



VAASAN AMMATTIKORKEAKOULU
UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Hanna-Liisa Keskitalo

Linda Oikarainen

Elisa Tuisku

VERKOSTOYHTEISTYÖ SOSIAA-
LISTA HYVINVOINTIA KEHITTÄVIEN
YHTEISÖJEN VÄLILLÄ VAASAN KA-
SARMIN ALUEELLA

Sosiaali- ja terveysala
2018

TIIVISTELMÄ

Tekijä	Hanna-Liisa Keskitalo, Linda Oikarainen ja Elisa Tuisku
Opinnäytetyön nimi	Verkostoyhteistyö sosiaalista hyvinvointia kehittävien yhteisöjen välillä Vaasan kasarmin alueella
Vuosi	2018
Kieli	suomi
Sivumäärä	90 + 4 liitettä
Ohjaaja	Ahti Nyman

Opinnäytetyön tarkoituksena oli yhdistää Vaasan kaupungin maahanmuuttajien kottouttamistyötä tekevän Kotomajan ja Pohjanmaan sosiaalipsykiatrisen yhdistyksen mielenterveyskuntoutujien päivätoiminnan Mahiksen ryhmiä toisiinsa luovan toiminnan keinoin. Tavoitteena oli verkostoyhteistyötoiminnan aloittaminen näiden kahden ryhmän välillä Vaasan Kasarmin alueella.

Yhteistoiminta toteutettiin projektityön menetelmin, taiteen ja kulttuurin luovaa toimintaa hyödyntäen. Toimintapäiviä toteutettiin kaksi elokuussa 2018 Mahiksen toimiloissa. Toimintapäivät suunniteltiin yhdessä toimintapäiviin osallistuvien Mahislaisten kanssa. Kotomajan ryhmä kutsuttiin toimintapäiviin kutsukirjeellä. Toimintapäivien aikana havainnoitiin päivän sujumista, yleistä tunnelmaa ja osallistujien kontaktia toisiinsa. Toimintapäivien jälkeen osallistujat ja työntekijät vastasivat kyselyyn. Vastauksia käsiteltiin kvalitatiivisin tutkimusmenetelmin. Opinnäytetyön teoreettisena viitekehyksenä on sosiaalisen kuntoutuksen peruseräatteen ja yhteisön kehittyminen. Taiteen ja kulttuurin luovat menetelmät antoivat toimintapäiville rakenteen.

Toiminnallisen opinnäytetyön keskeisimpinä tuotoksina ovat Kotomajan ja Mahiksen ryhmien verkostoyhteistyön aloittaminen, sosiaalisen hyvinvoinnin edistäminen ja yhteisöllisyyden vahvistaminen.

ABSTRACT

Author	Hanna-Liisa Keskitalo, Linda Oikarainen and Elisa Tuisku
Title	Networking between Communities Developing Social Well-being in Vaasa Barracks Area
Year	2018
Language	Finnish
Pages	90 + 4 Appendices
Name of Supervisor	Ahti Nyman

The purpose of this bachelor's thesis was to connect groups from two different places; from Kotomaja that works with the integration of immigrants in the City of Vaasa and from Mahis, a group for mental health rehabilitees in the Social Psychiatry Association in Ostrobothnia. Creative methods were used to start a network cooperation between these two groups in Vaasa Barracks area.

Co-operation was carried out with projects and with creative methods of art and cultural functions. There were two action days in August 2018 at Mahis. The action days were planned together with the clients from Mahis. The group from Kotomaja was invited with an invitation letter. Observations were made on how the days went in general, what the atmosphere was and how well the participants connected with each others. After the organized days the participants and the employees answered to an inquiry. The responses were analyzed with qualitative methods. The theoretical frame includes information about the main principles of rehabilitation and the development of a community. Creative methods gave structure to the action days.

The bachelor's thesis outputs include beginning the network cooperation between the groups of Kotomaja and Mahis, promoting social wellbeing and strengthening the sense of community.

Keywords Network co-operation, community, social wellbeing, mental health rehabilitee, immigrant

SISÄLLYS

TIIVISTELMÄ

ABSTRACT

1	JOHDANTO.....	9
2	PROJEKTIN TAUSTA	11
	2.1 Opinnäytetyön asiakasryhmän valinta	11
	2.2 Toiminnallisen opinnäytetyön hahmottuminen	12
	2.3 Toiminnallisen opinnäytetyön tarkoitus ja tavoitteet.....	12
3	VERKOSTOYHTEISTYÖ MAHIKSEN JA KOTOMAJAN VÄLILLÄ VAASAN KASARMIALUEELLA.....	14
	3.1 Mahis.....	14
	3.1.1 Pohjanmaan sosiaalipsykiatrinen yhdistys	14
	3.1.2 Mielenterveyskuntoutuja.....	14
	3.2 Kotomaja.....	15
	3.2.1 Vaasan kaupunki, sosiaalityö ja perhepalvelut	16
	3.2.2 Kotoutumisen edistäminen.....	16
	3.2.3 Maahanmuuttaja ja valtakulttuuri	17
	3.3 Yhteisön kehittyminen	19
	3.4 Yksilön voimavarat.....	20
	3.4.1 Hyvinvoinnin kolme ulottuvuutta	21
	3.5 Sosiaalinen kuntoutus	22
	3.5.1 Sosiaalisen kuntoutuksen kolme merkitystä	23
	3.6 Yhteisöllisyyden perustana yhteinen sosiaalinen todellisuus	24
	3.7 Asiakasyhteisö ja asiakkaiden roolit.....	25
	3.8 Kokous ja yhteisökokous	26
4	TUTKIMUSMENETELMÄT.....	28
	4.1 Laadullinen tutkimus	28
	4.2 Aineistolähtöinen sisällön analyysi.....	29
	4.3 Havainnointi.....	29
	4.4 Palaute.....	30

4.5	Eettisyys ja validius	31
5	PROJEKTIN TOTEUTUS	33
5.1	Projektisuunnitelma	33
5.2	Toimintapäivien suunnittelu	36
5.3	Ensimmäinen toimintapäivä.....	37
5.3.1	Tutustuminen	37
5.3.2	Unelmakartta luovilla menetelmillä.....	37
5.3.3	Korttipelit	38
5.3.4	Musiikkituokio	40
5.3.5	Ensimmäisen toimintapäivän havainnointi	41
5.4	Toinen toimintapäivä	42
5.4.1	Ryhmän kokemuksia mieluisasta toiminnasta	43
5.4.2	Vieraaseen kulttuuriin tutustuminen	43
5.4.3	Ulkopelit.....	44
5.4.4	Tikkupullan grillausta	45
5.4.5	Toisen toimintapäivän havainnointi.....	47
5.5	Haastattelut toimintapäivien jälkeen.....	48
6	TOIMINNALLISTEN PÄIVIEN ANALYSOINTI.....	51
6.1	Toiminallisen päivän analysointi, asiakkaat	51
6.1.1	Kokemus toimintapäiviin osallistumisesta.....	51
6.1.2	Tunnelmat tapahtumaan osallistumisesta.....	52
6.1.3	Toiminnan mukavuus.....	54
6.1.4	Toimintaan osallistumisen helppous	54
6.1.5	Toimintapäivien onnistuminen.....	55
6.1.6	Jatkuvuus.....	55
6.1.7	Ideoita tuleviin toimintapäiviin	56
6.2	Toiminnallisen päivän analysointi, työntekijät	58
6.2.1	Yhteistyön edistäminen	58
6.2.2	Yhdistävien toimintojen vaikuttavuus.....	60
6.2.3	Hyvinvointi ja osallisuus.....	60
6.2.4	Toimintaan osallistuminen helppous jäsenten mielestä	61
6.2.5	Haasteet verkostoyhteistyön aloittamisessa	63

6.2.6	Haasteet toimintapäivien järjestämisessä.....	65
6.2.7	Toimintapäivien uudelleen toteuttaminen.....	66
6.2.8	Ideoita jatkoon.....	66
6.3	Loppupalaveri	67
6.3.1	Kehittämisaalueet ja huomiot	67
6.3.2	Projektin haasteet	68
6.3.3	Tavoitteet ja yhteistyön jatko.....	68
6.3.4	Hyvinvoinnin ja osallisuuden toteutuminen.....	70
7	JOHTOPÄÄTÖKSET	71
7.1	Yhdistysten vastuu sosiaalityössä.....	71
7.2	Yhdistysten vastuu maahanmuuttajien kotouttamisessa.....	72
7.3	Taide ja kulttuuri sosiaalipalveluissa.....	73
7.4	Käytännöllisen toiminnan vaikutus hyvinvointiin.....	74
7.5	Mielenterveyden edistäminen.....	74
8	POHDINTA.....	77
8.1	Aikataulukutus	77
8.2	Haasteet ja niistä hyötyminen	78
8.3	Kirjallinen palaute.....	80
8.3.1	Suullinen palaute ja keskustelu	81
8.4	Ammatillinen kasvu	82
8.5	Kokemuksesta opittua.....	83
8.6	Tutkimustulosten luotettavuus	86
8.7	Ideoita tuleviin opinnäytetöihin	87
	LÄHTEET.....	88

LIITTEET

KUVIOLUETTELO

Kuvio 1. Berryn nelikenttäteoria, John Berry, 1986.	18
Kuvio 2. Projektisuunnitelma.	34
Kuvio 3. Millaiseksi toimintapäivä koettiin?	52
Kuvio 4. Asiakkaiden ideoita jatkoa varten.	56
Kuvio 5. Edistikö toiminta yhteistyötä?	58
Kuvio 6. Toimintaan osallistumisen helppous.	62
Kuvio 7. Mitä haasteita koettiin?	63

LIITELUETTELO**LIITE 1.** Kysymykset asiakkaille**LIITE 2.** Kysymykset työntekijöille**LIITE 3.** Kutsu**LIITE 4.** Ohjelma

1 JOHDANTO

Tässä tutkimustyössä tullaan tarkastelemaan kahden samalla alueella toimivan yhteisön yhteistä toimintaa. Opinnäytetyöllä selvitetään, miten toiminta yhdistää kahta samalla alueella toimivaa yhteisöä ja miten toimijoiden verkostoyhteistyötä voidaan vahvistaa. Opinnäytetyö sisältää toiminnallisen osuuden yhteistyöstä kahden samalla alueella toimivan sosiaalista hyvinvointia tukevan toimijan kesken.

Opinnäytetyön aihe on ajankohtainen, koska asiakaslähtöistä sosiaalista hyvinvointia edistävää työtä tehdään erilaisissa organisaatioissa ja erityyppisten asiakasryhmien kanssa. Tässä toiminnallisessa opinnäytetyössä yhdistetään Pohjanmaan sosiaalipsykiatrisen yhdistyksen mielenterveyttä edistävä Mahis ja Vaasan kaupungin maahanmuuttajien kotouttamistyötä tekevä Kotomaja.

