

Ryhmänohjausta luovien menetelmien avulla nuorten aikuisten psykiatrisessa asumisen kuntoutuksen yksikössä

Mika Luomansivu,
Olli Karola

Opinnäytetyö
Toukokuu, 2017
Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala
Hoitotyön tutkinto-ohjelma
Sairaanhoitaja (AMK)

Tekijä(t) Mika Luomansivu Olli Karola	Julkaisun laji Opinnäytetyö	Päivämäärä 05.05.2017
	Sivumäärä 28	Julkaisun kieli Suomi
		Verkojulkaisulupa myönnetty: x
Työn nimi Ryhmänohjausta luovien menetelmien avulla nuorten aikuisten psykiatrisessa asumiskuntoutuksen yksikössä		
Tutkinto-ohjelma Sairaanhoidaja (AMK), hoitotyön tutkinto-ohjelma		
Työn ohjaaja(t) Juntunen Kristiina, Kuhanen Carita		
Toimeksiantaja(t) Pienkoti Aura Oy		
Tiivistelmä <p>Ryhmänohjausta nuorten aikuisten psykiatrisen asumisen kuntoutusyksikössä luovien menetelmien avulla perustuu työelämälähtöiseen tarpeeseen Pienkoti Aura Oy:n puolesta. Tarve määriteltiin yhdessä toimeksiantajan kanssa. Asumisen kuntoutusyksikön palveluihin kuuluu asunnon vuokraaminen, hoito- ja kuntoutussuunnitelman toteutuminen nuorille aikuisille, joilla on mielenterveyden häiriötä ja haasteita arkielämän selviytymisessä.</p> <p>Opinnäytetyön tavoitteena oli ohjata ryhmää, joka koostui nuorista aikuisista, jotka eivät olleet aikaisemmin osallistuneet yksikön omaan ryhmätoimintaan. Tarkoituksena oli selvittää, miten ryhmätoiminnan mallintaminen luovien menetelmien avulla kyseisessä yksikössä onnistuu. Opinnäytetyön aikana tehtiin tiivistä yhteistyötä asukkaiden ja ohjaajien kanssa.</p> <p>Menetelmäksi valittiin kehittämistyö, jossa käytettiin tutkimuksellisia menetelmiä. Osallistavaksi kehittämismenetelmäksi valittiin ryhmätoiminnan ohjaus psykiatrisessa asumiskuntoutumisen yksikössä. Kehittämistoiminnan tavoitteet määriteltiin yhdessä toimeksiantajan ja nuorten kanssa. Palautteiden ja kontaktikertojen perusteella kävi ilmi, että mallinnettu ryhmänohjauksen muoto soveltui yksikön toimintaan. Asiakslähtöisyys ja asukkaiden osallistuminen opinnäytetyön kontaktikerroille toteutui odotusten ja tavoitteiden mukaisesti.</p>		
Avainsanat (asiasanat) kehittämistoiminta, ryhmätoiminta, luovat menetelmät, digitarina, valokuvaus, musiikki		
Muut tiedot		

Author(s) Luomansivu Mika Karola Olli	Type of publication Bachelor's/Master's thesis	Date 05.05.2017 Language of publication: Finnish
	Number of pages 28	Permission for web publication: X
Title of publication Group guidance with creative methods to young adults in the psychiatric residential rehabilitation unit		
Degree programme Bachelor of Health Care		
Tutor(s) Juntunen Kristiina, Kuhanen Carita		
Assigned by Pienkoti Aura Oy		
<p>Abstract</p> <p>Group guidance with creative methods to young adults psychiatric housing rehabilitation unit is based on the need from Pienkoti Aura Oy associate. The need was identified together, working with the Pienkoti Aura Oy. Housing rehabilitation unit include renting, implementation of the plan of treatment and rehabilitation for young adults with mental health problems and challenges in everyday life.</p> <p>The aim of the thesis was to guide the group, which consisted of young adults who had not previously been involved in the activities of the units own group sessions. The aim was to find out how modelling of croup activity using creative methods works out in the unit in question. Residents and instructors worked closely together during the Bachelor's thesis.</p> <p>The chosen method for Bachelor's thesis work was a developing work, which included some methods of research. As a participating development work, supervising a group of young adults having mental health problems was chosen. The objectives of the development work were defined together with the employer and young adults. On the basis of the number of responses received and from the contact-sessions with young adults, it was deducted that the format was modeled with success in the unit. Customer focus and the participation of the inhabitants to the sessions succeeded as planned.</p>		
Keywords/tags (subjects) Group, development work, group activity, creative methods, music, photographic		
Miscellaneous		

Sisältö

1	Johdanto.....	6
2	Tavoite, tarkoitus ja tutkimuskysymys	8
3	Nuorten mielenterveyskuntoutuminen.....	9
3.1	Mielenterveyskuntoutumisen eri muodot.....	9
3.2	Nuori mielenterveyskuntoutujana.....	9
4	Ryhmätoiminta nuorten kuntouttavana menetelmänä	10
4.1	Ryhmänohjaus kuntouttavana menetelmänä	10
4.2	Ryhmänohjausprosessi	11
4.3	Ryhmän kehitysvaiheet.....	11
4.4	Ryhmädynamiikka.....	14
4.5	Luovat menetelmät ryhmänohjauksen välineenä	14
5	Toimeksiantaja	15
6	Suunnittelu, toteutus ja arviointi	18
6.1	SWOT-analyysi ja suunnittelu toimeksiantajan kanssa.....	18
6.2	Workshop I.....	20
6.3	Workshop II ja Workshop III.....	21
6.4	Arviointikeskustelu	22
7	Pohdinta	23
7.1	Eettisyys ja luotettavuus.....	23
7.2	Tavoitteet, reflektointi ja arviointi.....	24
7.3	Yhteenveto.....	25
	Lähteet.....	27
	Kuvio 1 Lineaarinen kehitysprosessi.....	8
	Kuvio 2 Ryhmän kehitysvaiheet Tuckman B.....	11
	Kuvio 3 Stages of group development	12
	Kuva 1 Maisemakuva lammesta ja metsästä	20
	Kuva 2 Potretti koirasta.....	21
	Kuva 3 Lähikuva maastosta	22

Taulukko 1, Aikataulutus	17
Taulukko 2 SWOT-analyysi	18

1 Johdanto

Yleisimmät mielenterveyshäiriöt painottuvat mieliala-, ahdistuneisuus-, käytös- ja päihdehäiriöihin. Puolet aikuisuuden mielenterveyshäiriöistä voi alkaa jo ennen 14 vuoden ikää ja noin 75% ennen nuoren täytettyä 24 vuotta. Nämä häiriöt vaikeuttavat nuoren vuorovaikutusta vanhempiensa, ikätovereidensa ja opettajien kanssa. Sosiaalisten taitojen oppiminen ja iänmukainen kehitys vaikeutuvat, jopa estyy. Heikentynyt selviytymiskyky manipuloi nuoren käsitystä itsestään ja haittaa nuoren tulevaisuutta koskevia valintoja. Haastavien häiriöiden diagnostiikka tapahtuu erikoissairaanhoidossa. Ennaltaehkäisevä tunnistaminen on kuitenkin havaittu haasteeksi koulu- opiskelija ja työterveydenhuollossa. (Marttunen M. 27(1): 45-48, 2009)

Masennusta voidaan käyttää yleiskielessä ja ammattikielessä monella eri tavalla ja sen merkitys kansantajuisesti on monimuotoutunut aikojen saatossa. Pettymykset, epäonnistumiset ja ohimenevät tunnetilat voivat olla yksi masennuksen ilmenemismuoto. Psykiatrisessa ja lääketieteessä sitä käsitellään enemmän oireena kuin tunnetilana. Se on tyypillinen alalaji mielenterveyshäiriöissä ja sen voivat laukaista somaattiset sairaudet, henkinen kuormitus tai jonkin muu ulkoinen tekijä. (Huttunen M, 2015)

