

Nuorten vanhempien ja ohjaajien kokemuksia SUUNTA-työuralle ryhmätoiminnasta

Susanna Nummi

Opinnäytetyö

Helmikuu 2017

Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala

Sosiaali- ja terveysalan ylempi AMK tutkinto-ohjelma

Sosiaaliala

Tekijä Nummi,Susanna	Julkaisun laji Opinnäytetyö, ylempi AMK	Päivämäärä Helmikuu 2017
	Sivumäärä 68	Julkaisun kieli Suomi
		Verkkojulkaisulupa myönnetty: x
Työn nimi Nuorten vanhempien ja ohjaajien kokemuksia SUUNTA-työuralle ryhmätoiminnasta		
Tutkinto-ohjelma Sosiaali- ja terveystieteiden ylempi AMK		
Työn ohjaajat Ketola Tuija ja Moilanen Johanna		
Toimeksiantaja Jyväskylän ammattikorkeakoulu		
<p>Tiivistelmä</p> <p>Opinnäytetyön aiheena olivat nuorten vanhempien ja ohjaajien kokemukset Suunta-ryhmien toiminnasta. Opinnäytetyö oli osa Jyväskylän ammattikorkeakoulun hallinnoimaa SUUNTA-nuorten vanhempien suunta työuralle hanketta. Hankkeen osatoteuttajia olivat Jyväskylän Setlementti ry ja Nuorten Ystävät palvelut Oy. Tutkimuksen lähestymistapa oli laadullinen eli kvalitatiivinen. Toimeksiantajana oli Jyväskylän ammattikorkeakoulu.</p> <p>Opinnäytetyön tavoitteena oli selvittää miten ryhmäläiset ja ohjaajat kuvasivat kokemukseensa ryhmätoiminnasta, millaisia tavoitteita kuvaavia tyyppitarinoita muodostui ryhmään osallistuneiden kokemuksista ja miten ohjaajien kokemukset vastasivat ryhmäläisten tavoitteita kuvaaviin tyyppitarinoihin.</p> <p>Opinnäytetyö toteutettiin Suunta-minusta ja Suunta-Jyväskylästä ryhmiin osallistuneiden haastatteluilla (n=6), Suunta-minusta ja Suunta-Jyväskylästä ryhmien ohjaajien haastatteluilla (n=4) sekä ryhmäkoherenssi kyselyllä (n=6). Haastattelut toteutettiin narratiivisella lähestymistavalla kerronnallista teemahaastattelua käyttäen. Haastatteluaineisto analysoitiin narratiivisella analyysillä. Opinnäytetyön tuloksia käytetään hankkeen väli ja loppuarvioinnissa.</p> <p>Tutkimustuloksista ilmeni, että Nuorten vanhempien SUUNTA-työuralle ryhmätoiminnalle on selkeä tarve. Ryhmäläisten kokemuksista muodostui kolme tyyppitarinaa: vertaistuen tarina, toiminnallisuuden tarina ja itsetutkiskelun tarina. Nämä tyyppitarinat kuvaavat ryhmiin osallistuneiden tavoitteita ja tarpeita ryhmätoiminnalle, joka suuntaa kohti työelämää. Tyyppitarinoissa korostuivat vertaistuen ja toiminnallisten menetelmien merkitys ryhmätoiminnassa sekä tila ja aika itsetutkiskelulle ja pohdiskelulle. Ohjaajien haastattelujen perustella voidaan sanoa, että ryhmät vastasivat osallistujien tarpeisiin.</p>		
Avainsanat (asiasanat) ryhmämuotoinen kuntoutus, sosiaalinen osallisuus, toimijuus		
Muut tiedot		

Author Nummi Susanna	Type of publication Master's thesis	Date February 2017 Language of publication: Finnish
	Number of pages 68	Permission for web publication: x
Possible subtitle Young parents' and supervisors' experiences about <i>COURSE into work life</i> group activities		
Degree programme Master's degree programme in Social Services		
Supervisors Ketola Tuija and Moilanen Johanna		
Assigned by JAMK-University of Applied Sciences		
<p>Abstract</p> <p>The purpose of the thesis was to study the experiences of young parents and their supervisors' related to group activities. The thesis was a part of a project called SUUNTA: <i>Young parents on the course into working life</i>. The project was carried out in cooperation with JAMK University of Applied Sciences, the Jyväskylä Settlement Association and the Nuorten Ystävät [Friends of the Young] services.</p> <p>The purpose of the thesis was to examine how the participants and group supervisors described their experiences of group activities, what types of stories could be found in the experiences and how the group supervisors' experiences corresponded with the participants' goals.</p> <p>The research approach in the study was qualitative. The data came from the participants' interviews (n=6), group supervisors' interviews (n= 4) and a group coherence survey (n=6). The interviews were conducted by using a narrative approach and the analysis method was a narrative analysis. The results are used in the project's evaluation.</p> <p>According to the results, the group activities in the SUUNTA-project were important to the participants. The need for this type of group activity seemed to be strong. The experiences of the group members formed three different typical stories: the story of peer support, the story of functionality and that of self-reflection. These three typical stories describe the participant's needs and goals in a group activity where the aim is to help the participant towards working life. The stories emphasized the importance of peer support and the functional methods of the group activities, as well as space and time for introspection and self-reflection. The interviews of the supervisors indicated that the arranged groups corresponded to the needs of the participants.</p>		
Keywords/tags group rehabilitation, social functioning, agency		
Miscellaneous		

Sisältö

1	Johdanto	3
2	Suunta-hanke työllistymisen tukena ja keskeiset käsitteet	4
2.1	Hankkeen tavoitteet ja menetelmät.....	4
2.2	Toimintakyky ja toimijuus	6
2.3	Sosiaalinen kuntoutus ja sosiaalinen osallisuus	10
2.4	Ryhmämuotoinen sosiaalinen kuntoutus	14
3	Opinnäytetyön toteutus	18
3.1	Tutkimuksen tavoite ja tutkimuskysymykset	18
3.2	Tutkimusmenetelmänä ryhmäkoherenssia mittaava kysely	18
3.3	Tutkimusmenetelmänä haastattelu narratiivisella lähestymistavalla.....	19
3.4	Tutkimusaineisto.....	23
3.5	Narratiivinen analyysiprosessi.....	25
3.6	Tutkimuksen luotettavuus ja eettiset kysymykset	27
4	Tutkimustulokset.....	29
4.1	Ryhmäkoherenssikyselyn tulokset.....	31
4.2	Vertaistuen tavoite - Virpi Vertaistuen tarina.....	33
4.3	Ohjaajien kokemuksia vertaistuen merkityksestä.....	36
4.4	Toiminnallisuuden tavoite - Tiina Toiminnallisen tarina.....	38
4.5	Ohjaajien kokemuksia toiminnallisuudesta	41
4.6	Itsetutkiskelun tavoite – lisa Itsetutkiskelijan tarina	41
4.7	Ohjaajien kokemuksia itsetuntemuksen merkityksestä	45
5	Johtopäätökset ja pohdinta	47
5.1	Johtopäätökset ja tulosten tarkastelu	47
5.2	Tutkimuksen luotettavuus, eettisyys ja jatkotutkimushaasteet	51

Lähteet	54
----------------------	-----------

Liitteet	60
-----------------------	-----------

Kuviot

Kuvio 1 Korkean ryhmäkoheesion edellytykset ja seuraukset	16
Kuvio 2 Opinnäytetyötutkimuksen narratiivinen analyysiprosessi	27
Kuvio 3 Ryhmäkoherenssikyselyn tulokset	32
Kuvio 4 Vertaistuen tavoite	36
Kuvio 5 Toiminnallisuuden tavoite	40
Kuvio 6 Itsetutkiskelun tavoite	45

1 Johdanto

Lapsen syntyessä nuoret vanhemmat kohtaavat erilaisia haasteita arjessa. Perheen, työn ja mahdollisten opintojen yhteensovittaminen voi herättää monenlaisia kysymyksiä. Kivimäen (2009, 101-102) mukaan vanhemmuutta ja työn ja perheen yhteensovittamista koskevien päätösten taustalla vaikuttavat yhteiskunnalliset rakenteelliset kehityskulut. Työllisyystilanteen nopea heikentyminen on vienyt nuorilta työpaikkoja, mutta nuorilta vaaditaan kuitenkin nopeampaa kouluttautumista ja työelämään siirtymistä. (Kivimäki 2009, 101-102.) Toisaalta myös koti-isyyt ja kotiäitiys mielletään yhä enenevässä määrin osaksi yksilön urapolkua (Robinson 2013, 314). Sosiaalihuollon näkökulmasta yhteiskunnalliset ongelmat liittyvät syrjäytymisen uhkiiin, työttömyyteen, toimeentulo-ongelmiin, lapsiperheiden sosiaalisiin ongelmiin sekä mielenterveys- ja päihdeongelmiin (Palola 2012, 34).

Toteutan opinnäytetyöni Nuorten vanhempien suunta työuralle-hankkeessa (lyhennettynä Suunta-hanke). Hanketta hallinnoi Jyväskylän ammattikorkeakoulu ja hankkeen osatoteuttajia ovat Jyvälän Setlementti ry ja Nuorten Ystävät palvelut Oy. SUUNTA-hankkeen 2015-2017 tarkoituksena on kehittää nuorille vanhemmille suunnattuja ohjaus- ja ryhmätoimintoja sekä vahvistaa alueellisten toimijaverkostojen yhteistyötä ja ohjausta. Nuorten vanhempien SUUNTA-ryhmissä nuoret alle 30-vuotiaat työttömät tai työelämän ulkopuolella olevat vanhemmat tapaavat muita vanhempia ja pääsevät pohtimaan toimintakykyään sekä vaihtoehtoja työelämässä.

Säännöllinen vertaisryhmätoiminta on tärkeä osa sosiaalista kuntoutusta ja sen avulla voidaan tukea vanhemmuutta sekä kykyä selviytyä arkipäivän toiminnoista. Vertaisryhmätoiminta mahdollistaa myös samassa elämäntilanteessa olevien kokemusten jakamisen, uusien ihmissuhteiden luomisen sekä vahvistaa osallisuutta ja toimijuutta. Nykyisin erilaisissa terveyden edistämiseen tähtäävissä hankkeissa sovelletaan usein vertaisryhmätyöskentelyä (Julkunen, Pietilä ja Gustavsson-Lilius 2013, 5).

Opinnäytetyössäni selvitän Suunta-ryhmiin osallistuneiden nuorten vanhempien kokemuksia ja Suunta-ryhmiä ohjanneiden ohjaajien kokemuksia ryhmätoiminasta. SUUNTA-ryhmiä oli kaksi, Suunta-minusta ja Suunta-Jyväskylästä ja ryhmät kokoontuivat keväällä 2016 yhteensä 18 kertaa.

Tutkimus on kvalitatiivinen narratiivinen tutkimus. Tutkimusaineistoa varten haasteltiin Suunta-minusta ja Suunta-Jyväskylästä ryhmiin osallistuneita nuoria alle 30 vuotiaita vanhempia (n= 6) sekä Suunta-minusta ja Suunta-Jyväskylästä ryhmien ohjaajia (n=4). Haastatteluaineistoa täydennettiin 10-osaisella Julkusen, Pietilän ja Gustavsson-Liliuksen (2013) kuntoutussäätiöön kehittämällä ryhmäkoherenssikyselyllä SOCG-10. Haastatteluaineisto analysoitiin narratiivista analyysiä käyttäen.

2 Suunta-hanke työllistymisen tukena ja keskeiset käsitteet

2.1 Hankkeen tavoitteet ja menetelmät

Suunta-hankkeen tavoitteena on tukea nuorten vanhempien kiinnittymistä työelämään ryhmämuotoisten vertaistukimuotojen avulla (SUUNTA-Nuorten vanhempien suunta työuralle hankesuunnitelma 2015, 3). Hanketta rahoittaa Euroopan sosiaalirahasto ja hankkeen toimintalinja on 5 eli Sosiaalinen osallisuus ja köyhyyden torjunta, työelämän ulkopuolella olevien työ- ja toimintakyvyn parantaminen.

Lapsen syntyessä nuorten perheiden tarpeet tulevat moniulotteisiksi ja usein tarvitaan monialaista yhteistyötä, joka kohtaa nuoren tarpeet kokonaisvaltaisesti. Nuori tarvitsee palvelua, joka on helposti lähestyttävää ja esimerkiksi vertaistuesta voi olla apua arjen ongelmissa (Halonen ja Apter 2010.) Nuorten vanhempien SUUNTA-ryhmissä vanhemmat tapaavat muita vanhempia, hankkeen asiantuntijoita sekä oman alueen toimijoita. Ryhmätoiminnot ovat keskeisessä roolissa hankekokonaisuudessa. Ryhmissä on mahdollistaa syventää ymmärrystä itsestä, vanhemmuudesta ja oman elämän ihmissuhteista sekä pohtia arjessa selviytymistä ja omaa suuntaa työelämässä. Ryhmät on kohdistettu alle 30-vuotiaille, työelämän ulkopuolella oleville nuorille vanhemmille, jotka haluavat löytää vaihtoehtoja työelämässä. (Suunta-hanke 2015-2017).

Sosiaalihuoltolain (L 1301/2014) 1 § mukaan sosiaalihuoltoon sisältyy hyvinvoinnin ja sosiaalisen turvallisuuden ylläpitäminen, eriarvoisuuden vähentäminen ja osallisuuden edistäminen, laadukkaiden ja tarpeenmukaisten sosiaalipalvelujen turvaaminen, asiakaskeskeisyyden edistäminen ja yhteistyön parantaminen sosiaalihuollon ja kun-

nan toimijoiden välillä. Suunta-ryhmien ryhmätoiminnan perusteemoina ovat työ-elämä, toimijuus, osallisuus, osaaminen ja toimivuus. Hankkeessa pyritään erilaisten ryhmätyömenetelmien, kuten vertaisryhmätoiminnan avulla vahvistamaan yksilön työ- ja toimintakykyä. Ryhmätoimintaa toteutetaan yhteistyössä järjestöjen, oppilaitosten, yksityisten palveluntuottajien ja alueellisten toimijoiden kanssa. Ryhmätoiminnassa on viisi teemaa: 1. Suuntana työelämä, 2. muuttuva toimijuus, 3. osallisuus toimintaympäristöissä, 4. muuttuva osaaminen ja 5. suuntana toimiva perhe. Hankkeessa haetaan uusia toteutustapoja, jotka yhdistävät toiminnallisia, luontoavusteisia ja digitaalisia toimintatapoja ryhmän prosessin ja ohjauksen tueksi. (SUUNTA-Nuorten vanhempien suunta työuralle hankesuunnitelma 16, 22.) Opinnäytetyöni keskeiset käsitteet ovat toimintakyky ja toimijuus, sosiaalinen kuntoutus ja sosiaalinen osallisuus sekä ryhmämuotoinen sosiaalinen kuntoutus.

Ohjaustyötä toteutetaan ammatillisena toimintana erilaisissa toimintaympäristöissä, kuten koulutus- ja työorganisaatioissa, perhetyössä, sosiaalityössä, kuntoutuksessa ja terveydenhoidossa. Ohjauksen tarkoituksena on tarjota yksilölle aikaa, tilaa ja arvostusta, jotta yksilö voi pohtia ja selkiyttää omaa elämäntilannettaan ja kehitellä tapoja elää eteenpäin voimavaraistuneena. (Vanhalakka-Ruoho 2014, 33.) Sosiaalihuoltolain (L 1301/2014) 16 § mukaan sosiaaliohjauksella tarkoitetaan yksilöiden, perheiden ja yhteisöjen neuvontaa, ohjausta ja tukea palvelujen käytössä sekä yhteistyötä eri tukimuotojen yhteensovittamisessa. Tavoitteena on yksilöiden ja perheiden hyvinvoinnin ja osallisuuden edistäminen vahvistamalla elämänhallintaa ja toimintakykyä. (L 1301/2014)

Suunta-hankkeessa halutaan kehittää menetelmiä ryhmätoiminnan monipuolistamiseksi sekä syrjäytymisuhanalaisten asiakkaiden tarpeisiin vastaamiseksi. Hankkeen ryhmätoiminnoissa on yhteinen teemarakenne, jota noudetaan erilaisten menetelmällisten toimintojen avulla. Ryhmätoimintaan on sisällytetty vanhemmuutta, sosiaalista toimintakykyä ja työllistymisen edellytyksiä käsitteleviä jaksoja. Hankkeessa haetaan uusia toteutustapoja, jotka yhdistävät toiminnallisia, luontoavusteisia, terapeutisia ja digitaalisia toimintatapoja ryhmän prosessin ja ohjauksen tueksi. (SUUNTA-Nuorten vanhempien suunta työuralle hankesuunnitelma, 7-8.) Opinnäytetyön tavoitteena on tuottaa tietoa siitä, miten Suunta-hankkeen ryhmätoimintoihin osallis-

tuneet arvioivat ryhmätoimintoja yksilöllisesti koettuna ilmiönä. Opinnäytetyön tuloksia hyödynnetään hankkeen väli- ja loppuarvioinnissa.

2.2 Toimintakyky ja toimijuus

Keväällä 2016 toteutettiin kaksi erilaisin painotuksin järjestettyä Suunta-ryhmää. Suunta-minusta ryhmässä keskeisenä näkökulmana oli erityisesti toimijuuden esteiden tutkiminen. Suunta-Jyväskylästä ryhmässä keskeisenä näkökulmana oli ratkaisukeskeinen ja settlementtarvojen mukainen ohjaus, joiden avulla pyrittiin tukemaan asiakkaita aktiiviseen toimijuuteen yhteiskunnassa. (SUUNTA-Nuorten vanhempien suunta työuralle hankesuunnitelma 2015, 34, 9.)

Kuntoutuksessa yksilön toimintamahdollisuuksia tarkastellaan pääasiassa toimintakyvyn käsitteillä, mutta toimintakyvyn käsitteiden rinnalle on tuotu uusia keskeisiä käsitteitä, kuten toimijuus (Järvikoski ja Härkäpää 2011, 100-101). Seuraavaksi tarkastellaan toimintakyvyn käsitteitä, joista opinnäytetyöni näkökulmasta keskeisimmät ovat sosiaalinen toimintakyky ja työkyky. Toimijuutta tarkastellaan tässä opinnäytetyössä painottaen yksilön toimintakykyä ja kuntoutusta.

Suunta-hankkeessa kohderyhmänä ovat asiakkaat joilla työllistymisen haasteet ovat suurimmat ja työ- ja toimintakyky uhattuna yhteiskunnassa toimijuuden esteiden vuoksi. (SUUNTA-Nuorten vanhempien suunta työuralle hankesuunnitelma 8).

SUUNTA-ryhmäprosessien suuntana on työelämä ja teemoina seuraavat viisi teemaa:

1. Kiinnostuksen kohteet, toimijuuden esteet ja mahdollisuudet, työnhaku ja työnhakutaidot, kokemukset työelämästä ja mahdollisuudet tutustua työelämään, muuttuva toimijuus
2. Minä vanhempana/työntekijänä/opiskelijana/ihmisenä - jatkuvuus, riittävyys, keskeneräisyys, pystyvyys, elinkaari ja oma aika, oma tahto, oma tulevaisuus osallisuus toimintaympäristöissä
3. Oma perhe, yksilö ja ryhmä, perhe sosiaalisena suhteena, vuorovaikutustapana, lähiyhteisö, työ- ja toimintamahdollisuudet, koulutus, harrastukset, perhe ja työ, vanhemmuus, oma lapsuus ja oma lapsi/lapset muuttuva osaaminen

4. Tiedot, taidot, oppiminen, oppimisen tuki, lapsen ohjaamisen oppiminen, oma osaaminen, oppimisympäristöt, koulutusmahdollisuudet, toiveista mahdollisuuksia suuntana toimiva perhe
5. Oma perhe, erilaiset perheet, työ/koulutus, työ ja perhe, työ ja vapaa-aika, työ ja lastenhoito, minä ja elämän ristiriitojen ratkaisut

Toimintakyvyllä tarkoitetaan ihmisen fyysisiä, psyykkisiä ja sosiaalisia edellytyksiä selviytyä hänelle itselleen merkityksellisistä ja välttämättömistä jokapäiväisen elämän toiminnoista, kuten työstä, opiskelusta, harrastuksista, itsestä ja toisista huolehtimisesta (Terveyden ja hyvinvoinninlaitos 2016). Toimintakyky voidaan määrittellä valmiudeksi toimia luovasti, kehittävästi ja vastuullisesti erilaisissa yllättävissäkin tilanteissa (Onnismaa 2007, 82). Sosiaalinen toimintakyky on haastava käsite määritellä ja sitä on lähestytty erilaisin painotuksin. Sosiaalisen toimintakyvyn käsitteellä on lyhyt ja katkonainen noin 30 vuoden mittainen historia. Käsite kuvaa prosessia: tavoitteiden etsimistä ja tavoitteiden tavoittelua eli mihin yksilö elämässään pyrkii. (Kannasoja 2013, 15–16.)

Sosiaalinen toimintakyky muodostuu yksilön ja erilaisten yksilötekijöiden, kuten sosiaalisten taitojen, temperamentin, motiivien, tavoitteiden ja arvostusten sekä sosiaalisen verkoston, ympäristön, yhteisön ja yhteiskunnan välisessä dynaamisessa vuorovaikutuksessa. Sosiaalinen toimintakyky määrittellään kyvyksi toimia välittömissä ja läheisissä yksilöiden välisissä suhteissa sekä eri yhteisöissä (Jylhä, Nieminen ja Seppänen 2011) ja se rakentuu osittain myös fyysisen, kognitiivisen ja psyykkisen toimintakyvyn varaan (Koskinen, Sainio, Tiikkainen ja Vaarama 2011, 137). Sosiaalisella toimintakyvyllä ei ole selkeää englanninkielistä vastinetta, mutta sosiaalista toimintakykyä voidaan tarkastella termin Social functioning (ability) käsitteen kautta. Muita lähikäsitteitä ovat social adjustment, social competence ja functional capacity. (Kannasoja 2013, 22.)

Tiikkaisen ja Heikkisen (2011) mukaan sosiaalinen toimintakyky sisältää yksilön ja yksilön ympäristön välisen vuorovaikutuksen sekä toimijuuden, joka ilmenee yksilön toimintana välittömissä ja läheisissä yksilön välisissä suhteissa eri yhteisöissä ja yhteiskunnassa eli sosiaalinen toimintakyky vaikuttaa yksilön yhteisölliseen ja yhteiskunnalliseen toimijuuteen. Sosiaalisen toimintakyvyn keskeisiä osa-alueita ovat po-

tentiaalinen toimintakyky ja aktuaalinen toimintakyky. Potentiaalinen toimintakyky muodostuu yksilötekijöiden (sosiaaliset taidot, tavoitteet ja motiivit) ja yksilön sosiaalisen verkoston (ympäristö, yhteisö) välisessä vuorovaikutuksessa. Aktuaalinen sosiaalinen toimintakyky ilmenee toimijuutena eli esimerkiksi sosiaalisena aktiivisuutena ja osallistumisena, sosiaalisen osallisuuden ja sosiaalisen yhteyden kokemuksina sosiaalisissa verkostoissa. (Tiilikainen ja Heikkinen 2011.)