Kotomajan toimeksiantaja piti tärkeänä lisätä ja muodostaa heidän asiakkaille kontakteja kantaväestön ja yhteiskunnan kanssa. Kotomajan toiminnan tavoitteena on muodostaa asiakkailleen sosiaalista verkostoa mahdollisimman varhaisessa vaiheessa, sillä se edesauttaa kotoutumista ja lisää maahanmuuttajien turvallisuuden tunnetta. Kotomajan asiakkaat toivovat tuettua ja ohjattua tutustumista eri yhteisöihin, ihmisiin ja yhteiskunnan toimintaan, sillä vieras kulttuuri ja heikko kielitaito ovat haaste toteuttaa yhteiskuntaan integroitumista itsenäisesti.

Tässä opinnäytetyössä perehdytään samalla alueella toimiviin yhteisöihin ja verkostoyhteistyötä vahvistetaan toiminnan keinoin. Toiminnallisella opinnäytetyöllä pyritään murtamaan ennakkoluuloja ja vähentämään jännitteitä toisistaan poikkeavien ryhmien välillä mielekkään toiminnan keinoin.

Toimeksiantajana toiminnallisessa opinnäytetyössä on Vaasan kaupunki ja Pohjanmaan sosiaalipsykiatrisen yhdistys. Nämä kaksi toimijaa valittiin, koska molempien toimipisteet sijaitsevat Vaasan kasarmialueella. Opinnäytetyön tarkoituksena on toteuttaa kahden eri organisaation välistä verkostoyhteistyötä.

Toiminnallinen opinnäytetyö etenee toimeksiantajien kanssa järjestettävien tapaamisien jälkeen asiakkaiden kanssa tehtävällä toimintapäiväsuunnitelmalla. Koto-
majan asiakkaat kutsutaan toiminnalliseen osuuteen kahtena ennakkoon sovittuna
päivänä. Kaikki osallistujat, asiakkaat ja työntekijät, vastaavat kyselylomakkeiden
kysymyksiin toimintapäivien jälkeen.

Toiminnallisella opinnäytetyöllä yhdistetään kaksi erilaista ryhmää toisiinsa yhteisen toiminnan kautta. Asenteita muokkaamalla erilaiset ihmisryhmät voivat ennakkoluulottomasti kohdata toisiaan ja toimia mielekkäällä tavalla yhdessä.

Tutkimuksessa tullaan selvittämään keinoja, miten vahvistaa verkostoyhteistyötä samalla alueella toimivien sosiaalista hyvinvointia tuottavien toimijoiden välillä.

2 PROJEKTIN TAUSTA

Jenni Ervasti (2017) on tutkinut Vaasan ammattikorkeakoulussa tehdyssä opinnäytetyössään mielenterveyskuntoutujien jäsenyhteisön näkemyksiä yksikön arvoista jäsenten ja henkilökunnan näkökulmasta. Tutkimuksen hän suoritti Pohjanmaan sosiaalipsykiatrisessa yhdistyksessä, Mahiksessa. Ervastin tarkoituksena oli vertailla saatujen tuloksien yhtäläisyyksiä ja eroja. Tutkimuksen kulmakiveksi Ervasti nosti tavoitteen tuoda esiin Mahiksen kävijöiden omia näkemyksiä siitä, mitkä ovat heille tärkeimpiä asioita tässä yksikössä.

Opinnäytetyssä tukittiin Pohjanmaan sosiaalipsykiatrisen jäsenyhdistyksen arvoja. Työn tulosten perusteella sekä jäsenille että henkilökunnalle tärkeitä arvoja olivat yhteisöllisyys, tasa-arvo, ihmisläheisyys ja vapaaehtoisuus. Tutkimuksessa saatujen tulosten mukaan yhteisön jäsenet tulevat Mahikseen vertaistuen, toiminnan ja arjen sujuvuuden takia. Lounas, ystävien tapaaminen, heidän kanssaan keskusteleminen sekä ryhmätoiminta koettiin tärkeiksi syiksi Mahiksessa käynnille. (Ervasti 2017.)

Tutkimuksen tekijä Jenni Ervasti nosti esiin tutkimustyönsä pohdinnassa, että jäsenet ovat saaneet olla vahvasti mukana kehittämässä Mahiksen toimintaa ja ideologiaa, joka tuo tyytyväisyyttä heidän nykytilanteeseensa ja jäsenyhteisön vallitseviin arvoihin. Kuukausittain järjestettävät jäsenten yhteisökokoukset ovat ehkä syy siihen, että jäsenet saavat todella äänensä kuuluviin. Ervasti ymmärsi tutkimusta tehdessään, kuinka tärkeää on tutkia arkipäiväisiä aiheita. (Ervasti 2017.)

2.1 Opinnäytetyön asiakasryhmän valinta

Opinnäytetyötä lähdettiin suunnittelemaan työn tekijöiden omien mielenkiinnon kohteiden pohjalta. Kohderyhmäksi valittiin mielenterveyskuntoutajat, koska tämä asiakasryhmä oli jokaiselle työhön osallistujalle tärkeä. Työn aihetta pohdittiin yhdessä ryhmänä sekä opinnäytetyön ohjaajan antamien aihe-esimerkkien pohjalta. Työ päätettiin lähteä suunnittelemaan ja toteuttamaan Pohjanmaan Sosiaalipsykiatriselle yhdistykselle, Mahiksen toimipisteelle.

Ennen yhteydenottoa Mahikseen, teimme projektisuunnitelman, jota lähdetäisiin ehdottamaan toteutettavaksi. Ryhmämme päätyi siihen tulokseen, että opinnäytetyötä lähdetäisiin toteuttamaan toiminnallisena kokonaisuutena, jonka suunniteluun Mahiksen asiakkaat saavat osallistua.

2.2 Toiminnallisen opinnäytetyön hahmottuminen

Tapasimme ensin Pohjanmaan sosiaalipsykiatrisen yhdistyksen ohjaajia ja heidän ehdotuksensa mukaan päätettiin verkostoyhteistyön tekemisestä samalla alueella toimivan sosiaalista hyvinvointia tuottavan toimijan kanssa. Yhteisen keskustelun pohjalta päätettiin, että verkostoyhteistyötä lähdetään tekemään Vaasan kaupungin maahanmuuttajien kotouttamistyötä tekevän Kotomajan kanssa.

Toisessa tapaamisessa oli mukana myös Kotomajan ohjaaja. Tapaaminen pidettiin Pohjanmaan sosiaalipsykiatrisen yhdistyksen Mahiksen toimipisteen tiloissa. Tapaamisessa päätimme aloittaa sosiaalista hyvinvointia edistävien toimintapäivien suunnittelun. Kokouksessa suunniteltiin henkilökunnan kanssa yhteistä toimintaa molemmille yhteisöille. Toiminnan sisällön saisi lopulta suunnitella yhteisön jäsenet sovittuna ajankohtana. Mahiksen asiakkailla on omien aikataulujen mukaisesti sovitut vinkki päivät, jolloin työntekijät keskustelevat tulevista tapahtumista asiakkaiden kanssa. Tähän tilaisuuteen Mahislaiset kutsutaan (LIITE 3) opinnäytetyön tekijöiden toiveesta, jolloin heillä on mahdollisuus päästä vaikuttamaan ja kertomaan omia ajatuksiaan tulevia toimintapäiviä kohtaan. Päätetystä toiminnasta tullaan lähettämään kutsu (LIITE 4) Kotomajaan, jossa heille kerrotaan erikseen tapahtuman sisällöstä, päivämääristä ja aikatauluista.

2.3 Toiminnallisen opinnäytetyön tarkoitus ja tavoitteet

Opinnäytetyössä perehdytään samalla alueella toimiviin yhteisöihin ja toimijoiden verkostoyhteistyötä vahvistetaan toiminnan keinoin. Asiakkaiden sosiaalisen osaaamisen tukemiseen liitetään mukaan yhdistysten ja järjestöjen osallistava toiminta. Yhdessä kaupungin palvelun ja sosiaalipsykiatrisen yhdistyksen kanssa kehitetään hyvinvointia ja osallisuutta tuottavaa hanketta. (THL 2016 a.)

Tutkimuksen tavoitteena on myös selvittää, millainen toiminta on jäsenten kokemuksien mukaan mielekästä ja toimintakykyä parhaiten tukevaa. Toiminnassa otetaan huomioon asiakkaiden yksilölliset toiveet ja mielenkiinnon kohteet. Tutkimuksesta saatuja tuloksia voidaan tulevaisuudessa hyödyntää myös siten, että yhteisöt voivat jatkossa kehittää yhteistyötä, jos tämä on koettu mielekkääksi ja hyödylliseksi kaikille osapuolille.

3 VERKOSTOYHTEISTYÖ MAHIKSEN JA KOTOMAJAN VÄLILLÄ VAASAN KASARMIALUEELLA

Tässä toiminnallisessa opinnäytetyössä tullaan tarkastelemaan kahta Vaasan Kasarmin alueella toimivaa sosiaalista hyvinvointia tuottavaa palvelua yhteisen toiminnan muodossa. Tavoitteena on verkostoyhteistyön muodostaminen ja sosiaalisen hyvinvoinnin edistäminen.

3.1 Mahis

Mahis on jäsenyhteisö, joka vahvistaa jäsenten sosiaalista hyvinvointia ja toimintakykyä vertaistuen, tasa-arvoisuuden, osallisuuden ja vapaaehtoisuuden keinoin. Jokaiselle jäsenelle pyritään löytämään mielekästä tekemistä sekä löytämään jäsenen voimavaroja. Jäsenillä on mahdollisuus osallistua erilaisiin ryhmiin, ruokailla edullisesti, tehdä pieniä työtehtäviä sekä seurustella toisten ihmisten kanssa. Yhteisö järjestää erilaista virkistystoimintaa, sekä retkiä ja matkoja. Mahikseen ei tarvita lähetettä. Jäsenyys on vapaaehtoinen ja maksuton. Jäsenet saavat kotiinsa kolme kertaa vuodessa jäsenkirjeen, jossa kerrotaan talon ohjelmasta. (Pohjanmaan sosiaalipsykiatrinen yhdistys 2017.)

3.1.1 Pohjanmaan sosiaalipsykiatrinen yhdistys

Mahis on osa Pohjanmaan sosiaalipsykiatrisen yhdistyksen toimintaa. Pohjanmaan sosiaalipsykiatrinen yhdistys ry on perustettu vuonna 1987. Yhdistyksen tarkoituksena on edistää mielenterveyttä, kehittää mielenterveyspalveluiden saatavuutta ja laatua sekä tehdä ennaltaehkäisevää mielenterveystyötä. Yhdistys haluaa olla vaikuttamassa mielenterveyspalveluita tarvitsevien erityistarpeiden huomioon ottamisessa palveluita suunniteltaessa ja niistä päätettäessä. (Pohjanmaan sosiaalipsykiatrinen yhdistys 2018.)