Masennus koskettaa kaikkia ikäluokkia. Nuorilla se jakautuu varhaisnuoren ja keski- ja myöhäisnuoren masennukseen. Varhaisnuoren masennuksessa ruumiilliset haasteet ja häiriökäyttäytyminen sekä levottomuus ovat masennuksen tyypillisiä merkkejä. Epävakaa käytös, seksi- ja päihdekokeilut ovat liitettävissä masennukseen. Yhteentotot vanhempien kanssa voivat lisääntyä ja sosiaaliset suhteet ikätovereihin saattavat hankaloitua. Keski- ja myöhäisnuoren masennuksessa tunne-elämän ja ajattelun kehittämisessä tapahtuu sisäänpäin kääntymistä, jolloin synkät ajatukset, alakuloisuus, pessimismi ja arvottomuuden tunne tulevat nuorelle varsin tutuksi. Syrjäytyminen ja kehityksen estyminen ovat tunnuspiirteitä myöhäisnuoren masennuksesta. (Karlsson L. ym. 2016)

Ahdistuneisuutta esiintyy perusterveydenhuollossa potilaiden osalta 4-8%:lla. Ahdistuneisuushäiriö alidiagnosoitu, jonka vuoksi potilaan on itse tärkeää tunnistaa oireet

hyvissä ajoin. Ahdistuneisuushäiriön tunnistaminen voi olla haastavaa, sillä osa potilaista hakeutuu ensisijaisesti somaattisten oireiden vuoksi perusterveydenhuoltoon. Oireita somaattisella puolella saattavat olla erilaiset univaikeudet, niska-hartia, rintaja vatsakivut, hermostoon liittyvät oireet kuten takykardia. Murehtiminen ja huolestuneisuus ovat tyypillisiä oireita, mutta niiden erottaminen tavallisesta huolestuneisuudesta onnistuu ajan avulla. Pitkäkestoinen huolestuneisuus, joka kestää yli kuusi kuukautta, on vaikeasti hallittavissa ja aiheuttaa toimintakyvyn heikkenemistä on vahvasti kytköksissä ahdistuneisuushäiriöön. (Leinonen E., Viikki M. Duodecim 2015, 583)

Kuntoutusyksikön nuorten ikävaihe kuuluu myöhäisnuoruuteen. Myöhäisnuoruudessa nuoren käytös ominaisuudet luonteenpiirteessä vakinaistuvat ja kiinnostus ympäröivästä yhteiskunnasta lisääntyy. (Nuorten mielenterveys, Mielenterveysseura 2016). Myöhäisnuoruuden aikana nuori on haavoittuvainen mielenterveyden osalta, jolloin pojilla päihteily ja tarkkaavaisuushäiriöt ovat yleisempiä, kun tytöillä ahdistuneisuus, syömishäiriöt ja depressio ovat tunnetumpia ilmiöitä. (Sinkkonen J. 2010, 42)

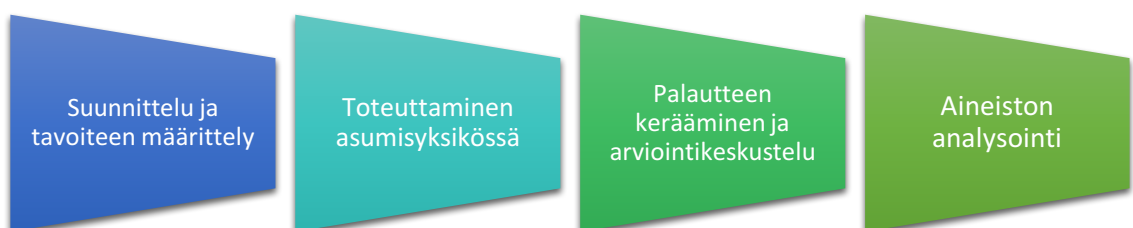
Nuoruuden kehitystehtäviin kuuluu identiteetin rakentaminen, erilaisten valintojen tekeminen suhteessa nuoren omiin vanhempiinsa. Nuoren elämässä tapahtuu monenlaisia muutoksia, kuten lapsuudesta ja vanhemmista irtaantuminen sekä oman minän hyväksyminen. Identiteetin rakentumisen aikana nuorelle vertaisten ja samanikäisten merkitys sosiaalisessa verkostossa kasvaa. Joissakin tilanteissa vertaisten asettama paine voi vaikuttaa nuoreen kuten toimintaympäristössä vallitsevat arvot, ihanteet, uskomukset ja erilaiset maailmankuvat. Kehitystehtävän onnistuessa nuoren minäkuva vahvistuu ja suhtautuminen muihin ihmisiin. Epäonnistumiseen yleensä liittyy ns. roolihämmennys ja suunnan etsiminen. Tämä voi ilmetä nuoren halusta tulla hyväksytyksi, joka epäonnistuessaan voi tuottaa nuorelle vihamielisiä tuntemuksia. (Tikkanen K. 2012, 21-22)

2 Tavoite, tarkoitus ja tutkimuskysymys

Opinnäytetyön tavoitteena on mallintaa ohjattu ryhmä, joka koostuu nuorista aikuisista iältään 18v.-30v. psykiatrisessa asumiskuntoutuksen yksikössä luovien menetelmien avulla. Luovat menetelmät ovat valokuvaus, kuvankäsittely ja musiikin hyödyntäminen digitarinan luomisessa. Ryhmänohjauksen ja -toiminnan aikana havainnoidaan nuoria. Havainnointi tapahtuu empiirisesti nuorten kanssa. Jokaisen tapauksikerran jälkeen nuorilla on mahdollisuus keskustella ja antaa palautetta toimijoille ja mukana olleille ohjaajille. Tarkoituksena on selvittää menetelmien soveltuvuus yksikön toiminnassa.

Opinnäytetyömme menetelmäksi on valittu kehittämistyö, jossa käytämme tutkimuksellisia menetelmiä. Osallistavaksi kehittämismenetelmäksi olemme valinneet ryhmätoiminnan ohjauksen psykiatrisessa asumiskuntoutuksen yksikössä. Kehittämistoiminnan tavoitteet määriteltiin yhdessä toimeksiantajan kanssa. Tavoitteena oli toteuttaa ryhmänohjausta luovien menetelmien avulla. Kehittämistoiminnan kohteeksi valittiin nuorten keskinäinen ryhmätoiminnan muodostuminen. Yksikössä ei ole aiemmin ollut luovien menetelmien avulla toteutettua ryhmätoimintaa, jossa nuoret keskenään toimivat ryhmässä. Kehittämisen subjektina toimii yksikön työyhteisö ja toimijat. Tämä on muodostunut yhteisistä keskusteluista, joissa yhteisen kiinnostuksen kohteet ovat toiminnan kehittäminen nuorten ryhmäytymisen osalta. Kehittämisen välineitä ovat tutkimuskysymys, jossa pohditaan, miten nuorten keskinäinen, mutta ohjattu ryhmätoiminta soveltuu luovien menetelmien avulla psykiatrisessa asumiskuntoutuksen yksikön toiminnassa.

(Toikko T., Rantanen T. 2009, 14-17)



Kuvio 1 Lineaarinen kehitysprosessi

Tämän opinnäytetyön kehittämisprosessi alkaa suunnitteluvaiheesta. Suunnitteluaste toteutetaan yhteistyössä toimeksiantajan ja nuorten kanssa. Toteutus tapahtuu asumisyksikön toimitiloissa. Toteuttamista on osallistavaa toimintaa asiakkaiden kanssa, jossa keskiössä on terapeutin työskentelyote asiakaslähtöisessä hoitosuhteessa perustuen yksikön toimintamalliin. Käytämme työssämme teoriaohjaavaa analyysiä, jossa olemme käyttäneet aineistoa tukevaa teoriaa. Hyödynnämme ja otamme vaikutteita toimintatutkimuksen mallista, mutta opinnäytetyömme ei kuitenkaan ole itsessään toimintatutkimus. Osallistavalla opinnäytetyöllä haluamme toteuttaa mahdollisimman käytännön läheisen työelämälähtöisen ja asiakkaita palvelevan kokonaisuuden. Samalla se palvelee meidän omaa mielenkiinnon kohdetta, jossa yhdistyvät ryhmänohjaus, musiikki ja valokuvaus. Nämä ovat olleet edesauttamassa aiheen valitsemista ja toimeksiantajan löytymistä eri vaihtoehtoista.

