tiedot sekä mahdollisimman luotettavasti erilaisia näkökulmia, tulee tutkimuksessa käyttää erilaisia tutkimusmenetelmiä. Useiden eri menetelmien käyttö tietoa kerätessä tuo

tutkimukseen luotettavuutta ja lisävarmuutta. (Ojasalo, ym. 2015.) Seuraavassa kerron tässä tutkimuksessa käyttämästäni menetelmästä.

Haastattelu on yksi suosituimmista tiedonkeruumenetelmistä tutkimus- ja kehittämistyössä. Menetelmänä se on toimiva monenlaisissa kehittämistehtävissä, sillä sen avulla tiedon kerääminen tutkittavasta kohteesta on yleensä nopeaa. Haastattelu tutkimusmenetelmänä on yksilön roolia ja asiantuntijuutta korostava. Ominaista tälle tutkimusmenetelmälle on, että haastateltava voi tuoda itseään ja tutkittavaa asiaa koskevaa tietoa esiin melko vapaasti. (Ojasalo ym. 2015. s.106.)

Käytin aineiston keräämisen pääasiallisena menetelmänä teemahaastattelua. Teemahaastattelu oli suunnattu kahdelle PerheSomeBody-ohjaajalle sekä perhekeskuksen johtajalle. Olin miettinyt haastattelun teemat tutkimuskysymysteni pohjalta ja niitä tukeviksi, jolloin keskustelu pysyi hyvin haluamassani kontekstissa. Etukäteen miettimäni teemojen mukaiset kysymykset ohjasivat hyvin haastattelua ja saivat aikaan laajempaa keskustelua ja poikivat uusia kysymyksiä. Haastattelumenetelmän valintaan vaikuttaakin merkittävästi se, millaista tietoa kehittämistyön tueksi tarvitaan ja on tarkoitus hankkia. (Ojasalo ym. 2015, s.108.) Teemahaastattelu osoittautuikin tässä tapauksessa hyväksi ja oikeaksi menetelmäksi.

Ohjaajien haastattelut käytiin marraskuussa 2020. Näissä haastattelujen kysymysten teemat liittyivät selkeästi ryhmien käytännön toteutuksiin, kuten minikälaisin työparein PerheSomeBody-ryhmiä naapurikunnissa ohjataan, miten toiminta resursoidaan työaikaan ja mahdolliset haasteet käytännön järjestyksessä. Lisäksi halusin kuulla toimintaa koskevasta mainonnasta sekä kohde-ryhmien rajauksista. Toinen kokonaisuutensa haastatteluissa olivat juurtumisprosessiin liittyvät asiat, kuten menetelmän juurtumiseen vaikuttaneet tekijät, mitkä asiat koettiin juurtumisen kannalta keskeisiksi, aikajana sekä mahdolliset haasteet. (Liite 1)

Ohjaajien haastatteluiden lisäksi haastattelin elokuussa 2020 Rauman perhekeskuksen johtajaa, jolloin teemat liittyivät enemmän resursseihin ja

mahdollisuuksiin. Selvitin eri ammattiryhmien mahdollisuuksia ryhmien ohjaamiseen sekä perhekeskuksen halukkuutta toiminnan juurruttamisen aloittamiseen. Haastattelussa halusin kuulla myös erityyppisten ryhmien, niin ennaltaehkäisevien, kuin kuntouttavienkin ryhmien toimintamahdollisuuksista Raumalla. Näihin samoihin kysymyksiin sain vastauksia myös perhekeskusverkoston kokouksessa joulukuussa 2020, jossa kokoontui Rauman alueen perhepalveluiden toimijoita. Perhekeskuksen johtajan lisäksi paikalla olivat varhaiskasvatuspäällikkö, johtava sosiaalityöntekijä, opiskeluhuollon esimies sekä edustus jokaisen edellä mainitun yksiköstä, kuten toimintaterapeutti, nuorisotyöntekijä, koulukuraattori ja psykiatrinen sairaanhoitaja sekä varhaiskasvatuksen palvelupäällikkö. Esittelin kokouksessa ensimmäisen PerheSomeBody-ryhmätoteutuksemme sekä siitä tehdyt havainnot ja juurtumisen edellyttämiä ehdotuksia.

Aineistonhankintamenetelmänä haastattelu on vuorovaikutteinen. Tutkija itse osallistuu aineiston tuottamiseen vastavuoroisessa tilanteessa, jonka haastattelu mahdollistaa. Tutkijan rooli vuorovaikutustilanteessa vaikuttaa siihen, millainen haastattelu on tyypiltään. Tässä kehittämistyössä on teemahaastattelun lisäksi käytetty strukturoimatonta, eli avointa haastattelua. Avoimia haastatteluja kävin keväällä 2020 mm. PerheSomeBody-ohjaajakoulutuksessa niiden kanssa, joiden kunnissa tämä menetelmä oli jo käytössä. Ryhmätarpeen perustelun pohjana käytin myös PerheSomeBody-tutkimusryhmästä saamaani ohjaajien ryhmähaastattelumateriaalia. Avoimet haastattelut on tallennettu muistiinpanoin ja teemahaastattelut sekä ryhmähaastattelu ovat äänitallenteina. (www.koppa.jyu.fi)

