

Noora Nieminen

VALOKUVAUKSEN VOIMA
PÄIHDEKUNTOUTUKSESSA

Hoitotyön koulutusohjelma
2016

VALOKUVAUKSEN VOIMA PÄIHDEKUNTOUTUKSESSA

Nieminen, Noora
Satakunnan ammattikorkeakoulu
Hoitotyön koulutusohjelma
Toukokuu 2016
Ohjaaja: Pirilä, Ritva
Sivumäärä: 43
Liitteitä: 4

Asiasanat: päihheet, päihdekuntoutus, luovat menetelmät, voimauttava valokuva-menettelmä

Tämän projektin tarkoituksena oli toteuttaa entisille päihteenkäyttäjille päihdekuntoutusta voimauttava valokuva - menetelmällä. Projektin tavoitteena oli, että projektin lopuksi osallistujat kokevat onnistumisen tunteita toiminnastaan ja ymmärtävät luovien menetelmien merkityksen päihdekuntoutuksen tukena. Opinnäytetyöntekijän henkilökohtaisina tavoitteina oli kehittää ohjaustaitoja, oppia voimauttava valo-kuvamenetelmästä, oppia toteuttamaan projektiluontoinen opinnäytetyö ja nähdä toiminnallisen keinon vaikutus päihdekuntoutuksessa.

Opinnäytetyö oli projektiluontoinen ja työelämälähtöinen. Projekti käynnistyi syyskuussa 2015 ja sovitut neljä tapaamista toteutuivat helmi-maaliskuussa 2016. Tämän projektin osallistujat (N=3) koostuivat Rauman seudun Katulähetys ry:n jäsenistä, jotka ovat aiemmin olleet päihteenkäyttäjiä.

Päihdehoidossa ja -kuntoutuksessa käytetään muiden kuntoutusmuotojen lisäksi usein luovia menetelmiä esimerkiksi valokuvausta. Voimauttava valokuva -menetelmää voidaan käyttää vuorovaikutuksen parantamiskeinona esimerkiksi vertaisryhmässä, perheessä tai ammattilaisen ja asiakkaan välillä. Se on myös työväline omaan yksilölliseen identiteettityöhön, jossa valokuvat voivat selkeyttää asiakkaan läpikäymiä ajatuksia ja vahvistaa hänen voimavarojaan.

Valokuvaustapaamiset toteutuivat Rauman keskustan alueella ja valokuvat kuvasivat osallistujien näkemyksiä siitä, mitä päihteettömyys merkitsi heille. Kuvat olivat arkisia. Kaksi osallistujaa kuvasi Rauman keskustan ympäristöä ja yksi luontoaiheisia kuvia. Otetuista kuvista tuli näyttely Toivontalon päiväsalin tiloihin.

Tapaamisten jälkeen vapaamuotoisesti kerätyn palautteen ja viimeisessä tapaamisessa toteutetun teemahaastattelun perusteella voidaan todeta osallistujien kokeneen onnistumisen tunteita projektissa. Projekti toi tekemistä arkeen ja ryhmän ilmapiiri oli kannustava ja hyvä. Kahdella osallistujasta oli jo kokemusta valokuvauksesta, yhdellä ei. Valokuvaus koettiin mukavaksi tekemisen muodoksi ja osallistujat sanoivat ajattelevansa jatkaa sitä. Valokuvaaminen keskustelun aikana rentoutti osallistujia ja he vapautuivat keskustelemaan avoimesti.

Jatkohaasteiksi ehdotan muiden luovien menetelmien ja etenkin valokuvauksen käyttöä osana päihdekuntoutusta.

THE POWER OF PHOTOGRAPHING IN DRUG REHABILITATION

Nieminen, Noora

Satakunnan ammattikorkeakoulu, Satakunta University of Applied Sciences

Degree Programme in nursing

May 2016

Supervisor: Pirilä, Ritva

Number of pages: 43

Appendices: 4

Keywords: Intoxicants, drug rehabilitation, creative methods, empowering photography method

The purpose of this project was to execute drug rehabilitation to former drug users by using an empowering photography method. The aim of the project was that in the end of the project the participants would get the feeling of success of their actions and understand the meaning of creative methods in drug rehabilitation. The personal goals for the writer of the thesis were to improve guidance skills, learn about empowering photography, learn to execute a project type of thesis and see the influences of a functional means in drug rehabilitation.

This thesis was a project type and work oriented thesis. The project started in September 2015 and the four prearranged meetings were held between February and March of 2016. The participants of this project (N=3) consisted of members of Rauman seudun katulähetys ry and they were all former drug users.

In addition to other rehabilitation forms, creative methods such as empowering photography are used in substance abuse treatment and drug rehabilitation. The empowering photography can be used in enhancing interaction for example in a peer group, family or between a health care professional and customer. It is also a tool for independent identity work where photographs can clarify the thoughts the customer is going through and make the customers' resources stronger.

The meetings took place in the center of Rauma and the photographs that were taken represented the participants views of what drug free life meant to them. The photographs were everyday like photographs. Two of the participants photographed the environment in the center of Rauma and one photographed the nature. The pictures were displayed at the day room of Toivontalo. Based on the informal feedback gathered after the meetings and the interviews made at the last meeting it can be said that the participants got the feeling of success in the project. The project brought content in the everyday life and the atmosphere in the group was supportive and good. Photography was experienced as a pleasant form of doing and the participants said they are thinking about continuing it after the project. Taking photographs while talking made the participants relaxed and they felt more liberated and more open to discussion

For the future challenges I propose the use of other creative methods and especially photography as a part of drug rehabilitation.

SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	5
2	PÄIHDEKUNTOUTUS	6
2.1	Päihteet.....	6
2.2	Päihderiippuvuus	6
2.3	Päihdekuntoutus.....	7
3	VALOKUVAUS PÄIHDEKUNTOUTUKSESSA	9
3.1	Voimauttava valokuva-menetelmän käyttö	10
4	PROJEKTIN TARKOITUS JA TAVOITTEET	11
5	PROJEKTISUUNNITELMA.....	12
5.1	Osallistujien kuvaus	12
5.2	Projektin resurssit ja riskit	13
5.3	Aikataulu.....	14
5.4	Projektin toteutussuunnitelma.....	14
5.5	Arviointisuunnitelma	16
6	PROJEKTIN TOTEUTUS	16
6.1	Ensimmäinen yhteinen tapaaminen	16
6.2	Valokuvaustapaamiset	18
6.2.1	Raija.....	18
6.2.2	Eerik.....	19
6.2.3	Pauli.....	20
6.3	Kolmas tapaaminen.....	21
6.4	Neljäs tapaaminen.....	22
7	POHDINTA.....	23
7.1	Projektin toteutuksen arviointi.....	23
7.1.1	Arviointi resurssien ja riskien hallinnasta	24
7.1.2	Arviointi aikataulutuksesta.....	25
7.2	Projektin onnistumisen arviointi	25
7.3	Ammatillisen kehittymisen arviointi ja jatkotutkimushaasteet.....	28
	LÄHTEET.....	30
	LIITTEET	

1 JOHDANTO

Päihteet aiheuttavat sosiaalisia ja terveydellisiä ongelmia, ja ne heikentävät ihmisten toiminta- ja työkykyä (THL www-sivut 2014). Vuonna 2014 menehtyi noin 1300 ihmistä alkoholiperäisiin tauteihin ja alkoholimyrkytykseen. Työikäisten yksi yleisimmistä kuolemansyistä oli alkoholi, ja suurin osa menehtyneistä oli miehiä. (Tilastokeskuksen www-sivut 2015.)

Tämän projektin tarkoituksena on toteuttaa entisille päihteidenkäyttäjille päihdekuntoutusta voimauttava valokuva -menetelmällä. Projektin tavoitteena on, että projektin lopuksi osallistujat kokevat onnistumisen tunteita toiminnastaan ja ymmärtävät luovien menetelmien merkityksen päihdekuntoutuksen tukena.

Opinnäytetyöntekijän henkilökohtaisina tavoitteina on kehittää ohjaustaitoja, oppia voimauttava valokuva -menetelmästä, oppia toteuttamaan projektiluontoinen opinnäytetyö ja nähdä toiminnallisen keinon vaikutus päihdekuntoutuksessa. Entisiin päihteidenkäyttäjiin tutustumisen opinnäytetyöntekijä kokee tärkeäksi, koska päihteidenkäyttäjien kohtaaminen terveydenhuollon asiakkaina on hyvin todennäköistä.

Opinnäytetyö on työelämälähtöinen, ja sitä ehdotti Rauman seudun katulähetys ry:n toiminnanjohtaja Rantala. Opinnäytetyöntekijä harrastaa valokuvausta ja täten innostui ajatuksesta.

2 PÄIHDEKUNTOUTUS

2.1 Päihteet

Päihdehuoltolaissa (41/1986 § 2) päihteellä tarkoitetaan alkoholijuomaa tai muuta päihtymiseen käytettävää ainetta. Päihteitä ovat alkoholi ja huumeet. Huumeita ovat opiaatit, kannabistuotteet, hallusinogeenit, nikotiini, stimulantit kuten kokaiini ja kofeiini, niin sanonut muuntohuumeet sekä huumeina käytettävät lääkkeet kuten bentsodiatsepiinit ja barbituaarit. (Seppä, Aalto, Alho & Kiianmaa 2012, 8.)

Päihteiden sekakäyttö on yleistynyt ilmiö. THL:n tilastoraportista (2015, 5-6, 8, 11, 13) selviää, että huumeita käyttävistä asiakkaista noin 60 % käytti ainakin kolmea eri päihdettä yhtä aikaa. Monen eri päihteen samanaikainen käyttö on ongelmallista, sillä esimerkiksi opioidien ja rauhoittavien lääkkeiden käyttö lisää hengityslaman riskiä. Suonensisäisesti päihteitä on kokeillut noin 80 % huumeasiakkaista. Opioidien ongelmakäyttö ja riippuvuus ovat yleisin syy sairaalahoitoon, vaikka kannabiksen käyttö on väestötasolla tavallisempaa. Buprenorfiini on selvästi eniten väärinkäytetty yksittäinen opioidi Suomessa. Opioidien ja kannabiksen lisäksi yleisimpiä päihteitä ovat rauhoittavat lääkkeet sekä alkoholi. Huumehoidon nykyisenä ongelmana on opioidihoitoon keskittyminen.

2.2 Päihderiippuvuus

Riippuvuus kehittyy aineeseen tai toimintaan. Riippuvuutta on fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista, ja sen eri muodot ilmenevät usein samaan aikaan ihmisen käyttäytymisessä. Riippuvuus ilmenee pakonomaisena tarpeena saada ainetta, vaikeutena kontrolloida aineen käyttöä, aineen käytön aiheuttamina vieroitusoireina ja sietokyvyn nousuna eli toleranssina. Aineen käyttö ohjaa ihmisen elämää, ja ihminen jatkaa sen käyttöä, vaikka hän tiedostaa aineen aiheuttamat haitat hänen elämässään. Päihderiippuvuudessa päihdettä käytetään toistuvasti ja pakonomaisesti käytön aiheuttamista sosiaalisista ja terveydellisistä haitoista huolimatta. (Huttunen 2014.)