Työkykyä pidetään yhtenä elinvoimaisen väestön tunnusmerkeistä ja suomalainen hyvinvointivaltio rakentuu työkykyisen väestön ja kahden palkansaajan perhemallin varaan (Kaikkonen, Mäki, Murto, Pentala, Hakulinen-Viitanen ja Laatikainen 2014, 159). Työkyky onkin yksi keskeinen kuntoutuksen ja toimenpiteiden kohde. (Romakkaniemi 2011, 176). Kansanterveyslaitoksen koordinoiman Terveys 2000-tutkimuksessa tarkasteltiin 18-74 –vuotiaiden työkykyä ja tutkimuksen mukaan työkyvyn rajoittuneisuus oli yleisempää työttömillä kuin työssä käyvillä. Alle 30-vuotiaiden työkyvyn suurimpia riskejä olivat puutteellinen peruskoulutus ja työttömyys, mutta myös epävarma työtilanne heikensi koettua työkykyä. (Sainio, Koskinen, Martelin ja Gould 2006, 2.)

Suunta-hankkeen tarkoituksena on parantaa nuorten vanhempien työ- ja toimintakykyä eli edellytyksiä siirtyä työllisyystoimenpiteisiin tai koulutukseen (SUUNTA-Nuorten vanhempien suunta työuralle hankesuunnitelma 2015, 6). Työkyky voidaan määrittellä erilaisten työkykyä kuvaavien mallien tai erilaisten käsitysten kautta. (Järvikoski ja Härkäpää 2011, 114). Vuonna 1994 Järvikoski on määritellyt työkykyisyyden keskeisiksi osatekijöiksi fyysisen ja psyykkisen toimintakyvyn, ammattitaidon ja kva­li­fikaatiot (Järvikoski 1994, 61). Vuonna 2006 tätä määritelmää ovat laajentaneet Ilmarinen, Gould, Järvikoski ja Järvisalo (2006, 17, 24) eli heidän mukaansa työkyvyn perustan muodostavat fyysinen, psyykinen ja sosiaalinen toimintakyky sekä terveys. Työkyvyllä on runsaasti kytkentöjä moniin työelämään liittyviin tekijöihin ja sen moninaiset yhteydet tekevätkin määrittelystä haastavan ja työkyvyn edistämisestä vaativan. (Ilmarinen, Gould, Järvikoski ja Järvisalo 2006, 17, 24.)

Työterveyslaitoksen mukaan työkyky muodostuu terveydestä ja toimintakyvystä, osaamisesta, arvoista, asenteista ja motivaatiosta sekä johtamisesta, työyhteisöstä ja työoloista. Työkyvyssä on kysymys ihmisen voimavarojen ja työn välisestä tasapainosta. (Työterveyslaitos.) Suunta-ryhmien ryhmätoiminnalla on pyritty työ- ja toimin-

takyvyn vahvistamiseen. Ryhmätoiminnassa hyödynnettiin eri sektoreiden välistä yhteistyötä ja näin lisättiin ammattilaisten osaamista vastata nuorten vanhempien työllistymisen erityiskysymyksiin ja ohjaukseen. (SUUNTA-Nuorten vanhempien suunta työuralle hankesuunnitelma 2015, 6.)

Toimijuus on kuntoutuksen kannalta tärkeä käsite ja sitä on tarkasteltu eri tieteenaloilla eri näkökulmista (Järvikoski ja Härkäpää 2011, 101). Toimijuuden käsitettä käytetään yhteiskunta- ja sosiaalitieteissä, kuten sosiologiassa, sosiaalipsykologiassa ja naistutkimuksessa sekä kasvatustieteissä ja aikuiskasvatustieteissä ja psykologiassa. (Eteläpelto, Hökkä, Paloniemi ja Vähäsantanen 2014, 28). Sosiologiassa pohdinnan kohteina ovat olleet yksilön, yhteiskunnallisten rakenteiden ja lainalaisuuksien väliset suhteet. On tarkasteltu, ohjaako yksilö toimintaansa omilla valinnoillaan vai ohjaavatko sitä rakenteet ja eritasoiset lainalaisuudet. (Jyrkämä 2008, 191.)

Toimijuudella tarkoitetaan yksilön mahdollisuutta ja kokemusta vaikuttaa oman elämänsä tapahtumiin, joissa on osallisena (Jenkins 2008, 177-178). Ihmisen elämäntilanne ja ympäristö määrittävät sitä, millaisena toimijuus tai sen muodot toteutuvat ja iällä, elämänvaiheella, ajankohdalla, paikalla ja tilalla on siten merkitystä toimijuuden toteutumisessa. Arkielämään liittyvissä tilanteissa toimijuuden eri muodot painottuvat eri tavoin. (Järvikoski ja Härkäpää 2011, 101-102.) Bandura (2001, 1) jaottelee toimijuuden muodot henkilökohtaiseen toimijuuteen (direct personal agency), läheistoimijuuteen (proxy agency) ja kollektiiviseen toimijuuteen (collective agency). Henkilökohtainen toimijuus ilmenee neljän eri lähestymistavan kautta: Intentionallisuus (intentionality), ennakointi (forethought), reaktiivisuus (self-reactiveness) ja reflektiivisuus (self-reflectiveness). Läheistoimijuudella Bandura tarkoittaa toimijuutta, jossa toimija saa tukea toisilta ja luottaa toisten apuun. Kollektiivinen toimijuus rakentuu sosiaalisessa toiminnassa (Bandura 2001, 1, 6- 10; Bandura 2006, 164-165.)

Toimijuus ei ole käsitteellisesti yhtä kuin toimintakyky, mutta toimintakyky sivuaa ja on osa toimijuutta. Toimijuuden näkökulmasta toimintakyvyn voidaan ajatella olevan yksilön omaavien kykyjen ja osaamisen tavoitteellista käyttöä sosiaalisissa, esteitä ja mahdollisuuksia luovissa, tunteita tuottavissa ja arjen tilanteissa ja niiden toimintakäytännöissä. (Jyrkämä 2008, 199.) Toimijuutta voidaan pitää yksilön vapautena toimia ympäristöstä riippumatta omien pyrkimistensä mukaan tai toimijuus voidaan kieltää, jolloin katsotaan, että yksilön toiminta rakentuu ulkoisten tekijöiden, kuten

esimerkiksi valtarakenteiden määrittämänä (Hökkä, Vähäsantanen ja Saarinen 2010, 143). Banduran (2006, 164) mukaan yksilön kognitiivinen itsesäätely mahdollistaa tulevaisuuden suunnittelun eli mahdollisuuden rakentaa, arvioida ja muokata vaihtoehtoisia toimintatapoja, joilla voi myös ohittaa ympäristön vaikutukset eli että yksilö aktiivisesti muokkaa tulevaisuuttaan ympäristön vaikutuksista huolimatta.

AmmatINVALINTA ja oman elämänuran rakentaminen sisältää aina suunnittelua, valitsemista ja päätöksentekoa sekä myös kehittymistä valitulla koulutus ja työuralla sekä elämänuran muutoksissa (Vanhalakka-Ruoho 2015). Uramahdollisuuksia on lukuisia ja päätöksenteko vaatii myös väärin valintojen sietokykyä ja taitoa tehdä kompromisseja (Robinson 2013, 314). Nuorten vanhempien tukeminen arjen vanhemmuudessa ja yhteiskunnallisessa osallisuudessa sekä työelämävalmiuksien ja urapolkujen tunnistaminen ennaltaehkäisee köyhyyttä ja työelämän ulkopuolelle jäämistä (SUUNTA-Nuorten vanhempien suunta työuralle hankesuunnitelma 6). Aktiivisen kansalaisuuden ihanne edellyttää sosiaalista osallistumista ja siihen kuuluvaa toimijuutta suhteessa yhteiskunnalliseen vaikuttamiseen (Eteläpelto, Heiskanen ja Collin 2011, 9). Koulutuspalveluiden avulla (esimerkiksi kansalaisopistot) voidaan tukea Suunta-ryhmiin osallistuvien ryhmäläisten työ- ja toimintakykyä, ammatillista osaamista ja toimijuuden vahvistamista ja kansalaisaktiivisuuden vahvistamisella pyritään ennaltaehkäisemään syrjäytymistä. (SUUNTA-Nuorten vanhempien suunta työuralle hankesuunnitelma 2015, 9).

2.3 Sosiaalinen kuntoutus ja sosiaalinen osallisuus

Kuntoutus voidaan jakaa sosiaaliseen, lääkinnälliseen, ammatilliseen ja kasvatukselliseen kuntoutukseen (Vilkkumaa 1994). Suunta-hankkeen ryhmätoiminnot ovat sosiaalista kuntoutusta. Sosiaalihuoltolain (1301/2014) 17 § mukaan sosiaalisella kuntoutuksella tarkoitetaan sosiaalityön ja sosiaaliohjauksen erilaisin keinoin annettavaa tehostettua tukea yksilön sosiaalisen toimintakyvyn vahvistamiseksi, syrjäytymisen torjumiseksi ja osallisuuden edistämiseksi. Lain mukaan sosiaaliseen kuntoutukseen kuuluu viisi kohtaa, joita ovat 1. sosiaalisen toimintakyvyn ja kuntoutustarpeen selvittäminen, 2. kuntoutusneuvonta ja – ohjaus sekä tarvittaessa kuntoutuspalvelujen

yhteensovittaminen, 3. valmennus arkipäivän toiminnoista suoriutumiseen ja elämänhallintaan, 4. ryhmätoiminta ja tuki sosiaalisiin vuorovaikutussuhteisiin ja 5 muut tarvittavat sosiaalista kuntoutumista edistävät toimenpiteet. (L 2014/1301, 17 §.)

Sosiaalinen kuntoutus on yksi sosiaalihuoltolakiin sisältyvistä palveluista (Tuusa ja Ala-Kauhaluoma 2014, 2). Kananojan (2012, 36) mukaan sosiaalista kuntoutusta voidaan tarkastella tavoitteena ja keinona/toimenpiteenä. Tarkasteltaessa sosiaalista kuntoutusta vammaisuuden tai sairauden näkökulmasta, ymmärretään käsite kuntoutuksen keinona tai toimenpiteenä. Kuntoutuksen tulisi vastata tarpeisiin ja tavoitteisiin, jotta se olisi tuloksekasta (Ruuhonen 2014, 72).

Sosiaalisella kuntoutuksella pyritään parantamaan kuntoutuvan henkilön kykyä selviytyä arkipäivän toiminnoista, vuorovaikutussuhteista ja vahvistaa kuntoutujan yhteiskunnallista osallisuutta (Palola 2012, 32; Järvikoski ja Härkäpää 2011, 22). Tähän kuuluvat esimerkiksi asumisen ja liikkumisen helpottaminen, osallistumisen mahdollisuuksien ja sosiaalisten verkostojen tukeminen sekä taloudellisesta turvallisuudesta huolehtiminen (Järvikoski ja Härkäpää 2011, 22). Hakkarainen, Londén, Luhtanen, Peltosalmi, Siltaniemi ja Särkelä (2012) tarkastelevat erilaisia sosiaalisen kuntoutuksen työmuotoja, joita ovat muun muassa asiakkaan elämäntilanteen kartoittaminen, kuntoutus- ja palvelusuunnitelman laatiminen yhdessä asiakkaan kanssa, asiakkaan kuntoutustavoitteiden tarkistaminen, yksilöön kohdennettu psykososiaalinen työ ja ryhmämuotoinen psykososiaalinen työ sekä sopeutumisvalmennus (Hakkarainen ym. 2012, 21).

Suunta-ryhmissä toteutuivat sosiaalisen kuntoutuksen työmuodoista asiakkaan elämäntilanteen kartoittaminen, kuntoutus- ja palvelusuunnitelman laatiminen yhdessä asiakkaan kanssa, asiakkaan kuntoutustavoitteiden tarkistaminen sekä yksilöön kohdennettu psykososiaalinen työ. Ennen ryhmän aloitusta ohjaajat tekivät alkuhaastattelut, joissa selvitettiin ryhmäläisten tavoitteita. Alussa ryhmäläiset täyttivät myös oman henkilökohtaisen Suunta-mittarin, joka on laadittu Elämäntilanteen selvittämisen työkalu (ESY) mittarin pohjalta. Suunta-mittari on kehitetty yhteistyössä ESY:n kehittäjien kanssa. ESY on kehitetty Kainuun Soten Vielä Virtaa –Virta II-hankkeessa vaikuttavuuden arvioinnin tarpeeseen ja sen keskeisenä tavoitteena on ollut tuoda esille kehitettävien sosiaalisen kuntoutuksen asiakasprosessien ja työkalujen vaikuttavuutta. (Virtaa vielä- Virta II –Hanke.) Suunta-mittari koostuu seitsemästä osa-

alueesta, joita ovat 1) perhesuhteet ja vanhemmuus, 2. muut ihmissuhteet ja sosiaalinen tuki, 3. sosiaalinen yhteisyys ja osallistuminen, 4. hyvinvointi ja terveys, 5. arki- taidot ja arjen sujuvuus, 6. työ/ opiskelu ja 7. työhön / opiskeluun liittyvät tulevai- suuden toiveet ja tavoitteet. Kysely oli pohjana asiakkaan elämäntilanteen selvittämi- sessä ja Suunta-ryhmien ryhmätoiminnan suunnittelussa.

Sosiaalisen kuntoutuksen prosessi aloitetaan asiakkaan elämäntilanteen selvittämi- sellä, jossa pyritään kiinnittämään erityistä huomiota asiakkaan voimavarojen ja vah- vuuksien kartoittamiseen. Selvittämisvaiheessa on tärkeää saada asiakas aktiivisesti mukaan selvittämään omaa elämäntilannettaan. Näin hänen oma ymmärryksensä tilanteestaan lisääntyy ja asiakaslähtöisten tavoitteiden asettaminen helpottuu. (Vir- taa vielä - Virta II hankkeen väliraportti 2014, 15.) Brunilan (2012, 274) mukaan nuor- ten aikuisten vastuunottaminen omasta elämästään edellyttää tietämystä itseä mää- rittävästä tekijöistä, kuten esimerkiksi miten kokee ja näkee itsensä sekä omat vaiku- tusmahdollisuutensa.

Osallisuudelle ei ole olemassa yhtä määritelmää ja sille ei ole löydettävissä selkeää vastinetta esimerkiksi englanninkielellä. Yksi lähikäsite on participation, joka voidaan kääntää sekä osallistumiseksi että osallisuudeksi. Osallisuutta on hyvä tarkastella ilmiönä, joka voi toteutua yksilön suhteessa erilaisissa yhteisössä, kuten perheessä, ystäväpiirissä ja yhteiskunnassa. (Kiilakoski, Gretschel ja Nivala 2012, 14-16.) Sosiaali- sella osallisuudella eli inklusiolla viitataan yhteiskunnan rakenteellisiin olosuhteisiin ja käytäntöihin, joissa ihmisten syrjäytymisen riskit ovat vähäiset ja mahdollisuudet osallistua ovat hyvät. Näillä tarkoitetaan ihmisten pääsyä erilaisiin suhteisiin, organi- saatioihin tai rakenteisiin, jotka muodostavat jokapäiväisen elämän perustan. Huo- mio on myös osallistumismahdollisuuksien yhdenvertaisuudessa, tasa-arvoisessa kohtelussa ja yksilön oikeuksissa. (Järvikoski ja Härkäpää 2011, 147).

Harkko, Lehikoinen, Lehto ja Ala-Kauhaluoma (2016) ovat tutkineet nuorten syrjäy- tymisriskkejä ja aikuisuuteen siirtymistä tukevia palveluja. He ovat tarkastelleen aiku- suuteen siirtymistä elämänkulun ja työmarkkinoiden muutosten hallinnan näkökul- mista. Heidän mukaansa haasteet koulutukseen ja työelämään kiinnittymisessä ovat sekä yksilöllisiä että institutionaalisia. Koulutukseen ja työelämään kiinnittymisen ongelmat olivat tutkimuksen mukaa suurimmat nuorilla, joilla on useita syrjäytymi- seen vaikuttavia riskitekijöitä (Harkko ym. 2016, 5.)

Ihmisten välinen sosiaalinen yhteisyys on historian saatossa muuttunut ja saanut uusia muotoja. Aiemmin ihmiset liittyivät yhteen sukuina, sitten kylissä ja myöhemmin kaupungeissa. Moderni yhteiskunta on mahdollistanut uudet yhteisyyden muodot, joissa korostuu yksilön asema ja rooli. (Kangaspunta 2011, 15.) Sosiaalinen yhteisyys kuvaa vuorovaikutussuhteisiin liittyvää myönteistä kokemusta ja sosiaalisen yhteisyyden käsite pohjaa Weissin (1974) teoriaan *The theoretical model of the provisions of social relationships*. Teorian mukaan vuorovaikutussuhteisiin liittyy erilaisia odotuksia ja tarpeita ja jos nämä odotukset eivät täyty, kokee ihminen yksinäisyyttä. Weissin teoriassa on kuusi erilaista yhteisyyden ulottuvuutta, jotka ovat 1. neuvojen, ohjauksen ja tiedonsaannin mahdollisuus, 2. luotettavan ystävän ja liittolaisen olemassaolo, jonka puoleen voi kääntyä, 3. tunne siitä, että muut arvostavat, 4. mahdollisuus antaa hoivaa eli tunne siitä, että joku tarvitsee, 5. läheisyyden, kiintymyksen ja rakkauden tarve ja 6. sosiaalinen liittyminen, tunne kuulumisesta ryhmään, yhteisöön, yhteiskuntaan. (Weiss 1974, Tiikaisen ja Heikkisen 2011 mukaan.)

Sosiaalinen osallisuus merkitsee erilaisuuden ja yksilöllisyyden hyväksymistä ja käsitteenä sosiaalinen osallisuus viittaa aktiivisen osallistumisen mahdollisuuteen ja yhteisön kehittämiseen siten, että jäsenistä tulee yhteisön ja yhteiskunnan aktiivisia ja keskenään tasavertaisia jäseniä. Kuntoutuksessa on usein keskeistä se, miten asiantuntijan antamaa sosiaalista tukea voidaan käyttää hyväksi esimerkiksi sosiaalisen osallisuuden prosessissa (Järvikoski ja Härkäpää 2011, 151-152). Viime vuosikymmeninä tapahtuneet muutokset, kuten työllisyyden väheneminen ja pätkätyöllisyys vaikuttavat nuorten asemaan ja erityisesti osallisuuden saavuttamiseen ja sosiaalisten oikeuksien toteutumiseen (Harkko ym. 2016, 11, 32).

Elinympäristöstään huolehtiminen on tärkeää yhteisyyssuhteiden kannalta (Helne, Hirvilampi ja Laatu 2012, 82). Allardt (1976, 50) on määritellyt hyvinvoinnin osatekijät kolmeen osaan: 1. elintaso (having), 2. yhteisyyssuhteet (loving) ja 3. itsensä toteuttamisen muodot (being). Elintaso sisältää tulot, asumistason, työllisyyden, koulutuksen ja terveyden. Yhteisyyssuhteet sisältävät paikallisyhteisyyden, perheyhteisyyden ja ystävyysuhteet. Itsensä toteuttamisen muodot sisältävät arvonannon (status), korvaamattomuuden, poliittiset resurssit ja mielenkiintoisen vapaa-ajan toiminnan (Allardt 1974, 50). Helne ym. (2012, 82) mukaan ihmisten kyky yhteisyyssuhteisiin voi vähentyä, jos fyysinen elinympäristö heikentyy merkittävästi.

2.4 Ryhmämuotoinen sosiaalinen kuntoutus

Ryhmä tarvitsee toimijakseen yhteisen tehtävän ja tavoitteen ja usein ryhmän alkuvaihe on jännitteinen (Valtonen 2009, 229, 231). Ryhmätoiminnan tärkeitä lähtötekoja ovat ryhmän jäsenet eli yksilöt erilaisine persoonallisuuksineen ja kykyineen sekä jäsenille yhteinen tavoite ja ryhmän ympäristö tarjolla olevine resursseineen. Ryhmätoiminnassa jäsenten keskinäisriippuvuus synnyttää uusia ilmiöitä, joiden merkitys kytkeytyy ryhmään sisäiseen prosessiin. Näitä ovat esimerkiksi normit, roolit, status ja viestintä sekä tärkeänä tekijänä jäsenten yhteenkuuluvuutta ilmaiseva kiinteys eli koheesio. (Ahokas 2013, 188.)

Kuntoutuksessa ryhmämuotoinen kuntoutus on yleistynyt (Niemistö 2002, 67). Kuntoutuksessa on alettu kiinnittämään viimeaikoina erityistä huomiota vertaistuen eli samanlaisessa elämäntilanteessa olevien ihmisten antaman tuen merkitykseen kuntoutusprosessin aikana (Järvikoski ja Härkäpää 2011, 152). Nykyisin kuntoutusta toteutetaan varsin laajasti erilaisina ryhmämuotoisina kuntoutuksen toimintoina. Vertaisryhmiin osallistuminen on taloudellisempaa kuin yksilökohtainen kuntoutus. Vertaisryhmätoimintaan perustuvan kuntoutuksen on arvioitu olevan myös tuloksellista eli voidaan olettaa, että ryhmän sisäisellä ilmapiirillä on yhteys toiminnan tuloksellisuuteen. (Julkunen ym. 2013, 1, 5.) Psykologisten tutkimusten mukaan vertaisryhmiin osallistuminen vaikuttaa yksilöön esimerkiksi lisäämällä sosiaalista aktiivisuutta, laajentamalla sosiaalista verkostoa ja lisäämällä tärkeäksi ja kaivatuksi tulemisen tunteita (Routalaso, Tilvis, Kautiainen ja Pitkälä 2008, 301).