Lisäksi käytin haastattelujen tukena benchmarkingia tutustuessani muiden kuntien tapaan toteuttaa PerheSomeBody-ryhmätoimintaa. Menetelmänä benchmarking pohjaa kiinnostukseen jonkun muun vastaavanlaiseen toimintaan, jota peilataan omiin olemassa oleviin tai kehitettäviin menetelmiin tai toimintatapoihin. Olin siis kiinnostunut muiden jo PerheSomeBodya palvelutarjonnassaan käyttävien kuntien tavasta toimia ja käytin sitä hyödyksi kehittäessäni Rauman mallia. Tässä kohtaa tutustuin mm. Eurajoen ja Ulvilan kunnan nettisivuihin, joista löytyi tietoa ja suunnitelmia menetelmän käyttöön

ottamisesta. Benchmarkkauksessa onkin tavoitteena oppia vertailun avulla uutta muualla jo hyväksi havaituista toimintatavoista ja soveltaa niitä omaan käyttöön sopivaksi. (Ojasalo, ym. 2015. s.186).

PerheSomeBody- ryhmän ohjaajakoulutuksen aikana jo alkanut menetelmän toimivuuden ja sovellettavuuden havainnointi jatkui läpi koko prosessin, aina perheiden loppuhaastatteluun asti ryhmätoiminnan loppumisen jälkeen. Havainnointi eli observointi on aineistonhankintamenetelmä, jossa tutkittavaa ilmiötä havainnoimalla ja seuraamalla pyritään keräämään mahdollisimman laajasti tietoa. (www.koppa.jyu.fi) Havainnointi menetelmän vaikuttavuudesta, haastateltavien asenteista ja eri toimijaorganisaatioiden luomista mahdollisuuksista muodostui isoksi osaksi kehittämistyöni perustaa ja tuki pääasiallisen tutkimusmenetelmäni eli haastatteluiden tuloksia.

Tutkimusta tehdessä koko prosessin ajan tulee tutkittavien yksityisyyttä, ihmisarvoa, itsemääräämisoikeutta sekä muita oikeuksia kunnioittaa yleisiin eettisiin periaatteisiin pohjaten. Tutkimuksesta ei saa olla mukana oleville henkilöille, eikä myöskään koko yhteisölle haittaa, eikä se saa aiheuttaa merkittäviä riskejä tai vahinkoa. Tämän lähtökohtana on jokaisen tutkimukseen osallistuvan tasa-arvoinen sekä ihmisarvoinen kohtelu. Ensiarvoisen tärkeää on myös kaiken tiedon arvostaminen, jolloin tutkija esittää tutkimuksessa esiin tulleet asiat vääristämättä, vaikka ne eivät olisikaan hänen omien mielipiteidensä tai arvonsa mukaisia. (Vuori, 2022.) Tässä kehittämistyössä tutkimus sekä saadun tiedon käsittely on toteutettu näitä eettisiä periaatteita noudattaen.

7.3 Aineiston analysointi

Aineiston analysoinnissa käytin kahta analyysityyppiä, tai oikeastaan yhdistin ne. Narratiivinen analyysi on laadullisena menetelmänä oivallinen, kun pyritään hahmottamaan mitä tutkittavasta kohteesta kerrotaan ja millaisena tutkittavan ilmiön olemus näissä kertomuksissa hahmottuu. Analyysissa muodostettavien ydin- tai tyyppikertomusten avulla voidaan osoittaa, millaisia yleisiä

merkityksiä ja asenteita tai ajattelu- ja toimintatapoja kertomuksen kohteeseen liittyä. (www.koppa.jyu.fi)

Toinen hyvin samankaltainen analyysityyppi on teemoittelu, joka yhdistettynä edelliseen toimi hyvin tässä kehittämistyössä. Laadullisen analyysin perusmenetelmänä teemoittelussa pyritään etsimään tutkimusaineistosta keskeisiä aihepiirejä, eli teemoja. Aineistossa muodossa tai toisessa toistuvat aiheet voidaan nimetä teemoiksi. Teemoittelu analyysimenetelmänä etenee teemojen muodostamisesta ja ryhmittelystä niiden yksityiskohtaisempaan tarkasteluun. (www.koppa.jyu.fi)

Juuri tällaisten ydin- ja tyyppikertomusten kautta lähdin haastatteluiden antia analysoimalla etsimään yhteisiä tekijöitä menetelmän menestyksellisen juurtumisen taustalta. Lisäksi omiin havaintoihin ja benchmarkingiin pohjautuvia muistiinpanoja tuli tutkimusprosessin aikana paljon. Prosessin aikana tekemäni havainnot tukivat pitkälti haastattelujen antia, jonka analysoin haastattelujen tapaan narratiivisella teemoittelulla.

Haastatteluista saadun materiaalin olen kirjoittanut auki niiltä osin missä ne vastaavat tutkimuskysymyksiini. Kirjoitin kysymykset omiksi otsikoikseen ja teemoittelin haastattelussa esiin tulleita huomioita niiden alle, jolloin sain paremman kokonaiskuvan haastateltujen kertomuksista. Samoin teemoittelin samojen tutkimuskysymysten alle myös benchmarkingia ja observointia apuna käyttämällä saamani tiedot ja havainnot. Seuraavassa tästä analysoinnista saadut tulokset sekä vastaukset tutkimuskysymyksiin.