Päihdekokeiluihin ja päihderiippuvuuden syntyyn altistavia tekijöitä ovat lapsuudenkokemukset ja lapsen kokema turvattomuus, huono elinympäristö, joka ei tue aikuiseksi kehittymistä, varhainen päihteiden käyttö sekä jotkut persoonallisuuden piirteet. Ympäristön lisäksi perintötekijöiden vaikutuksella on merkitystä. Esimerkiksi alkoholiriippuvuuden riski nousee, jos henkilöllä on siihen altistavia perintötekijöitä. (Koski-Jännes 2009; Seppä ym. 2012, 8-9.)

2.3 Päihdekuntoutus

Päihdekuntoutus jaetaan avo- ja laitoshoitoon sekä tukipalveluihin. Avohoitoa järjestetään A-klinikoilla, päihdekliniikoilla, päiväosastoilla, nuorisoasemilla, päihdepysäkeillä, avokatkaisuhoidoilla ja terveysneuvontapisteinä. Päihdekuntoutusta toteutetaan nykyään hyvin pitkälti avohoidossa. Avohoidossa asiakas asuu kotona ja käy sovitusti vastaanottokäynneillä. Avomuotoinen päihdekuntoutus on vapaaehtoista ja useimmiten asiakkaille maksutonta. Avohoidon tukena on yksilö-, pari- ja perheterapiaa sekä toiminnallisia ja hoidollisia ryhmiä. (Lappalainen-Lehto, Romu & Taskinen 2008, 132-134; Päihdelinkin www-sivut 2016.)

Pitkään päihteitä käyttäneelle laitoshoidon vaihtoehtona on usein avohoitoa tehokkaampi vaihtoehto. Katkaisu- ja vieroitushoito sekä selviämisasemat tarjoavat lyhytaikaista kuntoutusta, jonka tarkoituksena on päihdekierteen katkaisu ympärivuorokautisessa hoidossa. Kuntouttava laitoshoidon vaihtoehtona on pitkäaikainen kuntoutusmuoto ja sen toivotaan tukevan avohoitoa. (Päihdelinkin www-sivut 2016.)

Huumeiden käytöstä aiheutuvia haittoja hoidetaan myös sairaalassa. Huumeisasiakas on erikoissairaanhoidon tarpeessa, kun somaattisten sairauksien syynä on huumeiden käyttö. Asiakkaan huumeemyrkytystä hoidetaan mahdollisesti sekä päivystyksessä että muutaman päivän ajan osastolla. Psykiatrisilla poliklinikoilla ja osastoilla annetaan varsinaista huumehoitoa. Huumehoitoa on esimerkiksi opioidikorvaushoito. Sen aloitus edellyttää usein hoidon tarpeen arviointijakson, joka aloitetaan usein sairaalassa. Hoito toteutetaan arviointijakson jälkeen usein terveyskeskuksessa tai avopalvelun turvin. (THL tilastoraportti 2015, 65, 67.)

Tukipalveluiksi lasketaan päivätoimintakeskus ja tukiasunnot sekä vertaustukitoiminta. Erilaisia vertaistukea tarjoavia ryhmiä ovat esimerkiksi anonyymit alkoholistit AA ja nimettömät narkomaanit NA. (Lappalainen-Lehto ym. 2008, 135-136; Päihdelinkin www-sivut 2016.)

Päihdehoidossa ja -kuntoutuksessa käytetään muiden kuntoutusmuotojen lisäksi usein luovia menetelmiä. Esimerkkeinä luovista menetelmistä ovat musiikki, kirjallisuus, kuvallinen ilmaisu ja valokuvaus. Edellämainittujen menetelmien tarkoituksena on helpottaa asiakasta ilmaisemaan itseään ja helpottaa vuorovaikutusta työntekijän ja asiakkaan tai eri asiakkaiden välillä esimerkiksi valokuvien kautta. (Lappalainen-Lehto, ym. 2008, 197.) Luovissa menetelmissä vertaistuen merkitys korostuu. Päihdekuntoutajat opettelevat ryhmässä antamaan ja kohtaamaan palautetta sekä noudattamaan yhteistä toipumisohjelmaa. (Ikonen 2009.)

Blomster (2013, 34-36) tutki opinnäytetyössään, miten päihdeyksikkö Pihlan asiakkaat kokivat toiminnalliset ryhmät päihdekuntoutuksessa. Hän toteutti liikunnallista toimintaa, askartelua ja kävelyryhmän ja selvitti teemahaastattelulla asiakkaiden kokemuksia toiminnallisten ryhmien vaikutuksesta. Asiakkaat kokivat, että toiminnalliset ryhmät olivat tärkeitä vertaistuen ja uusien tuttavuussuhteiden syntymiselle. Yhteinen toiminta paransi yhteisöllisyyttä ryhmässä. Toiminnallisuus toimi kuntoutuksen edistäjänä, sillä asiakkaat kokivat pystyvänsä purkamaan stressiä ja huonoa oloa tekemisen kautta. Opinnäytetyössä nousi ryhmien tärkeys etenkin laitoshoidossa, jossa asiakkaiden aika käy muuten pitkäksi.

Lehtinen ja Äikäs (2014, 22, 28, 37-39) toteuttivat neljä teemapäivää Kankaanpään A-kodin Joukanen-yhteisön päihdekuntoutujille (N=5). Teemapäivien aiheina olivat ravitseminen ja liikunta. Opinnäytetyöntekijöiden tavoitteena oli lisätä päihdekuntoutujien tietämystä hyvästä ravitsemuksesta ja liikkumisen merkityksestä sekä parantaa päihdekuntoutujien motivaatiota oman terveyden edistämiseen. Projektin kulkua arvoitiin oppilaiden täyttämällä tietotesteillä ja palautekyselyillä. Tietotestin ja palautekyselyiden perusteella osallistujien tietämys omasta terveydestä kasvoi. Osallistujat olivat kiinnostuneita ja tyytyväisiä järjestettyihin teemapäiviin. Samankaltaisten tapahtumien järjestämistä toivottiin lisää. Osallistujat huomioivat myös ryhmän hiljaisempia jäseniä ja ryhmähenki koettiin kannustavaksi.

3 VALOKUVAUS PÄIHDEKUNTOUTUKSESSA

Valokuva auttaa ihmistä ilmaisemaan asioita, joiden kertominen voi muuten olla vaikeaa. Valokuvaan eläytyminen on terapeutinen prosessi, jossa valokuva herättää asiakkaassa menneisyyden muistoja, tiedostamattomia asioita ja tulevaisuuden toiveita. Valokuvauksen käyttö terveysalalla on terapeutista valokuvaterapiaa, jossa valokuvaa käytetään viestinnällisenä välineenä asiakkaan ja työntekijän välillä. Valokuva toimii asiakassuhteen mahdollisena vahvistajana ja tukee asiakkaan itsehavainnointia ja halua muutokseen. (Halkola 2009, 13-15.)

Voimauttavan valokuva -menetelmä on sosiaalipedagoginen menetelmä, jossa keskeistä on, että toista ihmistä ei voi voimauttaa. Hoitotyössä tämä tarkoittaa, että onnistunutta hoitosuhdetta on mahdotonta rakentaa, jos potilas ei ole yhteistyöhaluinen ja muutos ei lähde hänestä itsestään. Voimautuminen on yksilön sisäinen prosessi ja työntekijä toimii rohkaisijana, ei auttajan roolissa. Voimautumisprosessi tapahtuu sosiaalisen vuorovaikutuksen kautta. Prosessin aikana yksilö käsittelee arjen tilanteita ja niihin liittyviä vuorovaikutussuhteita. (Savolainen 2009, 211-212, 223, 227.)

Voimauttava valokuva -menetelmää voidaan käyttää vuorovaikutuksen parantamiskeinona esimerkiksi vertaisryhmässä, perheessä tai ammattilaisen ja asiakkaan välillä. Se on myös työväline omaan yksilölliseen identiteettityöhön, jossa valokuvat voivat selkeyttää asiakkaan läpikäymiä ajatuksia ja vahvistaa hänen voimavarojaan. (Savolainen 2009, 211-212.)

Voimauttava valokuva-menetelmässä hyödynnetään erilaisia lähestymistapoja. Yksi lähestymistapa on kuvata tavoitteellisesti arjen teemoja. Valokuvat voivat tukea muutosprosessia. Arjen valokuvaaminen auttaa työstämään elämää vaikeuttavia asioita kuten puolison alkoholiongelmaa. Samalla valokuvien kautta voi vahvistaa arjen iloa ja jaksamista tukevia elementtejä esimerkiksi parisuhdetta. Valokuvaus on luova, epävarma prosessi. Voimauttavassa kuvaamisessa yhteinen teema rakennetaan tietoisesti ja suunnitelmallisesti. Valokuvat kuvastavat asiakkaan valitsemaa teemaa. Prosessin lopussa valokuvat käydään läpi. (Savolainen 2009, 222.)

Asiakkaan käyttäessä voimauttavaa kuvaamista henkilön ei välttämättä tarvitse osata määritellä tai nimetä kuviin liittyviä asioita. Tuotettu teksti ei ole pääasiassa, vaan valokuvat puhuvat asiakkaan puolesta. Menetelmä soveltuu ihmisille, joille on haastavaa ilmaista itseään sanallisesti tai, joille kommunikointi tuottaa muuten vaikeuksia. Otetut kuvat herättävät asiakkaissa henkilökohtaisia tunteita ja siten keskustelua, joka voi helpottaa esimerkiksi terapeutista ohjaustilannetta tai auttaa työntekijää hänen selvittäessään asiakkaan elämäntilannetta. (Savolainen 2009, 217.)

3.1 Voimauttava valokuva-menetelmän käyttö

Voimattava valokuva-menetelmässä osallistujat voivat olla kuvauksenkohteina. Tasavertaisuus ja vuorovaikutus ohjaajan ja kuvattavan välillä korostuu kuvaustilanteissa. ”Sen sijaan, että kuvaaja päättää, miten hän näkee kuvaamansa ihmisen, kuvassa oleva ihminen on päähenkilö, joka määrittelee, miten häntä saa katsoa.” Kuvattavana oleminen voi olla epävarma kokemus, jossa kuvattavan tulee ilmaista selkeästi, miten hän haluaa itseään kuvattavan. (Savolainen 2009, 218; voimauttavavalokuvan www-sivut 2013.)

Leinonen (2014, 9-12, 29, 32-33, 36-38) toteutti Mainiemen päihdekuntoutuskeskuksen asiakkaille (N=4) valokuvaustuokioita. Opinnäytetyöntekijä halusi tutkia luontoterapian ja valokuvauksen vaikutusta. Asiakkaita kuvattiin heidän valitsemisensa ympäristöissä ulkona luonnossa. Valokuvaustuokioiden jälkeen asiakas, hänen omaohjaajansa ja opinnäytetyöntekijä kokoontuivat keskustelemaan valokuvaustuokion kokemuksista. Aineisto analysoitiin jokaisen asiakkaan kanssa yksilöllisesti omaohjaajan ollessa läsnä. Luontoterapia ja valokuvaus sopivat toiminnalliseksi päihdekuntoutuksen muodoksi, sillä erilaiset virikkeet luonnossa helpottivat asiakkaita avautumaan asioista ja rentoutumaan kuvaushetkessä. Asiakkaat pitivät valokuvausta positiivisena kokemuksena. Valokuvaus toimi stressin purkajana ja vahvisti osallistujien itsetuntoa.