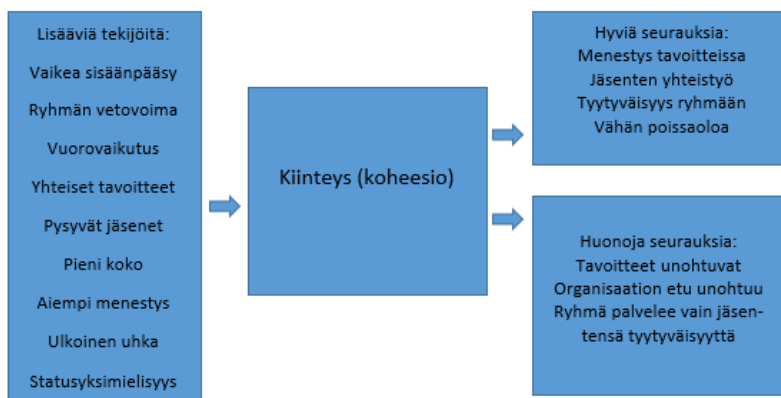
Ryhmämuotoisen kuntoutuksen yleistymisen myötä on alettu arvostamaan ohjaajien ryhmätuntemusta ja ohjaajien ryhmää koskeva ymmärrys saattaa helpottaa ryhmän johtamistyötä (Niemistö 2002, 67). Ryhmätoiminnassa pyritään vaikuttamaan yksilölle haitallisiin tottumuksiin ja muuttamaan asenteita pysyvämmiin, esimerkkinä ravitsemus- ja liikuntaryhmät ja esimerkiksi painonhallintaryhmät. Ryhmädynamiikka korostaa prosessia, liikettä ja muutosta ja ryhmädynamiikka sanana viittaa liikkeelle paneviin voimiin, ympäristön tapahtumiin, joilla voi olla yksilölle huomattavia seurauksia. Yksi tunnettuja ryhmädynamiikan teorioita on saksalaisen psykologin, sosiaalipsykologin ja tieteenfilosofin Kurt Lewinin kenttäteoria. (Ahokas 194-195.) Lewin (1931) korosti, että yksilön kehittymiseen vaikuttaa hänen elintilansa. (Nurmi, Aho-

nen, Lyytinen, Lyytinen, Lyytinen, Pulkkinen, Ruoppila 2014, 357). Lewinin mukaan ryhmädynaamisen tiedon perusta on kenttäteorian yhtälö $B = f(P, E)$ eli yksilön käyttäytyminen (B) on persoonallisuuden (P) ja sosiaalisen ympäristön E funktio (Lewin 1951, 239). Lewinin mukaan ryhmä on tärkeä väline yksilön, ryhmän, organisaation ja jopa kokoa yhteiskunnan tavoitteelliseen muuttamiseen (Ahokas 196).

Penningtonin (2005) mukaan ryhmän muodostuminen käy läpi viisi erilaista kehitysvaihetta. Osa ryhmistä käy läpi kaikki viisi vaihetta, osassa ryhmiä ei edistytä tiettyä vaihetta pitemmälle tai palataan takaisin kertaamaan jo ohitettu vaihe. Ensimmäinen vaihe on muodostuminen (forming), joka on ryhmän kehityksen alkuvaihe. Tässä vaiheessa jäsenet tutustuvat toisiinsa ja saavat tietoa toistensa taustoista, asenteista ja kokemuksista. Tässä vaiheessa luodaan perussäännöt ja sovitaan tavoitteista. Kun tämä vaihe on kunnialla ohitettu, on ryhmälle syntynyt ryhmän jäsenten mielissä oma identiteetti. Seuraava vaihe on kuohunta (storming) ja sen aikana saattaa syntyä ristiriitoja ja tässä vaiheessa on tärkeää, että ryhmän vetäjä / vetäjät hallitsevat ja osaavat ratkaista ristiriidat. Tässä vaiheessa on tärkeää, että selkeästi sovitaan, kuinka ryhmä organisoidaan tehokkaasti sille annetun tehtävän suorittamiseksi. Kolmannessa vaiheessa sovitaan normeista (norming). Ryhmä tiivistyy ja jonkin verran koheesiota on kehittynyt. Ryhmän jäsenet ovat tyytyväisiä ryhmän toimintaan ja hyväksyvät yksimielisesti toimintasäännöt eli ryhmä on lujittunut. Suoritusvaiheessa (performing) ryhmä uppoutuu tehtävään, ja vastavuoroinen keskinäisriippuvuus on ryhmän jäsenten välillä tässä vaiheessa tärkeää. Se takaa yhteistyön ja sitoutumisen ryhmään. Viimeinen vaihe on päätösvaihe (adjourning) ja tässä vaiheessa kiinteäksi muodostuneesta ryhmästä ryhmän yksilöjäsenten on vaikea luopua. Virallinen ryhmä voi tämän jälkeen jatkaa kokoontumista epävirallisesti, koska yksilöille yhdessäolo on palkitsevaa. (Pennington 2005, 73.)

Sosioemotionaalista koheesion määritelmää on tarkastellut J.E. Moreno 1900-luvun alkupuolella ryhmän rakennetta kartoittavalla sosiometrialla, jossa mitattiin yksilöiden välistä attraktiota eli vetovoimaa. Koheesiota on kuvattu myös muilla rinnakkaisnimityksillä, kuten solidaarisuus, ryhmähenki tai me-henki ja kaikki nämä nimitykset pyrkivät kuvaamaan sitä, miksi ja miten ryhmä pysyy koossa tiiviinä ja itsenäisenä yksikkönään. (Ahokas 2013, 199, 202.) Koheesiolla viitataan siihen, miten paljon ryhmän jäsenet tuntevat vetoa toisiaan kohtaan ja miten he hyväksyvät ja ovat yhtä

mieltä ryhmän tavoitteista ja kuinka he myötävaikuttavat näiden tavoitteiden saavuttamiseen. Jokaisessa ryhmässä tulee olla tietty koheesion taso, jotta se pystyy toimimaan yhdessä eli toisin sanoen ryhmissä, joissa ei ole lainkaan koheesiota, ei pidetä toisista ryhmän jäsenistä eikä kyetä sopimaan tehtävistä ja ryhmän tavoitteista. Mikäli ryhmän jäsenet nauttivat liikaa ryhmässä olostaan ja muiden jäsenten seurasta, niin ryhmän tavoitteet saattavat unohtua tai sen toiminta ei edistä päämääriä (Pennington 2005, 83-84).



Kuvio 1 Korkean ryhmäkoheesion edellytykset ja seuraukset Penningtonin (2005, 85) mukaan

Kuntoutussäätiossä on kehitetty kysely- menetelmä, jonka avulla voidaan arvioida kuntoutusryhmän sisäistä ilmapiiriä ja ryhmän toimivuutta. Menetelmän teoreettisena lähtökohtana on Aaron Antonovskyn (1987) koherenssintunnetta (sense of coherence, SOC) käsittelevä malli. Antonovsky on kehittänyt koherenssintunnetta käsitteen salutogeenisen eli terveyslähtöisen teoriansa pohjalta. (Julkunen ym. 2013, 5.) SOC malli sisältää kolme ulottuvuutta: ymmärrettävyyden (comprehensibility), hallittavuuden (manageability) ja merkityksellisyyden (meaningfulness) (Eriksson ja Lindström 2007, 938). SOC mallia voidaan käyttää työkaluna esimerkiksi kuntoutuksellisissa vertaisryhmissä (Siglen, Bjorvatn, Engebetsen, Berglund ja Natvig 2007, 613).

Eriksson ja Lindström (2005) ovat tutkineet väitöskirjoja ja tieteellisiä julkaisuja, joissa on hyödynnetty Antonovskyn SOC mallia. Eri tutkimuksissa koherenssitunnetta on määritelty pisteinä, prosentteina tai keskiarvoina sekä jaoteltu esimerkiksi vahvaan, kohtalaiseen tai heikkoon koherenssiin. Antonovsky itse ei kuitenkaan määritellyt

mitään tiettyä raja-arvoa normaalille, vahvalle tai heikolle koherenssintunteelle. (Eriksson ja Lindström 2005, 462.)

Antonowsky halusi selvittää, miksi osa ihmisistä selviää hyvinkin stressaavista elämäntilanteista paremmin, kuin toiset (Eriksson ja Lindström 2007, 938). Koherenssin tunne on Antonowskyn mukaan dynaaminen ja pysyvä luottamuksen tunne siitä, että yksilön ulkoiset ja sisäiset ärsykkeet ovat ennustettavissa, selitettävissä ja hallittavissa. Koherenssin tunteen voidaan siis ajatella olevan yksilön kyky käsitellä stressitilanteita (Antonowsky 1979, 123.)

Myös Vastamäen mukaan yksilöillä, joilla on vahva koherenssin tunne, näkevät ympäristönsä ymmärrettävänä, hallittavana ja elämänsä mielekkäänä (Vastamäki 2009, 26). Aaltion mukaan koherenssin tunteen avulla on mahdollista selittää yksilön kykyä pysyä terveenä yksilöön kohdistuvasta ulkoisesta kuormituksesta huolimatta eli kohdalle sattuvat tapahtumat tulkitaan siten, että niistä on mahdollista selvitä. Jos yksilöllä on heikko koherenssin tunne, kohdalle sattuvat tapahtumat ja esimerkiksi poikkeukselliset tapahtumat aiheuttavat jännitystä, jota yksilö ei kykene hallitsemaan. Kun yksilöllä on vahva koherenssin tunne, tulkitsee hän poikkeukselliset elämäntapahtumat neutraaleina tai positiivisina haasteina ja löytää stressaavissakin tilanteissa toimivia ja tilanteeseen sopivia selviytymiskeinoja. (Aaltio 2015, 45.)

3 Opinnäytetyön toteutus

3.1 Tutkimuksen tavoite ja tutkimuskysymykset

Tämän opinnäytetyön tavoitteena on Suunta-ryhmiin osallistuvien kokemuksia ryhmätoiminnoista.

Tutkimuskysymykset ovat seuraavat:

Miten Suunta-ryhmiin osallistuneet nuoret vanhemmat ja ohjaajat kuvaavat kokemuksiaan ryhmätoiminnasta?

1. Millaisia tavoitteita kuvaavia tyyppitarinoita muodostuu ryhmään osallistuneiden kokemuksista?
2. Miten ohjaajien kokemukset vastaavat ryhmäläisten tavoitteita kuvaaviin tyyppitarinoin?

3.2 Tutkimusmenetelmänä ryhmäkoherenssia mittaava kysely

Ryhmässä työskentelyn kautta saatavan vertaistuen on arvioitu olevan merkittävä ryhmän tuloksellisuutta parantava tekijä. Ryhmäkoheesiolla tarkoitetaan ryhmän koossa pitävää voimaa, joka tukee ryhmäytymiseen liittyvää aktiivista prosessia ryhmän sisäisen koherenssin saavuttamiseksi. Koherenssin tunteella tarkoitetaan yksilön kokonaisvaltaista ja suhteellisen pysyvää suhtautumistapaa. (Julkunen ym. 2013, 5).

Haastattelun aluksi haastatteluun osallistuvat kuusi ryhmäläistä vastasivat ryhmäkoherenssikyselyyn. Opinnäytetyöhöni valitsin Julkusen, Pietilän ja Gustavsson-Liliuksen (2013) kuntoutussäätiöön kehittämän Ryhmäkoherenssikyselyn (SOC-G-10). Koska tutkimusmenetelmällinen pääpaino opinnäytetyössäni on haastatteluilla, olen valinnut ryhmäkoherenssia mittaavasta kyselystä lyhennysversion (SOC-G-10) (LIITE 1).

Lyhennysversio on laadittu 20-osaisesta (SOC G-20) sydäninfarktipotilaiden kuntoutustutkimusta varten kehitetystä kyselystä, jossa asteikko koostuu ryhmän toimivuudesta ja ilmapiiriä kuvaavista väittämistä. Lyhennysversiossa tulevat kuitenkin kaikki oletetut perusolottuvuudet edustetuiksi. Kyselylomakkeen arviointiasteikko on viisiporainen, 1. ei lainkaan pidä paikkaansa ja 5. pitää täysin paikkaansa. Kysymysten avulla

arvioidaan ryhmän toimintaa kokonaisuutena eli ei yksittäisen henkilön viihtymistä ryhmässä. (Julkunen ym. 2013, 9.)

3.3 Tutkimusmenetelmänä haastattelu narratiivisella lähestymistavalla

Opinnäytetyötutkimukseni on luonteeltaan laadullinen eli kvalitatiivinen tutkimus. Tutkimuksellisen tieteenfilosofisen suuntauksen mukaan opinnäytetyöni pohjaa sosiaaliseen konstruktionismiin, jossa todellisuutta ja sen rakenteita tarkastellaan sosiaalisesti rakentuneena (Kulmala 2006, 5). Kokemusten tutkimus voidaan määritellä fenomenologiseksi tutkimukseksi (Tuomi ja Sarajärvi 2013, 34). Fenomenologisessa tutkimuksessa ihmisten kokemukset ovat kokemusten kertojalle tosia (Erkkilä 2009, 201). Oma tutkimusotteeni on narratiivinen tutkimus. Perttulan (2009) mukaan kaikki elämäntilanteet ja niihin liittyvät aiheet sopivat sekä fenomenologiseen, hermeneuttiseen että narratiiviseen tutkimustapaan, mutta tutkimustapojen välillä on nähtävissä myös painotuseroja. Fenomenologinen tutkimus sopii aineelliseen ja keholliseen kokemusten tutkimukseen, hermeneuttinen idealliseen kokemusten tutkimukseen ja narratiivinen tutkimukseen, jossa sosiaalisesti ja kulttuurisesti tarkastellaan elämänmuodollisia asioita. (Perttula 2009, 151-152.)

Narratiivista tutkimusta tehdään eri tieteenaloilla ja yhtenäistä narratiivista metodia ei ole kehittynyt Hänninen 2001, 126). Narratiivinen, tarinallinen näkökulma on yksi tapa jäsentää tietoa ja maailmaa. Narratiivisuus on tasa-arvoinen lähestymistapa vuorovaikutukseen, koska tarinan loppua ei tiedetä etukäteen. (Vilén, Leppämäki ja Ekström 2005, 161.) Narratiivisuudella voidaan viitata yksilön tapaan jäsentää kokemuksiaan tarinan muotoon sekä tutkimusaineiston luonteeseen (Erkkilä 2009, 196). Reflektiiviset kokemukset ovat narratiivisen tutkimustavan keskeisiä tutkimuskohteita ja narratiivisten tutkimusten aihe kattaa usein laajasti elämäntilanteen kokonaisuuden (Perttula 2009, 139).

Narratiivinen lähestymistapa sisältää kokonaisvaltaisen ajatuksen ihmisen maailmassa olemisesta kokemuksiinsa kietoutuneena eli kokemuksen käsite narratiivisessa tutkimuksessa on keskeinen. Kokemusten tutkiminen on kuitenkin usein ongelmallista, koska kokemuksia ei voida tavoittaa sellaisenaan, vaan erilaisten kuvausten kautta

ja nämä kuvaukset sisältävät jo koetun tulkintaa. (Erkkilä 2009, 201.) Perttulan (2009, 149) mukaan kokemus on tajunnallinen tapa merkityksellistää todellisuuksia, joihin ihminen on suhteessa. Eli kokemus on sitä, mitä kulloinenkin elämäntilanne tutkittavalle tarkoittaa ja todellisuudessa on myös paljon sellaista, jotka eivät tarkoita tutkittavalle yhtään mitään. Nämä asiat eivät kuulu heidän sen hetkiseen elämäntilanteeseensa, eikä niitä kokemuksia voida tutkia, koska niitä ei ole.

Tutkimusmenetelmänä käytän haastattelua narratiivisella lähestymistavalla tarkemmin kerronnallista teemahaastattelua. Kerronnallisessa haastattelussa keskityn haastateltavien viime aikojen kokemuksiin (Hyvärinen ja Löyttyniemi 2009, 191). Kerronnallisessa haastattelussa on tärkeää antaa haastateltaville riittävästi tilaa tarinan kerrontaan (Partanen 2011, 51). Kerronnallisen haastattelun tavoitteena on koota tutkijan aineistoksi kertomuksia ja hyvä kerronnallinen kysymys antaa aina vapauden kertoa laajasti ja haastattelijan tulee näyttää halunsa kuunnella haastateltavan kertomus (Hyvärinen ja Löyttyniemi 2009, 189, 199).

Opinnäytetyön kohderyhmänä ovat Suunta-ryhmiin osallistuneiden (6 henkilöä) ja ryhmänohjaajien (4 henkilöä) haastattelut. Haastattelut toteutettiin Suunta ryhmien loputtua kesä- heinä- ja elokuun 2016 aikana. Haastatteluun osallistuminen oli ryhmäläisille vapaaehtoista. Ryhmäläisiä tiedotettiin infokirjeellä (Liite 2) ja halukkaat ilmoittivat ryhmänohjaajille osallistumisestaan haastatteluihin. Otin yhteyttä haastateltaviin ja haastattelut toteutettiin haastateltavien kotona sekä erikseen sovitussa tiloissa.

Valitsin narratiivisen analyysin haastatteluaineiston analysointiin, koska olen kiinnostunut Suunta-ryhmiin osallistuvien kokemuksista ja kertomuksista ja siitä, miten he jäsentävät kokemuksiaan ryhmätoiminnasta (Partanen 2011, 28). Kun puhutaan kertomuksista, ollaan kiinnostuneita maailman kokemisesta ja muutoksesta (Hyvärinen ja Löyttyniemi 2009, 191). Narratiivisen tutkimuksen ydin on kertomusten analyysi (Hänninen 2003, 16). Narratiiville on monia määritelmiä ja käsitteenä se on hyvin laaja. Yksi kattava määritelmä narratiiville on, että se on kirjallisesti, suullisesti tai visuaalisesti rakennettu tarina, joka välittää samalla erilaisia merkityksiä. (Squire, Davis, Esin, Andrews, Harrison, Hydén ja Hydén 2015, 5.)

Narratiivinen tutkimus on monialaista ja tarinalla (narrative) voidaan viitata kaunokirjallisuuteen, kaunokirjallisista lajityypeistä muotonsa lainaaviin teksteihin, suullisesti kerrottuihin tarinoihin, ajattelumuotoihin tai elävän elämän episodeihin (Riessman 2008, 3; Hänninen 2003, 19). Hyvärinen ja Löyttyniemi (2009) määrittelevät käsitteen narrative kertomukseksi, kertomukselliseksi ja kerronnalliseksi ja story käsitteen tarinaksi. Tarina viittaa kertomuksen ilmaisemaan tapahtumakulkuun ja samasta tarinasta voi olla monta toisistaan poikkeavaa kertomusta. Kertomuksella on aina jokin media, esimerkiksi suullinen, kirjallinen tai elokuva sekä esittämisen tapa ja järjestys. Heidän mukaansa kertomuksessa pitää olla vähintään kaksi tapahtumaa, jotta jokin ehtisi muuttua ja juuri muutos ja prosessi ovat niitä asioita, jotka tekevät kertomuksesta ja sen tutkimisesta kiinnostavaa. (Hyvärinen ja Löyttyniemi 2009, 189-190.)

Maailmalla narratiivisesta analyysistä on tullut suosittu lähestymistapa sosiaalitieteissä (Squire ym. 2015, 1). Myös Suomessa narratiivista lähestymistapaa on hyödynnetty tutkimuksellisissa hankkeissa, esimerkiksi humanistisissa ja sosiaalitieteissä sekä kasvatustieteissä (Säntti 2004, 180).

Sisäisen tarinan käsite viittaa ihmisen mielen sisäiseen prosessiin, jossa ihminen tulkitsee omaa elämäänsä tarinallisten merkitystä kautta. Sisäisessä tarinassa on kyse prosessista, jossa yksilö tulkitsee oman elämänsä tapahtumia, mahdollisuuksia ja rajoja sosiaalisesta tarinavarannosta omaksumiensa tarinallisten mallien avulla. Sisäinen tarina on jatkuva luova prosessi, jossa muodostuu uusia merkityksiä ja jossa useat osatarinat kietoutuvat toisiinsa. Kertomus (lat. *narrare*) käsite viittaa tarinan esitykseen esimerkiksi kirjoitettavassa muodossa, tai elokuvana tai näytelmänä. Yksi kertomus voi sisältää useita eri tarinoita ja näin ollen sitä voidaan myös tulkita monella eri tavalla. (Hänninen 2002, 20-21.) Kertomusten kautta yksilö ymmärtää ja hallitsee menneisyyttään ja myös identiteetit rakentuvat kertomuksina (Hyvärinen ja Löyttyniemi (2009, 189). Kertomukset ja narratiivit tarjoavat kulttuurisia ja sosiaalisia merkityksiä (Patton 2002, 116; Squire ym. 2015, 6) ja suuntaavat toimijoita tulevaisuuteen (Hyvärinen ja Löyttyniemi (2009, 189).

Elämänmuutoksia on otollista tarkastella tarinalähestymistavasta käsin, koska muutoksen hahmottaminen tarinana antaa tapahtumien kululle juonen (Hänninen 2003, 95). Kuntoutuksessa tarinat toimivat sekä empiirisinä tarkastelun kohteina että me-

todologisina ratkaisuina kuvata ja ymmärtää asiakkaan kuntoutusta ja kuntoutumisprosessia (Valkonen 2004, 176). Narratiivinen lähestymistapa voi tarjota työvälineitä identiteetin rakentamiseen esimerkiksi murros- ja muutokohdissa sekä ammatillisen minän muotoutumisen varhaisvaiheissa (Eteläpelto ja Vähäsantanen 2008, 42). Kun elämänmuutos on uhka yksilön identiteetille, voi yksilö kantaa minuutensa ja itsearvostuksensa muutoksen yli näkemällä itsensä tietynlaisen tarinan päähenkilönä (Hänninen 2003, 95).

Narratiivinen lähestymistapa tarjoaa näkökulmia kerronnan sisällöistä, teemoista ja merkityksistä (Squire ym. 2015, 8). Yksilön kokemukset jäsentyvät narratiivisesti (Clandinin ja Connelly (2000, 19). Myös puhe usein jäsentyy mitä moninaisimmiksi tarinoiksi ja tavallisesti tarinoilla on alkunsa, keskikohtansa ja loppunsa, kuten Aristoteles Poetiikassaan opettaa (Eskola ja Suoranta 2008, 22). Kaikissa kertomuksissa on alku, keskikohta ja loppu (Hyvärinen 1998, 317). Mikä tahansa selvitys peräkkäisistä tapahtumista ei ole tarina, vaan tarinassa on aina juoni, joka sitoo peräkkäiset tapahtumat toisiinsa ja tarinan peruskaavaan (alkutila-muutos-lopputila) mahtuu monenlaisia mahdollisia juonia ja niitä voidaan luokitella eri tavoin (Hänninen 2003, 95).

Narratiivisen lähestymistavan taustalla on kiinnostus yksittäisen ihmisen ainutkertaiseen tapaan kokea, ajatella ja toimia, ja ihmisen koko elämän voidaankin katsoa rakentuvan tarinoiden kertomisen kautta (Syrjälä 2010, 248). Elämäntarinan kautta yksilö pystyy jäsentämään omaa elämänkulkuaan (Brannen 2013). Elämäkertojen tutkimisen kohdalla on hyvä miettiä, pysähtyykö tutkimus vain erilaisten narratologisten rakenteiden ja keinojen osoittamiseen, vai onko kertomuksen rakenteen analyysi aidosti väline sisällöllisten päätelmien tekemisessä. Tarinaa ei kerrota vain menneisyyden ja totuuden referoimiseksi eli tarinat eivät pelkästään jäljitä oikeaa kokemusta jälkikäteen tai tuota järjestystä hajanaiseen elämään. Esimerkiksi, kun lapsena opimme kertomaan itsestämme, opimme samalla kertomaan ja ohjaamaan itsemme tulevaisuuteen (Hyvärinen 1998, 320, 330.)