3 Nuorten mielenterveyskuntoutuminen

3.1 Mielenterveyskuntoutumisen eri muodot

Mielenterveyskuntoutumisen toteutumiseen tarvitaan psykiatrisen hoidon lisäksi muita palveluita, jotka ovat tukemassa kuntoutumisen kaikkia eri osa-alueita. Esimerkiksi nuorten mielenterveyskuntoutumisessa voidaan hyödyntää osastohoidon lisäksi psyyko- ja taideterapiamuotoja. Potilaan ollessa alaikäinen sosiaalihuoltolaki ohjaa tarvittaviin sosiaalipalveluihin, joista tulee keskeinen osa alaikäisen mielenterveyskuntoutusta. Nämä palvelut koostuvat sosiaalityöstä, kasvatus- ja perheneuvonnasta, kotipalvelusta, laitoshuollosta ja perhehoidosta. (Piha J., Tainio V-M. 2016)

3.2 Nuori mielenterveyskuntoutujana

Kuntoutuksessa keskeisessä roolissa ovat: yksilön, perheen tai toimintakyvyn ja vaihtoehtojen lisääntyminen. Kuntoutuksen tavoitteena on lisätä yksilön toimintakykyä, selviytymistä, sosiaalisia taitoja sekä kohentaa elämänlaatua. Tarpeina mielenterveyskuntoutukselle voivat olla psykiatriset häiriöt ja sairaudet, mutta myös erilaiset yksilölliset elämäntilanteet esimerkiksi syrjäytymiseen ja leimautumiseen liittyvät

ilmiöt perhe- ja koulu yhteisössä. Lasten ja nuorten kuntoutus on nähtävä laaja-alaisesti, lapsia ja nuoria koskeva huolenaiheet kohdistuvat erityisesti sosiaalisiin ja psyykkisiin seikkoihin. Lasten ja nuorten kuntoutus on laaja-alaista, aineelliseen ja henkiseen hyvinvointiin vaikuttamista. Nuorten mielenterveyskuntoutuksessa huomioidaan nuoren itsenäistymis- ja aikuistumiskehityksen tukeminen ja turvaaminen sekä sairauden asettamat rajoitteet, jossa tärkeitä yhteistyökumppaneita ovat vanhemmat. Tavoitteena on luoda nuorelle mahdollisuus kasvaa ja aikuistua mahdollisuuksien ja resurssien mukaan. Päämääränä on ehkäistä nuoren syrjäytymistä yhteiskunnasta ja löytää oma paikkansa yhteisössä. (Piha J., Tainio V-M. 2016)

4 Ryhmätoiminta nuorten kuntouttavana menetelmänä

4.1 Ryhmänohjaus kuntouttavana menetelmänä

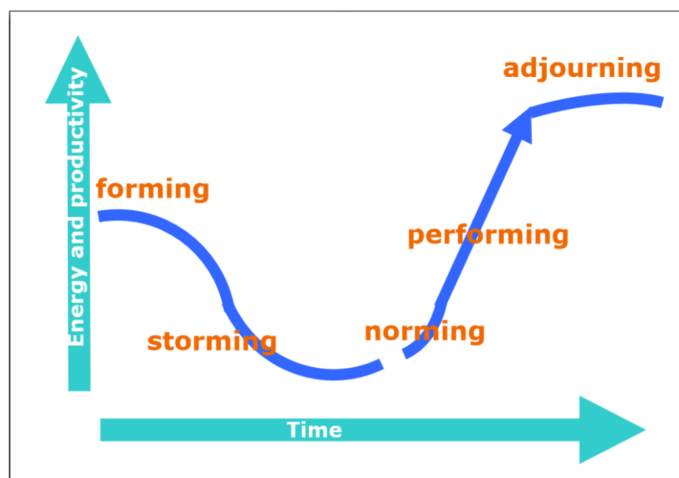
Kuntouttavassa päihde- ja mielenterveystyössä käytetään erilaisia ryhmiä kuntoutumista tukevassa ryhmätoiminnassa. Ryhmiä ohjaa näkemys, jonka mukaan oireiden hallintaa ja sosiaalisia taitoja voidaan harjoitella ja oppia tehokkaasti ryhmässä. Ryhmän toimintojen käyttö ei tee automaattisesti ryhmästä kuntouttavaa, vaan on huomioitava ryhmän jäsenten henkilökohtaiset tavoitteet. On tärkeää, että tavoitteiden saavuttamiseksi ja sitoutumisen sekä pysyvyyden kannalta ryhmä kokoontuu siinä ympäristössä, missä taitoja käytetään. (Kanerva A., Kuhanen C. 2017, 209) Kävimme yksikön nuorten kanssa valokuvaamassa, käsitelimme kuvia ja teimme tuotoksista digitarinan.

Ryhmään kuuluminen, avautuminen ja hyväksyntä ovat jo sinänsä hoidollisia tekijöitä. Ryhmään kuulumisen tunne ei kehity itsestään vaan muokkaantuu eri kehitysvaiheiden ja sosiaalisten taitojen mukaan. Haasteita ohjaajien toiminnalle toivat yksikön nuorten niin turvallisuuden ja luottamuksen kuin turvattomuuden ja pettymysten kokemukset. Turvallisessa ryhmässä, jossa on samanlaisia kokemuksia omaavia jäseniä, voi vapautua ilmaisemaan asioita ja kokemuksia, jota ei ole muissa tilanteissa kertonut. (Kanerva A., Kuhanen C. 2017, 210) Ryhmän kannalta aito luottamus syntyy hitaasti ja vaatii paljon työtä. Ryhmän jäsenten täytyy oppia tuntemaan toisensa, olla valmiita jakamaan, antamaan ja vastaanottamaan yhdessä apua sekä palautetta.

Keskinäinen luottamus ei synny ilman hyväksyntää ja ymmärrystä. Luottamus kasvaa yhdessä työskentelemisen ja oppimisen myötä. (Öystilä S. 2012, 9)

4.2 Ryhmänohjausprosessi

Ryhmä kehittyy ryhmäksi erilaisten vaiheiden kautta ja lähtökohtana ryhmäksi muodostamiselle on ryhmään liittyminen. Ryhmässä tarvitaan jokaisen panosta ja suostumusta läheisyyteen ja yhteisöllisyyteen. Ryhmien kehitysprosesseissa on omat lainalaisuutensa, jotka ilmenevät ja etenevät jokaisessa ryhmässä eri tavalla. Sitoutuminen uuteen ryhmään ei ole välttämättä helppoa ja jokainen ryhmän jäsen tuo ryhmään oman minuutensa, ihmissuhdemallinsa sekä ryhmähistoriansa. (Kanerva A., Kuhanen C. 2017, 214). Kiinnostus ryhmää kohtaan on alkuvaiheessa ristiriitaista, alussa kiinnostus voi olla hyvinkin suurta, mutta saattaa laantua alun kuherrusvaiheen jälkeen. Ryhmän elinkaari on suhteessa ilmoitettuun keston ja ryhmän muodostuminen voidaan jakaa eri vaiheisiin, vrt. kaaviot 2