Ruohoniemi & Saaristo (2011, 37-41, 43-44, 48-50) toteuttivat Tervalahden kartanon päihdekuntoutuskeskuksen asiakkaille (N=6) toiminnallista päihdekuntoutusta valo-

kuvauksen ja elokuvan keinoin. Osallistujat toteuttivat jokainen oman kollaasin, johon he keräsivät erilaisista lehdistä kuvia, jotka kuvastivat heidän vahvuuksiaan ja voimavarojaan. Valokuvaukset toteutettiin pareittain. Osallistujat valitsivat yhden kuvan omakuvakseen ja otetuista kuvista toteutettiin näyttely. Projektin kulkua arvioitiin osallistuvalla havainnoinnilla jokaisella tapaamiskerralla sekä kontrolloidulla kyselylomakkeella, jonka opinnäytetyöntekijät jakoivat osallistujille projektin alku-, keski- ja loppuvaiheessa. Jokaisen tapaamisen yhteydessä oli myös mahdollisuus vastata vapaamuotoiseen palautepaperiin nimettömästi. Osallistujat kokivat valokuvauksen mielenkiintoisena ja mielekkäänä toimintana ja osa innostui valokuvauksen jatkamisesta harrastuksena. Osalle valokuvaus oli entuudestaan tuttu harrastus, mutta projektin myötä se nähtiin voimavarana. Toiminta tuki osallistujien päihdeettömyyttä.

Lehikoinen (2012, 15, 20, 55-56, 72-73) halusi selvittää, millaisia kokemuksia päihderiippuvuudesta toipuvilla isillä on ja tukea päihderiippuvaisten miesten vanhemmuutta valokuvausmenetelmän keinoin. Opinnäytetyöntekijä toteutti haastattelun, valokuvastuokiot ja reflektion yhteisössä päihdeisien (N=2) kanssa. Isät kuvattiin yhdessä heidän lastensa kanssa. Aineistoa arvioitiin tutkijanpäiväkirjalla ja asiakkailta saaduilla kertomuksilla. Isät saivat myös palautetta toiminnastaan yhteisöltä. Tutkija totesi valokuvatyöskentelyn etuina olevan toiminnan konkreettisuus, voimavarakeskeisyys ja sovellettavuus. Valokuvaus lisäsi päihdeisien itsevarmuutta ja he kokivat hyötyneensä toiminnasta. Työskentely motivoi päihdeisiä sitoutumaan isyyteen ja he kokivat valokuvauksen parantaneen heidän vuorovaikutustaan lapsiinsa. Toinen isistä toivoi, että valokuvaus olisi useammin käytetty menetelmä isän ja lapsen suhteen vahvistamisessa esimerkiksi terveydenhuollossa.

4 PROJEKTIN TARKOITUS JA TAVOITTEET

Tämän projektin tarkoituksena on toteuttaa entisille päihdeidenkäyttäjille päihdekuntoutusta voimauttava valokuva - menetelmällä. Projektin tavoitteena on, että projektin lopuksi osallistujat kokevat onnistumisen tunteita toiminnastaan ja ymmärtävät luovien menetelmien merkityksen päihdekuntoutuksen tukena.

Opinnäytetyöntekijän henkilökohtaisina tavoitteina on kehittää ohjaustaitoja, oppia voimauttava valo-kuvamenetelmästä, oppia toteuttamaan projektiluontoinen opinnäytetyö ja nähdä toiminnallisen keinon vaikutus päihdekuntoutuksessa. Entisiin päihteenkäyttäjiin tutustumisen opinnäytetyöntekijä kokee tärkeäksi, koska päihteenkäyttäjien kohtaaminen terveydenhuollon asiakkaina on hyvin todennäköistä.

5 PROJEKTISUUNNITELMA

Projekti on suunnitelmallista toimintaa, jossa on aina selkeä alku ja loppu. Se alkaa alkuperäisen suunnitelman toteutuksesta ja päättyy, kun kaikki projektiin liittyvät toiminnot on saatettu loppuun, myös loppuraportti. Projektille ominaista on saavuttaa tarkasti määritellyt tavoitteet sovitun aikataulun sisällä. Tavoitteiden saavuttamista arvioidaan läpi prosessin. Projektin toteutus vaatii joustavuutta ja valmiutta osata toimia muutostilanteissa. (Lahtinen 2015; Kettunen 2009; 15.)

5.1 Osallistujien kuvaus

Rauman Katulähetys ry on Raumalla toimiva yhdistys. Yhdistys tarjoaa apua asunnon hankkimiseen ja auttaa koulutus- ja työllistymistilanteissa. Päiväkeskus- ja asumisyksikkö Toivontalo tarjoaa päiväkeskus- ja asumispalveluita. (Rauman seudun Katulähetyksen www-sivut 2013.) Tämän projektin osallistajat (N=3) koostuivat Rauman seudun Katulähetys ry:n jäsenistä, jotka ovat aiemmin olleet päihteenkäyttäjiä. Osallistumiskriteereinä oli puolesta vuodesta kahteen vuoteen jatkunut päihteettömyys ja halu osallistua projektiin.

Osallistajat kuuluvat myös KRIS- yhdistyksen toimintaan. KRIS-yhdistys tukee vankilasta vapautuneita henkilöitä. Yhdistyksen tavoitteina on esimerkiksi estää henkilöitä syrjäytymästä ja edistää heidän paluutaan yhteiskuntaan sekä tukea

päihitteettömyyteen. Toimintaa toteutetaan eri puolilla Suomea, Satakunnassa esimerkiksi vankila- ja avotyönä. (Kris yhdistyksen www-sivut 2016.)

Toivontalon palvelupäällikkö etsi projektiin osallistuvat. Hän tunsi Toivontalon asukkaat ja päiväkävijät ja osasi ottaa yhteyttä ihmisiin, joiden ajatteli olevan projektista kiinnostunut. Projektiin osallistuvia oli vaikea löytää. Vuoden 2016 alkuun mennessä projektiin oli lupautunut kaksi osallistujaa. Palvelupäällikkö vei opinnäytetyöntekijän suostumuslomakkeita (Liite 1) Rauman AA ryhmien kokouksiin ja opinnäytetyöntekijä laittoi 3.1.2016 sähköpostia AA-ryhmille. Opinnäytetyöntekijä kirjoitti myös lyhyen ilmoituksen Toivontalon facebook internetsivuille valokuvausprojektista. Osallistumiskriteereitä päätettiin laskea palvelupäällikön kanssa yhteisymmärryksessä, kun eräs puoli vuotta päihitteettömänä ollut henkilö innostui projektista.

5.2 Projektin resurssit ja riskit

Jokainen projekti sisältää riskejä, joihin on varauduttava ennalta. Riskianalyysissa pohditaan projektin riskejä ja kirjataan ne ylös. Riskianalyysin tueksi voidaan tehdä toimenpidesuunnitelma, johon kirjataan, mitä tehdään, kun ongelmia ilmenee. Riskien toteutumista seurataan koko projektin aikana. (Kettunen 2009, 75.)

Tämän projektin riskeinä on, että projektiin ei saada tarpeeksi osallistujia. Riskeinä on myös osallistujien liian vähäinen motivaatio, aikataulujen sopimattomuus ja se, että osallistujat eivät anna lupaa käyttää valokuvia näyttelyssä. Valokuvaustapaamiset toteutetaan ulkona, joten huono sää on riskitekijä, sillä esimerkiksi sade vaikeuttaa valokuvausta. Riskinä on myös se, että opinnäytetyöntekijän ohjaus ei ole riittävän selkeää ja innostavaa.

Projektin resursseja ovat projektiin osallistuvat ihmiset, laitteet ja koneet, ohjelmistot, materiaalit, työtunnit ja tilat. Resurssit voidaan jakaa muun muassa henkilöresursseihin ja materiaaleihin. (Kettunen 2009, 106, 74-75.) Tässä projektissa materiaaliressuseina ovat digitaalikamera ja valokuvanäyttelyä varten tarvittavat materiaalit eli A4-paperit, liimat, teipit ja kynät. Muita materiaaliressuseja ovat

kehitettävät valokuvat sekä ympäristö jossa opinnäytetyöntekijä ja osallistajat tapaavat Toivontalolla. Henkilöresursseja ovat opinnäytetyöntekijä, projektiin osallistuvat henkilöt, toiminnanjohtaja ja palvelupäällikkö.

5.3 Aikataulu

Opinnäytetyöntekijä piti kesäkuussa 2015 aiheseminaarinsa tutkimuksesta, jonka tarkoituksena oli selvittää Toivontalon entisten päihteidenkäyttäjien syitä raitistumiseen. Aihe muokkaantui toiminnalliseksi opinnäytetyöksi elokuussa 2015 toteutetun suunnitteluseminaarin jälkeen. Projekti tuntui opinnäytetyöntekijästä mielekkäämmältä. Toivontalon toiminnanjohtajaan otettiin yhteyttä ja hän ehdotti valokuvausprojektia.

Toivontalon palvelupäällikkö toimi opinnäytetyöntekijän yhteyshenkilönä. Yhteydenotot tapahtuivat opinnäytetyöntekijän ja palvelupäällikön tapaamisilla Toivontalolla ja sähköpostitse syyskuusta 2015 lähtien. Opinnäytetyöntekijä tapasi palvelupäällikkö Toivontalolla kolme kertaa ennen valokuvaustapaamisia. Muut yhteydenotot toteutuivat sähköpostitse. Projektitapaamisia oli neljä ja ne toteutuivat helmi-maaliskuun 2016 aikana. Opinnäytetyö raportoidaan 18.5.2016.

5.4 Projektin toteutussuunnitelma

Valokuvaustapaamiset edellyttivät paljon käytännön valmistelua opinnäytetyöntekijältä. Opinnäytetyöntekijän tuli selvittää, mistä hän saa kameran valokuvaustapaamisia varten ja varata aikaa sen käytön opettelemiseen sekä ottaa yhteyttä eri valokuvausliikkeisiin selvittääkseen, onko joku valmis sponsoroimaan kehitettävät kuvat Toivontalon valokuvanäyttelyä varten. Osallistujien löytäminen projektia varten vei enemmän aikaa, kuin opinnäytetyöntekijä osasi odottaa.

Projekti käynnistyi projektin palvelupäällikön tapaamisella syyskuussa 2015. Tapaamisessa keskusteltiin projektin tarkoituksesta, resursseista ja aikataulusta. Tapaamisessa päätettiin, että otetuista kuvista järjestetään näyttely Toivontalolle.

Palvelupäällikkö lupasi selvittää digitaalikameran saatavuutta nuorisotakuutalolta tai valo-pajatoiminnasta ja hän lupasi hoitaa osallistujien etsimisen.

Opinnäytetyöntekijä kirjoitti suostumuslomakkeet (Liite 1). Allekirjoittamalla suostumuslomakkeen projektiin osallistuja sitoutui projektiin. Opinnäytetyöntekijä otti sähköpostitse yhteyttä palvelupäällikköön 26.10.2015 yhteistä tapaamista varten. Yhteistyösopimukset allekirjoitettiin 28.10.2015 ja palvelupäällikkö lupasi toimittaa suostumuslomakkeet (Liite 1) osallistujille. Jarin kuvakauppa vastasi sähköpostitse 26.10.2015 ja lupasi kustantaa 16 valokuvaa Toivontalon näyttelyä varten kustannuksetta.