Opinnäytetyön yhteydessä toteutetuissa haastatteluissa keskityttiin ryhmäkokemuksiin, vuorovaikutukseen ja koheesion tunteisiin. Sisäistä tarinaa jäljittävissä tutkimuksissa analyysitapa on melko vapaamuotoinen ja se usein hahmottuu vasta tutkimuksen kuluessa (Koivumäki 2010). Tässä opinnäytetyössä keskityn sisäiseen tarinaan joka Hännisen (2002, 49) mukaan voidaan määritellä seuraavasti: ”*Sisäinen tarina on*

yksilön mielen sisäinen, sosiaalisesta vuorovaikutuksesta ja kulttuurista juontuva, mutta yksilölliseen kokemushistoriaan ankkuroitua, luova ja muuttuva elämäntilanteen jäsenprosessi, joka kytkeytyy motiiveihin ja emootioihin.”

3.4 Tutkimusaineisto

Opinnäytetyön aineisto koostuu neljästä keväällä 2016 osallistuneista nuorten vanhempien-suunta työuralle ryhmien ohjaajien haastatteluista, kuudesta keväällä 2016 ryhmiin (Suunta-minusta ja Suunta-Jyväskylästä) osallistuneiden haastatteluista sekä kuudesta ryhmäkoherenssia mittaavasta kyselyvastauksesta. Ryhmäkertoja oli molemmissa ryhmissä kevään 2016 aikana yhteensä 18 ja ne sijoittuivat ajalle helmikuu-toukokuu 2016. Itse en osallistunut ryhmätoimintoihin eli suoritin ainoastaan haastattelut. Viimeisillä ryhmäkerroilla toukokuussa 2016 ohjaajat jakoivat tiedotteen ja suostumuslomakkeen kysely- ja haastattelututkimukseen osallistumiseen (Liite 2). Lomakkeessa kerroin omaa taustaani ja opinnäytetyöni tavoitteita. Kymmenestä ryhmäläisestä lupautui haastateltaviksi kuusi ryhmäläistä ja neljästä ohjaajasta kaikki neljä ohjaajaa.

Otin yhteyttä haastateltaviin sähköpostitse ja sovimme haastattelujen ajankohdat, sekä missä toteutamme haastattelun. Haastatteluihin osallistuivat kaikki haastatteluihin lupautuneet. Ryhmäläisten haastattelut toteutettiin heinäkuun 2016 aikana haastateltavien kotona (4 kpl) sekä työpaikallani erikseen varatussa rauhallisessa tilassa (2 kpl). Ohjaajien haastattelut toteutettiin kesäkuussa ja elokuussa 2016 Jyväskylän ammattikorkeakoululla (2 kpl) sekä keskustassa haastatteluun soveltuvassa tilassa (2 kpl).

Aloitin kaikki haastattelut kertomalla hieman itsestäni, väljästi ajatuksia omasta opinnäytetyöstäni ja pyrkimällä luomaan mahdollisimman avoimen ja miellyttävän haastattelutilanteen. Lisäksi kysyin haastateltavilta alkuun luvan nauhoittaa haastattelun. Näillä alkutoimilla haastatteliija selvittää roolinsa ja tehtävänsä kertomalla tutkimuksesta ja sen tavoitteesta, jotta haastateltavalla on käsitys keskustelun tarkoituksesta (Ruusu vuori ja Tiittula 2009, 24-25.) Kerroin myös, että haastattelut tullaan käsittelemään ehdottoman luottamuksellisesti (tämä kävi ilmi myös jo lupakyselystä

Liite 2.) ja että tulokset tullaan raportoimaan siten, että yksittäistä henkilöä ei pysty tunnistamaan. Myös Ruusuvuori ja Tiittula (2009, 41) painottavat, että haastattelijan on kerrottava haastateltavilleen totuudenmukaisesti haastattelun tarkoituksesta, ja että haastattelija tulee käsittelemään saamansa tiedot luottamuksellisesti ja anonymiteetin säilyttäen.

Ennen kerronnallista haastattelua ryhmään osallistuneet täyttivät ryhmäkoherenssikyselyn, jolla selvitettiin ryhmän sisäistä ilmapiiriä. Kysyin kaikilta haastateltavista samat kysymykset. Haastattelukysymykset olin jakanut kolmeen osaan: ryhmän alkuvaiheet, ryhmätoiminta ja tulevaisuus. Tällä halusin jo jäsentää haastattelua narratiivisesti eli noudattaen kertomuksen rakennetta alku, keskikohta ja loppu (Hyvärinen 1998, 317). Korostin sitä, että he saavat kertoa vapaasti omia kokemuksiaan ja vaikka minulla oli joitakin tarkentavia kysymyksiä, niin oikeita tai vääriä vastauksia ei ole eli kaikki kokemukset ovat tärkeitä ja aiemmin käsiteltyihin teemoihin voivat halutesaan aina palata. Alkuvaiheessa pyysin haastateltavia kertomaan mistä saivat tiedon ryhmästä ja mikä sai heidät osallistumaan ryhmätoimintaan. Alkuvaiheessa pyysin myös kertomaan tavoitteista, odotuksista ja /tai tarpeista ryhmätoimintaa kohtaan. Tarkentavana kysymyksenä pyysin kertomaan kokemuksia ryhmätoiminnan suunnittelusta, jos niitä ei ollut tullut kertomuksessa aikaisemmin esille.

Ryhmän alkuvaiheiden tarkastelun jälkeen siirryimme ryhmätoiminnan ja sisältöjen tarkasteluun. Tarkentavana kysymyksenä pyysin haastateltavia pohtimaan omaa rooliaan ryhmässä sekä miten kokivat ryhmän tuen. Ryhmätoiminnan tarkastelun jälkeen siirryimme tulevaisuusosuuteen, johon johdattelin pyytämällä haastateltavaa pohtimaan kenelle suosittelisi tämänlaista toimintaa. Tämän jälkeen pyysin kertomaan kokemuksia ryhmän lopettamisvaiheesta. Loppupuolella pyysin kertomaan mitä asioita haastateltavat saivat ryhmätoiminnasta (esimerkiksi oivalluksia, ajatuksia, unelmia ja tavoitteita) tulevaisuutta ajatellen. Viimeiseksi kysymykseksi pyysin vielä pohtimaan, olisiko jotain muuta mitä haastateltava haluaisi kertoa. Tämän koin tärkeäksi kysymykseksi, koska vaikka mahdollisuus oli palata aiemmin käsiteltyihin teemoihin, saivat haastateltavat pohtia, olisiko vielä jokin asia, josta haluaisivat kertoa enemmän tai jonka kokivat tärkeäksi, mutta ei ollut tullut vielä aikaisemmin esille.

Haastattelut kestivät 22 minuutista 55 minuuttiin. Haastattelumateriaalia kertyi yhteensä 256 minuuttia eli yhden haastattelun keskipituudeksi tuli 25 minuuttia. Litteroin haastattelut puhtaaksi sanasta sanaan ja litteroitua materiaalia tuli yhteensä 61 sivua. Annoin haastatteluille lyhennekoodit eli ryhmäläisten haastatteluiden lyhenteenä on RH ja ohjaajien haastattelujen lyhenteenä on OH. Näin jokainen haastateltava sai oman lyhenteensä (RH 1, RH 2, RH 3, RH 4, RH 5, RH 6 ja OH 1, OH2, OH 3 ja OH 4). Lyhenteitä käytin analyysivaiheen tukena, mutta lopullisesta raportista jätin lyhenteet pois tutkimukseen osallistuvien anonymiteettia suojatakseni.

Kaikki haastateltavat ovat alle 30 -vuotiaita nuoria ja vanhempia eli kaikilla oli yksi tai enemmän lapsia, mutta haastateltavien tarkkaa ikää ei kysytty. Kaikki haastatteluihin osallistuneet olivat naisia.

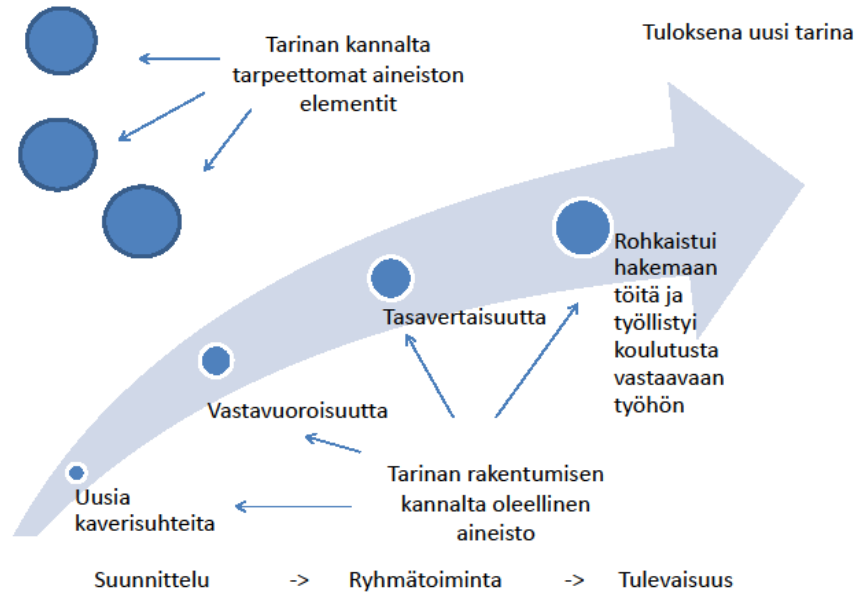
3.5 Narratiivinen analyysiprosessi

Polkinghorne (1995, 12) on jaotellut Brunerin (1985) ajatusten mukaan narratiivisen aineiston käsittelyn narratiivien analyysiin ja narratiiviseen analyysiin. Narratiivien analyysi tarkoittaa esimerkiksi eri teemoihin ja tyyppittelyihin luokittelua. Narratiivisessa analyysissä tutkija keskittyy tapahtumiin, tilanteisiin ja rakentaa niistä uuden juonellisen tarinan. Tässä tutkimuksessa analyysilähestymistapa on narratiivisen analyysin mukainen eli tuotan haastatteluaineiston pohjalta uusia tyyppitarinoita nuorten äitien kokemuksista kevään ryhmätoiminnoista.

Olen keskittynyt analyysissa tarinoiden eksplisiittiseen temaattiseen sisältöön eli siihen, mitä haastatteluihin osallistuvat itse ovat tietoisesti halunneet kertoa, enkä siihen tapaan, jolla tarinat on kerrottu. En siis tarkastele sanonnan muodossa ilmeneviä merkityksiä, jotka myös kertoisivat tutkittavan tavasta jäsentää kertomustaan (Hänninen 2003, 33.) Olen tyyppitellyt tarinat ja esitän analyysin tulokset tyyppikompositioina eli en ole valinnut yksilöitä tyyppien edustajiksi, vaan olen koonnut esimerkkitarinat useista eri kertomuksista. Tämän analyysitavan etuna on, että osallistujien tunnistettavuus vähenee, mutta huonona puolena on toki se, että esittämäni esimerkkitapaukset ovat keinotekoisia. (Hänninen 2003, 33.)

Tarkastelen Suunta-ryhmiin osallistuneiden ryhmäläisten ja ohjaajien haastatteluissa kertomia kokemuksia ja näiden kokemusten narratiivisen analyysin voi toteuttaa moni eri tavoin. Opinnäytetyötutkimukseni analyysissä olen hyödyntänyt eri analyysitapoja, kuten Polkinhornen (1995) narratiivisen analyysin mallia, Lieblichin ym. (1998) holistista ja sisältöön keskittyvää analyysimallia ja Riessmanin (2008) teemaattista narratiivista analyysia. Teemaattinen narratiivinen analyysi keskittyy siihen, miten tapahtumat ja ryhmäkokemukset koettiin haastatteluhetkellä eli mitä haastateltavat (sekä ryhmäläiset että ohjaajat) kertovat niistä haastatteluhetkellä. (Riessman 2008, 53-54.) Lieblich, Tuval-Mashiach ja Zilber (1998) jakavat narratiivisen analyysiin neljään eri lähestymistapaan. Näitä ovat sisältöön keskittyvä analyysi, muotoon keskittyvä analyysi, kokonaisvaltainen eli holistinen analyysi ja rajattu eli kategorinen analyysi. Opinnäytetyöni analyysin voidaan ajatella sijoittuva holistisen ja sisältöön keskittyvän välimaastoon eli tarkastelen aineistoani kokonaisuutena keskittyen myös sen sisältöön kokonaisuutena. (Lieblich, Tuval-Mashiach ja Zilber 1998.)

Analyysin ensimmäisessä vaiheessa kuuntelin haastatteluja useaan kertaan läpi. Tämän jälkeen litteroin aineiston kirjalliseen muotoon sanasta sanaan ja luin aineistoa useaan kertaan läpi. Analyysin toisessa vaiheessa merkitsin yleisiä huomioita reunamarginaaliin, kuten ryhmäytyminen, vertaistuki, keskustelu, itseluottamus, itsetuntemus, toiminnallisuus, menetelmät ja tavoitteet ja pyrin löytämään yhteyksiä eri teemojen välillä. Pyrin löytämään tekstistä keskeisiä teemoja / olennaisia yksikköjä lopputuloksen kannalta (Polkinhorne 1995, 18). Merkitsin ne tekstiin käyttäen apuna erivärisiä tusseja. Keskeisiksi teemoiksi muodostuivat vertaistuki, toiminnallisuus ja itsetuntemus. Alleviivasin aina kunkin kohdan tietyllä värillä. Analyysin kolmannessa vaiheessa jatkoin litteroidun aineiston lukemista nostamieni teemojen mukaisesti ja luin jälleen aineistoa useaan kertaan läpi. Neljännessä vaiheessa pyrin rakentamaan teemat kronologiseen järjestykseen. Tässä vaiheessa aloitin myös tarinan rungon kirjoittamisen, jonka jälkeen lisäsin runkoon suoria lainauksia haastateltavien kokemuksista. Polkinghornen (1995, 18) mukaan analyysiin viimeinen vaihe on tarinan kirjoittaminen. Analyysin viimeisessä vaiheessa muodostin kolme ydintarinaa eli tarinat, joissa näkyivät nostamani teemat selkeimmin. Tarinat saivat nimet Virpi Vertaistuen tarina, Tiina Toiminnallisen tarina ja lisa Itsetutkiskelijan tarina.



Vertaistuen tarve – Virpi Vertaistuen tarina

Kuvio 2 Opinnäytetyötutkimuksen narratiivinen analyysiprosessi Polkinhorneen (1995) pohjautuen ja mukailien Karjalainen ja Auvinen (2012, 15)

3.6 Tutkimuksen luotettavuus ja eettiset kysymykset

Eettisten ohjeiden noudattaminen edellyttää suunnittelua ja huolellista harkintaa heti tutkimuksen suunnittelusta alkaen (Penninton 2005, 47). Eettisiä kysymyksiä onkin tärkeää pohtia tutkimuksen eri vaiheissa ja seuraavassa tarkastelen eettisiä kysymyksiä opinnäytetyöni toteuttamisen eri vaiheissa. Aiheen ja tutkimusmenetelmän valinta ovat aina eettisiä valintoja ja tärkeää on pohtia, kenen ehdoilla tutkimusta tekee ja mitä varten (Aaltonen 2009, 187).

Valitsin tutkimuksen aiheeksi kokemukset ryhmätoiminnoista, koska halusin saada opinnäytetyötutkimuksellani sekä ryhmäläisten että ohjaajien äänen kuuluviin. Koska halusin tutkia kokemuksia, koin että kerronnallinen haastattelu antaisi hyvät mahdollisuudet tutkittaville (sekä ryhmään osallistuville nuorille vanhemmille että ohjaajille) tuoda omia kokemuksiaan kevään ryhmätoiminnasta esille.

Ohjaajat jakoivat viimeisellä ryhmäkerralla tiedotteen ja suostumuslomakkeen kysely- ja haastattelututkimukseen osallistumiseen (Liite 2), jossa kerroin omasta taustastani ja opinnäytetyöni tavoitteista. Lisäksi kerroin lomakkeessa, että haastatteluun osallistuminen on vapaaehtoista, ja osallistumisen voi perua ilman, että siitä aiheutuu mitään seuraamuksia. Osallistujalla tulisikin aina olla täysi tieto tutkimuksen tarkoituksesta ja tutkijan tulee myös informoida tutkimukseen osallistuvien oikeudesta vetäytyä missä tahansa tutkimuksen vaiheessa (Pennington 2005, 46).

Kerronnallista haastattelua en ollut aikaisemmin toteuttanut ja tästä syystä päädyin väljään teemahaastattelurunkoon. Hyvärinen ja Löyttyniemi (2005,200) painottavat, että raja strukturoidun ja strukturoimattoman haastattelun välillä on aina suhteellinen, koska kaikkea jäsenystä ei voi poistaa kysymyksistä, tai sitten ne eivät merkitse mitään. Tutkimushaastattelua ohjaa myös tutkimuksen tavoite, mikä ohjaa keskustelua (Ruusuvuori ja Tiittula 2009, 23).

Laadullisen tutkimuksen luotettavuutta tarkastellessa tulee erottaa havaintojen luotettavuus ja niiden puolueettomuus. Puolueettomuudella tarkoitetaan sitä, pyrkiikö tutkija ymmärtämään tai kuulemaan tutkittavia itsenään vai suodattuuko tutkittavien kertomus tutkijan oman kehyksen läpi. (Tuomi ja Sarajärvi 2013, 135-136.) Keskityin analyysissä haastatteluaineiston temaattiseen sisältöön eli en tapaan, jolla haastateltavat kertoivat kokemuksiaan. En siis keskittynyt sanonnan muodossa ilmeneviin merkityksiin tai huomaamatta jääneisiin ilmaisutapoihin, vaan keskityin siihen, mitä haastateltavat itse halusivat tietoisesti sanoa. (Hänninen 2003, 33.)

Pyrin luomaan haastattelutilanteesta luottamuksellisen ja yleisvaikutelmaksi jäi, että haastateltavat kokivat haastattelutilanteen rennoksi. Monesta haastattelusta myös välittyi se, että he halusivat jakaa vielä ajatuksiaan ryhmäkokemuksista, koska ryhmätapaamiset olivat jo ohitse. Oman tarinan kertominen koetaankin usein palkitsevaksi ja terapeuttiseksi (Hänninen 2010, 174).

Kerronnallista haastattelua voi toteuttaa eri tavoin ja yksi tapa on esittää yksi kysymys ja tarkoituksena on välttää ohjaavia kommentteja ja kysymyksiä (Hyvärinen ja Löyttyniemi 2005, 195-196). Tein kuitenkin tietoisien valinnan käyttämällä teemahaastattelua ja tutkimuksen luotettavuutta arvioitaessa, voidaan teemahaastattelurungon, väljänkin sellaisen, ohjaavan jonkin verran haastattelun kulkua ja sisältöjä.

Suostumuslomakkeessa kerroin, että haastatteluaineisto käsitellään siten, että yksittäistä osallistujaa ei voida tunnistaa aineistosta. Muistutin tästä myös haastattelujen aluksi ja painotin, että vastaukset tullaan raportoimaan siten, että yksittäistä henkilöä ei pysty tunnistamaan. Myös Pennington (2005, 47) painottaa, että vastaukset tulee esittää anonymisti siten, että yksittäisiä osallistujia ei voida tunnistaa.

Työstövaiheessa ja analyysivaiheessa käytin haastateltavissa lyhenteitä, joilla erotin ohjaajat toisistaan ja haastateltavat toisistaan. Jätin lyhenteet pois lopullisesta raportista, jotta henkilöt varmasti pysyvät tunnistamattomina. Yksityishenkilöitä tai ammattinsa edustajia haastateltaessa on myös erityisen tärkeää, että heidän henkilöllisyys ei käy ilmi (Tiittula ja Ruusuvaori 2009, 17). Aineiston olen käsitellyt ja analysoinut siten, että yksittäistä vastaajaa ei pysty vastauksista tunnistamaan. Koen myös, että tyyppitarinat olivat toimiva vastausten jäsennostapa, ja vaikka tarinat ovat näin fiktiivisiä, antavat tarinat aineistosta kattavan kuvan ja ovat tarinat tutkimukseen osallistuvien anonymiteetin säilymisen kannalta toimiva ratkaisu.

4 Tutkimustulokset

Haastateltavien kertoessa kokemuksiaan ryhmätoiminnoista, voidaan havaintona todeta, että haastateltavat (sekä ohjaajat että ryhmäläiset) puhuivat ryhmätoimintoihin liittyvistä teemoista käyttäen paljon ilmauksia kokemuksistaan. Kaikki (sekä ohjaajat että ryhmäläiset) kokivat ryhmätoiminnan kiinteänä, avoimena ja positiivisena. Kiinteät ryhmät ovat yleensä tehokkaita päämäärien saavuttamisessa ja ongelmanratkaisussa samalla, kun ne tuottavat myös positiivisia kokemuksia ryhmän jäsenille (Pennington 2005, 84).