8 JOHTOPÄÄTÖKSET

Seuraavassa olen jaotellut tutkimuksessa saadun tiedon tutkimuskysymysten alle ja pohdin saamani tiedon perusteella Rauman PerheSomeBody-ryhmän jatkoa ja juurtumisen mahdollisuuksia.

8.1 Tutkimuskysymyksiin vastaaminen

8.1.1 Onko PerheSomeBody-ryhmälle Raumalla tarve?

Aiemmin jo kerroin ryhmätoteutuksen yhteydessä tekemistämme havainnoista liittyen menetelmän vaikuttavuuteen ja perheiden kohdalla tapahtuneeseen tavoitteiden mukaiseen kehittymiseen. Huomasimme mm., että vanhemman ja lapsen välinen kosketus, läheisyys ja vuorovaikutus lisääntyivät. Kehonkieli muuttui avoimemmaksi ja hyväksyvämmäksi ja keskustelu lisääntyi perheenjäsenten välillä. Oman kehon ja mielen tuntemuksia oli helpompi tunnistaa ja niiden sanoittamisesta tuli sekä lapsilla, että vanhemmilla tietoisempaa ja rohkeampaa. Merkittävänä koimme myös vanhemman ja lapsen välisen katsekontaktin lisääntymisen, hyväksyvät hymyt ja yhteisen ilon. Positiivisia muutoksia ja kehittymistä tapahtui siis kaikilla menetelmän tavoitteiden mukaisilla osa-alueilla.

PerheSomeBody-ohjaajien ryhmähaastattelussa ohjaajien kertomat havainnot ryhmistään olivat hyvin samankaltaisia meidän ryhmästämmä tekemien havaintojen kanssa. Ohjaajat kokivat kaikkien hyötyvän harjoituksista ja mahdollisuus omien tunne-, vuorovaikutus-, ja kehotietoisuustaitojen kehittämiseen oli jokaisella osallistujalla. Myös perheiltä tullut palaute oli kaikilla ohjaajilla ollut hyvää ja perheetkin olivat itse huomanneet arjessaan tapahtuneen muutoksen.

Missään vaiheessa tutkimustani ei tullut PerheSomeBodystä ilmi sellaisia asioita, jotka kyseenalaistaisivat sen vaikuttavuutta tai ryhmätoiminnan kannattavuutta. Päinvastoin kaikkien haastateltujen asenne menetelmää kohtaan oli

pelkästään positiivinen ja innostunut. Myös se, että useat perheet sekä Rauman ryhmästä, että myös muissa kunnissa halusivat PerheSomeBodyn jatkor ryhmän varsinaisen ryhmätoteutuksen päättymisen jälkeen kertoo mielestäni menetelmän toimivuudesta.

Rauman ensimmäinen PerheSomeBody-ryhmä oli hoidollinen. Perheet olivat palautteen mukaan positiivisesti yllättyneitä tästä toiminnallisesta ja oikeasti perheen yhteistyöhön ja yhdessä tekemiseen perustuvasta uudenlaisesta menetelmästä. Lähes kaikki haastatteluihin osallistuneet PerheSomeBody-ohjaajat olivat ohjanneet avoimia ennaltaehkäiseviä ryhmiä. Tällaiselle ryhmälle olisi tilaus myös Raumalla, jolloin kiireisen arjen keskellä perheet voisivat varata jokaviikkoisen yhteisen hetken tunnetaitojen, vuorovaikutuksen ja kehotietoisuuden vahvistamiseen. Tämä aika ei varmastikaan menisi hukkaan vaan vahvistaisi perheenjäsenten välistä yhteisymmärrystä.

Peilasin siis tämän kysymyksen kohdalla ryhmän tarvetta havaittuihin hyötyihin ja todennettuun vaikuttavuuteen. Tästä näkökulmasta katsottuna ihan jokainen kunta ja kaupunki hyötyy PerheSomeBody-menetelmän tuomasta tuesta vanhemmuuteen sekä em. kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin vaikuttavien taitojen vahvistamisessa. Teoriaosuudessa mainittu kansanterveydellinen hintalappu masennuksen ja muiden tunnetaitojen puutteista johtuvien mielenterveyden häiriöiden suhteen on suuri, eikä mikään menetelmä, joka voi auttaa näiden ennaltaehkäisyssä voi olla tarpeeton.

8.1.2 Ketkä ryhmää ohjaavat? /Miten toiminta resursoidaan ohjaajan työaikaan?

Aiemmin jo mainitsin, että PerheSomeBody-ryhmää voi ohjata pohjakoulutukseltaan vähintään ammattikorkeakoulutasoinen sosiaali-, terveys-, kuntoutusalan-, opetus- tai kasvatustutkinnon suorittanut henkilö, joka on käynyt lisäksi PerheSomeBody-ohjaajakoulutuksen. Jokaisessa ryhmässä on aina vähintään kaksi ohjaajaa.