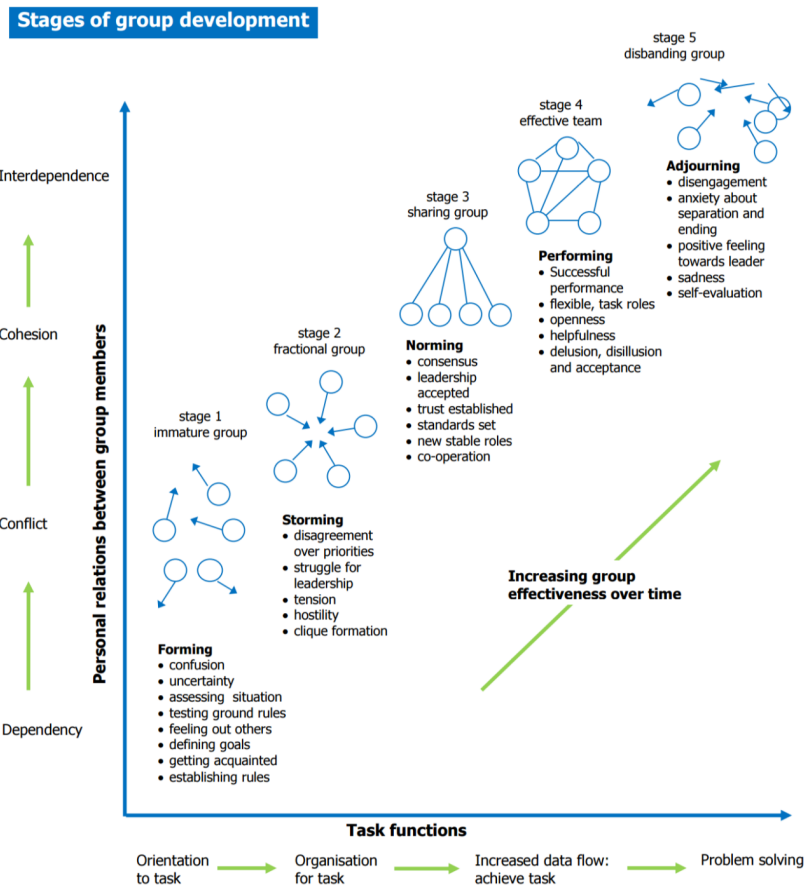


Kuvio 2 Ryhmän kehitysvaiheet Tuckman B.

4.3 Ryhmän kehitysvaiheet

Ryhmän kehittymistä kuvataan eri tehtäväkeskeisten vaiheiden kautta, jotka voidaan erottaa esimerkiksi ryhmän sisällä toimivien vuorovaikutusten perusteella. Eri vaiheilla ei kuitenkaan välttämättä ole selkeää alkua ja loppua. Tuckmanin (1965) mukaan

ryhmä etenee suhde- ja tehtävätasolla rinnakkaisten kehitysvaiheiden kautta. Ryhmän kehittyminen vaiheittain tarjoaa vain yhden näkökulman, ja se ottaa huomioon vain tehtäväkeskeiset ryhmät. Toisen näkökulman tarjoaa ryhmän muodostumisen tarkastelu rakenteiden kehittymisen kautta. Tällaisia näkökulmia ovat esimerkiksi rakenteistuminen ja symbolinen lähentyminen.



Kuvio 3 Stages of group development

”Forming” eli muotoutumisvaiheessa ryhmälle luodaan normeja (kulttuuri) ja sääntöjä, tuodaan julki erilaisia mielipiteitä. Tässä vaiheessa jäsenet tukeutuvat ohjaajaan joka on ryhmän johtaja. Ohjaaja yhtenä tehtävänä on luoda hyvä ilmapiiri. Ihmisellä on tarve kokea tulevaisuutensa hyväksytyksi ja hyväksyä muut osana ryhmää. Muotoutumisvaiheessa ryhmä orientoituu annettuun tehtävään. Annetut tehtävät saattavat olla vielä epäselviä ja suhdetasolla ryhmä saattaa etsiä erilaisia käyttäytymisen rajoja ja sääntöjä. Tässä ryhmäytymisen vaiheessa ollaan enemmän riippuvaisia johtajasta.

”Storming” eli kuohuntavaiheessa ryhmä kehittyy ja tämän myötä vuorovaikutus lisääntyy ja kehittyy, saadaan kokemuksia ryhmän jäsenistä. Ryhmäläiset etsivät jäseniä joihin voivat samaistua ja tukeutua. Uskalletaan olla kriittisiä ja tunteita tuodaan ryhmään. Auvoinen kuherrusvaiheen ryhmähenki tuntuu kadonneen. Kritiikki kohdistuu ryhmän vetäjään, tehtävään tai yleensä ryhmässä olemiseen. Tunteet voivat kohdistua johonkin ryhmän jäseneseen tai jäseniin, saattaa olla että, ryhmällä on syntipukki. Ohjaajan on tärkeää tiedostaa ryhmän tunteet. Ryhmän kannalta tämä vaihe saattaa olla ryhmälle todella vaikea. Kuohuntavaiheessa uskalletaan jo esittää omia, eriäviäkin mielipiteitä. Ryhmän tehtävää ja johtajaa vastustetaan, ja konflikteja esiintyy. Jäsenet testaavat omaa rooliaan ryhmässä. (Tuckman B. 2010, sivunumero)

”Norming” eli yhdenmukaisuus vaiheessa normien muotoutumisvaiheessa ryhmän toiminnalle muodostuu normeja. Tehtävätasolla ryhmän jäsenten yhteistyö ja avoimuus yleensä lisääntyvät. Suhdetasolla ryhmän koheesio kehittyy ja tunne ryhmään kuulumisesta kasvaa, syntyy me-henki. Yhteenkuuluvaisuuden tunne ja sisäinen vastustus voitetaan, jäsenten välinen kunnioitus ja ryhmäkokonaisuus kehittyvät. Ryhmässä on vähemmän kritiikkiä ja illuusioiden sekä toiveiden varassa olevan ryhmän me-hengen esiintymisen jälkeen ryhmässä saattaa esiintyä pettymystä ja ryhmässä saattaa esiintyä jälleen ristiriitoja ja negatiivisia asioita.

”Performing” eli yhteisöllisyyden kaudella tässä ryhmänohjauksen vaiheessa työkennellään annetussa tehtävässä ja toisia tuetaan. Ryhmän jäsenten vahvuudet tulevat esiin ja ryhmä toimii joustavammin. Ryhmän jäsenten erilaisuus koetaan usein vahvuudeksi. Tässä vaiheessa ryhmän kehityksessä on toimiva ja hedelmällinen yhteistyö. Ryhmän jäsenet hyväksyvät ja ymmärtävät toisiaan paremmin ja pystyvät kohtaamaan ja käsittelemään erimielisyyksiä sekä mahdollisia konflikteja. Ryhmän jäsenten erilaisuus on ryhmän rikkaus. Ryhmä hyödyntää esimerkiksi jäsentensä erilaisia elämäkokemuksia ja luovuutta sekä erilaisia ideoita yhteisen hyvän tuottamisessa.

”Adjourning” eli ryhmän päättyminen on osa kehitysvaihetta. Ryhmä on muodostunut tiettyä projektia tai tehtävää varten ja tämän kautta ryhmän eri vaiheet korostuvat. (Kanerva A., Kuhanen C. 2017, 215-216);(Tuckman B. 2010, 3)

4.4 Ryhmädynamiikka

Ryhmät toimivat eri tavalla, ja yksittäisten jäsenten käytöksestä ei voida päätellä suoraan miten ryhmä toimii. Ryhmädynamiikka sisältää ryhmän sisäisiä voimia ja jotka syntyvät ryhmän jäsenten keskinäisestä vuorovaikutuksesta. Ryhmä on enemmän kuin jäsentensä summa, koska keskinäinen jännite, kiinnostus ja tunteet ovat voimaa. Ryhmän dynamiikka säätelee sen, miten ryhmä toimii ja ryhmän ilmapiiri on helppo tuntea. Ryhmässä yksilöiden roolit ovat yhdistelmiä sosiaalisesta ja persoonallisesta roolitasosta, ja kun toisilleen tuntemattomat ihmiset kokoontuvat yhteen, ei kenelläkään yleensä alussa ole varma olo (Kopakkala A. 2011, 108). Ilmapiirin vapautuessa ihmiset alkavat puhua ja esille tuovat asiat saattavat olla hyvinkin henkilökohtaisia. Ryhmän dynamiikasta kertoo myös, miten, kuinka ja ketkä puhuvat. Puheen sisällöstä ja ilmaisutavasta ovat havaittavissa esimerkiksi eri asetelmat ja liittoumat. Huumori esimerkiksi on hyvä ilmapiirin mittari, koska huumoria on monenlaista ja sen käyttö kertoo ryhmän jännitteestä, dynamiikasta. Toimintaamme vaikuttaa hyvinkin ratkaisevasti se, miten tulkitsemme ryhmän toisten jäsenten viestit; emme reagoi toisten tekoihin vaan tulkintaamme siitä (Kopakkala A. 2011, 21).