Yhteydenotto jatkui 7.12.2015 sähköpostitse. Opinnäytetyöntekijän selvitti palvelupäälliköltä kameran saatavuutta ja projektiin osallistuvien ihmisten määrää. Projektin kolme osallistujaa olivat tiedossa helmikuussa 2016. Palvelupäällikkö lähetti sähköpostitse 2.2.2016 osallistujien yhteystiedot ja opinnäytetyöntekijä soitti jokaiselle 8.2.2016. Ensimmäiseksi tapaamiskerraksi sovittiin 17.2.2016. Opinnäytetyöntekijä haki kameran Toivontalolta helmikuun alussa.

Opinnäytetyöntekijä valmistautui ensimmäiseen yhteiseen tapaamiseen osallistujien kanssa opettelemalla kameran käyttöä, perehtymällä teoriassa voimauttava valokuva-menetelmään ja diaesityksen (Liite 3) teolla. Diaesityksessä kerrottiin projektin tarkoituksesta, tavoitteista, tapaamisten sisällöstä ja voimauttavasta valokuva-menetelmästä. Opinnäytetyöntekijä tapasi palvelupäällikön muutamaa päivää ennen ensimmäistä sovittua projektitapaamista. Hän esitti valmiin diasarjan ja sai osallistujien allekirjoitetut suostumuslomakkeet.

Osallistujat kokoontuvat yhteen ensimmäisessä tapaamisessa 17.2.2016. Opinnäytetyöntekijä kertoo projektin tarkoituksesta, tavoitteista, toteutuksesta ja aikataulusta sekä ohjaa kameran käytössä. Valokuvaustapaamiset toteutuvat helmimaaliskuun aikana. Kolmannessa tapaamisessa (7.3.2016) osallistujat valitsevat otetuista valokuvista neljä-viisi kuvaa Toivontalon näyttelyä varten. Viimeisessä tapaamisessa (22.3.2016) valokuvat kootaan näyttelymuotoon ja osallistujat ja opinnäytetyöntekijä keskustelevat projektin toteutumista ja onnistumisesta. Näyttely on Toivontalon tiloissa toukokuuhun 2016 asti.

5.5 Arviointisuunnitelma

Projektin onnistumisen arviointi on osa projektia ja opinnäytetyöntekijän oppimisprosessia. Arviointia tulee toteuttaa läpi projektin. Projektin tekijä voi saada palautetta esimerkiksi osastolta, jonne projekti on toteutettu, mutta onnistunut projekti vaatii myös itsearviointia. Itsearviointi on projektihenkilön toteuttamaa arviointia. Projektin jälkeen toteutettavassa jälkiarvioinnissa selvitetään tavoitteiden toteutumista, hankkeen vaikutuksia ja yleisesti ottaen projektin kokonaisuutta. Arvioinnin voi toteuttaa esimerkiksi kyselynä, haastatteluna tai päiväkirjatyöskentelynä. (Hyttinen 2006, 19, 35, 48, 75.)

Tässä projektissa arvio kerätään suullisesti keskustelemalla osallistujien kanssa viimeisen tapaamisen aikana. Keskustelun kysymykset pohjautuvat teemahaastattelurungoon (Liite 2). Opinnäytetyöntekijä kirjoittaa osallistujien antamaan palautteen käsin haastattelun aikana.

6 PROJEKTIN TOTEUTUS

6.1 Ensimmäinen yhteinen tapaaminen

Ensimmäinen tapaaminen toteutui Toivontalolla 17.2.2016. Tapaamiseen oli varattu kaksi tuntia aikaa, mutta tapaaminen kesti tunnin. Paikalle saapui kolme osallistujaa. Tapaamisen alussa opinnäytetyöntekijä ja osallistajat esittäytyivät toisilleen. Opinnäytetyöntekijä kertoi opiskelevansa sairaanhoitajaksi ja harrastaneensa valokuvausta jo vuosia ja päätyi toiminnalliseen opinnäytetyöhön valokuvaustaustansa takia. Projektiin osallistuvat tunsivat toisensa jo etukäteen, minkä ansiosta tunnelma oli rento. Osallistajat kertoivat valokuvaustaustoistaan. Kaksi osallistujista kertoi harrastaneensa valokuvausta, mutta se oli jäänyt. Kolmas osallistujista ei ollut koskaan kokeillut sitä.

Opinnäytetyöntekijä kertoi seuraavaksi tekemänsä diaesityksen (Liite 3) perusteella projektin tarkoituksesta, tavoitteista ja aikataulutuksesta sekä valokuvausta ja voimauttavasta valokuva-menetelmästä. Kolmanteen tapaamiseen tuli muutos. Tapaamisen tarkoituksena oli valita aiemmin otetuista valokuvista neljä tulevaan näyttelyyn. Osallistujat oli alkuperäisessä suunnitelmassa jaettu kahden hengen ryhmiin eli kyseisiä tapaamisia olisi ollut kaksi. Tarve muutoksen syntyi, kun selvisi, että projektiin osallistuvia oli kolme neljän sijasta. Opinnäytetyöntekijä selitti muutoksen syyn ja osallistujat hyväksyivät sen ja sovittiin, että kolmanteen tapaamiseen osallistuisivat kaikki kolme osallistujaa. Opinnäytetyöntekijä keskusteli projektipäällikön kanssa asiasta ensimmäistä tapaamista edeltävänä päivänä ja pitivät tätä parempana vaihtoehtona osallistujien jo tuntiessa toisensa. Näin osallistujat saivat tukea toisistaan ja valokuvien valitseminen saattaisi helpottaa.

Kameran ohjaus piti sisällään kameran peruskäytön opettelua eli kameran käynnistämistä ja sulkemista, valokuvien ottoa ja zoomauksen eli tarkennuksen harjoittelemista. Yksi osallistujista harjoitteli valokuvan ottoa kuvaamalla toista osallistujaa. Valokuva päättyi näyttelyyn, mutta osallistujien anonymiteetin säilyttämiseksi opinnäytetyöhön ei ole lisätty kyseistä kuvaa. Osallistujat kokeilivat kameraa yksitellen ja se sujui kaikilta hyvin. Tapaaminen päättyi aikataulujen sopimiseen, joka sujui ongelmitta. Opinnäytetyöntekijä ja osallistujat sopivat yhteydenottotavoiksi tekstiviestit ja puhelinsoitot.

Kaksi projektiin osallistujista oli ollut päiheettöminä jo pari vuotta, kolmas puoli vuotta. Projektipäällikön mukaan pitkään päiheettömänä olleet puhuvat kokemistaan asioista hyvin avoimesti. Opinnäytetyöntekijä jäi pohtimaan, ymmärsivätkö osallistujat täysin, mitä heidän tulisi kuvata. Yksi osallistujista ihmetteli, pitäisikö esimerkiksi kiven kuvaaminen merkitä jotakin. Toinen osallistujista kertoi jo päättäneensä yhden paikan, mitä kuvata. Hän kertoi haluavansa kuvata tuttua tyhjää puistonpenkkiä, joka oli viime kesänä täynnä päiheidenkäyttäjiä, hän mukaan lukien.

6.2 Valokuvaustapaamiset

Valokuvaustapaamiset alkoivat Toivontalon luota ja kuvausympäristönä toimi Rauman keskusta. Valokuvaustapaamisiin varattiin pari tuntia, mutta jokainen tapaaminen kesti noin tunnin. Projektiin osallistujat ovat entisiä päihteidenkäyttäjiä ja heidän nimensä on muutettu henkilöiden anonymiteetin säilyttämiseksi.

Projektin osallistujat valmistautuivat valokuvaustapaamisiin kysymysten avulla, jotka opinnäytetyöntekijä lähetti tekstiviestillä ennen tapaamisia. Valokuvat kuvasivat osallistujien näkemyksiä siitä, mitä päihteettömyys merkitsi heille. Onko se arkipäivää vai uutta? Mitä haasteita arki heille tuottaa ja mitkä asiat auttavat jaksamaan siinä? Kuvattavia asioita etsittiin näiden kysymysten avulla. Osallistujat miettivät kysymyksiin vastauksia ennen tapaamisia ja valokuvaustapaamisissa opinnäytetyöntekijä esitti kysymykset osallistujille uudelleen. Valokuvat löytyvät opinnäytetyön lopusta (Liite 4).

Opinnäytetyöntekijä päätyi siihen, että osallistujat kuvasivat ympäristöä. Kaikilla osallistujilla oli enemmän aikaa valokuvaamisesta ja osallistujat olisivat saattaneet perääntyä projektista, jos he olisivat kuulleet, että he joutuvat kuvattavaksi. Kuvauskohteina oli osallistujien arki (Liite 4). ”-se, miten voimme tietoisesti valita katsoa toisin ja nostaa kuormittavien asioiden sijasta näkyväksi sellaisenkin ehjyyden, joka on niin haurasta, ettei se vielä ole oikeastaan edes olemassa” (voimauttavavalokuvan [www-sivut 2013](#)).

Valokuvaustapaaminen koostui kameran käytön ohjauksesta ja keskusteluista osallistujan kanssa. Opinnäytetyöntekijä kannusti ohjauksellaan osallistujan itseohjautuvuuteen: valokuvia ei ottanut opinnäytetyöntekijä, vaan osallistuja.

6.2.1 Raija

Raija on ollut päihteetön kaksi vuotta ja päihteettömyys oli hänelle arkipäivää. Päihteettömyys merkitsi hänelle uutta elämää. Tärkeitä asioita hänen elämässään ovat seurakunta, jossa hän käy päivittäin, luonto, eläimet, ystävät, aviomies ja

yleensä ottaen ihmiset hänen ympärillään. Hän kertoi arvostavansa asioita entisestään ja näkevänsä elämän uudella tavalla. Raijalla oli kokemusta valokuvaamisesta jonkin verran. Hän kertoi omistaneensa joskus kameran, mutta kuvaavansa nykyään liian harvoin.

Opinnäytetyöntekijä ja Raija tapasivat Toivontalon edessä. Valokuvaustuokio sujui Raijan kanssa varsin luontevasti alkukankeuden jälkeen. Hän vastasi opinnäytetyöntekijän esittämiin kysymyksiin avoimesti ja aloitti myös muutaman kerran itse keskustelun. Raija ehdotti kirkon kuvaamista, mutta asia jäi toteuttamatta, koska sinne olisi ollut liikaa matkaa. Opinnäytetyöntekijä ja Raija kiersivät kanaalin ympäri. Eläin- ja luontorakkaana Raija päätti kuvata kanaalia ja siellä olevia sorsia. Raija kertoi kaipaansa jo valoa ja vihreyttä. Hän löysi vihreää kuvaamistaan pensaista, maasta pilkottaneesta sammaleesta sekä puun jäkälästä. Hän kuvasi myös taivasta. Raijalle hänen kissansa ovat tärkeitä. Hän kertoi kissojen olleen erittäin tärkeä syy elää hänen käyttäessään vielä päihteitä. Opinnäytetyöntekijä ehdotti Raijalle tämän kissojen kuvaamista.

Raija rentoutui selvästi valokuvaustuokion aikana. Hän huomioi ympäristöään tarkasti ja löysi hyviä kuvauskohteita, jotka vastasivat opinnäytetyön esittämiin kysymyksiin. Raija totesi tuokion tehneen hyvää, sillä hän koki lähtevänsä harvoin yksinään kuvaamaan. Tapaaminen päättyi Toivontalolle.