Haastatteluista kävi ilmi, että naapurikunnissa toimivissa ryhmissä ohjaajaparit muodostuvat koulukuraattorien, luokanopettajien, terveydenhoitajien, varhaiskasvatuksen opettajien sekä sosiaalialan ammattilaisten muodostamista pareista/ kolmen hengen ryhmistä. Luokanopettajien ja koulun alaisuudessa toimivien esiopetuksessa työskentelevien varhaiskasvatuksen opettajien ryhmänohjaukseen kuuluva työaika saatiin kuitattua kerhotunneista, joita koulun opettajilla on opetustyöajan lisäksi mahdollista käyttää. Koulukuraattoreilla sekä terveydenhoitajilla on puolestaan käytössä ns. työaikapankki, johon kertyneet tunnit merkitään ja sosiaalialan työntekijöiden ryhmät toimivat jonkin kuntoutusyksikön toiminnan osana, jolloin ryhmän ohjaajan työaika oli osa kokonaistyöaikaa. Haasteelliseksi koettiin päiväkodissa työskentelevän varhaiskasvatuksen opettajan ryhmän ohjaaminen, sillä illalla toteutuvan ryhmän ohjaaminen on vaikeaa sisällyttää työaikaan, koska kaikki illalla tehtävät tunnit olisivat pois lapsiryhmän opetuksesta päiväaikaan.

Perhekeskusverkostossa käydyssä keskustelussa tuli ilmi, että koulukuraattorien ja psykiatristen sairaanhoitajien olisi Raumalla mahdollista sisällyttää myös ilt-aikaan tapahtuvan ryhmän ohjaustunnit työaikaansa suhteellisen helposti, sillä heillä on käytössä työaikapankin tuomaa joustoa ja he pystyvät itse säätelemään ja suunnittelemaan omaa työaikaansa. Sama koskee jossain määrin myös terveydenhoitajia. Varhaiskasvatuksen osalta tämä voisi ainoastaan onnistua konsultoitvien varhaiskasvatuksen erityisopettajien osalta, koska heillä ei ole vastuullaan omaa lapsiryhmää, jolloin työaika voi koostua myös iltatyöstä.

Meillä Rauman ensimmäisessä PerheSomeBody toteutuksessa ohjaajapari muodostui siis Rauman perhekeskuksen psykiatrisesta sairaanhoitajasta ja varhaiskasvatuksen opettajasta, joka tämän pilotin aikaan oli opintovapaalla ja ryhmän ohjaaminen oli osa opintoja tämän kehittämistyön muodossa. Haastatteluiden myötä tuli esiin sama haaste Raumalla kuin muissakin ympäristökunnissa, ettei ilt-aikaan tapahtuvaa ryhmän ohjaamista pystytä tällä hetkellä sisällyttämään varhaiskasvatuksen opettajan työaikaan. Tämä tieto jättää varhaiskasvatuksen ulos ohjaajarekrytoinneista, konsultoivia varhaiskasvatuksen

erityisopettajia lukuun ottamatta, sillä kaikki koulujenkin yhteydessä toimivista esiopetusyksiköistä on Raumalla vielä varhaiskasvatuksen alaisuudessa.

8.1.3 Pitääkö perheellä olla valmiiksi perhekeskuksen asiakkuus?

Ulvilassa ja Eurajoella PerheSomeBodystä on jo useamman ryhmän kokemus ennaltaehkäisevänä perhepalveluna. Molemmissa kunnissa ohjaajat kertoivat haastattelussa, että perheiden rekrytointi on tapahtunut Wilma-viestien kautta kaikkiin sovitun ikäryhmän oppilaiden koteihin ja että ryhmä on ollut kaikille halukkaille avoin. Suunnitteilla oli varsinkin Ulvilassa myös kohdennettua mainontaa perheille, joista opettajan, kuraattorin tai terveydenhoitajan kautta on noussut oppilaasta tai perheestä jonkinlainen huoli.

”Meillä ei tarvittu asiakkuutta mihinkään, tarvittiin vain perheiden halu.”

”Me pidettiin perheille motivointikeskustelu. Ensin soiteltiin ja nähtiin sitten kasvokkainkin. Haluttiin toimiva ryhmä, jossa perheet olis motivoituneita. Kun ilmoittautuneita oli paljon, niin haluttiin varmistua, että ne, jotka ryhmään valitaan ei jätä sitä kesken.”

Ohjaajat myös havaitsivat, että niiden perheiden, jotka oikeasti kokivat olevansa vanhemmuuden tukemisen tarpeessa, oli helpompi sitoutua ryhmään, kuin niiden, jotka pitivät PerheSomeBodyä harrastuksena muiden joukossa. Tarpeen määrystä ja laajuudesta huolimatta kaikkien kuitenkin koettiin, niin ohjaajien kuin perheidenkin näkemyksen mukaan, hyötyvän ryhmästä.