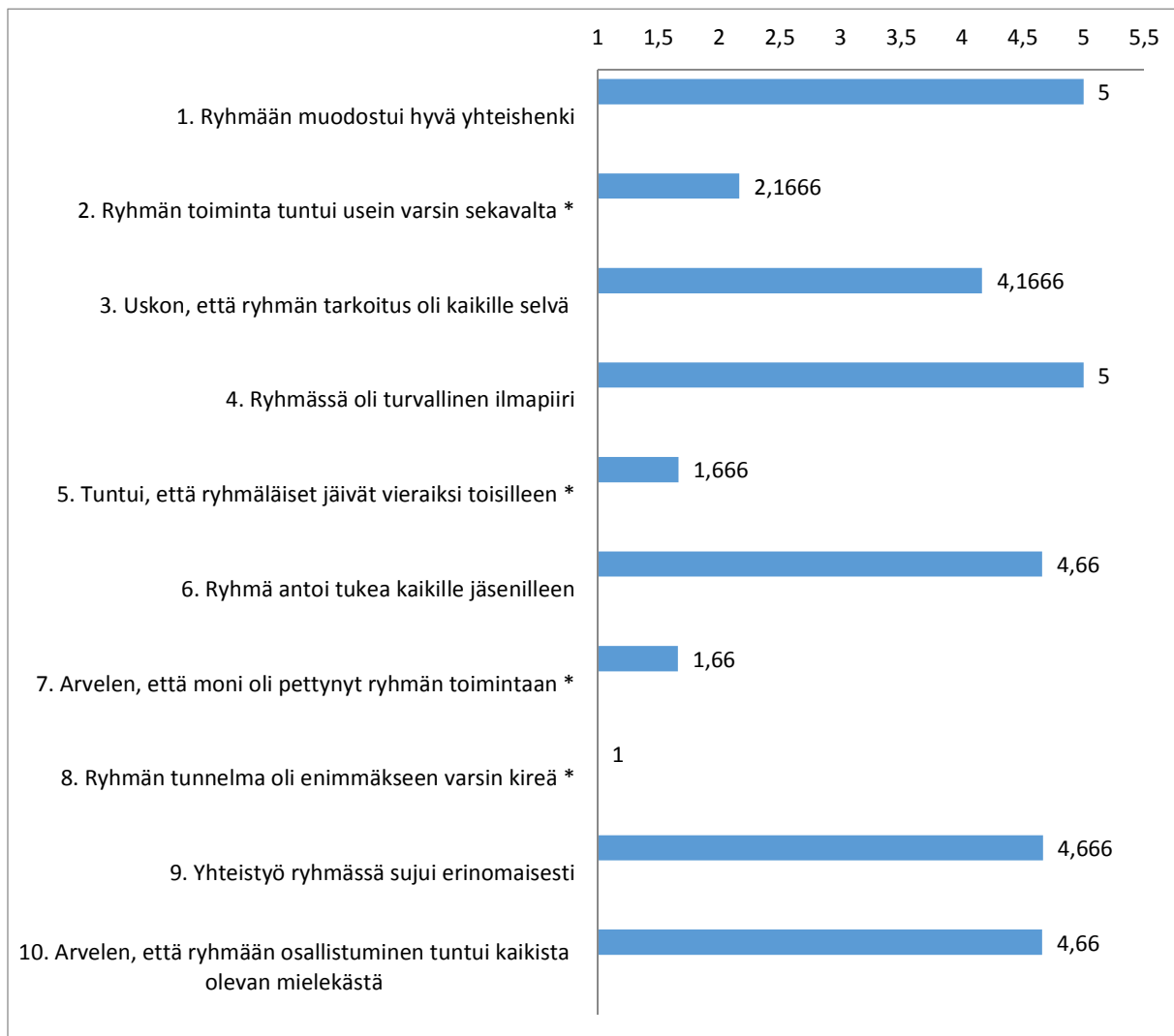
Tuloksissa en ole erotellut Suunta-minusta tai Suunta-Jyväskylästä ryhmien jäseniä eli tarkastelen näitä ryhmiä kokonaisuutena. Tämän opinnäytetyön tuloksena esitän kolme ryhmäläisen tyyppitarinalukua ryhmätoiminnan kokemuksista ja tarkastelen miten ohjaajien kokemukset vastasivat tyyppitarinoin. Jokainen tarina edustaa yhtä analyysissä syntynyttä tyyppiä eli jokainen tarina on omanlaisensa tarina siitä, miten Suunta-ryhmään osallistunut nuori vanhempi on pohtinut kokemuksiaan ryhmätoiminnoista, millaisin tavoittein nuori vanhempi on osallistunut ryhmätoimintaan sekä

miten Suunta-ryhmää ohjannut ohjaaja on pohtinut kokemuksiaan ryhmäohjauksesta.

4.1 Ryhmäkoherenssikyselyn tulokset

Ennen haastattelua haastateltavat täyttivät ryhmäkoherenssikyselyn (SOC-G-10), joka on Julkusen, Pietilän ja Gustavsson-Liliuksen (2013) kuntoutussäätiöön kehittämä lyhennetty ryhmäkoherenssikysely. Ryhmäkoherenssikyselyssä oli kymmenen väittämää. Ohjeistuksena kyselyn täyttämiseen oli arvioida Suunta-ryhmän toimintaa kokonaisuutena eli millainen tunnelma yleensä vallitsi. Kysymysten avulla siis arvioidaan ryhmän toimintaa kokonaisuutena eli ei yksittäisen henkilön viihtymistä ryhmässä.

Kyselylomakkeen arviointiasteikko on viisiportainen, 1. ei lainkaan pidä paikkaansa, 2. ei juuri pidä paikkaansa, 3. en osaa sanoa, 4. pitää melko lailla paikkaansa ja 5. pitää täysin paikkaansa. Asteikko sisältää neljä käännettävää osiota eli kielteisessä muodossa olevia väittämiä (väittämät 2,5,7 ja 8). (Julkunen ym. 2013, 9.)



Kuvio 3 Ryhmäkoherenssikyselyn tulokset

Kuviossa on esitetty ryhmäkoherenssikyselyn vastausten keskiarvot. Käännettävät osiot on merkitty tähdellä *. Ryhmäkoherenssikyselyn tuloksissa ei havaittu suuria vaihteluja. Kaikki ryhmäläiset eli (6/6) kokivat, että ryhmään muodostui hyvä yhteishenki. Kysymykseen vaikuttiko ryhmän toiminta usein varsin sekavalta, viisi ryhmäläistä (5/6) vastasi, että ei juuri pidä paikkaansa ja yksi vastasi, että ei osaa sanoa. Ryhmän tarkoitus ei ollut täysin selvä ryhmäläisille. Puolet eli (3/6) vastasi, että pitää melko lailla paikkaansa, (2/6) vastasi, että pitää täysin paikkaansa ja (1/6) vastasi, että ei osaa sanoa.

Kaikki ryhmäläiset eli (6/6) kokivat, että ryhmässä oli turvallinen ilmapiiri. Ryhmäläisistä (5/6) vastasi, että ryhmäläiset eivät jääneet vieraitseksi toisilleen. Yksi ryhmäläis-

tä oli sitä mieltä, että ryhmäläiset jäivät vieraksi toisilleen (vaihtoehto pitää täysin paikkaansa). (4/6) vastaajasta koki, että ryhmä antoi tukea toisilleen ja 2/6 vastaajasta koki, että se piti melko lailla paikkaansa. (5/6) vastaajasta koki, että moni ei ollut pettynyt ryhmän toimintaan ja (1/6) vastasi tähän, että ei juuri pidä paikkaansa. Kuukaan vastaajista ei pitänyt ryhmän toimintaa kireänä. Vastaajista (4/6) koki, että yhteistyö ryhmässä sujui erinomaisesti ja (2/6) piti väittämää melko lailla paikkaansa. Vastaajista puolet eli (3/6) koki, että ryhmään osallistuminen tuntui kaikista olevan mielekästä ja puolet eli (3/6) piti väitettä melko lailla paikkaansa.

4.2 Vertaistuen tavoite - Virpi Vertaistuen tarina

Suunta-ryhmästä Virpi Vertaistuki oli kuullut ystävältään. **Ryhmän alkuvaiheessa** hän oli asettanut tavoitteiksi, että kehittyisi omalla alallaan, saisi uusia kaverisuhteita ja tukea toisista vanhemmista kasvatuksellisiin kysymyksiin. Hän halusi myös itse antaa tukea toisille vanhemmille. Ryhmätoiminnan suunnittelussa hän piti tärkeänä, että pääsi itse vaikuttamaan suunnitteluun. Hän koki ryhmäytymisen kannalta tärkeäksi, että osallistui myös toimintaan, joka ei itselle ollut tarpeellista.

”Siitäkin tuli semmonen ryhmäolo, että ite toi jotakin siihen ja joutu osallistumaan myös semmoseen, mikä ei välttämättä ollu sellaista, mitä olis ite tarvinnu.”

Virpi Vertaistuki pohti ryhmän kokoonpanoa ja ryhmäytymistä. Ensimmäisillä kerroilla tapahtuneet muutokset kuitenkin herättivät kysymyksiä ja hän pohti olisiko voinut toimia ensimmäisellä kerralla toisin.

” Meillä oli hyvä ryhmä. Yks siinä ekalla kerralla eli meitä oli yks enemmän, mutta sitten se ei enää tullu ja alkuun aina ootettiin, että tulisko se, mutta sitten ei enää kevään mittaan ootettu. Sitä ajattelin, että kun siitä yhestä ei varmaan tuntunu, että oliko hyvä ryhmä kun se jäi pois. Mun oli helppo tulla joukkoon, mutta hänestä ehkä tuntu vähän ulkopuoliselta, ja oon jääny miettimään, että olisko voinu jotekin ite saahasen, että se olis tutustunut, mutta kun ekalla kerralla vasta kaikki tutustu, että ei siinä vaiheessa pääse lähtee vetämään ihmisiä kiinni.”

Ryhmätoiminnan suhteen Virpi Vertaistuki oli tyytyväinen sisältöihin. Ryhmäkertojen määrän hän koki sopivaksi, mutta mainitsi, että kertoja olisi voinut olla enemmänkin. Ryhmän aloitusajankohdan eli kello yhdeksän aamulla hän koki sopivaksi, mutta toi kehittämisehdotuksena, että ryhmätila olisi ollut vielä ryhmäläisten käytössä toiminnan jälkeen.

”Välillä tuntu, että aika loppui kesken, ja olisi ollu välillä kiva, että olis voinu jäädä siihen vaihtaa kuulumisia, että tila olis ollu vielä ryhmäläisten käytössä ylimääräisen tunnin, että lapset oli ainakin mulla se, että ne ei koskaan halunnu lähtee silloin kuin piti, eli olis ollu pehmeempi lähtö niitten kanssa.”

Vertaistuen tarinassa korostui avoin ja kannustava ilmapiiri. Virpi Vertaistuki korosti sääntöjen merkitystä ryhmätoiminnassa ja juuri avoimuuden näkökulmasta. Hän koki, että kaikki kuuluivat ryhmään ja kaikki saivat toisiltaan tukea, kannustusta ja vinkkejä. Kukaan ryhmässä ei ollut ollut päällepäsmäri eli hän koki ryhmän tasavertaiseksi. Hän korosti, että ryhmässä uskallettiin avautua ja kaikki pystyivät puhumaan sekä vaiheista että helpommista asioista. Virpi kertoi myös, että ryhmässä pystyttiin keskustelemaan tosi syvällisesti myös silloin, kun ryhmät (Suunta –minusta ja Suunta-Jyväskylästä) työskentelivät muutamia kertoja yhdessä.

Virpi Vertaistuki pohti omaa rooliaan positiivisuuden kautta ja painotti, että pyrki tuomaan positiivista näkökulmaa ryhmään asioista. Oma roolia ryhmätoiminnassa hän korosti tasavertaisena ja vastavuoroisena. Hän koki tärkeäksi, että tuli kuulluksi ja sai neuvoja muilta, mutta korosti myös sitä, että pyrki kuuntelemaan ja antamaan tilaa muiden kertoa omia mielipiteitään.

Vertaistuen merkitys korostui lapsen kasvua ja kasvatusta koskevissa asioissa. Virpi koki, että lapset olivat yhdistävä tekijä ja kun oli jutellut lapsen kasvatuksesta, niin oli huomannut, että itseä mietityttäneet asiat ovatkin ihan normaaleja lapsen kehityksen vaiheita. Vertaistuen merkityksen hän koki tärkeäksi erityisesti itseä huolestuttavissa tilanteissa. Kun pääsi jakamaan mieltä askarruttavia asioita, huolet pienenevät ja vertaistuen merkitys korostui.

”Kaikki sitten aina tuki ja neuvo ja sitten helpottui ja pienei se huoli eli vertaistuen merkitys oli tärkeä, kun se oli semmonen, että siellä käytiin oman elämän hankalampia juttuja, niin siihen kyllä kuului se vertaistuki.”

Ohjaajat Virpi Vertaistuki koki joustaviksi ja koki tärkeäksi, että erilaisia ehdotuksia ja mielipiteitä otettiin vastaan. Tärkeää oli myös, että jokainen sai tuoda omia vahvuuksiaan esille. Hän pohti, että jollekin ryhmälle olisi sopinut, että ohjaajat sanoisivat mitä tehdään ja miten toimitaan, mutta silloin ryhmän sisällöt eivät olisi olleet samalla tavalla mielekkäitä. Hän koki myös, että aina oli mukava tulla ryhmään ja ryhmässä otettiin positiivisesti vastaan. Ohjaajien roolin Virpi koki tasavertaisina toimijoina.

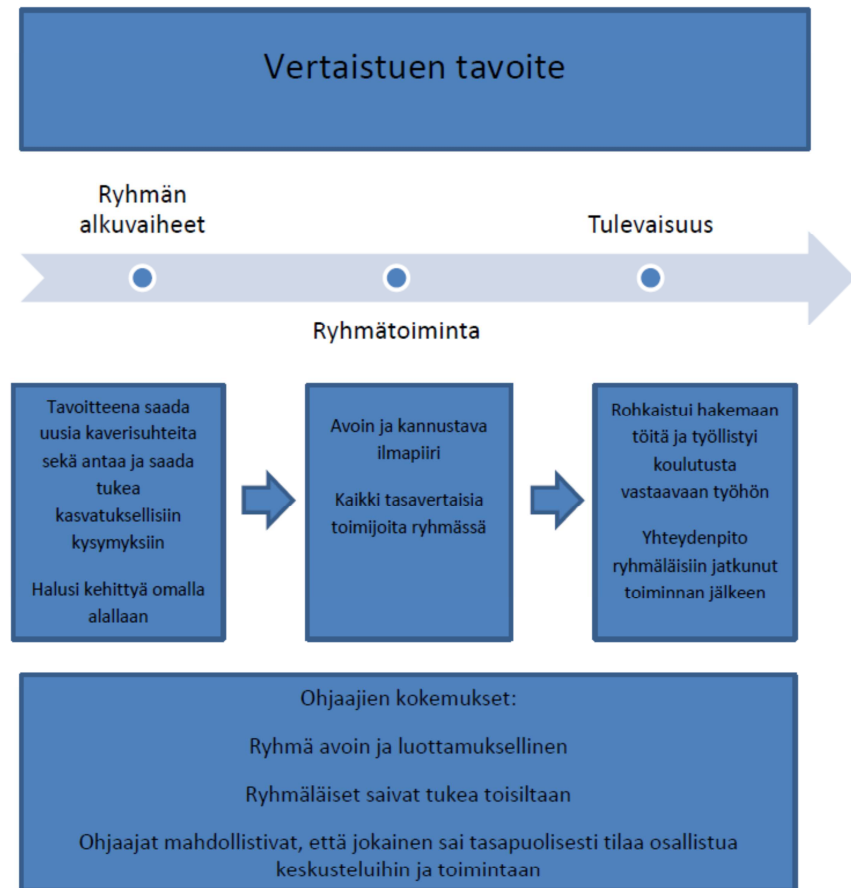
”Ne ihmiset, jotka veti sitä ryhmää, ei tehny sitä sieltä yläpuolelta niinku ohjailemalla, vaan oli meidän mukana siinä työskentelyssä.”

Tulevaisuutta ajatellen Virpi Vertaistuen ajatukset olivat selkiytyneet. Hänen unelmana oli ollut kehittyä omalla alallaan. Hän oli rohkaistunut hakemaan työtä, oli huomannut, että omalla työkokemuksella oli arvoa ja työllistyi omalle koulutusta vastaavalle alalle. Virpi vertaistuki oli saanut kevään aikana töitä omalta alaltaan. Hän myös koki, että koko ryhmä oli saanut tukea tulevaisuuden suunnitelmiin.

Virpi Vertaistuen tavoite oli saada ryhmästä uusia kaverisuhteita ja lopuksi Virpi mainitsikin, että ryhmätoiminta mahdollisti kontaktit uusiin ihmisiin, joita ei kotiäitinä tule samalla tapaa luotua. Virpin kommentista myös välittyy, että kaikki olivat ryhmätoiminnan jälkeen halukkaita pitämään yhteyttä ja jakamaan kuulumisia.

” Se oli niinku ensimmäinen kontakti uusiin ihmisiin ja äitina ja kotiäitinä tapaa hirveen vähän uusia aikuisia, että mun mielestä on hyvä, että me ollaan pidetty yhteyttä, että ollaan pidetty grilli-iltaa. Ollaan facebookissa ryhmä ja olen miettinyt, että voisivat tulla täällä käymään ja kaikki oli halukkaita, että voitais jakaa kuulumisia, että mitä kuuluu.”

Virpi Vertaistuen tarinassa painottuu selkeästi vertaistuen tavoite ryhmätyöskentelyn kaikissa vaiheissa (kuvio 4). Kokemus vanhemmuudesta oli ryhmäläisiä yhdistävä tekijä ja ryhmätyöskentely mahdollisti vertaistuen saamisen ja antamisen.



Kuvio 4 Vertaistuen tavoite

4.3 Ohjaajien kokemuksia vertaistuen merkityksestä

Myös ohjaajat korostivat vertaistuen merkitystä (kuvi 4). Ohjaajat kokivat, että ryhmäläiset saivat tukea toisiltaan ja erityisesti tukea vanhemmuuteen. Neuvojen kysymistä ja saamista pidettiin myös tärkeänä. Ohjaajat korostivat että työelämän ulkopuolella olevat vanhemmat hyötyvät vertaistuesta. Vanhemmuus yhdisti kaikkia ryhmäläisiä ja vaikka ryhmäläisillä oli erilaisia kokemuksia vanhemmuudesta, kokivat ohjaajat, että heillä oli paljon samantyyllisiä ajatuksia ja samanlaisia kysymyksiä, joista syntyi keskustelua.

” Paljon ryhmäkeskusteluissa olivat toistensa peilejä eli tärkeää on vertaistuki ja tämän tyylistä toimintaa tarvitaan kipeästi.”

Myös ohjaajat kokivat ryhmän avoimeksi. Ohjaajat kokivat ryhmäytymisprosessin hyväksi ja kerta kerran jälkeen ryhmäläiset olivat alkaneet puhumaan avoimemmin ja luottamus ryhmän sisällä oli kasvanut.

Yhdeksi tärkeäksi vertaistuen muodoksi ohjaajat mainitsivat WhatsApp viestien merkityksen yhteydenpitokanavana. Ryhmätoimintaan osallistumisen motivoinnin kannalta WhatsApp ryhmäviestit olivat ryhmässä tärkeässä roolissa.

” WhatsApp ryhmäviestit nousi tärkeiksi eli siellä jaettiin vauvojen kuvat ja koirien kuvat ja siellä vähän riideltiin ja sitten sovittiin ja viestit toimii myös kannustavana ja tsemppaavana.”

Jokainen ohjaajista pohti ryhmämuutoksia. Osa ohjaajista koki, että se vaikutti ryhmädynamiikkaan aluksi, eli odotettiin tuleeko kaikki paikalle. Osa ohjaajista koki, että ryhmämuutoksilla ei ollut vaikutusta ryhmätoimintaan, mutta ohjaajalle ryhmämuutokset aiheuttivat kuitenkin epävarmuuden tuntua, että ketkä ryhmäläisistä sitoutuvat työskentelyyn.

Virpi Vertaistuki korosti sääntöjen merkitystä avoimuuden näkökulmasta ja ohjaajien kommentoissa säännöt välittyivät selkeään struktuurin ja ohjaajan napakan roolin näkökulmasta.

” Ohjaajan tulee huolehtia käytännön järjestelyistä ja aikatauluista. Aika napakka pitää olla. Tarvitaan selkeää struktuuria, että saadaan käsiteltyä joku asia loppuun ja jos ohjaaja ei ole tietyissä kohdin napakka, niin se levähtää se koko päivä eikä saada oikeesti mitään aikaan ja ryhmässä turhautuu.”

Ryhmäläiset kokivat aloitusajan hyväksi, mutta ohjaajat korostivat, että ryhmän aloitusaika venyi joka kerta ja aloitusaikataulua tulee vielä jatkossa pohtia. Virpi Vertaistuki nosti esiin, että kukaan ei ollut ryhmässä päällepäsmäri. Tätä ajatellen ohjaajat olivat pyrkineet toimimaan siten, että jokainen sai tilaa osallistua keskusteluun ja toimintaan. Ohjaajat olivat pyrkineet toimimaan niin, että kukaan ei hallitse liikaa.

Tämä koettiin myös ryhmänohjaajan tärkeäksi tehtäväksi ja se oli pyritty huomioimaan toiminnassa.

4.4 Toiminnallisuuden tavoite - Tiina Toiminnallisen tarina

Ryhmän alkuvaiheesta Tiina Toiminnallinen kertoo, että oli käynyt tutustumassa Jyväskylään ja kuullut samalla kertaa Suunta-hankkeesta. Hän oli kuullut, että ryhmiä on kaksi ja tiesi heti, että hän haluaa ehdottomasti toiminnalliseen ryhmään. Toiminnallisuus tuntui myös helpottavan tutustumista.

” Menin sinne tosi hyvällä päällä eli oli sillee niinku oli hyvät odotukset ja sitten pääs tutustuu uusin ihmisiin ja tiesin, että tehdään tekemisen kautta, eli tiesin, että on helppo tutustuu ihmisiin ja saa paljon enemmän siitä irti ja oli jotain enemmän itsellekin kuin vaan kotona olemista, että kun muutaman ekan kerran kävi, niin alko tutustuu ihmisiin.”

Toiminnan suunnittelun myös Tiina Toiminnallinen koki tärkeäksi. Hän kertoi, että oli tärkeää, että ryhmäläiset saivat osallistua sisältöjen suunnitteluun ja ehdottaa esimerkiksi retkiä kuntosalille, improvisaatioteatteriin ja kotitalousoppilaitokselle.

Ryhmissä ryhmäläiset asettivat itselleen tavoitteita ja tavoitteiden toteutumista seurattiin kevään mittaan ja ryhmätoiminnan loppuksi. Tavoitteiden asettaminen ja toteutumisten tavoitteiden seuraaminen askarrellen kirjoittamisen sijaan oli ollut Tiina Toiminnallisen mielestä mielekästä.

” Se, että piti askarella tavoitteet eli ei vaan kirjottaa, eli sait kasan väripaperia, miten kuvaat tavoitteet. Sit kun niitä aina purettiin pois ja välillä sit käytiin läpi, että onko vähentynyt tai miten on edenny, niin siinä sai heti alkuun konkreettiseksi ne omat pulmat ja loppuun pysty katsoo, että tuota ei enää ollu ja tuota ei oo enää. Semmonen hyvä fiilis oli, kun sai sen loppukansion ja huomasi, että ei oo enää niin paljoa asioita, mitä pitää käsitellä. Eli siinä näki konkreettisesti, koska eihän niitä olis muistanu, jos ne olis vaan käyty läpi tai vaan kirjoitettu.”

Ryhmätoiminnan ja sisällöt Tiina Toiminnallinen koki monipuolisiksi. Hän kertoi konkreettisia esimerkkejä toiminnasta. Hän korosti, että kevään aikana oli tullut tehtyä sellaisia asioita, joita ei yksin tulisi tehtyä. Erityisesti kuntosalikerta oli jäänyt tärkeänä kertana mieleen. He olivat ryhmänä käyneet tutustumassa kuntosalille ja kynyn lähteä yksi kuntosalille oli madaltunut. Hän olikin jatkanut kuntosaliharjoittelua tutustumiskäynnin jälkeen.

Sisällöistä tärkeiksi Tiina Toiminnallinen nosti toiminnalliset ryhmäkerrat, kuten parisuhdetta ja seksuaalisuutta käsittelevän kerran, musiikkiterapia kerran, draamakeran ja mindfulness kerran. Erityisen mielekkääksi hän koki ryhmäkerran, jossa kaikki ryhmäläiset olivat esittäneet omia taitojaan. Ryhmätoimintaan hänellä oli hyviä kehittämideoita, jos joutui olemaan ryhmäkerralta pois. Hän toivoi, että olisi mahdollista saada esimerkiksi tiivistelmä siltä kerralta, niin tietäisi sitten aina, mitä asioita on käsitelty.