6.2.2 Eerik

Eerik on ollut päihteetön kahden vuoden ajan. Ensimmäisen puolen vuoden aikana arjen pohjana oli ajatus olla selvinpäin ja päivät olivat rutiininomaisia. Rutiineihin kuului kävellä samoja paikkoja, joissa hän oli vierailut aiemmin päihteidenkäyttäjänä. Valokuvissa Eerik halusi kuvata hänelle merkityksellisiä paikkoja Rauman keskustasta. Osa paikoista muistutti päihteidenkäyttöajoista, kun taas osa kuului hänen nykyarkeensa. Eerikillä ei ollut valokuvauksesta kokemusta. Tapaamisen aikana tärkeämmäksi muodostui opinnäytetyöntekijän ja Eerikin välinen keskustelu kuin itse valokuvaus. Opinnäytetyöntekijä ilahtui siitä, kuinka avoimesti Eerik puhui päihdeajoistaan ja nykyisestä elämästään.

Opinnäytetyöntekijä ja Eerik tapasivat Toivontalon edessä. Eerik aloitti valokuvauksen heti kuvaamalla Toivontaloa ja sitä ympäröiviä rakennuksia Lyseokadulla. Hän totesi opinnäytetyöntekijän määräävän, mitä tehdään. Opinnäytetyöntekijä kysyi, onko tiettyjä paikkoja, missä Eerik haluaisi kuvata. Paikaksi valikoitui Rauman linja-autoasema. Valokuvaustuokio jatkui vapaaseurakunnan pihalle, joka oli seuraava kuvauskohde. Eerik mainitsi tärkeiksi asioiksi musiikin ja kitaran soiton lisäksi uskon tulon ja seurakunnan. Usko merkitsi hänelle muutakin kuin kirkossa käyntiä, sillä usko auttoi Eerikiä löytämään monia ystäviä. Eerik mainitsi myös uuden työpaikan merkitykselliseksi askeleeksi. Eerik olisi halunnut mennä kuvaamaan vapaaseurakunnan rakennukseen, mutta koska se oli suljettu, se ei onnistunut.

Eerik mainitsi parisuhteen ylläpidon olevan haasteellista. Eerik toimii KRIS-yhdistyksessä tukihenkilönä ja kokee sen haasteellisena. Opinnäytetyöntekijästä tapaaminen oli onnistunut ja Eerik keksi valokuvattavat kohteet itsenäisesti. Opinnäytetyöntekijä näki tärkeänä, että osallistujat löysivät itse kuvattavat kohteensa. Eerikille tämä oli kuvata paikkoja. Tapaaminen päättyi Toivontalolle.

6.2.3 Pauli

Pauli on ollut päihteetön puoli vuotta ja hän kertoi päihteettömyyden merkitsevän helpompia päiviä ja taloudellisesti helpompaa aikaa kuin päihteitä käyttäessään. Opinnäytetyöntekijä näki mielenkiintoisena sen, että projektiin osallistui sekä pidemmän että lyhyemmän ajan päihteettömänä olleita. Paulilla oli kokemusta valokuvauksesta jonkin verran. Hän lähti mukaan reippaasti, mutta tunnelmaa laski Paulin huoli siitä, ehtisikö hän seuraavana tapaamiseensa tunnin päästä.

Tapaaminen alkoi Toivontalolta ja reitti muodostui Toivontalon läheisistä kaduista ja kanaalin rannasta. Pauli halusi kuvata majakan ja kertoi muistoja herättävien puistonpenkkien sijaitsevan majakan takana. Hän kertoi valinneensa majakan kuvauskohteeksi, koska majakka “pelastaa hädässä olevia”. Seuraavaksi

kuvauskohteeksi tuli Bueno Vista- ravintola. Pauli kertoi käyneensä paljon ravintoloissa silloin, kun rahaa vielä oli.

Pauli mainitsi Toivontalon yhdeksi tärkeimmistä paikoista hänen arkensa tukemissa. Lähikauppa Sale, Toivontalon kyltti sekä Toivontalon läheiset kadut toimivat hänen kuvauskohteinaan. Paulin ystävä tuli vastaan ja hän suostui kuvattavaksi. Pauli otti lopuksi kuvan Toivontalon ikkunassa olevista mainoksista, joissa kerrottiin erilaisista ryhmistä. Hän kertoi osallistuneensa moniin Toivontalon järjestämiin ryhmiin saadakseen aikansa kulumaan. Esimerkkinä hän mainitsi Toivontalon järjestämän Korva-akupunktio-ryhmän.

Pauli kertoi käyvänsä viikottain teatterissa avustamassa muun muassa valoissa ja olevansa mukana KRIS-yhdistyksen toiminnassa. Hän mainitsi uusien ystävien löytämisen olevan haastavaa. Tapaaminen päättyi Toivontalon luo. Kuvaustuokio sujui loppujen lopuksi hyvin ja Pauli löysi hyviä kuvauskohteita, jotka kuvasivat hänen nykyistä arkeaan.

6.3 Kolmas tapaaminen

Kolmas tapaaminen toteutui Toivontalolla maanantaina 7.3.2016. Tapaamisen ideana oli valita neljästä viiteen kuvaa Toivontalolla toteutettavaan näyttelyyn. Opinnäytetyöntekijä selvitti palvelupäälliköltä sähköpostitse ennen tapaamista näyttelyn paikan Toivontalolla. Paikaksi valikoitui päiväsal. Opinnäytetyöntekijä otti yhteyttä sähköpostitse Jarin kuvakauppaan ja varmisti, että he vielä kehittivät valokuvat ilmaiseksi näyttelyä varten.

Tapaaminen alkoi kuulumisten vaihtamisella. Osallistujista vain kaksi pääsi paikalle, kolmannelle tuli este viime hetkellä. Ongelmaksi osoittautui se, että kameran mukana ei ollut hdmi-johtoa, joka johti siihen, että osallistujat joutuivat selaamaan kuvia kameran näytöllä valitakseen niistä mieluisimmat. Opinnäytetyöntekijä ohjeisti osallistujia kuvien valinnassa muistuttamalla heitä valittavien valokuvien määrästä ja tulevasta valokuvanäyttelystä. Eerikillä ei mennyt kauaa valokuvien läpikäymisessä ja hän valitsi neljä kuvaa itsenäisesti. Pauli katseli kuvia pidempään ja vertaili

valokuvia keskenään, koska hän oli ottanut monista kohteista useamman kuvan. Opinnäytetyöntekijä katseli kuvia Paulin kanssa yhdessä, mutta Pauli valitsi itse viisi kuvaa.

Tapaamisen tunnelma oli rento. Osallistujat kysyivät rohkeasti, jos jokin asia jäi epäselväksi. Eräs osallistujista kysyi, voisiko valokuville kirjoittaa kuvatekstit näyttelyä varten. Opinnäytetyöntekijä vastasi tämän sopivan erittäin hyvin. Ennen tapaamisen päättymistä opinnäytetyöntekijä sopi alustavan viimeisen tapaamisen yhdessä osallistujien kanssa ja kertoi ilmoittavansa, jos päivä ei sovi osallistujalle, joka ei päässyt osallistumaan kolmanteen tapaamiseen. Kolmas tapaaminen edellämämainitun osallistujan eli Raijan kanssa sovittiin puhelimitse vielä samalle viikolle.

Opinnäytetyöntekijä selvitti hdmi-johdon saatavuutta seuraavana päivänä palvelupäälliköltä. Hän lupasi soittaa pajalle, josta kamera oli lainattu. Pajalta vastattiin, että valokuvat on siirretty aina muistitikun avulla koneeseen. Opinnäytetyöntekijä tapasi kolmannen osallistujan, Raijan, Toivontalolla keskiviikkona 9.3.2016. Raija harmitteli, ettei tullut ottaneeksi enemmän kuvia. Hän löysi valokuvien joukosta mieluisat viisi kuvaa. Opinnäytetyöntekijä siirsi valokuvat kotikoneelleen ja kävi kehittämässä valokuvat samana päivänä Jarin kuvakaupassa.

6.4 Neljäs tapaaminen

Neljännessä tapaamisessa osallistujat ja opinnäytetyöntekijä tapasivat viimeistä kertaa. Kokoontumisen ideana oli koota valokuvanäyttely Toivontalon päiväsalin tiloihin ja kerätä osallistujilta palautetta projektista. Yhteisen päivän sopiminen vaati monia soittoja ja tapaamispäiväksi sovittiin torstai 17.3. 2016. Opinnäytetyöntekijä sai kyseisellä viikolla puhelinsoiton yhdeltä osallistujalta. Osallistuja oli saanut sairaskohtauksen ja ei voinut enää osallistua projektiin. Opinnäytetyöntekijä soitti kahdelle muulle osallistujalle ja alkuperin sovittu tapaamispäivä siirtyi tiistaille 22.3.2016.

Tapaaminen alkoi kuulumisten vaihtamisella ja tapaamisen sisällön selittämällä. Osallistujien kanssa sovittiin, että palaute annettiin lopuksi. Osallistujat esittivät valokuvansa toisilleen ja kertoivat, mitä valokuvat merkitsivät heille. Opinnäytetyöntekijä esitti Eerikin kuvat muille osallistujille ja kuvaili muutamalla sanalla, mitä heidän valokuvaustapaaminen piti sisällään.

Opinnäytetyöntekijä oli varautunut tapaamiseen omakustanteisesti A4 papereilla, liimoilla, teipillä ja kynillä. Valokuvat oli määrä liimat yksitellen A4 papereille ja valokuviin sai liittää kuvateksti halutessa. Raija työskenteli itsenäisesti eikä tarvinnut apua kuvatekstien teossa tai niiden kirjoittamisessa. Hänen tekstinsä olivat runollisia. Opinnäytetyöntekijä keskittyi kannustamaan Paulia kuvatekstien teossa. Pauli selitti jokaisen valokuvan takana olevan tarinan ja käski opinnäytetyöntekijää tiivistämään hänen kertomaansa. Opinnäytetyöntekijä kannusti Paulia itse miettimään, mitä kuvatestit sisältäisivät ja lupasi kirjoittaa tekstit.

Valokuvat aseteltiin Toivontalon päiväsalin. Näyttelyn nimeksi sovittiin ”tie ja totuus”. Opinnäytetyöntekijä toteutti viimeisen osallistujan kanssa teemahaastattelun puhelimitse huhtikuun alussa sekä palautti kameran Toivontalolle. Projekti päättyi siihen, kun opinnäytetyöntekijä vei toukokuussa paperimuodossa loppuraportin eli opinnäytetyön Toivontalon palvelupäällikölle.

7 POHDINTA

7.1 Projektin toteutuksen arviointi

Tämän projektin tarkoituksena oli toteuttaa entisille päihdeidenkäyttäjille päihdekuntoutusta voimauttava valokuva - menetelmällä. Projektin tavoitteena oli, että projektin lopuksi osallistujat kokevat onnistumisen tunteita toiminnastaan ja ymmärtävät luovien menetelmien merkityksen päihdekuntoutuksen tukena. Valokuvausprojekti käynnistyi syyskuussa 2015 Toivontalon palvelupäällikön kanssa järjestämässä tapaamisessa. Toivontalon toiminnanjohtaja ehdotti ideaa.

Opinnäytetyöntekijä harrastaa itse valokuvausta ja siten innostui ajatuksesta. Projektin osallistujiksi valikoitui Toivontalon asukkaita ja päiväkävijöitä.