3.1.2 Mielenterveyskuntoutuja

Mielenterveystyö on yksilön psyykkisen hyvinvoinnin, persoonallisuuden ja toimintakyvyn kasvun edistämistä sekä mielisairauksien ja muiden mielenterveydenhäiriöiden ehkäisemistä, lievittämistä ja parantamista.

Mielenterveystyöhön kuuluu mielenterveydenhäiriöitä ja mielisairauksia poteville henkilöille heidän lääketieteellisin perustein arvioitua häiriönsä tai sairautensa vuoksi annettavat sosiaali- ja terveydenhuollon palvelut.

Mielenterveystyöhön kuuluu myös väestön elinolosuhteiden kehitys siten, että elinolosuhteet ehkäisevät ennalta mielenterveydenhäiriöiden syntyä, edistävät mielenterveystyötä ja tukevat mielenterveyspalvelujen järjestämistä. (L14.12.1990/1116.)

Mielenterveyskuntoutuja on henkilö, jonka sairaus on hallinnassa ja hän on toipumassa. Jokainen kuntoutuminen on yksilöllinen muutosprosessi, joka etenee asetettujen tavoitteiden ja omien voimavarojen mukaisesti. Mielenterveyskuntoutuja on kuntoutumisensa ja oman elämänsä paras asiantuntija. (Mielenterveyden keskusliitto 2018.)

Mielenterveyden keskusliiton (2018) mukaan mielenterveyskuntoutujan kuntoutumisen tueksi on saatava aikaa, tilaa, erilaisia vaihtoehtoja ja tukea kokemusten ymmärtämiseen, saadun tiedon miettimiseen ja oman elämäntilanteen hahmottamiseen.

Kuntoutuskursseilla ja vertaistukiryhmissä kuntoutuja voi verrata kokemuksiaan kuntoutustyöntekijöiden tietoon kuntoutumisprosessista sekä myös toisten mielenterveyskuntoutujien omiin kokemuksiin. Keskeistä on jokaisen kokemushistorian arvostaminen, tasa-arvoinen vuorovaikutus sekä keskinäinen tuki. (Mielenterveyden keskusliitto 2018.)

3.2 Kotomaja

Kotomajassa toimii Hyvä alku Pohjanmaalla –hanke, jossa edistetään ja kehitetään maahanmuuttajien kotoutumista ja osallisuutta. Heidän tavoitteensa on kotoutumisprosessin nopea käynnistyminen ja yhteiskuntaa koskevan perustiedon saatavuus. (Vaasan seudun yhdistykset 2018.)

3.2.1 Vaasan kaupunki, sosiaalityö ja perhepalvelut

Vaasan kaupungin sosiaalityön ja perhepalveluiden tulosalue organisoii Kotomajan yhteisöä, jossa järjestetään toimintaa erilaisille maahanmuuttajaryhmille. Hallinnollisella palvelualueella Kotomaja sijoittuu lasten ja perheiden palveluihin.

3.2.2 Kotoutumisen edistäminen

Kotoutumisella tarkoitetaan maahanmuuttajan ja yhteiskunnan vuorovaikutteista kehitystä, jonka tavoitteena on antaa maahanmuuttajalle yhteiskunnassa ja työelämässä tarvittavia taitoja ja tietoja samalla, kun tuetaan hänen mahdollisuuksiaan oman kielen ja kulttuurin ylläpitämiseen. Kotoutuminen on monialaista edistämistä ja tukemista viranomaisten ja muiden tahojen toimenpiteillä ja palveluilla. Monialaisella yhteistyöllä tarkoitetaan eri toimialojen viranomaisten ja muiden tahojen yhteistyötä. Sosiaalinen vahvistaminen on maahanmuuttajalle suunnattua toimenpiteitä hänen elämäntaitojensa parantamiseksi ja syrjäytymisen ehkäisemiseksi. (L30.12.2010/1386.)

Kotouttamisen kumppanuusohjelman tavoitteena on tukea, ideoida sekä tunnistaa kotoutumistyötä edistäviä yhteistyömahdollisuuksia. Kuntien ja valtion kotouttamistyön rinnalle tahdotaan myös kansalaisyhteiskunnan, yritysten, maahanmuuttajien omien järjestöjen ja muiden organisaatioiden aloitteita ja yhteistyötä kotoutumisen ja kotouttamisen onnistumiseksi. Kumppanuusohjelman tarkoituksena on tukea valtion kotouttamisohjelman käytännön toimeenpanoa. (Kotouttaminen.fi 2018.)

Perusideana kumppanuusohjelmalla on tarjota erilaisia mahdollisuuksia käytännön työssä ja myös kohtaamisissa syntyville aloitteille ja ideoille. Tämän takia kumppanuusohjelmaa on suunniteltu tiiviissä yhteistyössä toimijoiden kanssa, jotka toimivat kotouttamistyön parissa. (Kotouttaminen.fi 2018.)

Kotouttaminen.fi (2018) sivuston mukaan kumppanuusohjelman tavoitteena on etsiä uudenlaisia ruohonjuuritason ideoita eri kumppanuuksista, levittää ja ottaa käytäntöön hyviä toimintamalleja, tuoda uusia toimijoita kotoutumisen edistävän toiminnan luo ja osoittaa toimijoiden voivan edistää kotoutumista useilla eri tavoilla.

Kumppanuusohjelma myös innoittaa organisaatioita heidän suunnitellessaan toimintaansa tai heidän hakiessa hankerahoitusta. Tavoitteena on myös tukea vapaaehtoistoimintaa kotoutumisen edistämiseksi.

Kotomaja tarjoaa Vaasassa asuville kansainvälistä suojelua saaville henkilöille alkuvaiheen ohjausta ja neuvontaa. Palvelun kohderyhmät ovat oleskeluluvan saaneet turvapaikanhakijat sekä kiintiöpakolaiset ja heidän kotouttamista tuetaan sosiaali- ja perhetyön avulla. Kotomajan työmenetelmiä ovat ryhmätoiminnot ja alkuvaiheen suomen kielen opetus sekä maahanmuuttajia koskeva koulutus, konsulttiapu sekä maahanmuuttajille tiedottaminen heitä koskevissa asioissa. (Vaasan kaupunki 2018.)

3.2.3 Maahanmuuttaja ja valtakulttuuri

Ympäristöllä on ratkaiseva merkitys maahanmuuttajan kotoutumiselle suomalaisen yhteiskuntaan. Kotoutuminen on helpompaa avoimessa ja vastaanottavassa ympäristössä. Sopeutumisen kannalta on tärkeää se, miten maahanmuuttaja näkee oman asemansa yhteisössä: mitkä ovat hänen mahdollisuutensa säilyttää oman kulttuurinsa arvoja ja tapoja ja toisaalta, miten hän toisaalta haluaa omaksua valtakulttuurin. Lisäksi on tarkasteltava sitä, miten valtakulttuuri tukee maahanmuuttajan kotoutumista. (Räty 2002, 124.)

Ympäröivä yhteiskunta vaikuttaa maahanmuuttajan sopeutumiseen, tarjoamalla valtakulttuurin arvoja ja elämäntapaa, toisaalta maahanmuuttaja pyrkii myös säilyttämään omaa etnisyyttään.

Kotouttamislaki (L9.4.1999/493) velvoittaa kuntia ja paikallisia viranomaisia tukemaan seudullista kansainvälisyyttä, tasa-arvoa ja yhdenvertaisuutta sekä edistämään myönteistä vuorovaikutusta eri väestöryhmien välillä. Lain perusteella voidaan kehittää monimuotoista kaupunki- ja palvelurakennetta, tarjoamalla sopivia toimitiloja ja ehkäisemällä maahanmuuttajien eristäytymistä omille asuinalueilleen.

Yksi tunnettu yhteiskunnan ja vähemmistön välistä suhdetta kuvaava teoria on John Berryn nelikenttäteoria (ks. Kuvio 1), jossa hän määrittelee integraation akkulturaatioteorian kautta. Akkulturaatiolla tarkoitetaan sitä, miten kahden autonomisen

ryhmän kohdatessa ryhmissä tapahtuu kanssakäymisen seurauksena muutoksia. Periaatteessa muutos tapahtuu kummassakin ryhmässä, mutta käytännössä enemmän vaikutteita siirtyy vahvasta ryhmästä heikompaan. (Räty 2002, 125.)

	Tärkeää säilyttää oma kulttuuri		
		Kyllä	Ei
Tärkeää ylläpitää eri etnisten ryhmien välisiä suhteita	Kyllä	Integraatio / sopeutuminen	Assimilaatio / sulautuminen
	Ei	Separaatio / eristäytyminen	Marginalisaatio / syrjäytyminen

Kuvio 1. Berryn nelikenttäteoria, John Berry, 1986.

Toiminnallisessa opinnäytetyössä tarjotaan maahanmuuttajalaisille kokemuksia suomalaiseen kulttuuriin sopeutumisesta ryhmätoiminnan keinoin ja toisaalta tehdään mielenterveyskuntoutujille vierasta kulttuuria tutuksi. Näin saadaan kahdelle ryhmälle kokemuksia ja mahdollisuuksia molemminpuoliseen sopeutumiseen.

Opinnäytetyössä yhdistetään kahden eri organisaation kaksi ryhmää, jotka toimivat samalla alueella. Tavoitteena on luoda yhteisen toiminnan keinoin uusia yhteistyöverkostoja, joita organisaatiot voivat tulevaisuudessa ylläpitää. Asiakkaiden kanssa järjestetään yhteisökokous, jossa suunnitellaan toimintapäivien ohjelma. Asiakkaat saavat yhdessä päättää millaista toimintaa tullaan järjestämään, joka edistää sosiaalista hyvinvointia ja yhteisöllisyyttä.

Berryn nelikenttäteoria havainnollistaa yhteiskunnan ja vähemmistön välistä suhdetta. Akkulturaatioteoria yhdistää kahta kulttuuria antamaan omista kulttuureista osan toiselle, ja kahden autonomisen ryhmän kohdatessa molemmissa ryhmässä tapahtuu muutoksia. Integraatiota on pidetty ihanteena, jossa maahanmuuttaja sopeutuu valtakulttuuriin ja säilyttää samalla jotain myös omasta kulttuuristaan. Tärkeänä tavoitteena on siis yhteiskuntaan sopeutuminen. Jos maahanmuuttaja ei sopeudu, eikä pysty luomaan yhteyttä ympäröivään yhteiskuntaan kyseessä on separaatio, joka erottaa yksilön valtakulttuurista.