Rauman ensimmäinen ryhmä oli hoidollinen ryhmä, eli tarkoitus oli tarjota kuntouttavaa palvelua perheille, joilla jo oli aiempi kontakti ja asiakkuus Rauman perhekeskukseen. Haastattelussa Rauman perhekeskuksen johtajan kanssa tuli kuitenkin ilmi myös mahdollisuus perhekeskuksen alaisuudessa järjestää ennaltaehkäiseviä, ns. avoimia ryhmiä, jotka eivät edellytä asiakkuutta. Myös eri ammattiryhmien saaminen mukaan PerheSomeBody-ohjaajakoulutukseen edistäisi erilaisten ryhmien toteutusta. Koulujen yhteydessä järjestettävät

ryhmät ovat muissa kunnissa olleet kaikille avoimia. Näitä avoimia ryhmiä voisi Raumalla ohjata tutkimuksen yhteydessä käytyjen haastatteluiden ja keskustelujen perusteella mm. psykiatrisen sairaanhoitajan ja koulukuraattorin muodostama työpari.

8.1.4 Mitkä ovat PerheSomeBody-ryhmän Raumalle juurtumisen edellytykset ja haasteet?

Uuden toiminnan tai menetelmän juurtumiseen vaikuttavat monet tekijät, mutta haastatteluissa ja useissa muissa käymissäni keskusteluissa tuli ilmi se miten tärkeää on pystyä todentamaan menetelmän vaikuttavuutta. PerheSomeBodyn vaikuttavuudesta ja toimivuudesta perheiden hyvinvoinnin tukemisessa on kerätty tietoa mm. hankkeeseen liittyvien vaikuttavuusmittaristojen myötä sekä ohjaajien tekemien havaintojen ja perheiltä saadun palautteen perusteella. Näistä saadut tulokset ovat vakuuttavia. Tulosten mukaan menetelmän mukaisesta ryhmätoiminnasta hyötyvät kaikki lähtökohdista riippumatta.

Rauman ensimmäisen PerheSomeBody-ryhmän palaute oli todella positiivista. Ohjaajat näkivät nopeasti perheiden vuorovaikutus-, tunne- ja kehotietoisuustaidoissa edistymistä ja melko nopeasti myös perheet itse oppivat näitä asioita huomaamaan ja sanoittamaan. Vaikuttavuus näkyi myös perheiden motivaationa ja vahvana sitoutumisena ryhmää kohtaan. Ohjaajien innostus tarttui myös muualle perhekeskuksen organisaatiossa ja uusi menetelmä otettiin siellä positiivisesti vastaan.

Haastatteluissa tuli vahvasti esiin se miten tärkeää on, että juurtuminen on useamman ihmisen vastuulla tai tahdon alla. On siis hyväksi, jos useampi henkilö on todennut juurrutettavan asian toimivuuden ja haluaa tiedottaa, levittää ja pitää yllä keskusteluissa ja työssään uuden asian tai menetelmän tietoutta. PerheSomeBody-menetelmän juurtumiseen esimerkiksi Ulvilassa on koettu vaikuttaneen menetelmästä koetut hyödyt ja selkeästi havaittava vaikuttavuus. Perheet ja ohjaajat levittävät tällöin positiivista sanaa myös vähän kuin huomaamattaan omiin ympäristöihinsä.

”Meitä koulututtui vuoden sisällä tosi paljon PerheSomeBody-osaajia, niin se (juurruttaminen) ei ollut yhden eikä kahden ihmisen harteilla. Meitä oli monta, jotka lähti sitä innostavaa puhetta viemään eteenpäin.”

Lisäksi juurruttamisessa onnistuneissa kunnissa koettiin, että PerheSomeBody-menetelmän levittämiseen oli ollut vahva esimiestason tuki. Ohjaajakoulutuksiin kannustettiin ja niihin oli helppo päästä.

”Juurtumisen kohdalla puhutaan kaupungin tahtotilasta, että esimiestasolla resurssit mahdollistetaan jatkuvaan ja pysyvään toimintaan.”

”Koulutuksen käyneet olivat innostuneita menetelmästä ja vaikuttavuus hyväksyttiin myös esimiestasolla.”

Raumalla PerheSomeBody-menetelmä sai aikaan paljon kiinnostusta. Vain harva oli aiemmin siitä kuullut ja moni oli kiinnostunut kuulemaan lisää. Perhekeskuksen johtaja oli ryhmää kohtaan hyvin myötämielinen ja oli osaltaan halukas auttamaan ryhmätoiminnan jatkumisessa. Haasteeksi osoittautui kuitenkin se, että samanaikaisesti kaupunki oli sitoutunut kouluttamaan koko perhekeskuksen sekä varhaiskasvatuksen henkilöstön Ihmeelliset vuodet-menetelmään, jota käytetään niin varhaiskasvatuksen arjessa työmenetelmänä kuin myös ryhmämuotoisena perheille suunnattuna menetelmänä. Vaikka halua olisikin ollut, eivät henkilöstön resurssit yksinkertaisesti riittäneet uuteen koulutautumiseen. Lisäksi oman ammattikuntani, varhaiskasvatuksen opettajat, jouduin jättämään näiden pohdintojen ulkopuolelle joustamattoman työajan vuoksi.