Ohjaamassamme ryhmässä itseilmaisun määrä nousi kontaktikertojen lisääntyessä, kun ryhmäläisten henkilökohtainen rohkeus ja taidot kasvoivat. Ryhmä alkoi selkeästi vapautua ja vapautunut ryhmä innosti ryhmäläisiä puhumaan ja olemaan tiiviimmässä vuorovaikutuksessa toisiinsa. Arkakin ryhmän jäsen alkoi ilmaista itseään ja kommentoimaan esimerkiksi kuvien käsittelyyn liittyvissä asioissa. Havainnoimme myös ryhmäläisistä kehon kieltä, miten he istuvat, kuka jäi etäälle, minkä ja mistä ryhmäläiset valitsivat esimerkiksi istumapaikan ja muuttuivatko nämä asiat kontaktikertojen edetessä.

4.5 Luovat menetelmät ryhmänohjauksen välineenä

Mielenterveyshoitotyössä asiakkaiden osallistuminen suunnitteluun, toteutukseen ja arviointiin on tärkeää. Erilaisten vertaisryhmien käytön on todettu edistävän hoitotyön potilaslähtöisyyttä. (Kanerva A., Kuhanen C. 2017, 210) Luovat menetelmät opinnäytetyön yksikön ryhmänohjauksessa jakautuvat kahteen osioon; Valokuvaus ja musiikki. Näiden kahden osion käsittely, tuottaminen ja havainnointi tapahtuvat

nuorten kanssa luonnossa ja sisätiloissa. Ryhmänohjauksessa käytämme yhteistyökumppanin omaa järjestelmäkameraa ja nuorilla on mahdollisuus hyödyntää omia medialaitteitaan uuden sisällön luomisessa.

5 Toimeksiantaja

Opinnäytetyömme toimeksiantajana toimii psykiatrinen asumiskuntoutuksen yksikkö, joka tarjoaa tukea nuoren aikuisen itsenäistymisessä. Asumiskuntoutumisen yksikkö tunnetaan myös itsenäistymiskotina. Aikuisille nuorille suunnitellaan ja toteutetaan kuntoutusta asiakaslähtöisesti. Kuntoutusyksikön asiakkaat saattavat olla jälkihuollon asiakkaita, mielenterveyskuntoutujia. Asiakkailta on mahdollisuus omaan aikuissuhdetyöhön, toiminnanohjaukseen, erilaisiin toiminnallisiin ryhmiin, psykoedukaatioon ja perheverkostotyöhön. Asumiskuntoutusyksikköä ohjaavan yrityksen kautta asiakkailta on mahdollisuus osallistua tukevaan toiminnalliseen musiikki-toimintaan, perheterapiaan, toimintaterapiaan, jne. Toiminta- ja työskentelyfilosofia perustuu vahvasti terapeuttilaiseen elämänlaadun tukemiseen. Tämä esiintyy siinä, että jokaista nuorta ohjataan nuoren tulotilanteen mukaisesti. Ohjaajilta se vaatii oikeanlaista nöyryytystä haastavien asioiden ja vaikeiden lähtökohtien edessä, joka itsessään määrittelee työskentelytapaa ja vuorovaikutustaitojen kehittyneisyyttä. Erikoispiirteitä ovat neuropsykiatriset asiakkaat, joka näkyy Aspergerin oireyhtymän esiintyvyytenä osalla asiakkaista.

Työelämälähtöinen tarve nousi keskustelusta ja tarkastelusta yhdessä toimeksiantajan kanssa asumiskuntoutuksen yksikön arjessa esiintyvän ryhmäytymisen toiminnan puutteen ilmiöstä käsin. Toimeksiantajan kanssa todettiin, että kuntoutuksen yksikön asukkaat eivät ole harjoittaneet keskenään luovaa ja tuottavaa ryhmäytymistä. Siksi pä tarve linjautui toimeksiantajan kanssa asukkaiden arjen ja elämänlaadun parantamiseksi sekä toiminnanohjauksen tukemiseksi järjestää ryhmätoimintaa luovien menetelmien avulla nuorten pitkäaikaisen asumisen ja keskinäisten sosiaalisten suhteiden vahvistamiseksi. Halu opinnäytetyön toteuttamiselle nousi myös nuorten keskuudesta, yhteisen suunnittelun ja keskustelujen välityksellä. Nuorten kiinnostus yhteisen tuotoksen tuottamiseen oli vahva. Uuden oppiminen ryhmässä tuntui olevan

uudenlainen kokemus kuntoutusyksikön nuorten keskuudessa, joka otettiin vastaan mielenkiinnolla ja positiivisilla odotuksilla. Psykiatrisen asumiskuntoutusyksikön nuorten kuntoutustarpeet ovat sosiaalisten vuorovaikutustaitojen kehittäminen, itsenäistymisen ja kouluttautumisen kehittäminen, arkitoimien toimittaminen, itsenäisen hyvinvoinnin ja omatoiminnan ohjauksen kehittäminen, asumiseen ja elämiseen liittyvien toimien vahvistaminen. Ryhmässä toimiminen, ryhmätaidot ja sosiaalisen verkostoitumisen tukemisessa opinnäytetyön osuus pääsi oikeuksiinsa tukien työyhteisön työfilosofiaa.

Psykiatrisen asumiskuntoutusyksikön osalta toisella toimijoilla on ollut edeltävää vuorovaikutussuhdetta ennen opinnäytetyön toiminnan aloittamista. Tämä oli merkittävässä roolissa yhteistyökumppanin valintaprosessissa, jossa kyseessä oleva yksikkö nousi vallitsevaksi kandidaatiksi saaden molempien opiskelijoiden hyväksynnän yhdessä ohjaavan opettajan ja yksikön johtajan kanssa. Tämä antoi havaittu etulyöntiaseman saavuttamisena kyseisen psykiatrisen ja haastavan toiminta-alueella työskentelyn suhteen. Siksi onkin suotavaa suositella edes jonkinasteista alustavaa tutustumista ennen ryhmätoiminnan aloittamista nuorten kanssa, joilla oman tilan tarve, haavoittuvaisuus ja arkuus ominaisuuksina sekä vallitsevina ilmiöinä saattavat toimia jopa rajoittavana funktiona lyhyen aikavälin yhteistyösuhteen rakentumisessa.

Opinnäytetyön suunnitelmavaihe alkoi syksyllä marraskuussa 2016. Suunnitelmavaiheen alussa sovittiin opinnäytetyön aikataulut. Ensimmäinen suunnittelupalaveri aikataulutettiin toteutuvaksi marraskuussa 2017, jossa loput aikatauluksista sovittiin nuorten ja yksikön aikatauluja mukailleen. Workshoppien toteuttaminen suunniteltiin toteutettavaksi Tammi-Maaliskuussa 2017. Workshop – kertojen aikaväli sovittiin olevaksi kahdesta neljään viikkoon. Opinnäytetyön aineiston analysointi ja työn viimeistely aikataulutettiin toteutuvaksi huhtikuussa 2017 sekä työn palauttaminen toukokuussa 2017.