Yhteiskuntaan sopeutumisen tärkeimpänä työkaluna lienee kielen oppiminen. Riittämätön kielitaito estää työnsaantimahdollisuuksia ja voi jättää maahanmuuttajan täysin yhteisöjen ulkopuolelle. Maahanmuuttajat kantasuomalaisten joukossa opettaa suomen kieltä toiminnan ja yhteisen tekemisen kautta. Kielen oppiminen vaatii yhteistä toimintaa ja yhteisiä asetettuja tavoitteita, joita kohti kuljetaan. Erilaiset harrastukset ja kiinnostuksen kohteet opettavat ryhmässä toimimisen taitoja, yhteistä puhe- ja kulttuuria ja päämäärän saavuttamista. Maahanmuuttajataustaisilla ihmisillä on erilaisia kokemuksia elämänsä varrella ja niistä kertominen on helpompaa tutussa ryhmässä yhteisen mielenkiintoisen tekemisen ohessa. Kantasuomalaisella on omat elämäkokemuksensa ja hänellä on myös mahdollisuus avata kokemuksiaan tutussa ryhmässä.

3.3 Yhteisön kehittyminen

Vuorovaikutusta ja yhteisöllisyyttä voidaan kehittää siten, että yhteisön toiminnasta tulee yhteisön ja siihen kuuluvien yksiköiden jatkuva kasvu- ja kehitysprosessi. Usein yhteisön kehittäminen tapahtuu tavallisemmin muutaman kymmenen ihmisen yhtenäisissä pienyhteisöissä, jossa yhteisöön kuuluvat jäsenet kehittävät ja luovat omat yhteisölliset toimintatapansa. (Kaipio 1999, 30.)

Toinen kehittämisen tapa on yksittäisen henkilön halu ja tarve kehittää toimintaansa tasavertaisen yhteisöllisen päätöksenteon suuntaan. Yksilö voi kokea helposti muun organisaation ja muiden yksiköiden vallankäyttöjärjestelmän ja toiminnan todella

erilaisena, jopa vastakkaisena omien toimintatapojensa- ja tarpeidensa kanssa. Tämän tyyppisiä tilanteita kohtaa usein erilaisissa hoito- ja kuntoutuslaitoksissa. (Kaipio 1999, 30.)

Kaipion (1999, 30—31) mukaan kolmas kehittämisen tapa on koko organisaation ja sen toimintayksiköiden yhteisöllisten toimintatapojen organisointi ja kehitys kokonaisuudessaan siten, että organisaation toiminnasta tulee pysyvä, tietoinen prosessuaalinen oppimis-, kehitys- ja kasvatustapahtuma. Tätä kehitys mallia nähdään paljon monissa kuntoutus-, kasvatusta- ja hoito-organisaatioissa.

3.4 Yksilön voimavarat

Voimavarat ovat ikään kuin mielen polttoaine ja ihmisen psyykkisiä resursseja, jotka tuovat elämään hyvää oloa ja iloa. Voimavarat auttavat jaksamaan ja selviytymään elämän ikävistä tilanteista ja vaikeuksista. Voimavarat lisäävät elämän mielekkyyttä. Lisäksi ne vaikuttavat siihen, miten ihminen elämänsä kokee. (Koulukino 2018.)

Ihmisen voimavaroja voivat olla esimerkiksi perhe, ystävät, liikunta, lepo, harrastukset, luonto tai monipuolinen ravinto. Voimavarat ovat siis hyvin yksinkertaisia ja pieniä elämän asioita. Lisäksi arvot ja itsetunto voivat kuulua ihmisen voimavaroihin. Omien voimavarojen löytämiseen kannattaa panostaa, sillä on tärkeää, että ihmisellä on riittävästi voimavaroja. Voimavarat kantavat pahojen päivien ja vaikeiden hetkien yli. Ihminen voi altistua stressille, pahaan oloon ja uupumukseen helpommin, jos voimavaroja ei ole tai niitä on liian vähän. (Koulukino 2018.)

Kun ihminen toteuttaa henkilökohtaisia mielenkiinnon kohteita, kykyjään ja lahjojaan elämässään hän panostaa sellaisiin asioihin, jotka tuottavat hänelle pitkäkestoisia mielihyvää. Näin ollen ihmisen on tärkeää panostaa ja tiedostaa sellaisia asioita, joiden suorittaminen ei vaadi kohtuuttomia ponnisteluja, ja joissa ihminen kokee olevansa hyvä. Tutkimuksen mukaan ihminen kehittyy enemmän silloin, kun hän panostaa olemassa oleviin kykyihin ja vahvuuksiin kuin kehittämällä heikkouksiaan. Tästä syystä ihmisen kannattaa panostaa omiin vahvuuksiin ja niiden kautta kehittää heikkouksiaan. (Mielenterveystalo 2018.)

Voimavarojen tunnistaminen on hyvin tärkeää, jotta niitä voi vahvistaa, hyödyntää ja vaalia. Osa voimavaroista voi olla itselle hyvin selviä, kun taas osa heräteltävissä ja hieman piilossa. Voimavaroja voivat myös olla mm. ystävyysuhteet, arvomaailma tai empatiakyky, joiden avulla jaksaa elämässä ja arjessa eteenpäin. (Terveyskylä 2018.)

3.4.1 Hyvinvoinnin kolme ulottuvuutta

Hyvinvoinnin määritelmä on jaettu kolmeen osatekijään. Ne ovat koettu elämänlaatu ja hyvinvointi, terveys ja materiaallinen hyvinvointi. Suomessa hyvinvointi käsite viittaa sekä yksilön hyvinvointiin, että yhteisö tason hyvinvointiin. Yksilöllisen hyvinvoinnin tekijöiksi luetaan mm. itsensä toteuttaminen, onnellisuus, sosiaaliset suhteet ja sosiaalinen pääoma. Yhteisö tason hyvinvoinnin ulottuvuuksiksi taas luetaan työhön ja koulutukseen liittyvät asiat, kuten toimeentulo, työllisyys ja työolot sekä elinolot kuten ympäristö ja asuinolot. (THL 2018 b.)

Koettua hyvinvointia mitataan yhä useammin elämänlaadulla. Elämänlaatua muovaavat materiaallinen hyvinvointi ja terveys sekä yksilön kokemus hyvästä elämästä, omanarvontunto, ihmissuhteet ja mielekäs tekeminen. (THL 2018 b.)

Väestöryhmien väliset erot hyvinvoinnin eri osa-alueilla ovat suuret. Sosioekonomiset tekijät kuten aineellinen hyvinvointi, omaisuus, asumistaso ja tulot sekä koulutus, ammatti ja asema työelämässä vaikuttavat paljon ja niillä on selvä yhteys terveyteen, hyvinvointiin ja niiden määrittäjiin. Näin ollen vähäinen hyvinvointi voi kasautua tiettyihin väestöryhmiin. Huono-osaisuuden lisääntyminen voi puolestaan johtaa yhteiskunnallisen jakautumisen syvenemiseen. (THL 2018 b.)

Hanna-Liisa Liikanen (2015) on tehnyt sosiaali- ja terveysministeriölle selvitystyön, jossa hän on esittänyt ehdotuksia toimenpiteiksi, joiden avulla voidaan edistää terveyttä ja hyvinvointia taiteen ja kulttuurin keinoin. Ohjelman tavoitteeksi oli asetettu, että jokaisella on oikeus ja tasa-arvoinen mahdollisuus tehdä itse taidetta ja osallistua kulttuuritoimintaan. Tavoitteena oli myös kulttuurin vaikutusten tunnistaminen ihmisen hyvinvointiin niin poliittisella, hallinnollisella kuin rakenteidenkin

tasoilla. Tietoisuus taiteen ja kulttuurin vaikutuksista ihmisen hyvinvointiin lisääntyi toimintaohjelmakauden aikana ja kulttuurilähtöisten menetelmien käyttö yleistyti. Yleinen asenneilmapiiri muuttui positiivisemmaksi ja hallinnollista yhteistyötä virittyi eri puolilla Suomea.

3.5 Sosiaalinen kuntoutus

Sosiaalisella kuntoutuksella tuetaan syrjäytymisvaarassa olevia ja syrjäytyneitä palaamaan yhteiskunnalliseen osallisuuteen vahvistamalla kuntoutettavan sosiaalista toimintakykyä ja sosiaalisen vuorovaikutuksen edellytyksiä. Sosiaalinen kuntoutus on 2015 voimaan tulleen sosiaalihuoltolain palveluista, jossa sosiaalisella kuntoutuksella tarkoitetaan sosiaalityön ja sosiaaliohjauksen keinoin annettavaa tehostetua tukea sosiaalisen toimintakyvyn vahvistamiseksi, syrjäytymisen torjumiseksi ja osallisuuden edistämiseksi. (Kuntoutusportti 2018.)

Toimintakyvyllä tarkoitetaan ihmisen fyysisiä, psyykkisiä ja sosiaalisia edellytyksiä selviytyä hänelle itselleen merkityksellisistä ja välttämättömistä jokapäiväisen elämän toiminnoista: työstä, opiskelusta, vapaa-ajasta ja harrastuksista sekä itsestä ja toisista huolehtimista, siinä ympäristössä, jossa hän elää. Toimintakyky riippuu myös ympäristön myönteisistä tai kielteisistä vaikutuksista. Toimintakykyä ja selviytymistä arjessa voidaan tukea asuin- ja elinympäristöön liittyvillä tekijöillä, muiden ihmisten tuella tai erilaisilla palveluilla. (THL 2018 c.)

Päivätoiminnalla voidaan vaikuttaa erityisesti sosiaaliseen toimintakykyyn, jossa ihminen on vuorovaikutussuhteissa yhteisön muihin jäseniin ja on aktiivisena toimijana ja osallistujana yhteisössä ja yhteiskunnassa. Sosiaalinen toimintakyky muodostuu ihmisen itsensä, sosiaalisen verkoston, ympäristön, yhteisön tai yhteiskunnan välisessä dynaamisessa vuorovaikutuksessa niiden tarjoamien mahdollisuuksien ja rajojen puitteissa. Tällainen dynaamisuus ilmenee esimerkiksi vuorovaikutustilanteissa, rooleista suoriutumisena, sosiaalisena aktiivisuutena ja osallistumisena sekä yhteisyyden ja osallisuuden kokemuksina. (THL 2018 c.)

Sosiaalinen kuntoutus on prosessi, jonka päämääränä on saavuttaa toimiva kyky. Kyky tarkoittaa mahdollisuutta toimia erilaisissa yhteiskunnallisissa tilanteissa tarpeitaan tyydyttävällä tavalla ja oikeutta tavoitella mahdollisimman suurta tyydyttävyyttä osallistumalla yhteiskunnan toimintaan. Käytännössä ei ole aina suurta varmuutta, mitä sosiaalisella kuntoutuksella tarkoitetaan, koska yhteiskunnat ovat erilaisia ja siksi sosiaalisen kuntoutuksen sisältö vaihtelee. (Kemppainen 2011.)