Ajoitus uuden menetelmän käyttöönottamisessa koettiin tärkeäksi. Tämän tyyppiselle toiminnalle oli ollut selkeä tilaus naapurikunnissa ja niissä olikin menossa juurruttamisen aikaan erinäisiä hankkeita, joilla lapsiperheiden palveluita vahvistettiin. Myös se, että PerheSomeBody kirjattiin esimerkiksi jo hyvin alkuvaiheessa Eurajoella hyvinvointisuunnitelmaan, velvoittaa kunnan toimijoita tietynlaisiin toimenpiteisiin ryhmätoiminnan jatkumiseksi. Hyvinvointisuunnitelmaan kirjataan myös vastuhenkilö, jonka työhön menetelmän

mukaisen ryhmätoiminnan järjestäminen ja jatkuvuuden ylläpitäminen kuuluu. (Eurajoen hyvinvointisopimus 2017–2021.)

Haasteina alkuvaiheen juurruttamisessa haastatellut ohjaajat kokivat lähinnä sopivien ja toimivien tilojen löytymisen ja niiden pysyvyyden sekä aikataululliset asiat. Moni ryhmä oli aloittanut toimintansa esimerkiksi koululuokassa, joka vaati ennen ja jälkeen toiminnan suuren työmäärän huonekalujen ja tavaroiden siirtämisessä ja oli tilana liian pieni. Lisäksi ohjaajan työajan riittävyys resursointi pitkäaikaisen ryhmätoiminnan suunnitteluun ja ohjaamiseen koettiin osan kohdalla haasteeksi. Turhautuminen käytännön järjestelyissä olivat kuitenkin ainoita haasteita, jotka olivat toiminnan alkuvaiheessa aiheuttaneet harmia.

Raumalla toimii perus Somebody-ryhmiä lapsille ja nuorille. Se toiminta on jo juurtunut osaksi varsinkin yläkoulujen toimintaa. Rauman Somebody-toimijat kokoontuvat pari kertaa vuodessa arvioimaan ryhmien toimintaa ja suunnittelemaan uusia ryhmiä. Pääsin itse myös yhteen tällaiseen teams-kokoukseen mukaan, jossa käytiin läpi mm. Somebody-vuosikelloa. PerheSomeBody oli päässyt vuosikelloon mukaan mahdollisuutena, joka voidaan toteuttaa tarpeen mukaan ja uusien ohjaajien kouluttautuessa.

Teoriaosuudessa toin esiin, että juurtumisen mahdollistavat ne henkilöt, jotka pystyvät oikeasti asemansa ja työtehtävänsä puitteissa vaikuttamaan muutokseen. Tämä tuli ilmi myös haastatteluissa, joissa tärkeänä juurtumisessa pidettiin sitä, että ohjaajakoulutusta tarjotaan ja siitä saadaan innostumaan oikeat ammattiryhmät, joiden on PerheSomeBody-ryhmää työaikansa puitteissa myös jatkossa mahdollista ohjata.

”Ulvilan voimavarana on ollut luokanopettajat, jotka näkee lapsen hyvinvoinnin kokonaisuutena. Heillä on halua tukea perheen hyvinvointia ja sitä kautta lapsen ja mahdollisesti sen oman oppilaan hyvinvointia.”

Raumalla innostuneesta vastaanotosta huolimatta nopealla aikataululla ei saatu uusia ammattilaisia hakeutumaan koulutukseen. PerheSomeBody-

koulutuksia oli suhteellisen harvoin tarjolla ja haastattelujen aikaan seuraavaan koulutuksen alkuun oli aikaa n. 10 kk. Perhekeskuksen johtajan haastattelussa ja perhekeskusverkoston keskusteluiden perusteella PerheSomeBody-ryhmien jatkolle ei sinällään ole kuitenkaan mitään estettä. Päinvastoin kiinnostus johdon osalta menetelmää kohtaan oli todella suurta ja keskusteluissa asiaa pohdittiin hyvinkin ratkaisukeskeisesti. Menetelmää ja uusien ryhmätoteutusten mahdollisuutta ei ole siis hylätty eikä unohdettu, vaikka uusia ryhmiä ei tällä hetkellä olekaan suunnitteilla. Uusien koulutettujen ohjaajien myötä toiminta olisi valmis jatkumaan.

9 POHDINTA

Kehittämistyöni lähtökohta oli toteuttaa Raumalla uusi ryhmämuotoinen perhepalvelun menetelmä ja aloittaa sen juurruttamisen prosessi. Yhteistyö SomeBody-hankkeen ja Rauman perhekeskuksen kanssa antoi työlleni viitekehysten ja PerheSomeBody-ohjaajaksi kouluttautuminen sekä ryhmätoiminnan suunnittelu ja toteutus yhteistyössä perhekeskuksen psykiatrisen sairaanhoitajan kanssa mahdollisti menetelmän pilotoinnin käytännössä. Juurtumisen pitkä prosessi lähti puolestaan käyntiin, kun ryhmän toteutuksen myötä menetelmän vaikuttavuudesta saatiin omakohtaista kokemusta, jota jaettiin eteenpäin.