7.1.1 Arviointi resurssien ja riskien hallinnasta

Tämän projektin riskeinä on, että projektiin ei saada tarpeeksi osallistujia. Riskeinä oli myös osallistujien liian vähäinen motivaatio, aikataulujen sopimattomuus ja se, että osallistujat eivät anna lupaa käyttää valokuvia näyttelyssä. Riskeinä oli myös huono sää valokuvaustapaamisten aikana. Opinnäytetyöntekijä piti myös riskinä sitä, olisiko hänen ohjauksensa tarpeeksi selkeää ja innostavaa.

Opinnäytetyöntekijä varautui projektin riskeihin varaamalla runsaasti aikaa osallistujien etsimiseen ja laajensi kohderyhmäänsä Toivontalon ulkopuolelle ottamalla yhteyttä muun muassa Rauman AA-ryhmiin. Tapaamispäivät sovittiin ensimmäisellä yhteisellä tapaamiskerralla viimeistä tapaamista lukuun ottamatta ja aikataulu piti hyvin läpi projektin. Valokuvaustapaamisia suosi aina hyvä sää. Projektiin osallistuneet osoittautuivat varsin motivoituneiksi ja saapuivat sovittuna päivänä.

Opinnäytetyöntekijä varmisti osallistujien paikalle tulon sillä, että hän lähetti tekstiviestimuistutuksen ennen tapaamisia. Aikataulujen sopimista helpotti se, että opinnäytetyöntekijä pystyi tapaamaan osallistujia joustavasti. Opinnäytetyöntekijä pyrki ohjauksessaan selkeään ilmaisuun ja kannusti osallistujia kysymään ja ottamaan yhteyttä tapaamisten ulkopuolella. Opinnäytetyöntekijä sai palautetta, että hänen antamansa ohjaus oli onnistunutta.

Tässä projektissa materiaaliressusseina olivat digitaalikamera ja valokuvanäyttelyä varten tarvittavat materiaalit eli A4-paperit, liimat, teipit ja kynät. Muita materiaaliressuseja ovat kehitettävät valokuvat sekä ympäristö jossa opinnäytetyöntekijä ja osallistujat tapaavat Toivontalolla. Henkilöressuseja olivat opinnäytetyöntekijä, projektiin osallistuvat henkilöt, toiminnanjohtaja ja palvelupäällikkö. Toivontalon palvelupäällikkö osallistui projektin toteutukseen aktiivisesti ja tuki opinnäytetyöntekijää koko prosessin ajan. Digitaalikamera saatiin pajalta ja Jarin kuvakauppa sponsoroit kehitettävät kuvat valokuvanäyttelyä varten. Opinnäytetyöntekijä kustansi valokuva-

näyttelyä varten tarvittavat materiaalit. Toivontalolta löytyi vapaita tiloja tavata osallistujia. Projektiin etsittiin alun perin neljää osallistujaa, mutta osallistujien löytäminen osoittautui vaikeaksi.

7.1.2 Arviointi aikataulutuksesta

Projekti käynnistyi syyskuussa 2015. Valokuvaustapaamisten suunniteltiin alkavan tammi-helmikuussa. Osallistujien etsiminen vei odotettua kauemmin, mutta valokuvaustapaamiset toteutuivat helmi-maaliskuussa. Opinnäytetyöntekijä kirjoitti raporttinsa maaliskoukokuun aikana. Opinnäytetyö raportoidaan 18.5.2016.

7.2 Projektin onnistumisen arviointi

Opinnäytetyöntekijä keräsi osallistujilta palautetta tapaamisten lopuksi vapaamuotoisesti ja viimeisellä tapaamisella teemahaastattelulla. Haastattelu pohjautuu teemahaastattelurunkoon (Liite 2). Opinnäytetyöntekijä koki vaikeaksi saada osallistujilta palautetta tapaamisten sisällöstä.

Blomster (2013, 34-36) totesi tutkimuksessaan toiminnallisten ryhmien olevan tärkeää vertaistuen ja uusien ihmissuhteiden syntymiselle sekä tärkeässä osassa kuntoutumista. Opinnäytetyöntekijä sai samanlaisia tuloksia projektista. Osallistujat tunsivat toisensa entuudestaan, joten ryhmä toimi yhdessä hyvin. Ilmapiiri koettiin hyväksi ja kannustavaksi. Projekti toi tekemistä arkeen ja osallistujat kokivat onnistumisen tunteita projektissa.

”Odotti jo, koska tapaa taas sen nuoren tytön”

”Tuttuja ihmisiä, et helppohan siinä oli olla.”

Osallistujat antoivat positiivista palautetta aikataulusta. Tapaamispäivät sovittiin ensimmäisellä tapaamiskerralla ja aikatauluihin ei tullut suurempia muutoksia. Tapaamiset olivat keskimäärin parin viikon välein, mutta osallistujat eivät kokeneet taukoja liian pitkiksi.

Osallistajat kertoivat olleensa motivoituneita. Opinnäytetyöntekijä oli osittain samaa mieltä asiasta. Osallistajat saapuivat tapaamisiin sovittuina päivinä, mutta he eivät aina olleet perillä tapaamisten sisällöistä. Opinnäytetyöntekijä sai palautetta siitä, että projekti käynnistyi hitaasti, mikä tarkoitti sitä, että kesti kauan, että ensimmäinen tapaaminen toteutui. Yksi osallistujista lupautui projektiin jo vuoden 2015 lopulla, mutta tapaamiset alkoivat vasta helmikuussa 2016. Hän koki motivaation heikentyneen siinä kohtaa.

Ensimmäisellä tapaamisella annetusta ohjeistuksesta huolimatta osallistujille jäi hieman epäselväksi, mitä heidän tulisi valokuvaustapaamisissa kuvata.

”Loppujen lopuksi oli hyvä, ettei rajattu liian tarkkaan, mitä kuvata. Oli enemmän vapautta.”

Leinonen (2014, 9-12, 29, 32-33, 36-38) totesi tutkimuksessaan luontoterapian ja valokuvauksen sopivan toiminnalliseksi päihdekuntoutuksen muodoksi. Erilaiset virikkeet luonnossa helpottivat asiakkaita avautumaan asioista ja rentoutumaan kuvaushetkessä. Projektin valokuvaustapaamisia toteutuivat Rauman keskustassa, jossa kaupungin virikkeet ja tutut seudut auttoivat asiakkaita rentoutumaan ja löytämään kuvauskohteita. Valokuvaus koettiin mukavaksi tekemisen muodoksi ja osallistajat sanoivat ajattelevansa jatkaa sitä. Valokuvaaminen keskustelun aikana rentoutti osallistujia ja he vapautuivat keskustelemaan avoimesti. Osallistajat ottivat valokuvia keskimäärin 6-10 kappaletta. Erästä osallistujaa harmitti, ettei hän kuvannut enempää.

”Käytii valokuvaamassa ja puhuttiin paskaa – tai eihän se nyt paskaa ollut, täyttää asiaaha.”

Edeltävä lainaus on eräältä osallistujalta. Opinnäytetyöntekijä ihmetteli suorasukaista kommenttia, mutta ymmärsi lauseen merkityksen.

Neljännän tapaamisen eli viimeisen kokoontumisen kerrottiin olleen antoisimpia. Osallistajat kokivat onnistumisen tunteita kun saivat nähdä kehitetyt valokuvat ja koota ne näyttelyn muotoon. He kokivat saavuttaneensa jotakin hienoa. Valokuvat

asetettiin tarkkaan järjestykseen niin, että niistä syntyi pieni tarina ja kuvatekstien tekoon käytettiin aikaa. Opinnäytetyöntekijä piti tapaamista yhtenä parhaimmista kaikista tapaamisista. Samankaltaisia tapahtumia kaivattiin lisää.

”Hienolta näyttää kyllä!”

”Ota vaa yhteyttä, jos samanlaista toimintaa tulee uudelleenki!”

Opinnäytetyöntekijä asetti yhdeksi projektin tavoitteeksi sen, että osallistujat ymmärtävät luovien menetelmien merkityksen päihdekuntoutuksen tukena. Toivontalon palvelupäällikkö neuvoi opinnäytetyöntekijää projektin alussa siihen, ettei tämä painottaisi liikaa sanaa ”päihdekuntoutus”. Tavoite kuulostaa opinnäytetyöntekijästä näin jälkikäteen oudolta ja epärealistiselta. Entiset päihteidenkäyttäjät elävät päivä kerrallaan eivätkä tunne käsitettä ”päihdekuntoutus”. Opinnäytetyöntekijä ihmettelee asettamaansa tavoitetta.

Opinnäytetyöntekijän ohjausta kuvailtiin sanoilla ”selkeää” ja ”onnistunutta”. Opinnäytetyöntekijä kokee, ettei puuttunut liikaa osallistujien toimintaan valokuvaustapaamisissa, vaan oli tukijan roolissa. Osallistujien kanssa työskentely vaati välillä myös tiukkuutta. Opinnäytetyöntekijä ei esimerkiksi suostunut tiivistämään erään osallistujan kertomia tarinoita valokuviin liittyen, mutta lupasi kirjoittaa ylös, mitä osanottaja kertoi.

Osallistujien anonymiteetin säilyminen on huomioita työssä. Yksi osallistujista harjoitteli valokuvan ottoa ensimmäisessä tapaamisessa kuvaamalla toista osallistujaa. Valokuva päättyi näyttelyyn, mutta opinnäytetyöhön ei ole lisätty kyseistä kuvaa. Osallistujien nimet on muutettu työssä. Kaikki muistiinpanot, mitä opinnäytetyöntekijä kirjoitti ylös esimerkiksi valokuvaustapaamisten aikana, hävitettiin loppuraportin valmistuttua.

7.3 Ammatillisen kehittymisen arviointi ja jatkotutkimushaasteet

Henkilökohtaisina tavoitteinani oli kehittää ohjaustaitoja, oppia voimauttava valokuva-menettelystä, oppia toteuttamaan projektiluontoinen opinnäytetyö ja nähdä toiminnallisen keinon vaikutus päihdekuntoutuksessa.

Projektiluontoinen opinnäytetyö oli pitkä, mutta antoisa prosessi. Tapaamiset edellyttivät tarkkaa suunnittelua ja kärsivällisyyttä. Pehdyin voimauttava valokuva -menetelmään sekä projektiluontoisen opinnäytetyön vaiheisiin ensin teoriassa. Tietämykseni eri päihteistä ja päihdekuntoutuksen muodoista lisääntyi ja olen harjaantunut pohtimaan eri lähteiden luotettavuutta. Ohjaustaitoni kehittyivät projektin edetessä ja uskaltauduin pienen ryhmän eteen opinnäytetyöntekijän roolissani. Opinnäytetyön raportin tekeminen oli haastavin vaihe koko projektissa. Kirjoittamisen aikana kehityin tieteellisen tekstin laatimisessa ja olen tyytyväinen lopputulokseen.

Toivontalon palvelupäällikkö kertoi, että yksi osallistujista oli kertonut valokuvausprojektista ja esitelletyt otettuja valokuvia Toivontalon kävijöille. Kyseinen osallistuja kehotti minua myös kertomaan, jos samankaltaisia projekteja järjestetään uudestaan. Tuntui hyvältä kuulla, että projektillani on ollut suuri vaikutus ainakin yhteen osallistajaan. Olen ylpeä osallistujien ottamista valokuvista ja tyytyväinen projektiin kokonaisuutena.