3.5.1 Sosiaalisen kuntoutuksen kolme merkitystä

Kemppaisen (2011) mukaan yleisten kokemusten perusteella sosiaalisella kuntoutuksella on kolme merkitystä: sosiaalisen toiminnan kontekstin parantaminen, minkä tahansa kuntoutuksen sosiaalinen näkökulma sekä erityinen sosiaalinen kuntoutus.

Sosiaalisen toiminnan kontekstin parantaminen. Sosiaalisen kuntoutuksen yleisin oikeutus on maailmanlaajuiset ihmisoikeudet ja mahdollisuudet. Ihmisoikeudet korostavat tasa-arvoa ja syrjinnän vastustamista. Helppokäyttöinen ympäristö mahdollistaa yhteiskunnallisen- ja sosiaalisen toiminnan. Ympäristön toimivuus näkyy kaikkialla, esimerkiksi portaissa, kynnyksissä, asumisessa, liikenteessä, viestinnässä, sosiaalisissa verkostoissa ja asenteissa. Sosiaalisen toiminnan edellytykselle on joskus avustava teknologia. Näiden olosuhteiden parantuminen tulisi olla yksi tavoite sosiaaliselle kuntoutukselle ja se on osa kuntoutusta, jotta olosuhteet soveltuvat mahdollisimman hyvin niitä käyttävälle henkilölle. (Kemppainen 2011.)

Kuntoutuksen sosiaalinen näkökulma. Kuntoutuksen ymmärtämisen vaikeudeksi voidaan nähdä se, että lähes kaikissa kuntoutuksissa on sosiaalinen näkökulma. On tavallista, että perhe ja läheiset ovat mukana kuntoutuksessa. Kuntoutuksien tavoitteena on löytää keinoja henkilöiden osallistumiselle yhteisöön ja sosiaaliseen elämään esimerkiksi töissä ja kotona. Tämän takia koulutuksellisella, lääketieteellisellä ja ammatillisella kuntoutuksella on kaikki sosiaaliset näkökulmat. (Kemppainen 2011.)

Erityinen sosiaalinen kuntoutus. Kemppainen (2011) kertoo, että on myös olemassa tiettyjä erityisiä menetelmiä, kun sosiaalinen toimintakyky tai sosiaalisen toiminnan kyky on erilainen kuin ympäristö. Kuntoutusprosessiin ei aina riitä se, että ympäristö on saatavilla tai se on käyttäjäystävällinen. Erityistoimenpiteitä voidaan tarvita sosiaalisen toiminnan kehittämiseen.

On tärkeää edistää avointa ympäristöä kaikissa muodoissa ja yhteiskunnallista toimintakykyä tai sosiaalisen toiminnan valmiutta yhtä aikaa. Sosiaalisen kuntoutuksen tavoitteena on siten sekä sosiaalisen toiminnan, että sen edellytysten parantaminen. Tähän näkökulmaan voidaan sanoa kuuluvan kaksi merkitystä sosiaalisen kuntoutuksen kannalta: sosiaalinen kuntoutus yhteiskunnallisten toimintojen edellytysten parantamiseksi ja erityinen sosiaalinen kuntoutus prosessina, jolla vaurastetaan henkilön sosiaalista toimintaa. (Kemppainen 2011.)

3.6 Yhteisöllisyyden perustana yhteinen sosiaalinen todellisuus

Keskeisimmät haasteet terapeutin yhteisön tietoisessa hyödyntämisessä liittyvät yhtenäisen henkilöstöyhteisön luomiseen, yhteisön rakentumiseen ja vertaisryhmän luottamuksen luomiseen. Terapeuttinen yhteisö muodostuu kolmesta eri osasta asiakas- /vertaisyhteisö, henkilöstöyhteisö ja johto. Yleensä näiden kolmen toimijan välillä vallitsee yhteisöllinen kuilu, jonka kesken on tapahtunut vallankäyttöä hierarkkisesti ja yksipuolisesti ylhäältä alaspäin. Yhteisöjen välinen etäisyys säilyy, vaikka yksittäisten terapeuttien tai hoitajien suhde omaan asiakkaaseen tai potilaaseen olisi hyvinkin läheinen. Asiakkaat, henkilöstö ja johto elävät omissa sosiaalisissa todellisuuksissaan erillään toisistaan. (Murto 2013, 18.)

Murron (2013, 18) mukaan sosiaalinen todellisuus on näkymätöntä, mutta hyvin voimakkaasti yhteisön jäseniin vaikuttavaa todellisuutta. Yhteisön ilmapiiri voi kaikkien sen jäsenten mielestä olla arviointihetkellä olla hyvä, vaikka sitä ei voida nähdä jokainen tuntee sen. Se näkyy positiivisina vaikutuksina jäsenten hyvinvointiin, työmotivaatioon ja työntekoon. Ilmapiiri on jäsenten subjektiivinen kokemus, jos siitä ei keskustella ja jaeta yhdessä kokemuksia. Tämä pätee myös huonon il-

mappiin vallitessa. Yhteisön jäsenet luovat yhteistä sosiaalista todellisuutta eli yhteisön perustaa keskustelemalla yhdessä subjektiivisista kokemuksista ja niihin vaikuttavista seikoista.

Sosiaalisen todellisuuden muodostuminen terapeutteisessa yhteisössä edellyttää asiakkaiden, henkilöstön ja johdon välillä olevan kuilun ylittämistä. Yhteisen sosiaalisen todellisuuden muodostuminen pohjautuu pysyvään dialogiin asiakkaiden, henkilöstön ja johdon kesken. Vastavuoroisen ymmärtämisen rakentumiseksi dialogin tulee sisältää kuuntelemista ja avautumista kaikkien osapuolten kesken. Yhteisöllinen dialogi toteutuu vain avoimuuden kulttuurin ja sitä tukevien toiminnallisten rakenteiden muodostamisesta. (Murto 2013, 18.)

Asiakkaiden ja henkilöstön raja-aidan madaltaminen on terapeutin yhteisön keskeinen lähtökohta. Se tapahtuu tukemalla ja luomalla asiakkaiden osallistumista yhteisön toimintaan, parantamalla ja lisäämällä kommunikaatioita ja delegoimalla vastuuta ja valtaa yhteisöstä, toisistaan ja itsestään. Muutoksen onnistumisessa keskeinen rooli on johtajilla ja esimiehillä. (Murto 2013, 19.)

3.7 Asiakasyhteisö ja asiakkaiden roolit

Asiakas on oman kuntoutumisensa subjekti terapeutteisessa yhteisössä. Asiakkaat osallistuvat yhteisön päätöksentekoon, elämään ja muuhun toimintaa aktiivisesti. Asiakaskunnan laatu, kuten fyysinen ja psyykinen kunto, kyvyt sekä kuntoutusajan pituus vaikuttavat siihen millainen on asiakkaiden osallistumisen laajuus ja tapa. Jos asiakkaiden fyysiset ja psyykkiset kyvyt ovat heikot tai kuntoutus jakso on lyhyt, on asiakkaiden rooli yhteisössä ja vertaisryhmän vaikutusmahdollisuus pieni. Tällaisia yhteisöjä on esimerkiksi akuutti-psykiatriset osastot ja lasten ja nuorten vastaanottokodit. Näissä yhteisöissä vietetty aika on lyhyt ja asiakkaat vaihtuvat usein. (Murto 2013, 24.)

Asiakkaat voivat toimia toistensa opettajina ja ohjaajina niin opiskelussa kuin työssäkin. Vertaiskeskustelut tukevat muutosta ja eheytyä ja on tukena menneisyyden työstämisessä, todellisuuden testaamisessa, yksin olemisen välttämässä ja tunteiden käsittelyssä. Pitkään yhteisössä olleet voivat olla valvojina ja ohjaajina

käyttäytymisen ja työn suhteen. Heidän toimenkuvaansa kuuluu mm. raportoida laiminlyönneistä ja rikkomuksista yhteisökokoukselle ja henkilökunnalle yhteisön sääntöjen mukaan. Vertaisryhmien jäsenet voivat toimia roolimalleina henkilökuntaan ja toisiinsa suhtautumisessa, tunteiden hallinnassa, ristiriitojen ja ongelmien käsittelyssä ja itsetutkiskelussa. (Murto 2013, 25.)

Erytymuodot vertaiskommunikaatiossa ovat positiivisen palautteen antaminen, virheistä huomauttaminen ja uusien jäsenten integroiminen yhteisöön (Murto 2013, 26).

Huhtala ja Kuorikoski (2010) ovat tehneet opinnäytetyön Keskipohjanmaan sosiaalipsykiatriselle yhdistykselle. Heidän tavoitteenaan oli tutkia mielenterveyskuntoutujien arkea ja heidän kokemuksiaan sen mielekkyydestä. Kohderyhmänä heillä oli Kulmakartanon asiakkaat. Lisäksi tavoitteena oli tuoda esiin Kulmakartanon ja sen jäsenyhteisön luomat mahdollisuudet itse kuntoutumisessa sekä kuntoutujien arjessa. Tarkoituksena tutkimuksella oli tuoda lisää tietoa sekä kehittämismahdollisuuksia työn tilaajalle ja mahdollisesti muillekin alueen mielenterveystoimijoille. Aineisto kerättiin puolistrukturoidulla teemahaastattelulla ja tutkimus oli kvalitatiivinen. Tutkimuksessa tuli ilmi, että mielenterveyskuntoutujien arjessa Kulmakartano ja sen luoma jäsenyhteisö luvat arjessa ja kuntoutuksessa laajan psyykkisen ja sosiaalisen tuen. Yhteenvetona voidaan todeta, että Kulmakartano on ystävien ja perheen ohella merkittävimpiä tekijöitä mielenterveyskuntoutujan arjessa ja kuntoutuksessa.

3.8 Kokous ja yhteisökokous

Kaipion (1999, 30—31) mukaan kolmas kehittämisen tapa on koko organisaation ja sen toimintayksiköiden yhteisöllisten toimintatapojen organisointi ja kehitys kokonaisuudessaan siten, että organisaation toiminnasta tulee pysyvä, tietoinen prosessuaalinen oppimis-, kehitys- ja kasvatustapahtuma. Tätä kehitys mallia nähdään paljon monissa kuntoutus-, kasvatus- ja hoito-organisaatioissa.

Kokoukset ovat kehittyvälle yhteisölle tärkeä työväline, vaikka ne eivät takaa millään tavalla yhteisön ja siihen kuuluvien yksilöiden kehittymistä. Säännöllisesti järjestettävät kokoukset ovat perusedellytyksenä oppimaan oppimiselle, dialogille ja kasvavalle yhteisölle. (Kaipio 1999, 236.)

Kokoukset ovat välttämättömiä, mutta vaativia tapoja ohjata toimintaa, jolloin ne tulee suunnitella tarkoin. Yhteisön on ratkaistava se, minkä tyyppisiä kokouksia he tarvitsevat ja miksi näitä kokouksia pidetään. (Kaipio 1999, 236.)