PerheSomeBodyn vastaanotto on kaikkialla ollut innostunutta ja hyvää. Tämä on osaltaan lisännyt omaa intoa ja halua työskennellä menetelmän parissa. Kokemus menetelmän toimivuudesta ja tarpeellisuudesta on ollut todella vahva ja siksi sen juurtuminen palvelurakenteeseen tuntuukin tärkeältä. Alussa yhteistyökumppaniksi valikoituneessa perhekeskuksessa on sinnikkäästi haasteista huolimatta pidetty kiinni PerheSomeBody-ryhmien mahdollisuudesta kirjaamalla se SomeBody-vuosikelloon ja koulutuksen käyneen ohjaajaparin etsintä psykiatriselle sairaanhoitajalle on jatkuvaa.

Hyvän alun jälkeen haastatteluissa kävi nopeasti ilmi, ettei minun ole oman työnkuvani puitteissa mahdollista jatkaa PerheSomeBody-ryhmien ohjaamista iltaisin joustamattoman työajan vuoksi. Tämä aiheutti juurtumisen kannalta paineita uusien ohjaajien kouluttautumiselle. Rauman kaupunki oli kuitenkin sitoutunut kouluttamaan ja juurruttamaan laajasti Ihmeelliset vuodet-menetelmää lasten ja perheiden kanssa työskentelevien keskuudessa, jolloin PerheSomeBodyn markkinointi samoille ammattilaisille oli resursseja ajatellen haastavaa. Lisäksi samaan aikaan alkanut covid19-pandemia vähensi resursseja entisestään.

Covid19 pandemian mukanaan tuomat haasteet kehittämistyölleni olivat merkittäviä. Aiemmin jo mainitsemieni ryhmätoimintaamme kohdistuneiden haasteiden lisäksi juurtumista hankaloitti perhekeskuksen kaikenlaisen ryhmätoiminnan merkittävä vähenemien ja hetkellinen loppuminenkin. Lisäksi uusien ohjaajien kouluttautuminen oli vaikeaa, kun pandemian vuoksi koulutuksia vähennettiin ja henkilöstön halukkuus lähikoulutuksiin oli vähäistä. Juuri silloin kun innostus oli suurin, meni yhteiskunta kiinni.

PerheSomeBody menetelmänä on suhteellisen uusi, jonka vuoksi koulutuksen saaneita ohjaajia on vielä valtakunnallisesti vähän. Ulvilassa ja Eurajoella PerheSomeBody toimii kaikille avoimin ennaltaehkäisevin ryhmin, joita ohjaavat luokanopettajat, esiopetuksenopettajat, koulukuraattorit ja terveydenhoitajat. Kankaanpäässä puolestaan PerheSomeBody-ryhmä toimii kuntouttavana ns. non-stop-ryhmänä Kankaanpään A-kodin asiakkaille ja sitä ohjaavat A-kodin työntekijät. Näissä kunnissa toiminta on vakiintunut ja ryhmiä toimii usean ohjaajan toimesta säännöllisesti.

Tämän hetken tilanne Raumalla on pitkälti sama kuin covidin sulkutilan jälkeen 2021. Uusia PerheSomeBody-ohjaajia ei ole Raumalle kouluttautunut, eli meitä on edelleen vain kaksi. SomeBody-nettisivujen mukaan myöskään koulutuksia ei ole tällä hetkellä käynnissä tai tulossa. Uusia ohjaajia on aktiivisesti haettu ja positiivista puhetta menetelmän vaikuttavuudesta jaettu eteenpäin aina tilaisuuden tullen. PerheSomeBody ei ole ainoa, joka kärsii resurssipuolasta Raumalla, vaan ryhmätoimintaa on menetelmästä riippumatta

vähennetty ja eri toimipisteiden henkilöstöresurssit ovat vaikuttaneet ryhmien toteutumiseen.

Jatkossa PerheSomeBodyn osalta olisi mielenkiintoista kuulla olisiko perheiden toivomia jatkoryhmiä mahdollista toteuttaa esimerkiksi menetelmän vaikuttavuuden ylläpitämisen teemalla. Tapaamisia voisi olla harvemmin ja toiminta harjoituksia syventävää. Tai toisaalta voisiko perheille järjestää SomeBody-teemaisia tapahtumia? Onko vaikuttavuus nähtävissä harvemmillä tapaamiskerroilla ja miten käy sitoutumisen?

Juurtumisen prosessin seuraaminen ja siihen osallistuminen on ollut mielenkiintoista ja olen oppinut siitä paljon. Tällainen kehittävä työ on ollut minulle aivan uutta ja täysin uuden menetelmän juurruttamisessa en ole aiemmin ollut mukana. Jos aloittaisin työni nyt, tekisin monia asioita toisin, joka kertoo oppimisesta ja ammatillisesta kehityksestä. Toivon työni vielä kantavan ja että näkisin uuden PerheSomeBody-ryhmän toteutuvan Raumalla.