Marraskuu	Joulukuu	Tammikuu	Helmikuu	Maaliskuu	Huhtikuu	Toukokuu
Aiheen valitseminen ja suunnitteluprosessin	Teemoittelujen suunnitteleminen	Workshop I Valokuvaa- mista ulkona	Workshop II Valokuvien muokkaami-	Workshop III, digitari- nan luomi-	Aineiston analy- sointi	Opinnäyte- työn palau- tus

aloittaminen	nuorten kanssa	nen nuorten kanssa	nen ja loppuarvi- ointi nuor- ten ja oh- jaajien kanssa
--------------	-------------------	-----------------------	--

Taulukko 1, Aikataulukus

6 Suunnittelu, toteutus ja arviointi

6.1 SWOT-analyysi ja suunnittelu toimeksiantajan kanssa

SWOT-analyysi koostuu seuraavista englannin kielestä käännettyistä sanoista; vahvuudet, heikkoudet, mahdollisuudet ja uhkat. Analyysin tarkoituksena on analysoida joko oppimista tai erilaisia kokonaisuuksia ja asiasisältöjä. SWOT-analyysi tulee ajoittaa ennen varsinaisen suunnitteluvaiheen aloittamista, tai aivan sen alussa. Sen avulla riskien ja mahdollisuuksien tunnistaminen on helpompaa ja auttaa ohjaamaan suunnittelun prosessia. Heikkoudet ja vahvuudet kuuluvat sisäisiin tekijöihin, mutta mahdollisuudet ja uhkat ovat puolestaan ulkoisia tekijöitä. Analyysi on luonteeltaan kovin subjektiivinen, jolloin sen tuloksia voidaan hyödyntää ennemminkin suuntaa antavina. (Opetushallitus)

Vahvuudet	Heikkoudet	Mahdollisuudet	Uhkat
<ul style="list-style-type: none"> Toiminnassa esiintyvä musiikki-toiminta Tiivis henkilökunta, Ohjaajien tuki Toimijoiden oma harrastuneisuus Yksikön resurssit, järjestelmäkama ja joustavuus Asiakkaiden joustavuus aikatauluissa 	<ul style="list-style-type: none"> Nuorten oman tilan tarve Toimijoiden kokemattomuus kyseisten nuorten ryhmänohjaamisesta Asiakkaiden arkuus Luottamuksen rakentaminen lyhyellä aikavälillä Ryhmän koko 	<ul style="list-style-type: none"> Asiakkaiden keskinäinen yhteistyö Vertaistuen muodostuminen Sosialisoituminen Toiminnan ulottuminen vapaa-ajalle Toiminnan juurtuminen työhön Ideoiden rikastuttaminen 	<ul style="list-style-type: none"> Kiinnostusten hiipuminen kontaktikertojen aikaväli Erimielisyydet Passiivisuus Valinnan tekemisen vaikeus Pitkäjänteisyyden puute Mahdollinen kärsimättömyys Ryhmästä pois jättäytyminen

Taulukko 2 SWOT-analyysi

Ennen ensimmäistä tapaamiskertaa ohjaajien kanssa oli toimijoiden edeltävä yhteistyösuhde toimeksiantajan ja nuorten kanssa. Tämä tarkoitti myös sitä, että toimintametodit, työfilosofia ja yleinen ilmapiiri olivat tuttuja teemoja toimijoille edesauttaen vuorovaikutussuhteen ja luottamuksen rakentumista. Paikalle oli saapunut valtaosa ohjaajista, joka koettiin hyväksi asetelmaksi, jossa yhteisymmärrys, tiedonkulku ja ajatusten jakaminen tapahtuivat kustannustehokkaaksi. Tapaamiskerran aikana oli mielekästä huomata, kuinka avoimesti ja positiivisesti meidän ajatuksemme luovien menetelmien hyödyntämisestä ryhmätoiminnan kautta otettiin vastaan. Keskustelun aikana nousi esille monenlaisia erinäisiä ajatuksia toiminnan sisällöstä ja toteuttamistapojen variaatioista. Ohjaajat osallistuivat ideointiin aktiivisesti, joka puolestaan helpotti osuuttamme valintaprosessin aikana. Avainsanaksi jäi elämään ”musiikkivideo”, jossa yhdistyisivät valokuvaamisen ja musiikin yhteisvaikutus niin luovuuden kuin hoitavuuden elementteinä. Yhteiseksi konsensukseksi muodostui, että musiikkivideota lähdetäisiin markkinoimaan nuorille, sillä varauksella, että heillä olisi uusia tai toisenlaisia ehdotuksia toteuttamistavan muuttamiseksi.

Ensimmäinen tilaisuus suunnittelemiselle tapahtui nuorten kanssa välittömästi henkilökunnan kanssa pidetyn ensimmäisen tapaamiskerran jälkeen samana päivänä. Aluksi ilmapiiri oli varauksellinen nuorten osalta, sillä heille vastaavanlainen toiminta opinnäytetyön muodossa oli uutta. Asia esiteltiin nuorille ohjaajien kanssa. Nuorille varmennettiin, että musiikkivideon sisältö, kuvien ottaminen ja musiikin olisi nuorten oma valinta, jossa me ja ohjaajat vain toiminnan ohjaajina. Ideoiden ja sisällön tuottaminen olisi nuorilla itsellään, jolloin valinnan vapaus kuvattavista kohteista jäisi nuorille.

Aiheesta nousi asiaan kuuluva ns. varmentelu, siitä ettei kuvamateriaalissa näkyisi henkilöihahmoja. Tässä asiassa päädyimme nopeasti yksimielisyyteen ja totesimme, että luontokuvaaminen on toimiva vaihtoehto musiikkivideon kuvamateriaaliksi. Esittelimme myös mahdollisuuksia vierailta studio- ja teatteritilassa, nauhoittaa ja äänittää musiikkia edellä mainituissa kohteissa tai asumisyksikön toimistotiloissa. Nämä ajatukset saivat vahvan tuen nuorten kannanotoissa. Into ja mielenkiinto olivat syntyneet musiikkivideota kohtaan. Kerroimme lopuksi, ettei meillä ole valmista formaattia, joka määrittelee musiikkivideon, valokuvauksen ja toiminnan varsinaisen

sisällön onnistumisen laatua ja tasoa. Vastuu olisi nuorilla ja me pyrkisimme parhaamme mukaan vahvistamaan nuorten tuottamia ideoita, kannustaa matkan varrella opinnäytetyön edetessä. Tähän nuoret olivat yksimielisesti tyytyväisiä.

6.2 Workshop I

Ensimmäisen workshopin tavoitteiden mukaisesti lähdimme nuorten kanssa ulos valokuvaamaan, ohjasimme ja kannustimme nuoria valokuvaamisessa ja seurasimme nuorten ryhmätoimintaa valokuvauksen aikana. Paikalle saapuivat kolme nuorta, yksikön oma ohjaaja ja toimijat. Workshopin aiheena oli miljö- ja luontokuvaus, joka oli valikoitunut nuorten kanssa käytyjen keskustelujen pohjalta. Kävimme läpi valokuvaamisen perusteita, historiaa ja kameran toimintaa ennen valokuvaamista. Miljö- ja luontokuvaus tapahtui lähialueella. Kameraksi valikoitui yksikön oma järjestelmäkamera Nikon D90. Nuorilla ei ollut kokemusta järjestelmäkameroiden käyttämisestä. Kamerassa käytettiin kameran perusasetuksia ja valokuvaamisen aikana ohjasimme asetusten hyödyntämistä valokuvauksessa.



Kuva 1 Maisemakuva lammesta ja metsästä

Ryhmänohjauksen aikana havainnoimme, että nuoret ”hakivat omaa tilaa”, joka ei vaikuttanut valokuvaamiseen tai ryhmänohjaukseen. Tässä yhdistyivät vapaus kuvauskohteiden valitsemiselle ja järjestelmäkameran käyttämiselle. Osa nuorista tarvitsi enemmän kannustusta ja ohjausta valokuvien ottamiselle. Kannustuksen ja ohjauksen puitteissa nuoret valokuvasivat 44 kappaletta valokuvia järjestelmäkameralla ja loput omilla mobiililaitteillaan. Lopuksi keräsimme palautteen suullisesti, jossa nuoret ilmaisivat pitävänsä workshopin sisällöstä. Kiinnostusta valokuvaamiseen esiintyi myös vapaa-ajalla. Tämän lisäksi kävimme lyhyesti kaikki otetut kuvat läpi yksikön kannettavalla tietokoneella. Workshop kesti 2h 45 min.