Yhteisökokous on yhteisön tärkein foorumi, johon osallistuvat sekä henkilökunta, että asiakkaat. Yhteisökokouksessa jokaisella jäsenellä on tilaisuus nähdä ja kokea koko yhteisö tässä ja nyt. Jokainen jäsen luo omalla toiminnallaan yhteisöään. Ratkaisevimpia toimijoita ovat kuitenkin johtaja ja henkilökunta, joiden tehtävä on toimia niin, että kuilu asiakkaisiin madaltuu ja rakentuu keskinäinen luottamus. (Murto 2013, 29.)

Murron (2013, 29) mukaan yhteisökokous on vahvin vaikuttamisen väline yhteisön jäseniin silloin, kun se toimii kunnolla. Yksittäisen jäsenen asian ottamisella yhteisökokoukseen on suuri vaikutus, joka kertoo asian vakavuudesta.

Yhteisökokous, jossa vaihdetaan ajatuksia ja tietoja, on täydellinen paikka erilaisen näkökulmien risteykselle. Menestyksekkäässä kokouksessa aktiiviset osallistujat tuodaan yhteen, jossa he voivat jakaa tietojään ja mielipiteitään sekä yhteiset tavoitteet ja toimintasuunnitelmat vahvistetaan. (Enriquez 1997.)

Enriquezin (1997) mukaan yhteisökokous, jolla ei ole selkeää ja hyvin julkaistua tavoitetta on vaikea toteuttaa. On tärkeää, että kokousta lähdetään suunnittelemaan hyvissä ajoin ja suunnittelussa tulee ottaa huomioon seikat, jotka todennäköisesti kiinnostavat ja innostavat kuulijoita. Kokouksen esityslistan tulee noudattaa luonnollisesti asetettuja tavoitteita ja kokoukseen osallistujien tulisi tietää, mitä kokoukselta odotetaan. Kokouksen vetäjän tulisi olla tietoinen suunnitelluista asioista, kuinka kokous on ajoitettu ja kuka osallistuja vetää mitäkin roolia. On tärkeää ottaa huomioon, ettei esityslista oli ylikuormitettu täyteen. Kun esityslista on asetettu valmiiksi, varmista, että kokous alkaa ja loppuu ajallaan. (Enriquez 1997.)

4 TUTKIMUSMENETELMÄT

Opinnäytetyö painottuu toiminnallisen työn tekemiseen yhdessä kahden erilaisen ryhmän kanssa. Toiminnallisen työn toteuttamisessa on kuunneltu osallistujien näkökulmia ja toivomuksia, ja toiminnassa on käytetty erilaisia luovia menetelmiä. Tutkimuksellinen ote toiminnallisessa opinnäytetyössä näkyi osallistavassa työotteessa, osallistujilta kysyttiin heidän kokemuksistaan ja kuunneltiin heidän näkemyksiään sekä havainnoitiin osallistujia toimintapäivien aikana.

4.1 Laadullinen tutkimus

Toiminnallisessa opinnäytetyössä täytyy turvata saadun tiedon laatu käyttämällä valmiita tutkimuskäytäntöjä perustasolla. Perustasolla tarkoitetaan sitä, että laadullisessa tutkimusmenetelmässä aineiston keräämisen keinoina käytetään lomake- tai teemahaastattelua yhdelle ihmiselle tai ryhmille. Tässä tutkimuksessa aineisto kerätään kyselylomakkeella paikan päällä ja analyysi toteutetaan teemoittelulla tai tyypittelyllä tai molemmilla. (Vilka & Airaksinen 2003, 50.)

Laadullinen tutkimusmenetelmä on tässä tutkimuksessa toimiva, kun tavoitteena on tarkastella kahden samalla alueella toimivan yhteisön yhteistä toimintaa. Opinnäytetyöllä selvitetään, millaisia toimijoita samalla alueella on ja miten toimijoiden verkostoyhteistyötä voidaan vahvistaa.

Toiminnallisessa opinnäytetyössä laadullinen tutkimusasetus palvelee myös tilanteessa, jossa tavoitteena on toteuttaa kohderyhmän näkemyksiin nojautuva idea. Kyselylomakkeen kysymykset tullaan muotoilemaan alkaviksi sanoilla mitä, miten, miksi, jotta vastaajan on helpompi kuvailla ja selittää ajatuksiaan ja näkemyksiään. (Vilka & Airaksinen 2003, 63.)

Tutkimus on kvalitatiivinen, jossa tutkimusmenetelminä käytetään havainnointimenetelmää ja kyselylomaketta. Tutkimuksessamme on kyseessä osallistuva havainnointi, koska olemme fyysisesti läsnä toiminnan suunnittelussa ja toteutuksessa tutkimustilanteessa. Pääsääntöisesti osallistuvassa havainnoinnissa tutkija itse osallistuu toimintaan. Havainnoinnin eli aineiston keruun määrä riippuu tutkijan suhteesta

tutkittavaan ilmiöön. Mitä tutumpi asia on, sitä helpompi on havainnoida. Laadullisessa tutkimuksessa aineiston keruu ja analyysi tapahtuvat yhtä aikaa. Analyysin myötä havainnoijan käsitys ja ymmärrys ilmiöstä kasvaa. (Kananen 2010, 50.)

Tutkimuksen kohteena on Pohjanmaan sosiaalipsykiatrisen yhdistyksen Mahiksen sekä Kotomajan asiakkaat.

4.2 Aineistolähtöinen sisällön analyysi

Aineistolähtöisen eli laadullisen tutkimuksen tarkoituksena on monimuotoisen todellisen elämän kuvaaminen. Ilmiötä pyritään tutkimaan kattavasti luonnollisissa ja todellisissa tilanteissa. Tavoitteena onkin ymmärtää ja tulkita jäsenyhteisön toiminnan vaikutusta sosiaaliseen kykyyn. Siksi suositetaan aineistonkeruumenetelmiä, joissa jäsenten näkökulmat ja "ääni" pääsevät esille. Menetelmiä ovat muun muassa avoin haastattelu, osallistuva havainnointi, eläytyminen. Jäseniä lähestytään ainutlaatuisina yksilöinä ja aineistoa tulkitaan sen mukaisesti. Tarkoituksena on hakea ymmärrystä toiminnan merkityksestä jäsenen hyvinvointiin ja toimintakykyyn. (Sosionomien opinnäytetyö 2018.)

Teksti aineiston tulkinta voi tapahtua samaan tyyliin, kuin tenttikirjan omaksuminen. Tekstistä etsitään ne asiat, jotka ovat tutkimusongelman kannalta oleellisia ja ydin nostetaan esiin. (Kananen 2010, 64.)

4.3 Havainnointi

Havainnoinnin avulla saadaan monipuolista tietoa. Etuna havainnoinnissa on se, että tilanteet ovat autenttisia ja havainnoitava ilmiö tapahtuu luonnollisessa ympäristössä ja kontekstissaan. (Kananen 2010, 49.)

Suorassa havainnoinnissa tutkija seuraa tapahtumia paikan päällä, niin että muut toimijat voivat havaita havainnoinnin. Piilohavainnoinnissa on kyse siitä, että havainnoitavat eivät ole tietoisia havainnoijasta. Epäsuoraa havainnointia voidaan toteuttaa siten, että tutkija on kohteiltaan piilossa havainnointipaikalla. (Kananen 2010, 49.)

Kanasen (2010, 49—50) mukaan havainnointia voidaan toteuttaa myös erilaisia apuvälineitä hyväksi käyttäen, kuten kameroiden välityksellä. Strukturoidussa havainnoinnissa havainnoitsija käyttää esimerkiksi lomakkeita apunaan, johon hän kirjaa seurattavat tapahtumat ylös. Osallistuvassa havainnoinnissa on kyse siitä, että tutkija on fyysisesti läsnä tilanteessa ja hänen on mahdollisuus päästä syvälle kiinni tutkittavan ilmiön olemukseen.

Tutkimuksessa havainnointi on osallistuvaan havainnointia, koska työnvalmistajat ovat mukana toiminnassa. Toimintapäivän aikana tullaan havainnoimaan osallistujien ensikohtaamista, millainen tunnelma osallistujien välillä on ja miten osallistujat ottavat kontaktia toisiinsa. Lisäksi toimintapäivässä tullaan havainnoimaan, onko toimintaan mukaan lähteminen koettu helpoksi ja onko toiminta kaikille mielekäästä. Ja lopuksi, haluavatko osallistujat ottaa osaa mahdolliseen seuraavaan toimintapäivään.

Merleau-Ponty (1945), Alasuutari (1996) ja Uusitalo (1995) ovat tutkimuksissaan viitanneet siihen, että observoinnilla viitataan usein kehen tahansa ihmiseen, joka tekee arkipäiväisiä havaintoja. Ihminen muodostaa koko ajan omakohtaisia havaintoja yhteiskunnasta, ympäristöstä ja kulttuurista. Havainnoiksi voidaan lukea kaikki, jonka tunnemme, muistamme, näemme ja kuulemme. (Vilka 2006, 8.)

4.4 Palaute

Palaute on oppimisen ja muutoksen olennainen osa. Erityisesti kriittisen palautteen antamatta jättäminen voi toimia esteenä oppimiselle. Elämässä uuden oppiminen vaatii kriittistä palautetta vanhoista ja virheellisistä toimintatavoista. (Toivanen, 2018.)

Ihminen muistaa spontaanin ja vilpittömän palautteen pitkään. Hyvä ja rakentava palaute suuntaa ihmisen omaa toimintaa. Hyvillä ja positiivisilla kokemuksilla on taipumus tuottaa enemmän hyviä ja positiivisia kokemuksia, jolloin ihmisen kokemus itsestään osaavana ja pystyvänä kasvattaa itseluottamusta. (Vilanen 2010.)

Vilasen (2010) mukaan on yhteisön etu, mikäli yhteisö tukee yksilön pystyvyyden ja kyvykkyyden kokemusta, kuin murentaisi sitä. Palautteenanto on hyvä tapa rakentaa systemaattisesti positiivista kuvaa koko yhteisöstä osaavana ja pystyvänä. Omat aikaisemmat kokemuksiin perustuvat odotukset raamittavat uusia tilanteita ja kokemuksia siitä, mitä käsillä olevassa tilanteessa tapahtuu tai mikä on sen lausutun sanoman merkitys.

Sillä on merkitystä, miten korjaava palaute annetaan ja vastaan otetaan. Koetaanko palaute yksilölle yhteisössä häpeänä vai kasvun mahdollisuutena? Onko palaute merkki siitä, että työllä on merkitystä ja esimerkiksi joku muu haluaa tukea minua omassa ammatillisessa kasvussani, vai koenko vihan tunnetta ja käytän aikana viikkojen etsimiseen ja etsien virheitä myös palautteen antajan tekemisistä? (Vilanen 2010.)