LÄHTEET

- Elo, E. (2020). Perheiden hyvinvointityöhön: PerheSomeBody-menetelmä. [pro gradu- työ, Turun yliopisto] <https://urn.fi/URN:NBN:fi-fe20201209100084>
- Eskelinen, H. (2023) Kehotietoisuus jaksamisen tukena. Jyväskylän ammatti-
korkeakoulu. Viitattu 14.11.2023. <https://www.jamk.fi/sites/default/files/2023-04/Kehotietoisuus.pdf>
- Eurajoen kunnan hyvinvointisuunnitelma 2017–2021. Viitattu 10.11.2023.
www.eurajoki.fi
- Furman, B. (2023). Ben Furman & lasten haasteet taidoiksi. Helsinki: Viisas Elämä Oy.
- Gerdhard, S. (2008). Rakkaus ratkaisee. Varhaisen vuorovaikutuksen merkitys aivojen kehittymiselle. Helsinki: Edita Prima oy.
- Halonen, K. (2021). Projekti loppuu, mitä jää? Sosiaalisten innovaatioiden juurruttaminen. Julkaisu, Metropolia Ammattikorkeakoulu.
<https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-328-292-6>
- Jyväskylän yliopisto, Digipalvelut 2015. Viitattu 26.10.2023.
<https://koppa.jyu.fi/avoimet/hum/menetelmapolkuja/menetelmapolku/aineistonhankintamenetelmat>
- Jääskeläinen, L. (2022). Ryhmä toimivaksi. Helppoja harjoituksia ryhmäytymiseen. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Kurttila, M., Aalto, P. (2021). Pomon parhaat ratkaisut. Viro: Meedia zone.
- Mieli ry. (2022) Vuorovaikutusta voi oppia. Viitattu 14.11.2023.
<https://mieli.fi/vahvista-mielenterveyttasi/ihmissuhteet-ja-vuorovaikutus/>

Mäkelä, H. & Trogen, T. (2022). Tunteita päästä varpaisiin. Kehotietoisuus lapsen ja aikuisen tunnetaitojen tukena. Helsinki: Kirjapaja.

Ojasalo, K., Moilanen, T. & Ritalahti, J. (2015). Kehittämistyön menetelmät. Uudenlaista osaamista liiketoimintaan. Helsinki: Sanoma Pro.

OpenAI. 2023. ChatGPT (May 24 version) [suuri kielimalli]. Käytetty 29.10.2023 tiivistelmän kääntämiseen.

<https://chat.openai.com>

Pulkkinen, L. (2022). Lapsen hyvinvointi alkaa kodista. Jyväskylä: PS-kustannus.

Roth, P-C., Korhonen, A. & Saarenpää, J. (toim.) (2023). Tunnelukutaito: Avain yksilön ja yhteiskunnan menestykseen. Helsinki: Minea kustannus ja media oy.

Santanen, T. (2017). Strateginen ajattelu & toiminta. Helsinki: Alma Talent.

SomeBodyn www-sivut. Viitattu 23.10.2023. <http://somebody.samk.fi/>

Trogen, H. (2021). Ilo olla yhdessä. Positiivisen vanhemmuuden voima. Helsinki: Kirjapaja.

Tunne & taida: Suomen tunnetaitokoulutus.

Viitattu 12.11.2023. <https://www.tunnejataida.fi/tunnetaidot-paasivu>

Uvilan kaupungin peda.net-sivut. Viitattu 10.11.2023. <https://peda.net/ulvila/kola2/>

Vaininen, S. (2021). PERHESOMEBODY-KÄSIKIRJA. SomeBody-menetelmän sovellus perhetyössä. Pori: Satakunnan ammattikorkeakoulu.

Vaininen, S., Kantonen, A. & Keckman, M. (2017). SomeBody® -käsikirja. Kehotietoisuus voimavaraksi. Satakunnan ammattikorkeakoulu.

Vehviläinen, S. (2014). Ohjaustyön opas. Yhteistyössä kohti toimijuutta. Tampere: Gaudeamus Oy.

Vuori, J. (2022). Laadullinen sisällönanalyysi. Teoksessa Jaana Vuori (toim.). Laadullisen tutkimuksen verkkokäsikirja. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. Viitattu 27.10.2023. <https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelma-opetus/>

LIITE 1:

PerheSomeBodyn juurruttamisen prosessi.

Haastattelu ohjaajille.

1. Ammattisi ja koulutustausta
2. Miten kuult PerheSomeBodysta, miten päädyit sen pariin ja koska?
3. Olet ollut juurruttamassa PerheSomeBodya omaan kuntaasi. Kuvaile juurruttamisprosessin kulkua ja tärkeimmät käännekohtat, jotka mielestäsi johtivat juurtumiseen.
4. Miten pitkä prosessi se oli ja minkä asian koit merkittävimmiksi juurtumisen kannalta?
5. Oliko kunnassanne (ja jos niin minkälaisia) haasteita PerheSomeBody-toiminnan aloittamisessa ja sen juurtumisessa?
6. Ketkä (ammattiryhmät) ja millaisin työparein PerheSomeBody-ryhmää teillä ohjataan? Kokemuksesi niiden toimivuudesta.
7. Miten toiminta on resursoitu ohjaajan työaikaan ja missä toimintaa toteutetaan?
8. Kenelle ryhmät on teillä suunnattu? Pitääkö olla sosiaalitoimen/perhekeskuksen asiakkuus? Mahdolliset avoimet ryhmät? Miten ryhmät kootaan, mainonta?
9. Ajatuksiasi PerheSomeBody-ryhmän/ryhmien aloittamisesta Rauhalla. Ideoita ja mahdollisuuksia, joita näet sen toteuttamisesta.
10. Vapaa sana. Mitä muuta haluat aiheesta kertoa tai ideoida?