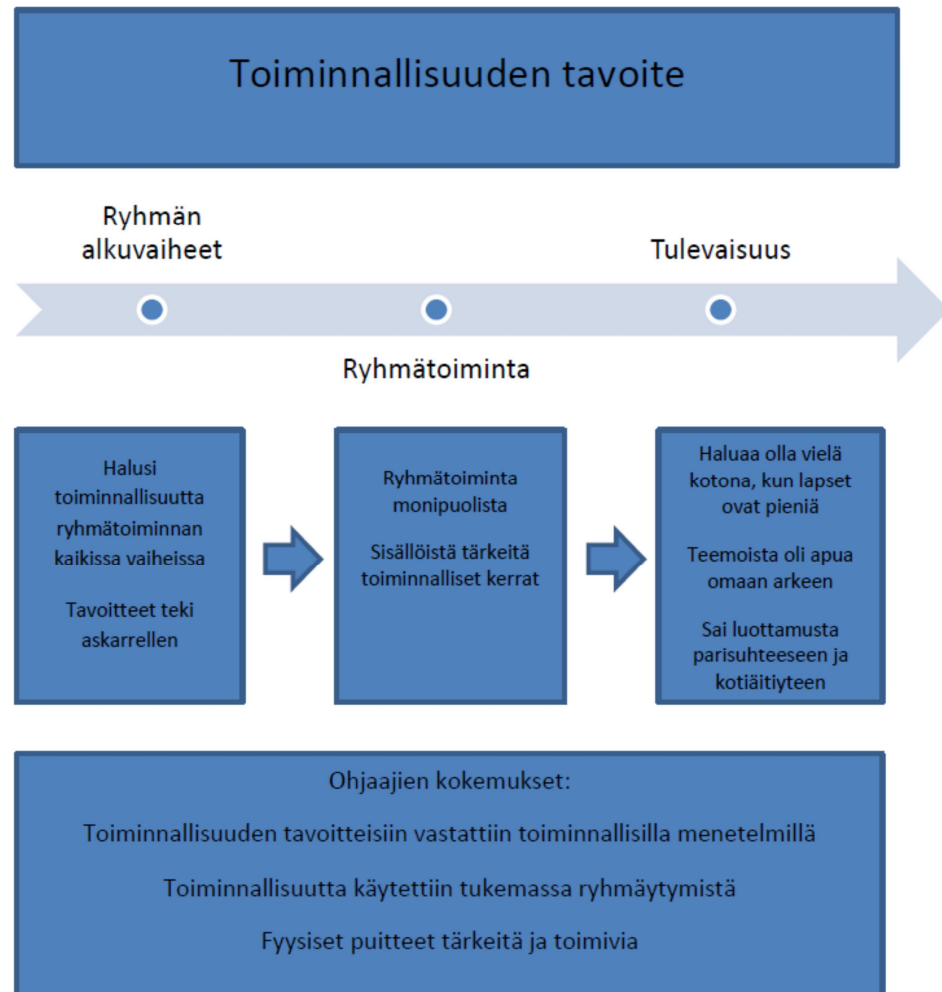
Ajankohdan 9-12 Tiina Toiminnallinen koki hyväksi ja tapaamiskertojen määrän sopivaksi. Hänestä oli hyvä, että tapaamiskerrat olivat lukukauden aikaan. Tiina Toiminnallinen kertoi, että viimeinen ryhmäkerta oli jäänyt mieleen haikeana, mutta positii-visena kertana.

” Aika meni nopeesti ja oli haikeeta se viimeinen kerta, mutta tiesin, että vielä nähään niitten ihmisten kanssa. Käytiin Tourujoella kävelemässä luontopolku ja nyyttärimeinillä tuotiin syötävää ja mentiin Jyväskylään. Siihen oli järjestetty parituntia ja ne jotka siihen halus jäädä, niin jäätiin vielä vaihtaa kuulumisia, et se olis ollu mukava, että se olis ollu muutenkin mahdollista.”

Tulevaisuuden suhteen Tiina Toiminnallisen oli päättänyt olla vielä kotona koska lapset olivat vielä pieniä. CV:n tekemisen Tiina Toiminnallinen oli kokenut tärkeäksi ja sitä tehdessä hän oli tunnistanut omia vahvuuksiaan. Tulevaisuutta ajatellen hän pohti myös, miten paljon ryhmätoiminnasta käsitellyistä teemoista oli ollut apua omaan arkeen.

” Enkä mä ees ajatellu, että tuolta sais noin paljon eli mullhan oli just kaikista noista hyötyä omaan arkeen ja ton ansiosta on nyt viikkorytmi. Tulevaisuutta ajatellen sain myös luottamusta parisuhteeseen ja kotiäitiyteen.”

Tiina Toiminnallinen haki toiminnallisuutta ryhmätoiminnan kaikissa vaiheissa aina tavoitteiden asettamisesta tulevaisuuden suunnitelmiin (Kuvio 5). Toiminnallisuuden tavoite toteutui monipuolisen toiminnan kautta.



Kuvio 5 Toiminnallisuuden tavoite

4.5 Ohjaajien kokemuksia toiminnallisuudesta

Myös ohjaajat korostivat toiminnallisuuden merkitystä (kuvio 5) ja erityisesti ryhmätoiminnan alussa oli tärkeää, että toiminnallisuutta käytettiin tukemassa ryhmäytymistä. Esimerkiksi yksi ohjaajista mainitsi draamakerran, jonka jälkeen ilmapiiri oli ryhmässä muuttunut vapautuneemmaksi.

Toiminnallisuuden tavoitteisiin vastattiin toiminnallisilla menetelmillä, kuten tunnekorttien avulla. Käytössä olivat mm. whatsapp ryhmäviestit, sähköpostiuutiskirje ja erilaiset toiminnalliset menetelmät, kuten kortit. Yksi ohjaaja mainitsikin, että pyrki yhdistämään toiminnallisuutta mahdollisimman paljon ryhmätoimintaan. Myös tutustumiskerrat paikallisiin toimijoihin koettiin tärkeiksi ohjaajien haastatteluissa. Yksi ohjaajista kertoi, että esimerkiksi yrittäjyyskerta oli tuonut myös itselle luottamusta ja uskoa yrittäjyyteen ja yrittäjämäiseen työskentelyyn työelämässä.

Fyysiset puitteet, kuten tilat, lastenhoito ja ruokailu koettiin tärkeiksi ja toimiviksi. Tila oli pyritty sisustamaan kodikkaaksi ja ohjaajat kokivat, että ulkoiset puitteet, kuten ruokailu ja lastenhoito tukivat paljon ryhmätoimintaa.

Kaikki ohjaajat korostivat, että teemoja oli laajasti ja jatkossa tulisi olla pari isompaa teemaa ja vain muutamia teemoja, joista ryhmäläiset saavat valita. Budjetointiin liittyvät asiat tulisivat olla myös selvillä ennen ryhmän aloitusta ja ohjaajat kokivat, että tärkeää olisi tietää kuinka paljon rahaa on käytettävissä ryhmätoimintaan. Tällä koettiin olevan merkitystä aina ryhmätoiminnan suunnittelusta toteutukseen saakka.

4.6 Itsetutkiskelun tavoite – lisa Itsetutkiskelijan tarina

Ryhmän alkuvaiheesta lisa itsetutkiskelija kertoi, että oli kuullut tuttavaltaan Suunta-ryhmätoiminnasta ja tuttava oli houkutellut häntä osallistumaan mukaan. lisa Itsetutkiskelija oli ollut pitkään kotona kotiäitinä ja koki hankalaksi lähteä kotoa. Hän oli käynyt aamupalalla Jyväskylässä tutustumassa ryhmiin ja oli saanut työntekijältä kannustusta, että ryhmätoiminnasta tulisi varmasti olemaa hyötyä ja oli innostunut toiminnasta.

lisa Itsetutkiskelija haki ryhmätoiminnasta itsetuntemusta sekä suuntaa ja vahvistusta omalle tulevaisuudelleen. Alkuhaastattelun hän koki tärkeäksi, koska siinä hän pääsi kertomaan itsestään.

”Oli hyvä, että oli semmonen alkuhaastattelu ja mä sanoinkin, että mä oon enemmänkin semmonen vähän hidas lämpenemään ja olen aika arka ja mietin, niin kun paljon että mitä mä sanon ja miten mä niinku tuon itteni esille ja se oli hyvä, että pysty kertomaan etukäteen, et ne ties, jotka veti sitä ryhmää, että minkälainen mä oon. Että mä en tahallani ole semmonen, että mä en heti osallistu, enkä mä päässykään heti mukaan, mutta sitten kun rupesi olemaan käyntikertoja enemmän ja huomasi, että ne on tosi hyviä tyyppisiä siinä ryhmässä, niin oli itsekkin helpompi avautua ja mun mielestä oli tosi hyvä, että pääsi itse ensin kertomaan itsestään ja sitten että millainen on, että ei suoraan heitetty sinne ryhmään. Että se alkuhaastattelu oli tärkeä mun kannalta ainakin

Itsetutkiskelun tarinassa korostuu tavoitteina itsetunnon vahvistuminen ja ajatusten selkiytyminen. Hän oli aluksi ajatellut, että ryhmässä tuetaan ainoastaan työllistymistä, mutta oli mielissään siitä, että ryhmässä keskityttiin myös itseen ja pohdittiin, miten pääsisi eteenpäin ja mitä haluaisi tulevaisuudelta. Tavoitteissa näkyi vahvasti myös uskallus ottaa seuraava askel kotiäitiydestä.

Ryhmätoiminnassa hän koki mielekkäimmäksi toimintamuodoksi keskustelut ja itsetutkiskelun ja ryhmätoiminta olikin mieluisaa, koska se sisälsi paljon keskustelua. Hän myös koki, että toiminta oli ikään kuin ryhmäterapiatyypistä, jossa ryhmäläiset kannustivat toisiaan ja löysivät hyviä puolia toisistaan. Hän koki ryhmäläiset lämminhenkisiksi ja ystävällisiksi ja oli huomannut, että ryhmäläisiin pystyy luottamaan ja ryhmässä oli turvallista olla oma itsensä.

Tapaamiskertojen määrän lisa Itsetutkiskelija koki sopivaksi, mutta löysi kehitettävää ajankohdan suhteen. Aika oli tuntunut välillä loppuvan kesken eli keskusteltavaa olisi ollut vielä paljon enemmän ja hän ehdottikin, että tapaamisaika olisi voinut olla puoli tuntia pidempi. Hän myös koki, että ajankohta olisi voinut olla sopivampikin, koska linja-autolla olisi voinut yhdeksän jälkeen voinut liikkua ilmaiseksi

Tulevaisuutta ajatellen lisa Itsetutkiskelija koki, että omat suunnitelmat selkiytyivät ja hän sai ammatillista näkökulmaa ja vahvistusta. Ammatillisuuden lisäksi uusia näkökulmia hän koki saaneensa myös arkielämään ja muille elämänalueille. Hän olisi kuitenkin halunnut pohtia ja selvittää kevään aikana tulevaisuuden näkökulmia enemmänkin eli ajoittain toiminta oli hänen mielestään liikaa painottunut nykyhetkeen.

Kehittämissideoina lisa itsetutkiskelija halusi nostaa esille, että hanketta markkinoitaisiin aggressiivisemmin ja tavoitteet tuotaisiin selkeämmin esille. Hankkeen tavoite oli hänelle selkiytynyt vasta toiminnan aikana ja hän oli huomannut, että ryhmätoiminnasta tuli tärkeä osa omaa aikaa ja henkistä pääomaa.

”Se oli van joku ihmeellinen hanke, johon lähti mukaan, mutta sitten kuitenkin huomas, että siinä oli selkee tavoite, että se ei oo pelkästään työllistävä tavoite, vaan henkinen pääoma. Mullekin oli tärkeä se oma aika, se kolme tuntia siinä ja se, että joku huolehtii lapsista ja on lasten kanssa ja saat keskittyä ihan itseesi ja saat syödä rauhassa ja juttelet aikuisten ihmisten kanssa.”

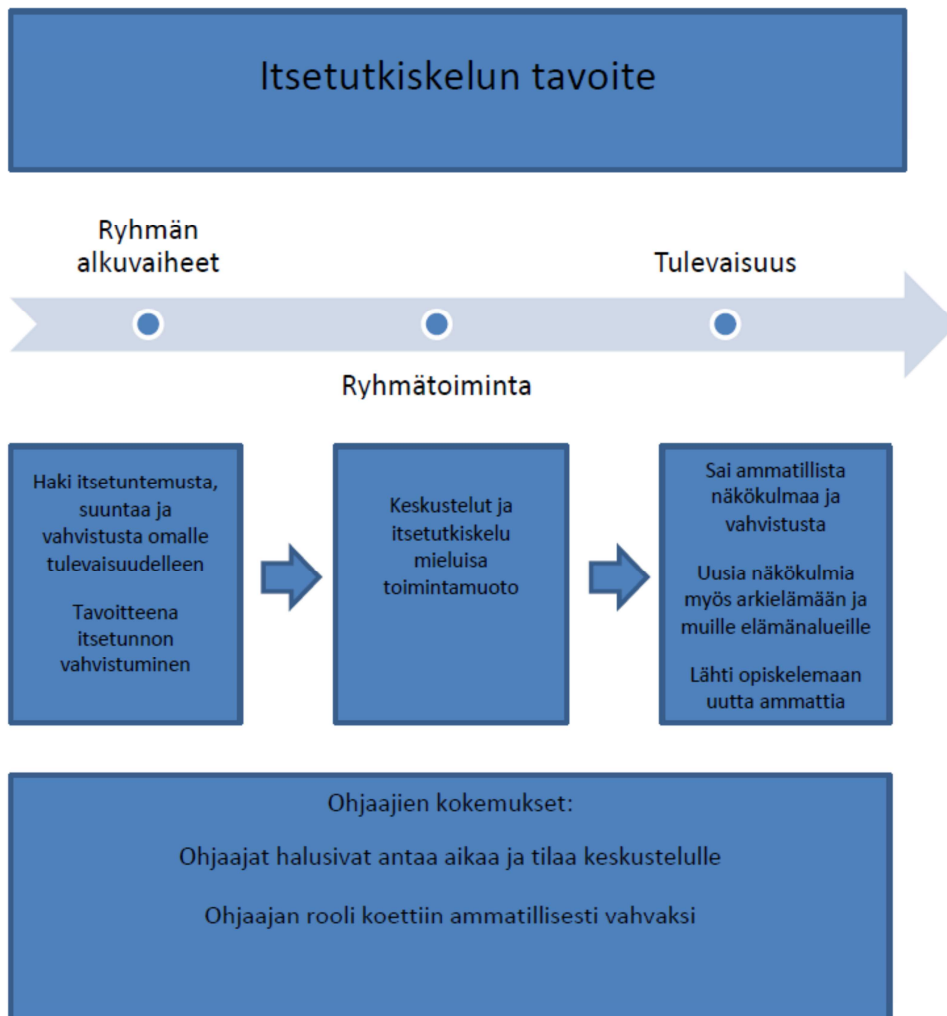
lisa Itsetutkiskelija suosittelisi toimintaa pienten lasten vanhemmille ja erityisesti vanhemmille, jotka ovat saattaneet olla pitkään lasten kanssa kotona. Hän koki, että pienten lasten kanssa kotona olo on yksinäistä ja SUUNTA-ryhmätoiminta oli ollut hänelle pehmeä aloitus tulla ihmisten pariin. Ryhmään osallistuminen oli antanut myös paljon oivalluksia ja omaa kasvamista.

”Paljon tuli semmosia oivalluksia, että miten paljon mun pitää huolehtia esim. parisuhteesta ja semmosta omaa kasvamista ja sallii itselleen enemmän ja se on ollu semmonen oman henkisen kasvun paikka.”

lisa Itsetutkiskelija lähti opiskelemaan uutta ammattia. Ryhmään osallistuminen oli antanut lisälle itseluottamusta tulevaisuutta ajatellen. Tärkeänä hän koki, että sai kokemuksia ryhmässä toimimisesta. Hän kertoi, että sai toiminnasta mallia, joka antoi luottamusta sille, että voi pärjätä erilaisissa ryhmissä, kuten opiskelussa ja työelämässä.

” Sain itseluottamusta sillai, että kun en oo pitkään aikaan ollu missään ryhmässä, että pärjään tommosessa ryhmässä. Ja sitten semmosta mallia, että voin pärjätä opiskelussa, työyhteisössä ja työelämässäkin, että se oli tärkeitä. Mutta sen voin sanoa, että aivan täysin ton Jyvälän ansiota, en mä olis muuten rohkaistunu lähtemään tai olis tullu semmonen olo, että en haluu olla kotona koko aikaa eli tuolta tuli rohkeus ja mahdollisuus sitten lähtee.”

Iisa Itsetutkiskelija haki Suunta-ryhmätoiminnasta mahdollisuuksia itsetutkiskelulle (kuvio 6). Hän oli jo pohtinut tavoitteitaan ennen ryhmän alkua ja tärkeimpänä oli itsetunnon vahvistuminen. Keskustelut ja itsetutkiskelu olivat hänelle tärkeitä koko ryhmätyöskentelyn ajan.



Kuvio 6 Itsetutkiskelun tavoite

4.7 Ohjaajien kokemuksia itsetuntemuksen merkityksestä

Myös ohjaajat korostivat haastatteluissa itsetutkiskelun tärkeyttä (kuvio 6). Itsetuntemuksen merkitys ohjaajien toiminnassa korostui erityisesti aikana ja tilana keskustelulle. Yksi ohjaajista korosti, että jos osallistujat nostivat jonkin asian, niin siitä keskusteltiin niin kauan, kuin asia heitä puhututti. Mielekkääksi toimintamuodoksi ohjaajat kokivat aamulypsyn, jossa jokainen vuorotellen sai kertoa sillä hetkellä heitä koskettavia asioita.

”Aloitettiin päivät aina tämmöisellä aamulypsyllä, jossa katsottiin, että mistä maisemista he nyt tulee ja mitä heillä on sydämen päällä. Eli lupa heistä nousevien asioiden käsittelyyn ja tuli heiltäkin se hyvä palaute, että käsiteltiin niitä asioita, jotka heitä kosketti.”

Ohjaajan roolin kaikki ohjaajat kokivat vastuullisena ja vahvana. Itsetuntemuksen tavoitteita ajatellen yksi ohjaajista pohti, että ammatillisen osaamiseen tulee olla vahvaa tämän tyyppisessä ryhmätoiminnassa ja ohjaajan tulee hallita monia eri osa-alueita, kun teemana ovat toimintakyvyn ja toimijuuden esteet. Ohjaajan roolissa korostettiin myös kokonaisvastuuta ja tarkkaa suunnitelmaa siitä, mitä kaikkea tulee ottaa huomioon, kuten aikataululliset vastuut.

Yksi ohjaajista korosti, että haluaisi rajata ryhmään liittyvää toimintaa, jotta keskustelulle ja vapaalle olisi enemmän aikaa. Hän korosti rauhoittumisen tärkeyttä ja että eniten ryhmäläiset hyötyivät tilanteista, joissa istuttiin rauhallisesti ja keskusteltiin.

Ohjaajien haastatteluissa korostui myös ruokailun merkitys, se oli kasvanut tärkeäksi hetkeksi kevään aikana ja sille olisi hyvä varata hyvin aikaa. Ruokailu katkaisi levottomuutta, se koettiin suojaavana ja keskustelu vaikutti olevan helpompaa ruokailun aikana. Yhteinen ruokailuhetki tarjosi myös rauhallisen lopetuksen.

Itsetutkiskelun tavoitteet ja pohdinta kohderyhmästä, tulevista ryhmäläisistä ja ryhmäläisten tavoitteista välittyi haastatteluissa. Ryhmää suositeltiin sellaisille, jotka kaipaivat ulkopuolista tukea, vertaistukea ja näkökulmia mahdollisuuksista tulevaisuuden suhteen. Myös sellaisille, jotka pohtivat omaa polkuaan ja esimerkiksi mahdollista alanvaihtoa.

Ryhmätoiminnan merkitys koettiin tärkeäksi. Ohjaajat kertoivat, että moni löysi oman jutun tai rohkeuden ottaa askeleen uuteen suuntaan. Ohjaajat pohtivat, että mahdollisia toimijoita toiminnalle voisivat olla esimerkiksi järjestöt, kaupunki tai sosiaalitoimi. Osa ohjaajista näki palvelun mahdollisena nuorisotyössä ja osa sosiaalihuoltolain mukaisissa palveluissa ja ennaltaehkäisevässä työssä. Haastatteluissa korostettiin, että tärkeää on, että toiminta pysyy osallistujille maksuttomana.

5 Johtopäätökset ja pohdinta

5.1 Johtopäätökset ja tulosten tarkastelu

Johtopäätöksinä kolme erilaista tyyppitarinaa, vertaistuen tarina, toiminnallisuuden tarina ja itsetutkiskelun tarina kuvaavat millaisin tavoittein ryhmäläiset osallistuivat SUUNTA-ryhmien ryhmätoimintaan. Ohjaajien kokemukset ryhmätoiminnasta vastasivat ryhmäläisten tavoitteisiin. Ryhmät koettiin kiinteiksi, turvallisiksi ja avoimiksi ja myös ryhmäkoherenssikyselyn vastaukset tukevat tätä havaintoa.

Opinnäytetyötutkimuksen tarkoituksena oli tarkastella miten SUUNTA-ryhmiin keväällä 2016 osallistuneet nuoret vanhemmat ja SUUNTA-ryhmiä ohjanneet ohjaajat kuvasivat kokemuksiaan ryhmätoiminnasta. Halusin kuvata kokemuksia mielekkään ja ymmärrettävän, juonellisen kertomuksen välityksellä (Heikkinen 2005, 180).

Opinnäytetyön tuloksia hyödynnetään hankkeen väli ja loppuarvioinnissa. Opinnäytetyön tulokset antavat myös tärkeää tietoa siitä, missä onnistuttiin ja mitä toiminnassa voitaisiin tehdä toisin tai miten toimintaa voitaisiin kehittää. Esimerkiksi selkeämpi ja aggressiivisempi markkinointi, selkeämmät tavoitteet ja ryhmän tarkoituksen avaaminen nousivat kokemuksissa esille. Myös ryhmäkerran pituutta mietittiin. Aika 9-12 koettiin sopivaksi, tosin linja-autolla pääsisi kulkemaan yhdeksän jälkeen makсутta ja tämä olisi ollut osalle haastateltavista taloudellisesti parempi aika. Kolme tuntia ohjatun toiminnan pituudeksi koettiin pääsääntöisesti sopivaksi. Toki välillä aika oli loppunut kesken. Hyvä idea olisi, että ryhmäläiset voisivat vielä jäädä rauhassa vaihtamaan ajatuksia, lapset voisivat rauhassa tehdä lähtöä lapsiparkista eli ei olisi kiireen tuntua. Kiireen tuntua voisi myös vähentää teemojen vähentämisellä eli teemoja oli ollut paljon, jolloin kaikkia asioita ei ehditä käymään kokonaisvaltaisesti läpi.