Palautteen saaminen toiminnasta on erittäin tärkeää, koska sen avulla pystytään kehittämään toimintaa tulevaisuudessa. On tärkeä tietää, mitkä asiat ovat onnistuneet toiminnan aikana, mihin tarvitsee jatkossa kiinnittää enemmän huomiota ja mitkä asiat eivät toimineet kyseisen asiakasryhmän kohdalla.

4.5 Eettisyys ja validius

Tieteellinen tutkimus voi olla luotettava, eettisesti hyväksyttävä ja sen tulokset uskottavia, vain jos se on toteutettu hyvän tieteellisen käytännön vaatimalla tavalla. Hyvän tieteellisen käytännön lähtökohtia ovat tutkimusetiikan näkökulmasta muun muassa seuraavat asiat. Tutkimus noudattaa tiedeyhteisön laatimia toimintatapoja eli tarkkuutta tutkimustyössä, yleistä huolellisuutta ja rehellisyyttä, tulosten esittämisessä, tallentamisessa ja tutkimusten sekä sen tulosten arvioinnissa. Tutkimuksessa käytetään tieteellisen tutkimuksen sääntöjen mukaisia ja eettisesti kestäviä tutkimus-, tiedonhankinta ja arviointimenetelmiä. Tutkimustuloksia julkaistaessa tutkimus noudattaa tieteellisen tiedon periaatteisiin kuuluvaa vastuullisuutta ja avoimuutta. Tutkimuksessa esiin tulleet tietoaineistot tallennetaan tieteelliselle tiedolle määrättyjen vaatimusten edellyttämällä tavalla, lisäksi tutkimus toteutetaan, suunnitellaan ja siitä raportoidaan. Tiettyjen alojen edellyttämä eettinen ennakoarviointi on tehty ja tutkimusluvut on saatu. Tutkijayhteisön itsesääätelyä on hyvä

tieteellistä käytäntöä koskevien ohjeiden käyttäminen, jolle lainsäädäntö on määritellyt rajat. Osa tutkimusorganisaatioiden laatujärjestelmää on hyvä tieteellinen käytäntö. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2018.)

Validius eli pätevyys tarkoittaa kerättyjen tietojen tarkkoja tuloksia. Se on teknisesti mitattavissa oleva toimenpide, joka johtaa näytteestä tehtyihin oikeisiin ja asianmukaisiin johtopäätelmiin, jotka tulevat olemaan yleisesti nähtävillä kaikille. Epäluotettavat tulokset eivät ole päteviä, joka tarkoittaa sitä, että kaikkien tuloksien tulee olla luotettavia. (Complete Dissertation 2018.)

Kun toiminnallinen työ on tehty ja tuloksien analysointi on suoritettu, kutsutaan sekä Mahiksen, että Kotomajan vastaavat ohjaajat keskustelemaan työn lopputuloksesta, jolloin selvitetään, kuinka hyvin työn tulokset vastaavat päätelmiä.

5 PROJEKTIN TOTEUTUS

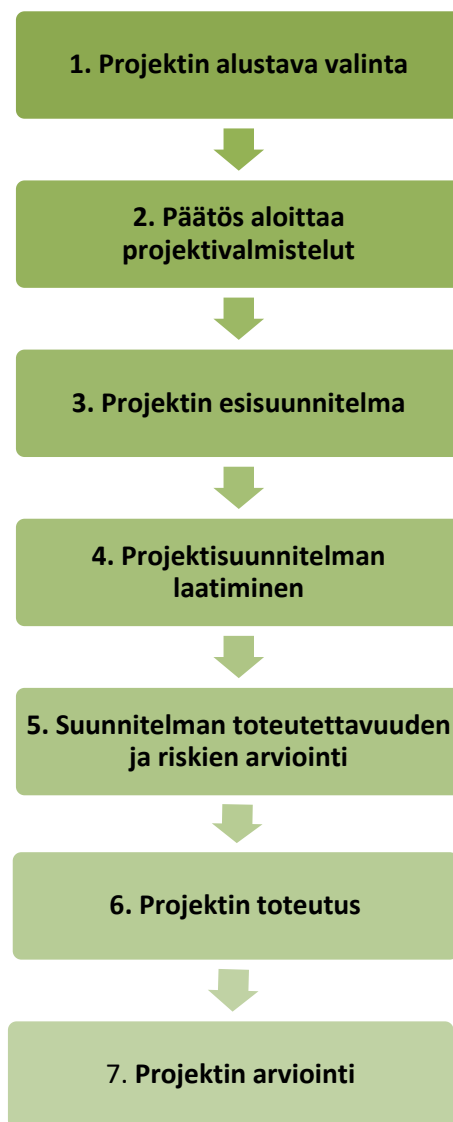
Ensimmäisestä tapaamisesta opinnäytetyön tilaajan kanssa sovittiin Mahiksen vastaavan ohjaajan kanssa, jossa opinnäytetyön aiheita esiteltiin ja ohjaaja antoi omia aiheita opinnäytetyötä varten. Tämän jälkeen otettiin yhteyttä Kotomajaan, ja siellä kontaktina oli Kotomajan vastaava ohjaaja. Kotomajan vastaava ohjaaja kutsuttiin mukaan suunnittelemaan näiden kahden yksikön yhteistä toimintaa Mahikselle. Toiminnallinen osuus toteutettiin elokuussa ja teoriaa käytettiin pohjana toiminnan suunnittelussa ja toteutuksessa.

5.1 Projektisuunnitelma

Opinnäytetyömme on projektiluontoinen, koska haluamme tehdä toiminnallista työtä mielenterveyskuntoutujien ja maahanmuuttajien kanssa. Opinnäytetyön tavoite on yhdistää kaksi samalla alueella toimivaa erillistä ryhmää toisiinsa luovien menetelmien keinoin.

Toiminnallista opinnäytetyötä varten tehtiin projektisuunnitelma, joka tarkentui vähitellen työn edetessä toiminnalliseen vaiheeseen. Suunnitelmassa huomioitiin Mahiksen ja Kotomajan ohjaajien ja asiakkaiden aikatauluja sekä osallistavan toiminnan periaatteita. Suunnitelmaa muutettiin joustavasti muuttuvien tilanteiden vaatiessa, ja toimintaa jatkettiin päämäärätietoisesti.

Toiminnalliset päivät suunniteltiin yhteisön hyviä tapoja noudattaen ja toteutettiin aktiivisella työotteella. Toimintaa arvioitiin yhteistyössä Mahiksen ja Kotomajan työntekijöiden kanssa. Seuraavassa kuviossa 2 näkyy projektin eteneminen ja sen vaiheet.



Kuvio 2. Projektisuunnitelma.

1. Opinnäytetyötä lähdettiin suunnittelemaan 7. helmikuuta 2018 työn tekijöiden omien mielenkiinnon kohteiden pohjalta. Kohderyhmäksi valittiin mielenterveyskuntoutujat, koska tämä asiakasryhmä oli jokaiselle työhön osallistujalle tärkeä.
2. Tapasimme 15. helmikuuta Pohjanmaan sosiaalipsykiatrisen yhdistyksen ohjaajia. Heidän ehdotuksensa mukaan päätettiin verkostoyhteistyön tekemisestä samalla alueella toimivan sosiaalista hyvinvointia tuottavan toimi-

jan kanssa. Yhteisen keskustelun pohjalta päätettiin, että verkostoyhteistyötä lähdetään tekemään Vaasan kaupungin maahanmuuttajien kotouttamistyötä tekevän Kotomajan kanssa. Toisessa tapaamisessa 15. maaliskuuta, jolloin mukana oli myös Kotomajan ohjaaja. Tapaaminen pidettiin Pohjanmaan sosiaalipsykiatrisen yhdistyksen Mahiksen toimipisteen tiloissa. Tapaamisessa päätimme aloittaa sosiaalista hyvinvointia edistävien toimintapäivien suunnittelun. Kokouksessa suunniteltiin henkilökunnan kanssa yhteistä toimintaa molemmille yhteisöille. Toiminnan sisällön saisi lopulta suunnitella yhteisön jäsenet sovittuna ajankohtana.

3. Opinnäytetyössä perehdytään samalla alueella toimiviin yhteisöihin ja toimijoiden verkostoyhteistyötä vahvistetaan toiminnan keinoin. Asiakkaiden sosiaalisen osaamisen tukemiseen liitetään mukaan yhdistysten ja järjestöjen osallistava toiminta. Yhdessä kaupungin palvelun ja sosiaalipsykiatrisen yhdistyksen kanssa kehitetään hyvinvointia ja osallisuutta tuottavaa hanketta. (THL 2016 a.)
4. Tutkimuslupa Pohjanmaan sosiaalipsykiatriselta yhdistykseltä tuli 23. huhtikuuta 2018 ja Vaasan kaupungilta 1. kesäkuuta 2018. Mahiksen asiakkaiden kanssa järjestettiin yhteisökokous 29. kesäkuuta 2018, jossa suunniteltiin toimintapäivien ohjelma. Asiakkaat saivat yhdessä päättää, millaista toimintaa tullaan järjestämään, joka edistää sosiaalista hyvinvointia ja yhteisöllisyyttä.
5. Suunnitelman toteuttamista hidasti tutkimusluvan saaminen Vaasan kaupungilta. Suunnitelman toteuttamista jouduttiin siirtämään suunnitellusta toukokuun lopusta kesään. Kotomaja lopetti toimikautensa toukokuun lopussa, ja koska tutkimuslupaa ei vielä silloin ollut, jouduttiin toteutusvaihetta siirtämään eteenpäin, kunnes Kotomaja aloittaisi taas toimikauden. Tuona aikana Kotomaja myös muutti uuteen toimintapaikkaan. Muutto koettiin ensin uhkaksi koko projektin toteutumiselle, mutta sitoutuminen projektiin oli kuitenkin niin vahva, että tilanteen ei annettu juuri vaikuttaa projektin jatkumiselle.

6. Yksityiskohtainen toimintapäivien suunnitelma tehtiin yhdessä Mahislais-ten kanssa ja Kotomajalaisille lähetettiin kutsu sekä toimintapäivän kysely-lomakkeet 30. heinäkuuta 2018. Toimintapäivät toteutettiin 13. sekä 20. elokuuta 2018.
7. Arviointi toimintapäivistä tehtiin yhdessä Mahiksen sekä Kotomajan ohjajan kanssa 26.9.2018.

5.2 Toimintapäivien suunnittelu

Toimintapäiviä lähdettiin suunnittelemaan yhdessä Mahiksen asiakkaiden kanssa. Asiakkailta tiedusteltiin, minkä tyyppisestä toiminnasta he pitävät tai mitä he halusivat lähteä tekemään yhdessä maahanmuuttajien kanssa. Asiakkaat olivat hyvin kiinnostuneita maahanmuuttajista ja keskusteluissa kävi ilmi se, että heidän mielestään olisi tärkeää lähteä tutustumaan toisiin kulttuureihin ensin, jotta olisi helpompi ymmärtää, minkä tyyppisistä olosuhteista maahanmuuttajat ovat saapuneet Suomeen.