Ihmisillä voi olla erilaisia ennakkoluuloja entisiä päihteidenkäyttäjiä kohtaan ja heidän kohtaamisensa saatetaan kokea vaikeaksi. Minulla oli Toivontalon harjoittelun kautta kokemusta nykyisten ja entisten päihteidenkäyttäjien kanssa työskentelystä. Se, miten avoimesti osallistajat puhuisivat päihdetaustastaan, mietitytti kuitenkin minua etukäteen. Oli erittäin mielenkiintoista tutustua entisiin päihteidenkäyttäjiin ja kuulla heidän tarinansa. Osallistajat osoittautuivat puheliiksi ja kertoivat rehellisesti päihdetaustoistaan. Yksi osallistujista avautui siitä, millaista hänelle oli aloittaa päihdetön elämä pari vuotta sitten, kun taas toinen oli nyt siinä tilanteessa. Uskon, että nykyään pystyn kohtaamaan entisiä päihteidenkäyttäjiä ennakkoluuttomammin kuin aiemmin.

Jatkotutkimushaasteiksi ehdotan tutkia muiden luovien menetelmien käytön vaikutavuutta päihdekuntoutuksessa. Pidän valokuvausta hyvänä menetelmänä päihdekuntoutuksessa ja samankaltainen projekti voitaisiin toteuttaa esimerkiksi niin, että valokuvaustapaamisia oli useampi.

LÄHTEET

Blomster, J. 2013. Toiminnallisuus päihdekuntoutuksessa. AMK-opinnäytetyö. Lapin ammattikorkeakoulu. Viitattu 11.12.2015. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2013061213980>

Halkola, U. 2009. Mitä valokuvaterapia on? Teoksessa U. Halkola., T. Koffert., L. Mannermaa & L. Koulu (toim.) Valokuvauksen terapeutinen voima. Helsinki: Duodecim

Huttunen, M. 2014. Päihde- ja huumeriippuvuus. Viitattu 10.10.2015. <http://www.terveyskirjasto.fi>

Hyttinen, N.K. 2006. Arviointi avuksi projektityöhön. Helsinki: Trio-Offset Oy

Ikonen, Yrmy. 2009. Yhteisöhoito. Viitattu 30.9.2015. <http://www.paihdelinkki.fi>

Kettunen, S. 2009. Onnistu projektissa. Helsinki: WSOY

Kris yhdistyksen www-sivut. 2016. Viitattu 19.2.2016. <http://www.kris.fi>

Koski-Jännes, A. 2009. Riippuvuus yksilön ongelmana. Viitattu 1.9.2015. <http://www.paihdelinkki.fi>

Lahtinen, E. 2015. Projektiluontoinen opinnäytetyö. Luento Satakunnan ammattikorkeakoulun hoitotyön tutkimus- ja kehittämismenetelmät opintojaksossa 31.3.2015

Lappalainen-Lehto, R., Romu, M-L. & Taskinen, M. 2008. Haasteena päihteet. Helsinki: WSOY

Lehikoinen, J. 2012. Viina, veto vai vekara. Voimauttava valokuva päihderiippuvaisen miehen isyyden tukena. Kehittämistyö. Diakonia-ammattikorkeakoulu. Viitattu 10.1.2016. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2012112115890>

Lehtinen, R. & Äikäs, K. 2014. Terveyttä edistävä ravitsemus ja liikunta – Teemapäivät Kankaanpään A-kodin Joukanen- yhteisössä. AMK-opinnäytetyö. Satakunnan ammattikorkeakoulu. Viitattu 20.4.2016. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2014122920711>

Leinonen, J. 2014. Tarinasta kuvaksi – Luonto- ja valokuvaterapeutin prosessi päihdekuntoutuksessa. AMK-opinnäytetyö. Hämeen ammattikorkeakoulu. Viitattu 9.1.2016. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2014052810733>

Paihdelinkin www-sivut 2016. Tietoa päihdehoidosta. Viitattu 16.1.2016. <http://www.paihdelinkki.fi>

Päihdehuoltolaki. 1986. L 17.1.1986/41.

Rauman seudun katulähetyksen www-sivut 2013. Viitattu 12.1.2016
<http://www.raumanseudunkatulahetys.fi>

Ruohoniemi, M. & Saaristo, S. 2011. Voimauttavat valokuvat – elokuvan ja valokuvauksen käyttö päihdekuntoutuksessa. AMK-opinnäytetyö. Lauren ammattikorkeakoulu. Viitattu 10.1.2016.
<http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-201103293671>

Savolainen, M. 2009. Voimauttavan valokuvan menetelmä. Teoksessa U. Halkola., T. Koffert., L. Mannermaa & L. Koulu (toim.) Valokuvauksen terapeuttinen voima. Helsinki: Duodecim

Seppä, K., Aalto, M., Alho, H. & Kiiänmaa, K. 2012. Huume- ja lääkeriippuvuudet. Helsinki: Duodecim

THL www-sivut. 2014. Päihdehoito. Viitattu 3.3.2016. <https://www.thl.fi>

THL www-sivut 2015. Tilastoraportti: Päihdehuollon huumeasiakkaat 2014. Viitattu 16.3.2016. <http://www.thl.fi>

Työikäisiä kuolee aiempaa vähemmän verenkiertoelinten sairauksiin 12/2015. Helsinki: Tilastokeskus. Viitattu 27.1.2016. <http://www.stat.fi>

Voimauttava valokuva-menetelmän www-sivut 2013. Viitattu 2.4.2016.
<http://www.voimauttavavalokuva.net>

LIITE 1

Arvoisa vastaanottaja,

Opiskelen sairaanhoitajaksi Satakunnan ammattikorkeakoulun terveysosaamisalueen hoitotyön koulutusohjelmassa Raumalla. Teen opinnäytetyön yhteistyössä Rauman seudun Katulähetys ry:n kanssa. Pyydän sinua osallistumaan valokuvausprojektiini.

Ensimmäisessä tapaamisessa Toivontalolla kerron osallistujille valokuvausprojektista, vastaan kysymyksiinne ja ohjaan kameran käytössä tarvittaessa. Toisessa tapaamisessa otetaan valokuvia, niin että opinnäytetyöntekijä on kahdestaan jokaisen osallistujan kanssa. Kolmannessa tapaamisessa käymme kahden osallistujan ryhmissä otettuja kuvia läpi ja valitsemme kultakin neljä parhaita Toivontalon näyttelyyn. Neljännessä tapaamisessa kokoonnumme yhteen ja esittelemme otettuja valokuvia toisillemme ja arvioimme valokuvausprojektin onnistumista. Valokuvanäyttely pystytetään tämän jälkeen Toivontalon tiloihin.

Tapaamisia on noin 4-6 ja ne toteutetaan kevään 2016 aikana Toivontalolla, Lyseokatu 7. Projektiin osallistuu kolme muuta sinun lisäksi. Osallistujana toivon sinulta joustavuutta aikatauluihin sekä innokasta ja ennakkoluulotonta mieltä.

Toivon sinun täyttävän ohessa olevan suostumuksen (ympäroi vastauksesi) ja palauttavan sen annetussa kirjekuoressa Toivontalon palvelupäällikkö Minna Wahlmanille 15.12.2015 mennessä.

Osallistun En osallistu

Allekirjoitus _____

Puh. _____

S-posti _____

Ystävällisin terveisin, Noora Nieminen puh. [REDACTED]

s-posti [REDACTED]

Minna Wahlman puh. [REDACTED]

s-posti [REDACTED]

LIITE 2

Teemahaastattelurunko

Osallistujien omat kokemukset

- valokuvaus voimaannuttavana asiana ja osana toiminnallista päihdekuntoutusta
- onnistumisen tunne
- ryhmähenki
- osallistujien jaksaminen projektin aikana (motivaatio)

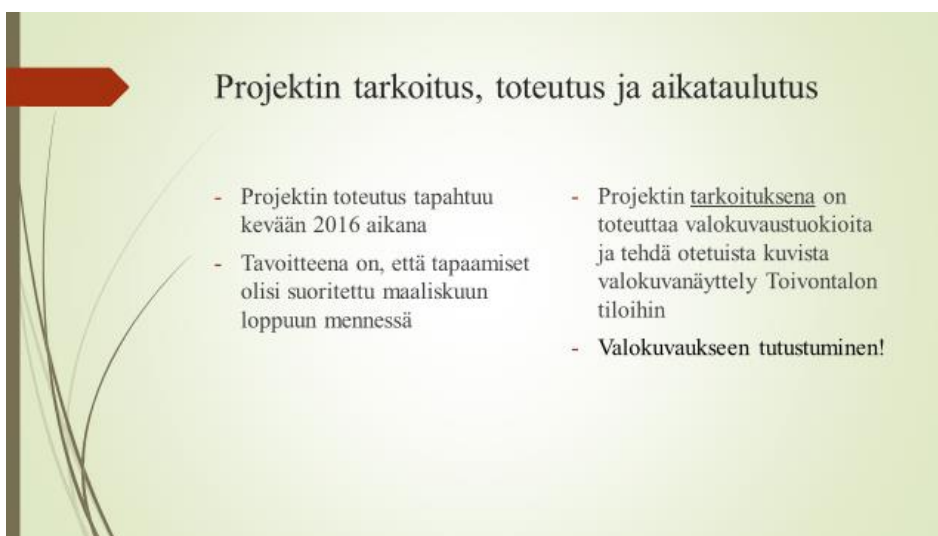
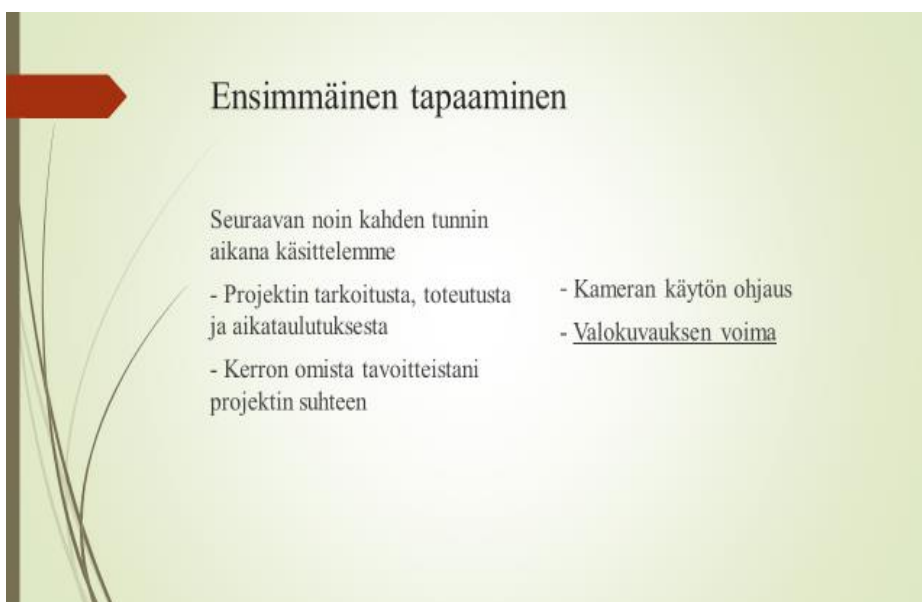
Tapaamisten sisältö ja niiden kulku

- 1. tapaaminen
- 2.tapaaminen
- 3.tapaaminen
- 4.tapaaminen

Aikataulus ja sen onnistuminen

Opinnäytetyöntekijän ohjauksen onnistuminen

- ohjauksen selkeys
- rooli (puuttuiko liikaa toimintaan)



Toinen tapaaminen

Projektin kulku on seuraava =

Toteutan valokuvauksen yksitellen jokaisen teidän kanssa Rauman keskustassa.