Ryhmäläisten haastatteluaineistosta muodostui siis kolme erilaista tyyppitarinaa, jotka kuvaavat selkeästi millaisin erilaisin tavoiteorientaatioin ryhmäläiset osallistuivat ryhmätoimintaan. Ohjaajien kokemuksia tarkasteltiin tyyppitarinoiden tavoitteisiin vastaamisen näkökulmasta eli miten ohjaajien kokemukset vastasivat ryhmäläisten tavoitteita kuvaaviin tyyppitarinoihin. Tyyppitarinat ja ohjaajien kokemukset kertovat siitä, että SUUNTA-ryhmätoiminnalle on selkeä tarve. Ryhmätyöskentelyyn

osallistuttiin erilaisin tavoittein ja ryhmäläiset olivat erilaisista taustoista. Vanhemmuus ja epävarmuus tulevaisuudesta olivat ryhmäläisiä yhdistävä tekijä.

Ryhmäkoherenssikyselyn tulokset vahvistavat ryhmäläisten ja ohjaajien haastatte- luista esille tulleita näkökulmia kiinteästä, avoimesta ja turvallisesta ryhmästä sekä hyvästä yhteishengestä. Ryhmäkoherenssikyselyn tulokset kuvaavat ryhmän toiminta- ta kokonaisuutena eli ei yksittäisen ryhmäläisen viihtyvyyttä ryhmässä. Yhteishenki ryhmässä koettiin hyväksi ja ilmapiiri turvallisiksi. Ryhmää ei koettu kireäksi ja yhteistyö ryhmässä koettiin sujuvan erinomaisesti tai melko lailla erinomaisesti. Huo- mionarvoista kuitenkin on, että ryhmän tarkoitus ei ollut kaikille ryhmäläisille täysin selvä. Jatkossa onkin hyvä täsmentää ryhmän tarkoitusta ja heti ryhmän aluksi, mutta myös esimerkiksi ryhmätoiminnan aikana voisi tavoitteita ja tarkoitusta palautella mieleen. Yksi vastaajista koki, että ryhmäläiset jäivät vieraksi toisilleen. Ryhmäläiset kokivat, että ryhmä antoi tukea toisilleen ja ryhmän toimintaan oltiin tyytyväisiä. Vas- taajista puolet koki, että ryhmään osallistuminen tuntui kaikista olevan mielekästä ja puolet piti väitettä melko lailla paikkaansa.

Ensimmäinen tavoiteorientaatio oli vertaistuen tavoite eli Virpi Vertaistuen tarina. Virpi Vertaistuen tavoitteena oli saada ryhmätoiminnasta uusia kaverisuhteita ja ver- taistukea lapsen kasvun ja kehityksen tukemiseen. Tämä tavoite eli uusien vuorovai- kutussuhteiden saaminen oli toteutunut ja hän kertoi, että ryhmäläisten tavoitteena oli myös pitää jatkossa yhteyttä ja jakaa kuulumisia. Myönteiset ja merkitykselliset ihmissuhteet lisäävät yksilön hyvinvointia ja edistävät mielenterveyttä (Pennington 2005, 15). Kananojan (2012, 39) mukaan vertaisryhmät ovat osoittautuneet toimiviksi sosiaalisen kuntoutuksen muodoiksi ja niiden aikana syntyneet kokemukset ja uu- det ihmissuhteet ovat osoittautuneet tärkeiksi identiteetin rakentumisessa sekä uu- sien ihmissuhteiden solmimisessa.

Virpi Vertaistuki halusi myös antaa vertaistukea muille vanhemmuutta ja kasvatusta koskevissa asioissa. Ohjaajien roolin hän koki tasavertaisena toimijana. Virpi Vertais- tuki oli rohkaistunut hakemaan töitä ja oli työllistynyt koulutusta vastaavaan työhön.

Ohjaajat korostivat myös vertaistuen merkitystä. Ohjaajat kokivat, että vertaistuki näkyi erityisesti vanhemmuuden kokemusten jakamisessa. Ohjaajat pyrkivät mahdol- listamaan, että kaikilla ryhmäläisillä oli tasavertainen mahdollisuus osallistua toimin-

taan. Tasavertaista ohjaajan roolia kuvasivat myös ohjaajien näkemykset omasta roolistaan kanssamatkustajana, kanssakulkijana ja tsemppaajana.

WhatsApp viestit koettiin erittäin tärkeäksi yhteydenpitokanavaksi ja niitä käytettiin yhteydenpidon lisäksi, kokemusten ja tunteiden jakamiseen sekä toisten ryhmäläisten osallistumisen motivointiin. Pennington (2005) mainitseekin, että ryhmissä viestinnällä on erilaisia tarkoituksia, kuten jäsenten kontrollointi, tunteiden ilmaiseminen, tiedon välittäminen tai muiden motivointi (Pennington 2005, 17).

Säännöt Virpi Vertaistuki koki tärkeiksi eli heti ryhmätoiminnan aluksi yhdessä oli luotu säännöt, joiden mukaan toimittiin ja ohjaajien kokemuksissa säännöt välittyivät ohjaajan roolin ja selkeän toimintastruktuurin näkökulmasta. Myös Niemistö (2002, 81) mainitsee, että rajoista sopiminen luo ryhmän pelisäännöt, ryhmää koskeva rakennetietoisuus luo turvallisuuden ja selkeyden tunnetta ja rajoista sopimisen jälkeen ryhmä voi toimia vapaammin tarkoituksensa mukaisesti.

Toinen tavoiteorientaatio oli toiminnallisuuden tavoite eli Tiina Toiminnallisen tarina. Tiina Toiminnallinen osallistui toimintaan tavoitteenaan konkreettiset toiminnalliset menetelmät aina tavoitteen asettelusta tulevaisuuden suunnitteluun saakka. Tiina Toiminnallinen osallistui myös mielellään toimintaan, joka ei ollut itselle niin tärkeää eli ymmärsi, että jokainen osallistui toimintaan omin tavoiteorientaatioin. Tiina Toiminnallinen oli saanut toiminnan sisällöistä paljon uutta arkea ajatellen ja hänellä oli vahvistunut ajatus, että haluaa olla vielä kotona, kun lapset ovat pieniä.

Toiminnallisuuden tavoitteisiin ohjaajat vastasivat toiminnallisilla menetelmillä, kuten erilaisilla tunnekorteilla ja tutustumiskerroilla paikallisiin toimijoihin. Vilén, Lepämäki ja Ekström (2005, 218) painottavatkin, että toiminnallisella tukemisella osana kuntoutusta tarkoitetaan työntekijän antamaa tukea asiakkaan arjessa selviytymiseksi. Tekojen kieli voi heidän mukaan olla toimintaa, jossa esimerkiksi luovien ja elämyksellisten elementtien kautta tuodaan julki omia ajatuksia ja vuorovaikutus ei ole yksisuuntaista eli yhdessä tekeminen, yhdessä kokeminen, voi olla paljon tuottavampaa, kuin pelkkä keskustelu.

Ohjaajat korostivat toimivina fyysisiä puitteita, kuten tiloja, lastenhoitojärjestelyjä ja ruokailua. Toimivat tilat ovat tärkeitä yleisen viihtyvyyden vuoksi ja esimerkiksi jos

ryhmä joutuu toimimaan epäsovivissa tiloissa, voi se näkyä kielteisinä tunteina ryhmätoiminnassa (Pennington 2005, 24).

Kolmas tavoiteorientaatio oli itsetuntemuksen tavoite eli lisa Itsetutkiskelijan tyyppitarina. lisa Itsetutkiskelija koki tärkeäksi alkuhaastattelun, jossa pääsi kertomaan itsestään ja omista tavoitteistaan. Tavoitteinaan hänellä oli itsetuntemuksen vahvistuminen ja tulevaisuuden ajatusten selkiytyminen. Keskustelut ja itsetutkiskelut olivat mieluisia toimintamuotoja, mutta ajoittain lisa Itsetutkiskelija olisi halunnut myös enemmän toiminnallisuutta ryhmätoimintaan. Tulevaisuutta ajatellen hänen omat suunnitelmat selkiytyivät, vaikka tulevaisuuden näkökulmia hän olisi halunnut pohtia enemmänkin. Ryhmään osallistuminen oli antanut lisa Itsetutkiskelijalle itseluottamusta tulevaisuutta ajatellen ja hän oli päättänyt hakea opiskelemaan.

Ohjaajat pyrkivät antamaan omalla toiminnallaan aikaa ja tilaa keskustelulle ja itsetutkiskelulle. Toimivaksi osoittautui aloituskierrros, joka oli nimetty aamulypsyksi eli siinä osallistujat saivat aina kunkin ryhmäkerran aluksi kertoa mitä heillä on mielessä sillä hetkellä. Myös (Valtonen 2009, 232-233) pohtii, että ryhmäkeskustelujen alussa vallitsevaa epävarmuutta voi purkaa aloituskierroksen kautta eli esimerkiksi kun osallistujat esittelevät itsensä jonkin aiheen kautta, saavat he kokemuksen ”meistä” ryhmänä ja yhteistä keskusteltavaa.

Sosiaalisen kuntoutuksen tavoite toteutui ryhmätoiminnassa. Esimerkiksi Palolan (2012, 32) ja Järvikosken ja Härkäpään (2011, 22) mukaan sosiaalisella kuntoutuksella pyritään parantamaan kuntoutuvan kykyä selviytyä arkipäivän toiminnoista, vuorovaikutussuhteista ja vahvistaa kuntoutujan yhteiskunnallista osallisuutta. Arkipäivän toimintoja (esimerkiksi terveellinen ruoka, parisuhde) käsiteltiin ryhmätoiminnoissa ja ryhmäläiset nostivatkin heille merkityksellisiä teemakertoja, joista oli ollut apua arjessa.

Köyhyys on yksi merkittävä syrjäytymisriski (Salmi, Sauli ja Lammi-Taskula 2014, 92) ja ohjaajat korostivatkin haastatteluissa, että on erityisen tärkeää, että Suunta-ryhmätoiminta pysyy maksuttomana. Myös Harkko ym. (2016) painottavat, että lapsiperheiden työllistymisen tukeminen tulisi olla tänä päivänä määrätietoista, koska pitkittyessään lapsiperheiden köyhyys saattaa altistaa muille vaikeuksille, kuten mielenterveyden häiriöille.

Tiivis ryhmätoiminta mahdollisti ystävystymisen ja esimerkiksi Virpi Vertaistuen tarinasta välittyi, että syntyi uusia vuorovaikutussuhteita, jotka ovat jatkuneet myös ryhmätoiminnan jälkeen. Onnismaa (2007, 82) painottaakin, että yksilölliset voimavarat, kuten itseluottamus, elämäntaidot ja kokemus elämän merkityksellisyydestä ovat riippuvaisia siitä, että ihmissuhteet ovat monipuolisia ja luottamuksellisia, ja että ne takaavat taloudellisen, kulttuurisen ja sosiaalisen osallisuuden.

Osallisuuden kokemus välittyi haastatteluista yhteenkuuluvuuden tunteena, sosiaalisen verkoston luomisena ja yhteiskunnallinen osallisuus luottamuksena omiin vaikuttamismahdollisuuksiin esimerkiksi opiskelun tai työelämän suhteen. Osallisuuden kokemuksella on yhteys myös aiemmin käsittelemää Allardtin (1976, 50) kaikkiin hyvinvoinnin ulottuvuuksiin eli having, loving ja being. Suunta-ryhmätoimintojen fyysiset puitteet, kuten ruoka, juoma ja turvallisuuden tunne ryhmätoiminnassa turvasi perustarpeet (having). Osallisuus vuorovaikutussuhteissa (loving) toteutui yhteenkuuluvuuden tunteena ryhmässä ja uusien ystävyysuhteiden luomisena. Itsensä toteuttamisen tarve (being) toteutui ryhmätoimintojen kautta eli mahdollisuutena vaikuttaa itseään koskeviin asioihin sekä yhteisen mielekkään toiminnan kautta. Voidaan siis päätellä, että hyvinvointiin vahvistuminen edellyttää kaikkien hyvinvointiulottuvuuksien huomioimista ja edistämistä (Kiilakoski, Gretschel ja Nivala 2012, 17) eli fyysiset puitteet, yhteenkuuluvuuden tunteen tukeminen ja itsensä toteuttamisen mahdollistaminen olivat tärkeitä tekijöitä Suunta-ryhmien onnistuneen toiminnan kannalta.

5.2 Tutkimuksen luotettavuus, eettisyys ja jatkotutkimushaasteet

Halusin opinnäytetyössäni tutkia Suunta-ryhmien kokemuksia ja kertomuksia siitä, miten he jäsensivät kokemuksiin ryhmätoiminnasta. Haastattelut noudattivat henkilökohtaisen lyhyen suullisen kertomuksen rakennetta (tilanne, henkilöt ja juoni), jossa haastateltavat kuvasivat tapahtumia ja kokemuksia (Hyvärinen ja Löyttyniemi 2005, 193). Koin, että narratiivinen analyysi sopi hyvin kokemusten ja kertomusten tarkasteluun. Keskityin analyysissä temaattiseen sisältöön eli tarkemmin siihen, mitä ryhmiin osallistuneet vanhemmat halusivat kertoa kokemuksistaan. En siis keskitty-

nyt syy-seuraussuhteisiin, vaan kuvasin toiminnan ja ajatusten maisemia (Heikkinen 2004, 180).

Tapasin ryhmäläiset ensimmäistä kertaa haastatteluissa eli emme olleet tavanneet toisiamme aikaisemmin. Ajattelin, että tämä on tutkimuksen luotettavuuden kannalta hyvä asia eli olin hankkeen ulkopuolinen toimija, eikä vastaajilla ollut miellyttämisen tarvetta tai ennakoajatuksia siitä, miten tulisi kokemuksista kertoa.

Analyysitapani eli narratiivinen analyysi hahmottui vasta tutkimuksen kuluessa. Olen muodostanut aineistosta oman tulkintani aineiston kokonaiskuvan pohjalta ja tarinoin olen poiminut sitaatit, joilla perustelen rakentamani tyyppitarinat. Opinnäytetyöni lukijalla ei kuitenkaan ole mahdollisuutta tarkistaa, tekisikö hän samanlaisia tulkintoja haastatteluaineistostani eli tutkijalla on erityinen vastuu reflektoida ja perustella omia menettelytapojaan ja tutkijan on pyrittävä varmistumaan siitä, ettei hän käytä aineistoa oman tarinansa kertomisen välikappaleena (Hänninen 2001, 137). Myös Heikkinen (2004, 182) toteaa, että sosiaalisen toiminnan kuvaus on aina tulkitsijan luoma kertomus, joka kerrotaan tietyistä näkökulmasta ja laadullisessa tutkimuksessa tämä hyväksytään.

Litteroin haastattelut sanasta sanaan ja pyrin tuomaan tuloksissa keskeisiä viittauksia purettuun puheeseen, jotta lukija pääsisi mahdollisimman lähelle opinnäytetyöni aineistoa. Analyyttinen läpinäkyvyys ja tulkintojen ankkuroiminen aineistoon ovatkin laadullisen tutkimuksen validiteettia parantava piirre (Nikander 2011, 433).

Huomioin eettiset näkökulmat koko opinnäytetyötutkimuksen ajan eli aiheen suunnitteluvaiheesta aina opinnäytetyön raportointiin saakka. Tutkimukseni aiheena kokemukset ovat hyvin henkilökohtaisia ja pidin koko tutkimuksen ajan huolen siitä, että ketään yksittäistä osallistujaa ei voida tunnistaa opinnäytetyön missään vaiheessa. Tämän toin esille tiedote ja suostumus kysely- ja haastattelututkimukseen kirjeessä (Liite 2) sekä heti haastattelun alussa. Haastattelijan ja haastateltavan välisen luottamuksen rakentamisen kannalta anonymiteetin säilyttämisen näkökulman painottaminen on tärkeää (Ruusuvoori ja Tiittula 2009, 41). Painotin myös tutkimukseen osallistumisen vapaaehtoisuutta. Tutkimukseni aihe täsmentyi tutkimuksen edetessä, mutta pyrin tiedottamaan haastatteluihin osallistuvia mahdollisimman kattavasti siitä, mitä opinnäytetyöni tulee käsittelemään. Tiedottamisen tuleekin olla sellaista,

että tutkimukseen osallistuneet todella ymmärtävät, mihin ovat lupautumassa (Squire ym. 2015, 107).

Ryhmäkoherenssikysely teetettiin haastatteluihin osallistuvilla. Ryhmäkoherenssikyselyn olisi voinut myös teettää kaikilla ryhmäläisillä, koska koherenssikyselyn avulla tarkasteltiin koko ryhmää, eikä yksittäisten ryhmäläisten ajatuksia. Ryhmäkoherenssikyselyn voisi myös jatkossa teettää ryhmätoiminnan eri vaiheissa eli esimerkiksi ryhmätoiminnan alussa ja lopussa. Toki ryhmäkoherenssikysely tälläkin laajuudella tässä opinnäytetyötutkimuksessa kuvaa hyvin ryhmän kiinteyttä ja sisäistä ilmapiiriä.

SUUNTA-ryhmien ryhmätoimintoihin osallistui yhteensä 11 nuorta vanhempaa, joista kuusi osallistui opinnäytetyötutkimukseeni haastatteluun. Haastateltavat osallistuivat mielellään haastatteluun ja olivat erittäin tyytyväisiä ryhmätoimintaan eli voidaan pohtia, olisiko kritiikkiä ja kehittämisehdotuksia ryhmätoimintaa kohtaan tullut enemmän, jos haastatteluihin olisi osallistunut kaikki ryhmäläiset. Kaikki tähän tutkimukseen osallistuneet olivat nuoria äitejä. Mielenkiintoista olisi tutkia myös isien kokemuksia ryhmätoiminnoista, joissa teemoina on työ- ja toimintakyvyn tukeminen ja suuntana työelämä. Jatkotutkimusaiheena voisi tutkia sosiaalisen median hyödyntämistä (esim. facebook, WhatsApp) ohjaajien ja ryhmäläisten keskinäisenä yhteydenpitokanavana ja ohjauksellisena elementtinä. Yhtenä jatkotutkimusaiheena voisi olla myös tutkia jonkin ajan kuluttua millaisia vaikutuksia ryhmätoiminnoilla on ollut Suunta-ryhmien osallistuneiden koulutusmahdollisuuksiin ja työ- ja toimintakykyyn.

Valinnat ovat osa elämää ja elämässä suunnanotto ja valinnanmahdollisuuksien lisääntyminen ovat osa aikakautemme yhteiskunnallisesti määrittyvää yksilöllistymiskehitystä (Vanhalakka-Ruoho 2014, 52-53). Kaikki haastatteluihin osallistuneet vanhemmat olivat saaneet suuntaa omalle tulevaisuudelleen. He osallistuivat toimintaan erilaisista lähtökohdista ja yhteistä oli epävarmuus itsestä ja huoli omasta tulevaisuudesta. Ryhmätoimintaan osallistuvat ryhmäytyivät nopeasti kiinteiksi ryhmiksi ja he saivat näkökulmaa siihen, miten tästä eteenpäin. He saivat toiminnasta, ohjaajilta sekä toisiltaan erilaisia näkökulmia valinnanmahdollisuuksista. Kevään aikana he myös löysivät ja tunnistivat omia vahvuuksiaan sekä pääsivät pohtimaan ja toteuttamaan omia tavoitteitaan ja unelmiaan.

Lähteet

Aaltio, E. 2015. Työ- ja toimintakyvyn muutos työllisyyden kuntakokoeiluhankkeissa. Työllisyyspalvelujen vaikuttavuus –projektin loppuraportti. Helsinki: Kuntaliitto. Viitattu 20.9.2016.

http://www.kunnat.net/fi/asiantuntijapalvelut/kuntatalous/tuloksellisuus/tyovoimapaalvelujen_vaikuttavuusmittari/Raportit/Liite%201_Tyollisyyspalvelujen-toimintakykymittarin-loppuraportti_08092015.pdf

Aaltonen, T. 2009. Haastattelun rajoilla. Afaattisen puhujan haastattelemineen. Teoksessa J. Ruusuvoori & L. Tiittula (toim.) Haastattelu, tutkimus, tilanteet ja vuorovaikutus. Tampere:Vastapaino, 163-188.

Ahokas, M. 2013. Ryhmät ja niiden väliset suhteet. Teoksessa E. Suoninen, A-M Pirttilä-Backman, A, R, Lahikainen & M, Ahokas. Arjen soiaalipsykologia. Helsinki: WSOY-pro Oy.

Antonovsky, A. 1979. Health, Stress an Coping. San Francisco: Jossey-Bass.

Bandura, A. 2001. Social Cognitive Theory: An Agentic Perspective. Annual Review of Psychology, 52, 1-26.

Bandura, A. 2006. Toward a Psycholofy of Human Agency. Perspectives on Psychological Science 1, 2, 164-180.

Brunila, K. 2012. Tunnekoukussa. Syrjäytymisvaarassa olevien nuorten aikuisten koulutus terapeuttisessa eetoksessa. Aikuiskasvatus 4:2012, 268-277.

Clandinin, D. & Connelly, F. M. 2000. Narrative Inquiry. Experience and Story in Qualitative Research. Jossey-Bass: San Francisco.

Erkkilä, R. 2009. Narratiivinen kokemuksen tutkimus: Koettu paikka, tarina ja kuvaus. Teoksessa J. Perttula & T. Lomaa (toim.) Kokemuksen tutkimus. Merkitys-tulkintaymmärtäminen. Lapin yliopistokustannus, 195-226.

Eskola & Suoranta. Johdatus laadulliseen tutkimukseen 2008. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Eteläpelto, A., Heiskanen, T. & Collin, K. 2011. Vallan ja toimijuuden monisäikeisyys. Teoksessa A. Eteläpelto; T. Heiskanen & K. Collin. 2011 (toim.) Valta ja toimijuus aikuiskasvatuksessa. Aikuiskasvatuksen 49. vuosikirja. Helsinki: Kansanvalistusseura.

Eteläpelto, A., Hökkä, P., Paloniemi, S. & Vähäsantanen, K. 2014. Ammatillisen toimijuuden ja työssä oppimisen vahvistaminen: Hankkeen tausta ja lähtökohdat. Teoksessa P. Hökkä, S. Paloniemi, S. Herranen, M. Manninen & A. Eteläpelto (toim.) Ammatillisen toimijuuden ja työssä oppimisen vahvistaminen : luovia voimavaroja työhön! Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto. Viitattu 7.7.2016.

<https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/44975/978-951-39-6020-9.pdf?sequence=1>

Eteläpelto, A. & Vähäsantanen, K. 2008. Ammatillinen identiteetti persoonallisena ja sosiaalisena konstruktiona. Teoksessa A. Eteläpelto & J. (toim.) Ammatillisuus ja ammatillinen kasvu. Aikuiskasvatuksen 46. Vuosikirja. Vantaa: Kansanvalistusseura.