Kuva 2 Potretti koirasta

6.3 Workshop II ja Workshop III

Toisella workshopin kerralla tavoitteiden mukaisesti perehdyttiin valokuvien muokkaamiseen ja annettiin keskinäistä palautetta kuvien muokkaamisen yhteydessä. Paikalle saapuivat kolme nuorta, jotka olivat ensimmäisellä workshop:in kontaktikerralla. Nuorten lisäksi paikalla oli vuorossa oleva ohjaaja, jonka tukemana toinen workshop toteutettiin. Nuoren tietokoneelle asennettiin Adoben Lightroom -sovellus koeversiolla. Nuoret asensivat kuvankäsittelyohjelman, käsittelivät kuvia ja veivät

(export) kuvat tietokoneen kovalevylle. Ryhmänroolit alkoivat muotoutua toisella kontaktikerralla. Roolit jakautuivat nuorten keskuudessa eri tavoille, osa nuoriso otti enemmän vastuuta, osa toimi enemmän taustalla. Kaikki nuoret osallistuivat keskusteluun kuvien käsittelyssä. Nuoret sävyttivät, rajasivat kuvia ja oppivat käyttämään valokuvankäsittelyohjelmaa, josta heillä aiemmin ei ollut kokemusta. Workshop:in aikana kävimme dialogia aiheesta nuorten kanssa.

Tavoitteena oli muokata loput valitut valokuvat, valita taustamusiikki ja yhdistää musiikki ja kuvat digitarinaksi. Kappale oli yhden ryhmän jäsenen omaa tuotantoa, jonka ryhmä valitsi digitarinan taustamusiikiksi. Ryhmä yhdisti kappaleen ja valokuvat oman näköiseksi digitarinaksi ja antoi suullisen palautteen opinnäytetyön kolmesta kontaktikerrasta. Ryhmätyöskentely tiivistyi, ryhmien jäsenet tulivat helpommin toimen keskenään, keskustelua oli enemmän ja ryhmänohjausta tarvittiin vähemmän.



Kuva 3 Lähikuva maastosta

6.4 Arviointikeskustelu

Arviointikeskustelussa paikalla olivat toiminnanjohtaja, ohjaajat, toimintaterapeutti - opiskelija ja opinnäytetyön tekijät. Opinnäytetyön tekijät refleктоivat omia havaintojaan ohjaajien havaintoihin. Ohjaajat antoivat oman palautteensa käytännön kontaktikerroista ja työotteestamme. Ohjaajat olivat tyytyväisiä opinnäytetyön toteutumiseen ja toivoivat vastaavanlaisen toiminnan jalkautumista nuorten kuntoutumisen tueksi. Opinnäytetyön tekijät antoivat oman palautteensa ryhmänohjauksesta. Keskustelu oli rakentavaa ja kehittävää moniammatillisessa työryhmässä. Opinnäytetyön tekijöille ehdotettiin vastaavanlaisen luovien menetelmien käytön tuotteistamista tulevaisuudessa.

7 Pohdinta

7.1 Eettisyys ja luotettavuus

Sairaanhoitajan eettisyys kattaa potilaan sairauksien ehkäisemisen ja kivun lieventämisen. Työssään ammattitaitoinen sairaanhoitaja kohtaa erilaisia yksilöitä, perheitä ja ihmisiä, jotka tarvitsevat sairaanhoitajalta tukea ja voimavarojen kartoittamista. Tämä näkyy myös sairaanhoitajan vastuusta potilas-sairaanhoitajasuhteessa, jossa potilaan kohtaaminen nousee suureen rooliin. Kohtaamisen ja suhteen ylläpitämisessä sairaanhoitajan tulee noudattaa potilaan yksityisyyden suojelemista, potilaan omien arvojen sekä erinäisten vakaumusten kunnioittamista. Siihen sisältyy esimerkiksi potilaan kohtaamisessa esille nousevat vuorovaikutustaidot, jotka toisinaan voivat olla ratkaisevassa asemassa hyvän hoidon takaamiseksi. Erityisesti potilaan itsemääräämisoikeutta sairaanhoitaja ei saa rajoittaa, joka kulkee käsi kädessä taata potilaalle osallistuneisuus potilaan hoitoa koskevaan päätöksentekoon. Suurennuslasin alle ajautuvat sairaanhoitajan toiminta suhteessa ikääntyviin, kehitysrajoitteisiin ja lapsiin. (Puttonen J. 2015)

Sairaanhoitajan eettisen velvollisuuksien toteuttaminen asumiskuntoutuksen yksikössä osoittautui luontevaksi yhteistyössä nuorten ja ohjaajien kanssa. Nuorten yksityisyyden kunnioittaminen toteutettiin salaamalla nuorten henkilöllisyys opinnäytetyön raporttiosuudessa. Vain nuorten luvalla voitiin julkaista nuorten tuottamassa musiikkivideossa nuorten etunimet. Asia sovittiin nuorten kanssa suullisella sopimuksella. Musiikkivideossa kuvaamiskohteina ei ole ihmisiä vaan luonto ja eläimet. Näin

ollen nuorten tunnistettavuus on minimoitu. Opinnäytetyössä edettiin yhteistyössä nuorten ja ohjaajien kanssa. Nuorten itsemääräämisoikeus näkyi ryhmätyöskentelyssä siten, että sovittiin yhdessä, kuka on kuvaamisen kohteena, mitä kuvataan ja missä kuvataan. Nuorten elämänlaadun parantaminen on opinnäytetyön toiminnan yksi ilmiö, jota ei ole tutkittu tässä opinnäytetyössä vaan perustuu ohjaajilta saatuihin palautteisiin. Vuorovaikutus nuorten kanssa sisälsi nuorten voimavarojen kartoittamista nuorten kanssa käydyissä keskusteluissa kontaktikertojen aikana.

Opinnäytetyön luotettavuuden arviointiin vaikuttavat ryhmän koko, tapaamiskertojen määrä, aikaväli ja nuorten sekä ohjaajien antama palaute. Ryhmän koko ei muuttunut kolmen kontaktikerran aikana. Tapaamiskertojen määrä oli viisi (5): suunnittelupalaveri, workshop I, II ja III sekä ohjaajien kanssa käyty arviointikeskustelu. Nuorilta saatu palaute saatiin suullisessa muodossa keskustelun avulla. Tähän ratkaisuun päädyttiin siksi, koska näiden nuorten osalta avoin keskustelu oli helpoin ja selkein tapa antaa välitöntä palautetta. Palaute saatiin jokaiselta nuorelta yksilöllisesti ryhmän viimeisellä tapaamiskerralla. Palautteen antaminen oli intuitiivista ja autenttista perustuen nuorten kokemukseen kolmesta eri toimintakerrasta. Ohessa asukkaiden palautteista suoria lainauksia: *”Osallistujamäärä oli sopiva”* *”Oli kivaa”*. Ohjaajien palautteesta suoria lainauksia: *”Selkeät aikataulut pitivät, joka oli tärkeää nuorille”*, *”Informointi oli hyvää ja selkää”*, *”Ohjaaminen teillä oli vahvaa ja varmaa”*, *”Paljon potentiaalia tuotteistamiselle, jota voi soveltaa muissakin yksiköissä”*.

7.2 Tavoitteet, reflektointi ja arviointi

Opinnäytetyön tavoitteena oli mallintaa ohjata ryhmää, joka koostui nuorista aikuisista psykiatrisessa asumisen kuntoutuksen yksikössä. Osatavoitteina oli pysyä aikataulussa, säilyttää ryhmäkoko samanlaisena ja saattaa loppuun ryhmätoiminta luovien menetelmien avulla kevään 2017 aikana. Työelämälähtöisessä tarpeessa keskeisin asia on nuorten aikuisten keskinäinen ryhmäytyminen. Tähän tarpeeseen vastattiin ryhmänohjauksella luovia menetelmiä hyödyntäen. Ryhmä kokoontui suunnitelmien mukaan kolme kertaa ja paikalla olivat samat kolme nuorta. Ryhmän toiminta

pysyi etukäteen suunnitellussa aikataulussa, jota auttoivat ennakoiva informointi ja dialogi.