- Minä en ota valokuvia, vaan sinä :))
- Valokuvataan asioita, jotka kuvaavat sitä ”fiilistä”, mikä sinulla on päihteettömydestäsi
- Tapaamiseen varataan kaksi tuntia

Kolmas tapaaminen

- Valokuvat käydään läpi kahden osallistujan ryhmässä pari tuntia kestävässä tapaamisissa Toivontalolla
- Neljä valokuvaa/osallistuja
- Tapaamiseen varataan 2-3 tuntia

Neljäs tapaaminen

- Käyn kehittämässä kuvat, jonka jälkeen kokoonnumme vielä kerran yhteen
 - Tapaamisessa esittelemme ottamiamme valokuvia toisillemme
 - Myös palautteen anto
- > arvio kerätään suullisesti keskustelemalla osallistujien kanssa viimeisen tapaamisen aikana.

Projektin tavoitteet

Omat

- Ohjaustaitojen kehittyminen
- Projektiluontoisen oppinäytetyön kehittäminen

Teidän

- Onnistumisen tunteet
- Valokuvauksen voima

Valokuvauksen voima

- Voimavara
- Voimauttaa ilmeisempään asialta
- Valokuvausprosessi perustuu näköalstiin

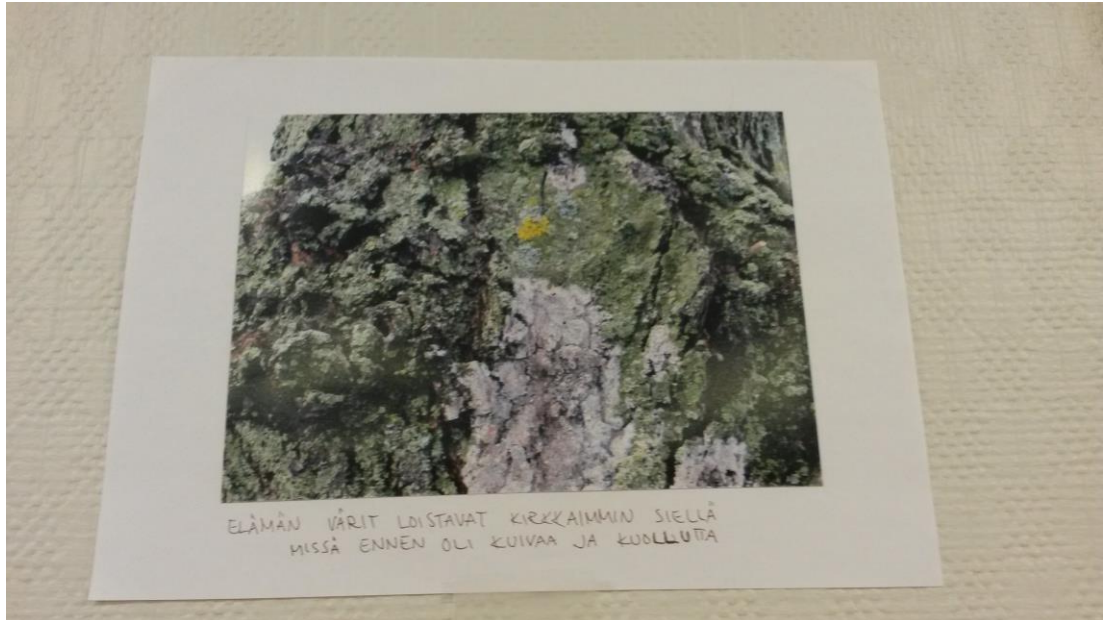
Voimauttava valokuva-menetelmä

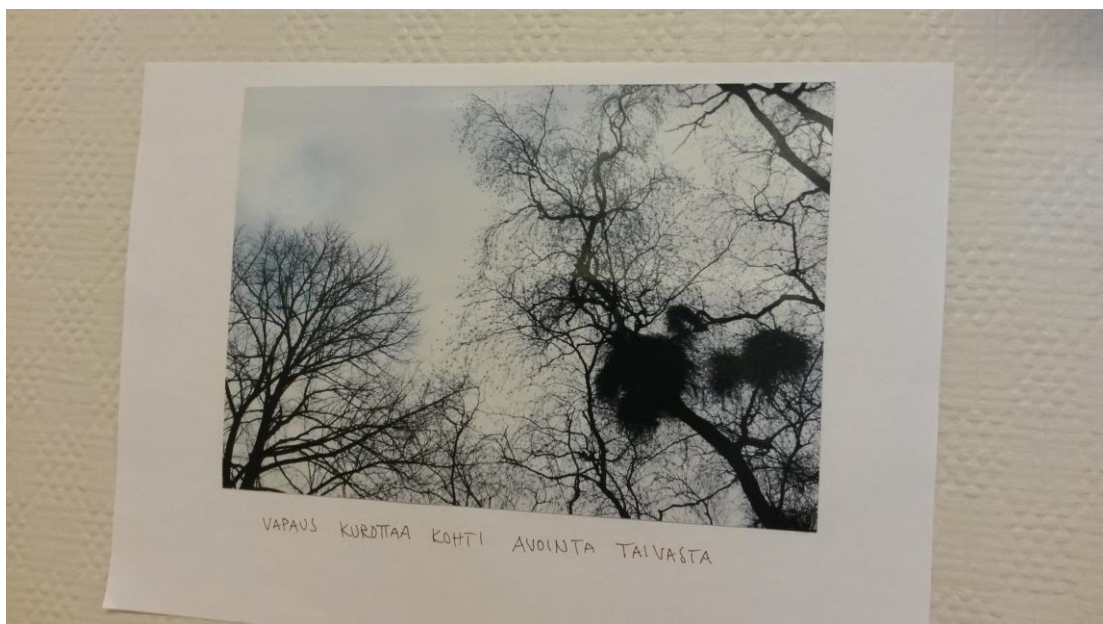
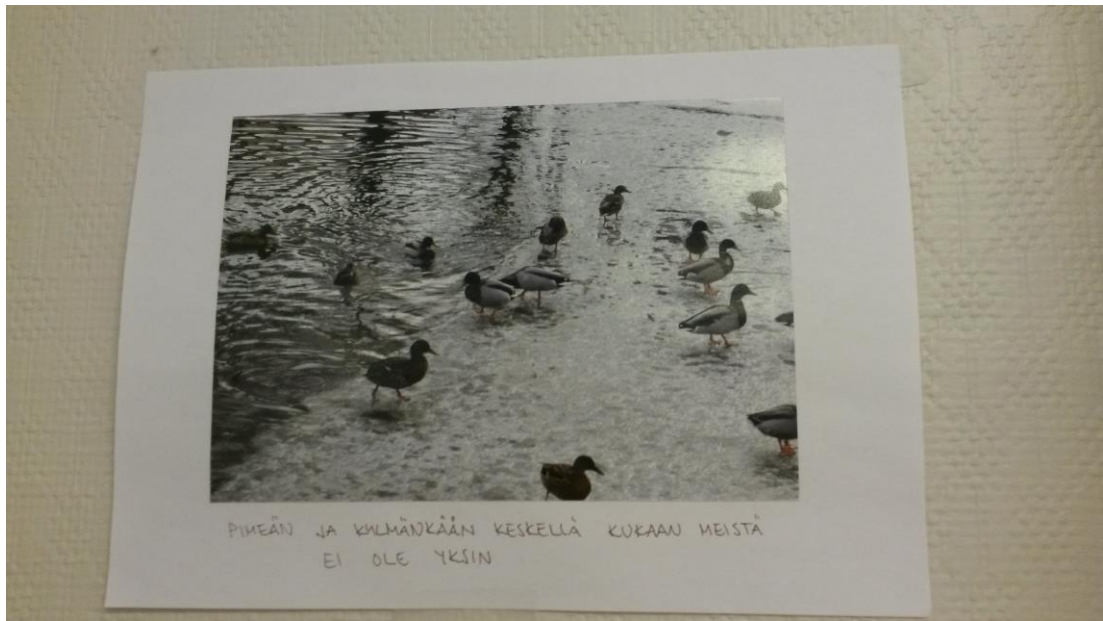
- "Voimauttavan valokuvan menetelmässä ajatellaan, että se, mitä valitaan katsoa, vahvistuu."
- Yksi valokuvausmenetelmä
- "Voimaantuminen" – voima löytyy sinusta
-> rakennetaan tietoisesti teema, johon kuvat pohjautuvat -> prosessoidaan kuvia
- Arjen teemat – valkeudet & voimavarat esille
-> pääset kuuluksi ja ymmäretyksi

LIITE 4

VALOKUVANÄYTTELY ”TIE JA TOTUUS”

Raija





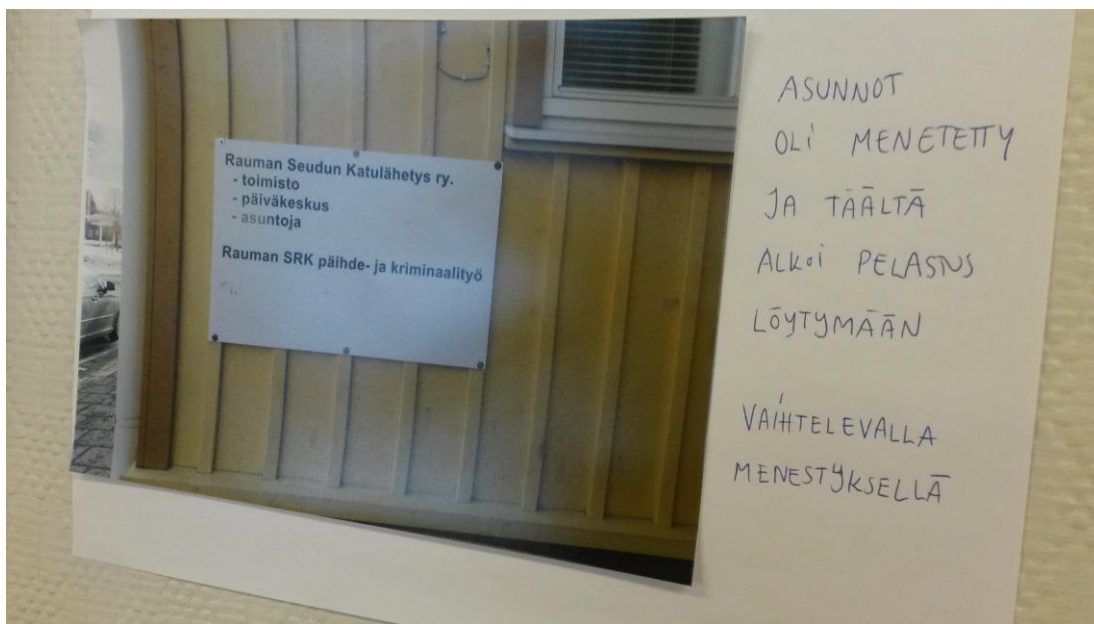
Erik





Pauli







MAAKKILA PELASTAA MERIHÄDÄSTÄ
USEIDEN LÄHEISTEN POISTENO. TULI AJATUS =
OLENKO SEURAAVA?
23.3.2016 - TULI PUOLI VUOTTA TÄYTEEN RAITIUTTA
UUSI ELÄMÄ JATKUN...