Eriksson, M. & Lindström, B. 2005. Validity of Antonowsky's sense of coherence scale: a systematic review. *Journal of Epidemiology and Community Health* 59 (6), 460-466.

Eriksson, M. & Lindström, B. 2007. Antonowsky's sense of coherence scale and its relation with quality of life: a systematic review. *J.Epidemiol.Community Health* 2007. 61(11), 938-944.

Onnismaa J. 2007. Ohjaus- ja neuvontatyö. Aikaa, huomiota ja kunnioitusta. Helsinki: Gaudeamus.

Hakkarainen, T., Londén, P., Luhtanen, M., Peltosalmi, J., Siltaniemi, A., Särkelä, R. 2012. Sosiaalibarometri 2012. Ajankohtainen arvio palveluista, palvelujärjestelmän muutoksesta ja kansalaisten hyvinvoinnista. Helsinki: Soste Suomen sosiaali ja terveys ry.

Halonen, M & Apter, D. 2010. Teiniraskauden ja -äitiyden moninaiset haasteet. *Duodecim: Lääketieteellinen aikakauskirja*. 126 (8):881-7.

Harkko, J., Lehikoinen, T., Lehto, S & Ala-kauhaluoma, M. 2016. Onko osa nuorista vaarassa syrjäytyä pysyvästi? Nuorten syrjäytymisriskit ja aikuisuuteen siirtymistä tukeva palvelujärjestelmä. *Sosiaali- ja terveysturvan tutkimuksia* 144. Viitattu 6.1.2017.

<https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/170035/Tutkimuksia144.pdf>

Helne, T., Hirvilampi, T. & Laatu, M. 2012. Sosiaalipolitiikka rajallisella maapallolla. Helsinki: Kelan tutkimusosasto.

Heikkinen, L-T. 200. Narratiivinen toimintatutkimus ja sen luotettavuuskysymykset opettajan työssä. Teoksessa R. Jaatinen, P. Kaikkonen & J. Lehtovaara. *Opettajuudesta ja kielikasvatuksesta. Puheenvuoroja sillanrakentajille*. Tampere: Tampere University Press.

Hyvärinen, M. & Löyttyniemi, V. 2009. Kerronnallinen haastattelu. Teoksessa J. Ruusuvoori & L. Tiittula (toim.) *Haastattelu, tutkimus, tilanteet ja vuorovaikutus*. Tampere: Vastapaino, 189-222.

Hyvärinen, M. Lukemisen neljä käännettä. Teoksessa M. Hyvärinen, E. Peltonen, A. Viikko (toim.) *Liikkuvat erot, sukupuoli elämäkertatutkimuksessa*. Tampere: Vastapaino, 311-336.

Hänninen, V. 2003. *Sisäinen tarina, elämä ja muutos*. Tampere: Tampereen yliopistopaino Oy.

Hänninen, V. 2010. Narratiivisen tutkimuksen käytäntöjä. Teoksessa J. Aaltola & R. Valli. *Ikkunoita tutkimusmetodeihin II. Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin*.

Hökkä, P., Vähäsantanen, K. & Saarinen, J. 2010. Toimijuuden tilat ja tunnot - opettajien muuttuva työ koulutusorganisaatioissa. Teoksessa K. Collin, S. Paloniemi, H. Rasaku-Puttonen & P. Tynjälä (toim.) Luovuus, oppiminen ja asiantuntisuus. Helsinki: WSOY, 141-159.

Jenkins, A.H. 2008 Psychological Agency: A Necessarily Human Concept. Teoksessa R. Frie. Psychological Agency. Theory, Practice and Culture. Cambridge: MIT Press, 177-200.

Julkunen, J., Pietilä, P. & Gustavsson-Lilius, M. Kuntoutusryhmän koherenssin arviointi. Kuntoutus 3/2013, 5-19.

Järvikoski, A. & Härkäpää, K. 2011. Kuntoutuksen perusteet. Helsinki: WSOY.

Järvikoski, A. Vajaakuntoisuudesta elämänhallintaan. Kuntoutuksen viitekehysten ja toimintamallien tarkastelu. Kuntoutussäätiön tutkimuksia 46/1994.

Jylhä, M., Nieminen, T. & Seppänen, M. 2011. Sosiaalisen toimintakyvyn arviointi ja mittaaminen väestötutkimuksissa. TOIMIA: toimintakyvyn mittaamisen ja arvioinnin kansallinen asiantuntijaverkosto. Viitattu 23.5.2016.
<http://www.thl.fi/toimia/tietokanta/suositus/18/>

Jyrkämä, J. 2008. Toimijuus, ikääntyminen ja arkielämä -hahmottelua teoreettis-metodologiseksi viitekehyykseksi. Gerontologia 4/2008, 190-203.

Kaikkonen, R., Mäki, P., Murto, J., Pentala, O., Hakulinen-Viitanen, T & Laatikainen, T. 2014. Suomalaisten lasten ja lapsiperheiden terveys ja toimintakyky. Teoksessa J. Lammi-Taskula & S. Karvonen (toim.) Lapsiperheiden hyvinvointi 2014. Helsinki: Terveiden ja hyvinvoinnin laitos.

Kananoja, A. 2012. Sosiaalinen kuntoutus ja sosiaalihuollon uudistuksen suunta. Kuntoutus 4/2012, 35-40.

Kangaspunta, S. 2011. Traditionaalista yhteisöstä verkkoyhteisyyteen. yksilöllinen yhteisöllisyys: avaimia yhteisöllisyyden muutoksen ymmärtämiseen. Tampere university Press. Viitattu 12.9.2016. http://uta32-kk.lib.helsinki.fi/bitstream/handle/10024/66232/traditionaalista_yhteisosta_verkkoyhteisyyteen_2011.pdf?sequence=1

Kannasoja, S. 2013. Nuorten sosiaalinen toimintakyky. Jyväskylä studies in education, psychology and social research. Jyväskylä. Jyväskylän yliopisto.

Karjalainen, K. & Auvinen, T. 2012. Narratiivisuus ja liiketaloustieteet. Näkökulmia yrittäjyyteen. Jyväskylän yliopiston kauppakorkeakoulun Working paper, N:o 373. Viitattu 20.11.2016.
<https://www.jyu.fi/jsbe/tutkimus/julkaisut/workingpaper/wp373>

Kiilakoski, T., Gretschel, A. & Nivala, E. 2012. Osallisuus, kansalaisuus, hyvinvointi. Teoksessa A. Gretschel & T. Kiilakoski (toim.) Demokratiaoppitunti. Lasten ja nuorten kunta 2010-luvun alussa. Helsinki: Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura, 9–33.

Kivimäki, R. 2009. Vanhemmuus työpaikoilla. Tampere: Tampereen yliopistopaino.

Koivumäki, R. 2010. Isyyttä alihankintana. Narratiivinen analyysi sijaisänä toimivien miesten identiteetin rakentumisesta. Tampereen yliopisto, Sosiaalityön tutkimuksen laitos, Sosiaalityön erikoistumiseen kuuluva lisensiaatintutkimus.

Koskinen, S., Sainio, P., Tiikkainen, P. & Vaarama, M. 2011. Sosiaalinen toimintakyky. Teoksessa S. Koskinen, A. Lundqvist & N. Ristiluoma (toim.) Terveys, toimintakyky ja hyvinvointi Suomessa 2011, 137-140. Viitattu 7.7.2016.
https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/90832/Rap068_2012_netti.pdf?sequence=1

Kulmala, A. 2006. Kerrottuja kokemuksia leimatusta identiteetistä ja toiseudesta. Akateeminen väitöskirja, yhteiskuntatieteellinen tiedekunta: Tampereen yliopisto. Viitattu 20.7.2016. <http://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/67610/951-44-6615-2.pdf?sequence=1>

Niemistö, R. 2002. Ryhmän luovuus ja kehitysehdot. Helsinki: Tutkimus- ja koulutuskeskus Palmenia.

Nikander, P. 2011. Laadullisten aineistojen litterointi, kääntäminen ja validiteetti. Teoksessa J. Ruusuvoori, P. Nikander & M. Hyvärinen. Haastattelun analyysi. Tampere: Vastapaino, 432-445.

Nurmi, J-E., Ahonen, T., Lyytinen, H., Lyytinen, P., Pulkkinen, L. & Ruoppila, I. 2014. Ihmisen psykologinen kehitys. Helsinki: WSOY.

Palola, E. 2012. Sosiaalinen kuntoutus uudessa sosiaalihoitolaissa. Kuntoutus 4/2012, 35-40.

Partanen, A. 2011. ”Kyllä minä tästä selviän”. Aikuisopiskelijat koulustarinarinsa kertojina ja koulutuksellisen minäpystyvyytensä rakentajina. Kokkola: Jyväskylän yliopisto, Kokkolan yliopistokeskus Chydenius.

Patton, Michael Quinn 2002. Qualitative Research 6 Evaluation Methods. Third Edition. Sage Publications.

Perttula, J. 2009. Kokemus ja kokemuksen tutkimus: Fenomenologisen erityistieteen tieteenteoria. Teoksessa J. Perttula & T. Latomaa (toim.) Kokemuksen tutkimus. Merkitys-tulinta-ymmärtäminen. Lapin yliopistokustannus, 115-162.

Riessman, C. Narrative Methods for the Human Sciences. 2008. USA: Sage Publications Inc.

Robinson, O. 2013. Development through Adulthood. An Integrative Soucebook. New York: Palgrave MacMillan.

Romakkaniemi, M. 2012. Masennus: Tutkimus kuntoutumisen ja kertomusten rakentumisesta. Lapin yliopisto: Yhteiskuntatieteiden tiedekunta.

Routalaso, P-E, Tilvis, R-S, Kautiainen, H & Pitkälä, K-H . 2008. Effects of psychosocial group rehabilitation on social functioning, loneliness and well-being onf lonely, older people: randomized controlled trial. Journal onf Advanced Nursing, 297-305.

Ruohonen, M. 2014. Tuloksellisuuteen tähtäävät verkostot kuntoutuksessa. Teoksessa S. Sipari, E. Mäkinen ja P. Paalasmaa (toim.) Kuntotettavasta kehittäjäkumppaniksi. Aatos-Artikkelit 13/2014. Metropolia ammattikorkeakoulun julkaisusarja, 72-84.

Ruusuvuori, J. & Tiittala, L. 2005. Tutkimushaastattelu ja vuorovaikutus. Teoksessa J. Ruusuvuori & L. Tiittala (toim) Haastattelu, tutkimus, tilanteet ja vuorovaikutus. Tampere: Vastapaino, 22-56.

Sainio, P., Koskinen, S., Martelin, T. & Gould, R. 2006. Toimintakyky. Teoksessa R. Gould., J. Ilmarinen., J. Järvisalo., & S. Koskinen. Työkyvyn ulottuvuudet. Terveys 2000 –tutkimuksen tuloksia. Helsinki: EKT, Kela, KTL, TTL.

Salmi, M., Sauli, H. & Lammi-Taskula, J. Lapsiperheiden toimeentulo. Teoksessa J. Lammi-Taskula & S. Karvonen (toim.) Lapsiperheiden hyvinvointi 2014. Helsinki: Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitos.

Siglen, E., Bjorvatn, C., Engebetsen, L-F., Berglund, G ja Natvig, G-K. 2007. The Influence of Cancer-related Distress and Sense of Coherence on Anxiety and Depression in Patients with Hereditary Cancer. A Study of Patients' Sense of Coherence 6 months after Genetic Counseling. Journal of Genetic Counseling 16(5).

Sosiaalihuoltolaki 2014/1301.

Sosiaali- ja terveysministeriö 2014. Sosiaalihuollon työelämäosallisuutta tukevan lainsäädännön ja palvelujärjestelmän uudistamistarpeita arvioivan työryhmän loppuraportti.

Squire, C., Davis, M., Esin, C., Anrews, M., Harrison, B., Hyden, L-C & Hyden, M. 2015. What Is Narrative Reseach? Bloomsbyry.

SUUNTA- Nuorten vanhempien suunta työuralle Hankesuunnitelma. 2015.

SUUNTA-hanke 2015-2017. Viitattu 25.5.2016. <http://www.jamk.fi/fi/tutkimus-ja-kehitys/projektit/suunta/etusivu/>

Syrjälä, L. 2010. Elämäkerrat ja tarinat tutkimuksessa. Teoksessa J. Aaltola & Valli R. (toim.) Ikkunoita tutkimustetodeihin I. Jyväskylä: PS-kustannus, 247-258.

Säntti, J. 2004. Elämäntarinoiden tuottaminen ja tulkitseminen. Teoksessa P. Kansanen & K. Uusikylä. (toim.) Opetuksen tutkimuksen monet menetelmät. Jyväskylä: PS-kustannus, 179-200.

Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitos 2016. Viitattu 2.6.2016. <https://www.thl.fi/fi/web/toimintakyky/mita-toimintakyky-on>

Tiilikainen, P & Heikkinen, R-L. 2011. Sosiaalisen toimintakyvyn mittaaminen ja arviointi väestötutkimuksissa. Toimia –tietokanta. Viitattu 4.6.2016. http://www.thl.fi/toimia/tietokanta/media/files/suositus/2011/01/26/S008_suositus_sosiaalinen_vt_110126.pdf

Tiittala, L. & Ruusuvuori, J. 2005. Johdanto. Teoksessa J. Ruusuvuori & L. Tiittala (toim) Haastattelu, tutkimus, tilanteet ja vuorovaikutus. Tampere: Vastapaino, 9-21.

- Tuomi, J & Sarajärvi, A. 2013. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.
- Tuusa, M, & Ala-Kauhaluoma, M 2014. Selvitys nuorten sosiaalisesta kuntoutuksesta. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö.
Työterveyslaitos. Mitä työkyky on? Viitattu 1.6.2016.
http://www.ttl.fi/fi/tyohyvinvointi/tykytoiminta/mita_on_tyokyky/Sivut/default.aspx
- Valkonen, J. 2004. Kuntoutus tarinoina. Teoksessa V. Karjalainen & J. Vilkkumaa (toim.) Kuntoutus kanssamme. ihmisen toimijuuden tukeminen. Stakes. Helsinki, 175-192.
- Valtonen, A. 2009. Ryhmäkeskustelut –Millainen metodi. Teoksessa J. Ruusuvuori & L. Tiittula (toim) Haastattelu, tutkimus, tilanteet ja vuorovaikutus. Tampere: Vastapaino, 223-241.
- Vanhalakka-Ruoho, M. 2014. Aikuisten opiskelu, työ ja elämässä suunnanotto ohjauksen ja neuvonnan mahdollisuutena. Teoksessa A. Heikkinen & E. Kallio (toim.) Aikuisten kasvu ja aktivointi. Tampere: Tampere University Press, 31-70.
- Vanhalakka-Ruoho, M. 2015. Toimijuus ja suunnanotto elämässä. Teoksessa P.A. Kauppila, J. Silvennoinen, M. Vanhalakka-Ruoho (toim.) Toimijuus, ohjaus ja elämäntulkku. Reports and Studies in Education, Humanities, and Theology. Joensuu: Joensuun yliopisto, 39-56.
- Vastamäki, J. 2009. Sense of Coherence an Unemployment. Kuopio: University of Kuopio. <http://www.oppi.uef.fi/uku/vaitokset/vaitokset/2009/isbn000-000-00-0000-0.pdf>
- Vilén, M, Leppämäki, P. & Ekström, L. 2005. Vuorovaikutuksellinen tukeminen sosiaali- ja terveysalalla. Helsinki: WSOY.
- Vilkkumaa, I. 1994. Kuntoutuksen koko kuva. Lääketieteellinen Aikakauskirja Duodecim 1994; 110 (15):1394.
http://duodecimlehti.fi/web/guest/arkisto?p_p_id=Article_WAR_DL6_Articleportlet&viewType=viewArticle&tunnus=duo40315&dlehtihaku_view_article_WAR_dlehtihaku_p_auth=
- Virtaa vielä- Virta II –Hanke. Sosiaalisen kuntoutuksen ja nuorten osallisuuden kehittämishanke 2014-2016. Väliraportti 1/2014. Viitattu 5.6.2016.
<https://www.innokyla.fi/documents/1489422/62c30a82-6441-4a89-b731-5c9c93d24157>

Liitteet

Liite 1. Ryhmäkoherenssikysely

Liite 2. Tiedote- ja suostumus osallistua kysely- ja haastattelututkimukseen / Suunta-hanke

Liite 3. Haastattelukysymykset ryhmäläisille

Liite 4. Haastattelukysymykset Suunta-ryhmien ohjaajille

Liite 1. Ryhmäkoherenssikysely

Miten arvoit Suunta-ryhmäsi toimintaa kokonaisuutena ja millainen tunnelma ryhmässä yleensä vallitsi? Ympyröi oikea vaihtoehto

	Ei lainkaan pidä paikkaansa	Ei juuri pidä paikkaansa	En osaa sanoa	Pitää melko lailla paikkaansa	Pitää täysin paikkaansa
1. Ryhmään muodostui hyvä yhteishenki	1	2	3	4	5
2. Ryhmän toiminta tuntui usein varsin sekavalta	1	2	3	4	5
3. Uskon, että ryhmän tarkoitus oli kaikille selvä	1	2	3	4	5
4. Ryhmässä oli turvallinen ilmapiiri	1	2	3	4	5
5. Tuntui, että ryhmäläiset jäivät vieraiksi toisilleen	1	2	3	4	5
6. Ryhmä antoi tukea kaikille jäsenilleen	1	2	3	4	5
7. Arvelen, että moni oli pettynyt ryhmän toimintaan	1	2	3	4	5
8. Ryhmän tunnelma oli enimmäkseen varsin kireä	1	2	3	4	5
9. Yhteistyö ryhmässä sujui erinomaisesti	1	2	3	4	5
10. Arvelen, että ryhmään osallistuminen tuntui kaikista olevan mielekkästä	1	2	3	4	5

Liite 2. Tiedote ja suostumus osallistua kysely- ja haastattelututkimukseen / Suunta-hanke

Nuorten vanhempien suunta työuralle-hankkeen (lyhennettynä: Suunta-hanke) tavoitteena on parantaa nuorten vanhempien työ- ja toimintakykyä ja edellytyksiä siirtä työllisyystoimenpiteisiin tai koulutukseen. Hanke toteutetaan ajalla 1.8.2015–31.12.2017 ja sitä hallinnoi Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Hankkeen osatoteuttajia ovat Jyvälän Settlementti ry ja Nuorten ystävät -palvelut Oy. Hanketta rahoittaa Euroopan sosiaalirahasto.

Olen Susanna Nummi ja opiskelen Jyväskylän ammattikorkeakoulussa sosiaalialan ylempää ammattikorkeakoulututkintoa. YAMK opinnäytetyöni toteutan Suunta-hankkeessa, jonka tavoitteiden toteutumista arvioidaan haastattelututkimuksella. Haastatteluun pyydetään Suunta Jyväskylä- ja Suunta minusta-ryhmien osallistujia. Tutkimuksella saadaan tärkeää tietoa Suunta-ryhmien toiminnasta ja toiminnan vaikuttavuudesta. Haastatteluun osallistuvien kesken arvotaan kaksi kurssia (1 kurssi / ryhmä) Jyvälän kansalaisopiston tai Jyväskylän kansalaisopiston syksyn 2016 tarjonnasta eli voittaja saa valita mieluisensa kurssin monipuolisesta kurssitarjonnasta.

Haastatteluilla kerätään ryhmiin osallistujien kokemuksia ja palautetta ryhmätoiminnasta. Haastattelut toteutetaan kesäkuussa 2016. Haastatteluaineisto käsitellään siten, että yksittäistä osallistujaa ei voida tunnistaa aineistosta. Haastatteluun osallistuminen on vapaaehtoista, ja osallistumisen voi perua ilman, että siitä aiheutuu mitään seuraamuksia.

Haastatteluun osallistuvalla on oikeus saada lisätietoa hankkeeseen liittyvästä tutkimuksesta alla mainituilta henkilöiltä missä vaiheessa tahansa. Vastauksia käytetään YAMK-opinnäytetyön, Suunta-hankkeen loppuraportin ja hankkeesta tehtyjen tutkimusartikkelien aineistona. Aineisto hävitetään hankkeeseen liittyvien loppuraportin, tutkimusartikkelien ja opinnäytetöiden valmistuttua. Aineistoa säilytetään tietoturvallisessa muodossa Jyväskylän ammattikorkeakoulussa.

Suostumus kysely- ja haastattelututkimukseen/Suunta-hanke

Olen perehtynyt Suunta-hankeeseen liittyvän tutkimuksen tarkoitukseen ja sisältöön, ja kerättävän kysely- ja haastatteluaineiston käyttöön. Suostun osallistumaan Suunta-hankkeen kysely- ja haastattelututkimukseen.

Suostuessasi tutkimukseen opiskelija Susanna Nummi ottaa sinuun yhteyttä.

Päiväys, Tutkimukseen osallistujan allekirjoitus

Nimen selvennys, sähköpostiosoite ja puhelinnumero

LIITE 3. Haastattelukysymykset ryhmäläisille

1. Ryhmän alkuvaiheet

- Kerro mistä sait tiedon ryhmästä ja mikä sai sinut osallistumaan ryhmään?
- Kerro kokemuksiasi ryhmään tulemisesta, tarpeita, toiveita, odotuksia...
- Kerro kokemuksiasi ryhmäntyöskentelyn suunnittelusta

2. Ryhmätoiminta

- Kerro ryhmätoiminnasta (hyviä / huonoja kokemuksia)
- Kerro omasta roolistasi ryhmässä
- Miten koit ryhmän tuen?

3. Tulevaisuus

- Kenelle suosittelisit tämänlaista toimintaa?
- Kerro kokemuksiasi ryhmän lopettamisvaiheesta ja jatkosuunnitelman tekemisestä?
- Mitä asioita sait tulevaisuuteen ryhmätoiminnasta? Oivalluksia, ajatuksia, unelmia, tavoitteita...
- Mitä muuta haluaisit vielä kertoa?

LIITE 4. Haastattelukysymykset Suunta-ryhmien ohjaajille

1. Ryhmän alkuvaiheet

- Kerro kokemuksiasi ryhmän alkuvaiheista
- Miten koit oman roolisi ohjaajana ryhmän alkuvaiheessa?

2. Ryhmätoiminta

- Kerro ryhmätoiminnasta, mikä oli toimivinta ja mikä ei toimivinta, perustelut?
- Miten koit vertaistuen ryhmätoiminnassa?
- Miten koit oman roolisi ohjaajana ryhmätoiminnassa?
- Kenelle suosittelisi toimintaa + perustelut
- Millaisia ajatuksia sinulle tulee tämän kaltaisen toiminnan paikasta palvelujärjestelmässä? Entä juurruttamisen edellytyksistä?

3. Tulevaisuus

- Mitä tekisit tulevaisuudessa ohjaajana eri tavalla?
- Mitä asioita sait tulevaisuuteen ryhmätoiminnasta? Oivalluksia, ajatuksia, unelmia, tavoitteita...
- Mitä muuta haluaisit vielä kertoa?