Ryhmänohjauksen haasteina havaittiin vuorovaikutustaitojen erilaisuus suhteessa yksikön asukkaisiin, asukkaiden oman tilan tarve, keskustelukulttuurin erilaisuus ja uusien asioiden kohtaaminen. Tästä huolimatta ryhmänohjaus kehittyi tapaamiskertojen myötä. Nuorten läsnäolo voimistui tapaamiskertojen aikana, joka oli havaittavissa nuorten keskinäisissä vuorovaikutussuhteissa. Asukkaiden mielipiteet tulivat kuulluksi ja ohjaamisessa käytettiin motivoivaa keskustelua. Digitalinan muodostui nuorten toiminnasta, kyvystä vastaanottaa ohjausta, toimia ryhmässä tasavertaisina ryhmänjäseninä, antaa mielipiteitä ja rakentavaa palautetta Ryhmänohjauksen aikana ryhmäytyminen ja ryhmädynamiikka noudattelivat ryhmäytymisen eri vaiheita aiemmin esiteltyjen teorioiden mukaan.

7.3 Yhteenveto

Opinnäytetyön tarkoituksena oli mallintaa ryhmänohjausta luovia menetelmiä hyödyntäen nuorten aikuisten psykiatrisessa asumisen kuntoutusyksikössä. Mallintamisen aikana havainnoimme seuraavia seikkoja, jotka on hyvä ottaa huomioon vastaavanlaista toimintaa sovellettaessa vastaavanlaisissa yksiköissä.

1. Suunnitteluprosessi

- Riskianalyysin soveltaminen on hyödyllistä, koska se ohjaa suunnittelua ja auttaa hahmottamaan kokonaisuutta.
- Ryhmänkoon merkitys nousi tärkeäksi suunnitteluprosessin alkuvaiheessa ja palautteen keräämisen aikana.
- Ryhmäytymisen teorian merkityksen ymmärtäminen on tärkeää, koska se auttaa ryhmänohjaamista syventää ymmärrystä ryhmätoiminnasta.
- Suunnitteluasteella teemoittelut kannattaa suunnitella tarkasti ennen toteuttamista.

2. Aikataulut ja informointi

- Aikataulutuksen toteuttaminen tapahtui yhteistyössä asukkaiden ja ohjaajien kanssa.

- Workshop:ien aikatauluttaminen teemoittain on tärkeää, jotta asukkailla on mahdollisuus orientoitua kontaktikertoihin etukäteen.
- Ohjaajien informointi ja viestintä asianomaisten välillä auttaa toiminnan etenemisessä

3. Asukkaat

- Asukkaisiin tutustuminen mahdollisuuksien etukäteen on tärkeää ennen toiminnan aloittamista.
- Asukkaiden ikä, taustat, vuorovaikutustaidot voivat vaikuttaa ryhmänohjaukseen ja asukkaiden ryhmäytymiseen

4. Toimeksiantaja ja ohjaajat

- Tiivis yhteistyö toimeksiantajan ja ohjaajien kanssa hyödyntää sekä tukee ryhmänohjauksen toteuttamista ja asukkaiden ryhmäytyöskentelyä
- Ohjaajien läsnäolo kontaktikerroilla tuo turvallisuuden tunnetta sekä asukkaille että ryhmänvetäjille.

5. Asiakslähtöisyys ja joustavuus

- Suunnitelmavaihe on hyvä toteuttaa asiakslähtöisesti, yhteistyössä asukkaiden ja ohjaajien kanssa.
- Toteuttamisvaiheen joustavuus mahdollistaa muutoksen ryhmässä, aikataulujen sekä teemojen vaihtelut.

Lähteet

Huttunen M. Masennus, masentuneisuus, masennusoire ja masennustila 2015. Viitattu 20.3.2017.

http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00390

Hämäläinen K., Kanerva A., Kuhanen C., Schubert C., Seuri T. Mielenterveyshoitotyö 2017. Viitattu 1.4.2017.

Leinonen E., Viikki M. Ahdistuneisuushäiriöiden diagnostiikka ja lääkehoito perusterveydenhuollossa. Teema: Katsaus psykiatria perusterveydenhuollossa. Duodecim 2015;131:583-90. Viitattu 18.3.2017.

<http://www.terveysportti.fi.ezproxy.jamk.fi:2048/xmedia/duo/duo12168.pdf>

Karlsson L., Marttunen M., Kumpulainen K. Lasten ja nuorten masennus. Lastenpsykiatria ja nuorisopsykiatria 2016. Etusivu/Oppikirjat/Lastenpsykiatria ja Nuorisopsykiatria/Lasten ja Nuorten Kehityksen ja Mielenterveyden Häiriöt/Lasten ja Nuorten Mielialahäiriöt. Viitattu 13.3.2017. <http://www.oppiortti.fi/op/koti>

Karlsson L., Marttunen M., Kumpulainen K. Mielenterveyskuntoutus. Lastenpsykiatria ja nuorisopsykiatria 2016. Etusivu/Oppikirjat/Lastenpsykiatria ja Nuorisopsykiatria/Lasten ja nuorten osastohoito ja kuntoutus/mielenterveyskuntoutus. Viitattu 2.5.2017. <http://www.oppiortti.fi/op/ljn05400/do>

Kuvio 3 Nestor R. Bruce Tuckman's Team Development Model. Leadership/Utilities/Search results/Bruce Tuckman's stages of Team Development date published 2013-12-10. Verkkojulkaisu. Viitattu 1.4.2017.

<https://www.lfhe.ac.uk/en/utilities/search-results.cfm>

Kopakkala A. Porukka, jengi, tiimi. Ryhmädynamiikka ja siihen vaikuttaminen 2011. Viitattu 21.4.2017.

Nuorten mielenterveys. Mielenterveysseura 2016. Aiheet/Mielenterveys/Mielenterveyden edistäminen/Lasten ja nuorten mielenterveys/Nuorten mielenterveys. Viitattu 15.3.2017. <https://www.thl.fi/fi>

Marttunen M. Työterveyslääkäri. Nuorten mielenterveysongelmat. Duodecim. Viitattu 16.3.2017. http://www.ebm-guidelines.com/dtk/shk/avaa?p_artikkeli=ttl00585

Opetushallitus. SWOT-analyysi. Etusivu/Säädökset ja ohjeet/Laadunhallinnan tuki/WBL-TOI Manual/Menetelmiä ja työvälineitä/SWOT-analyysi. Viitattu 1.4.2017. <http://oph.fi>

Puttonen J. Sairaanhoidajan eettiset velvollisuudet. Sairaanhoidajan käsikirja. 16.1.2015. Viitattu 27.3.2017.

http://www.terveysportti.fi.ezproxy.jamk.fi:2048/dtk/shk/koti?p_artikkeli=shk04401&p_haku=eettisyys

Sinkkonen J. Lasten psykiatri. Nuoruusikä WSOY 2010. Viitattu 29.3.2017

Tikkanen K. 15 – 20-vuotiaiden nuorten toivo, sen ylläpitäminen ja vahvistaminen. Akateeminen väitöskirja. 2012. Viitattu 23.3.2017.

<http://tampub.uta.fi/handle/10024/66879>

Kuvio 2 Tuckman B. Forming, Storming, Norming & Performing Team Development Model. Verkkojulkaisu. Viitattu 1.4.2017.

http://www.sst7.org/media/BruceTuckman_Team_Development_Model.pdf

Öystilä S. Ryhmädynamiikka ja ryhmän ohjaaminen. Powerpoint-esitys. Viitattu 1.4.2017. [http://www.redu.fi/loader.aspx?id=d1b0aca1-5c45-46b7-98b3-](http://www.redu.fi/loader.aspx?id=d1b0aca1-5c45-46b7-98b3-831826435e06)

[831826435e06](http://www.redu.fi/loader.aspx?id=d1b0aca1-5c45-46b7-98b3-831826435e06)