Toiminnan aluksi lähdettiin miettimään, mikä olisi helpoin tapa tutustua toisiimme, koska emme tieneet, kuinka hyvin maahanmuuttaja naiset hallitsevat suomen kielen. Päädyimme siihen tulokseen, että toiminnassa tullaan hyödyntämään kuvia, joiden avulla on helppo kertoa jotain itsestään.

Mahiksen asiakkaat pitävät valtavasti musiikin kuuntelusta, joten heille oli luonnollisesti helppo ehdottaa, että kuuntelisimme eri maiden musiikkia, joka voisi omalta osaltaan antaa viitteitä maahanmuuttajien kulttuurista.

Asiakkaille tarjottiin myös ideaa lähteä toteuttamaan yhteistä taideprojektia leikaten ja liimaten. Ajatuksena oli luoda yhteinen unelmakartta, jonka avulla asiakkaat ja maahanmuuttajat näkisivät, minkä tyyppisiä unelmia jokaisella on ja eroavatko ne toisistaan mitenkään. Jos käsillä tekeminen ei olisi jokaiselle mieluista, tapaamisessa ehdotettiin sitä, että voisimme pelata myös jotain yhdessä.

5.3 Ensimmäinen toimintapäivä

Ensimmäisessä toimintapäivässä Mahislaiset olivat mukana noin 12 hengen ryhmänä. Kotomajalaisia odotettiin hiukan pidempään ja lopulta sieltä saapui yksi osallistuja yhdessä ohjaaja kanssa. Yhdestäkin Kotomajan osallistujasta oltiin hyvin kiitollisia.

Ensimmäisen toimintapäivän osallistujamäärään Kotomajan osalta vaikutta erityisesti sen, että toimintapäivien ajankohtaa jouduttiin ratkaisevasti muuttamaan myöhemmin kesällä tapahtuvaksi, jonka aikana Kotomajan toimipiste muutti pois Kasarmialueelta.

5.3.1 Tutustuminen

Ensimmäisen toimintapäivän tutustumistoiminnaksi valitsimme intuitiivisen kuvanvalinta menetelmän, jossa jokainen osallistuja saa valittavakseen itselleen sopivan postikorttikuvan. Postikortin valinnan jälkeen jokainen saa kertoa oman nimensä ja halutessaan jotain itsestään. Tämän jälkeen saa omin sanoin kertoa, mitä valittu kuva esittää ja millaisia asioita kuva tuo mieleen. Intuitiivinen kuvanvalinta auttaa osallistujaa rohkaistua kertomaan itsestään ja ajatuksistaan ryhmälle.

Kukaan ei täysin ymmärrä tai tiedä, mihin intuitiivinen kuvanvalinta perustuu, mutta ihmisellä tulee tunne siitä, että jokin kuva on juuri se oikea ja se pitää valita. Kuvien kautta on helppo ymmärtää ja ilmaista itseämme, tunteitamme ja tapahtumia. Kuvat ovat avain muistiin, mielen piilossa oleviin lokeroihin ja ei-tietoisien mielen varastoihin. Kuvataiteen avulla on mahdollista päästä kosketuksiin mielen kerrosten kanssa, joille ei ensin löydä sanoja. Taide on avain sanojen varastoihin, joka mahdollistaa ensin tunteen löytämisen ja tunnistamisen ja sitä kautta myös sanoittamisen ja analysoinnin. (Launonen 2015, 41—42.)

5.3.2 Unelmakartta luovilla menetelmillä

Toiseksi tehtäväksi valikoitui ns. Unelmakartta. Unelmakartan peruseriaatteena on tehdä omista unelmista ja tulevaisuuden toiveista näkyviä. Jokaisella meistä on

ajatuksissa erilaisia haaveita ja toiveita, joita toivoisimme elämässämme tapahtuvan. Kun ajatukset purkaa kuvien kautta näkyväksi, toiveet ja haaveet alkavat kasvaa ja niitä on mahdollista toteuttaa. Unelmakarttaa voidaan toteuttaa monilla erilaisilla tavoilla, mutta tässä tapauksessa kartta toteutetaan käyttämällä A-4 paperiarkkia, aikakauslehtiä, saksia ja liimaa.

Kuvien kautta on mahdollista tutustua itseemme ja toisiimme. Taide ja kuvat saavat meidät näkemään asioita, joita emme muuten huomaisi. Kuvat ilmentävät tapahtumia ja tunteita uudesta näkökulmasta. Taide ja kuvat kutsuvat meitä keskittymään ja nauttimaan sekä kiinnittämään huomiota asioihin, joita emme muuten huomaisi. Katsellessamme asioita, opimme ymmärtämään niitä. Se herättelee uteliaisuuttamme. Taide tekee arjesta rikkaamman, kun pysähdymme ihmettelemään sitä. Taidteen kautta on mahdollista kuvitella ja elää tilanteita ennakolta. Taide valmistaa meitä tulevaan. (Launonen 2015, 82.)

Unelmakartan avulla osallistujien on mahdollista taideteoksen keinoin ilmentää omia ajatuksiaan ja toiveitaan, ja verrata niitä sitten ryhmän muiden jäsenien tekemiin teoksiin. Usein unelmat ja toiveet ovat samankaltaisia kansallisuudesta ja kulttuurista riippumatta. Usein ne liittyvät mm. perheeseen, ystäviin, mielekkääseen tekemiseen, musiikkiin, oppimiseen ja työntekemiseen. Lähtökohtaisesti voidaan olettaa, että unelmatauluissa nousee esiin samoja teemoja, riippumatta siitä onko sen tehnyt suomalainen tai maahanmuuttaja.

Unelmakarttamenetelmää voidaan käyttää hyvin erilaisten ryhmien kanssa. Nuorten kanssa on mahdollista tutustua erilaisiin tunteisiin, vanhusten kanssa voidaan muistella menneisyyden kokemuksia ja erilaisista sairauksista kärsivien kanssa voidaan keskittyä vaikkapa kipua lievittäviin kuviin.

Unelmakartan tekemiseen osallistui suurin osa toimintapäivään osallistuneista ja mukana oli niin naiset kuin miehetkin.

5.3.3 Korttipelit

Osa asiakkaista ei halunnut lähteä tekemään unelmakarttaa, jolloin ehdotettiin korttipelien pelaamista. Korttipelien pelaaminen oli luontevaa osalle asiakkaista ja se

kohotti heidän mielialaansa paljon. Toimintaan osallistui kaksi Mahiksen asiakasta, yksi Mahiksen ohjaaja ja yksi opinnäytetyön tekijä. Asiakkaat tiesivät heti, mitä pelejä he haluaisivat lähteä korteilla pelaamaan. Pelien lomassa oli helppoa lähteä käymään keskusteluita, millainen tunnelma asiakkailta oli tällä hetkellä ja mitä he olivat pitäneet toiminnasta tähän mennessä.

Pelien on todettu lisäävän motivaatiota ja hyvänä esimerkkinä siitä on se, että mitä enemmän harjoittelet, sitä paremmin osaat. Peleissä joudutaan usein vastakkain epäonnistumisen ja omien taitojen rajoitusten kanssa. Peleissä epäonnistuminen antaa mahdollisuuden harjoitella vaihtoehtoista suhtautumista, jännityksen, kiinnostuksen ja motivaation yrittää uudelleen. Hyvät pelit antavat kokemuksia siitä, että onnistuminen on lähellä, mutta sen eteen pitää vielä tehdä töitä. Omalta osaltaan pelaaminen voi lisätä sitkeyttä ja myönteistä suhtautumista takapakkeihin. (Suomen mielenterveysseura 2018 a.)

Suomen mielenterveysseuran (2018 a) mukaan pelit, varsinkin yksinkertaiset ja lyhytkestoiset, voivat lisätä myös myönteisiä tunnekokemuksia ja rentoutumista. Sosiaalisia taitoja vahvistetaan erityisesti peleissä, joissa palkitaan toisten auttaminen ja yhteistyö. Myös muutkin pelit, joita pelataan yhdessä toisten ihmisten kanssa, lisäävät tutkimusten mukaan myönteistä sosiaalista käyttäytymistä, pelkäävät jo niiden vuorovaikutuksellisen luonteen vuoksi.

Pelien lomassa oli hyvä havainnoida asiakkaiden välistä vuorovaikutusta ja kuinka motivoituneiksi he tulivat, kun he saivat tehdä itselleen mielekästä puuhaa. Peleissä tärkeintä ei ollut voittaminen, vaan hyvä tunnelma osallistujien välissä. Jos joku peli oli toiselle vieraampi, lähdettiin heti auttamaan häntä ja ohjaamaan, kuinka tämä pärjäisi parhaiten.

Asiakkaat olivat tyytyväisiä siihen, että Mahikseen tullaan järjestämään myös ulkopuolelta toimintaa, koska he ovat yleisesti tottuneet omaan rutiiniinsa, mikä on normi Mahiksessa. Heidän mielestään oli tärkeää myös nähdä maahanmuuttajia ja oppia heistä jotain uutta. Vaikka vierailu maahanmuuttajia naisten osalta jäi pieneksi, käytiin silti yleistä keskustelua maahanmuuttajista ja pakolaisista. Maahanmuuttajia ei koettu uhkana vaan rikkautena suomalaiselle kulttuurille. Tämän takia

asiakkaita harmitti se, että vain yksi maahanmuuttaja oli päässyt osallistumaan ensimmäiseen toimintapäivään, koska he olisivat halunneet käydä keskusteluja esimerkiksi siitä, minkä tyyppisiä pelejä he tykkäävät pelata.

Mahiksen asiakkaista huokui lämpö, kun he keskustelivat keskenään maahanmuuttajista pelien lomassa. Asiat ja ihmetykset olivat hyvin arkisia, eikä yhtään painostavia.

5.3.4 Musiikkituokio

Musiikkiterapiassa käytetään monipuolisesti hyväksi musiikin ainutlaatuisia fyysisiä, psyykkisiä ja sosiaalisia vaikutuksia. Musiikilla on erityinen kyky kuvata ja aktivoida tunteita. Musiikkiterapeutit ovat havainneet, että monen on helpompi käsitellä musiikin kautta sellaisia mielensisältöjä ja tunteita, jotka ovat haastavia ja jotka usein jäävät ilmaisematta. Musiikki synnyttää tyypillisesti muistoja ja mielikuvia, jotka ovat tunteisiin kytköksissä ja aktivoi ihmisen symbolisia prosesseja. Musiikin ominaisuuksia hyödynnetään musiikkiterapiassa vuorovaikutuksen ja ilmaisun välineenä. (Erkkilä 2016, 311.)

Ensimmäinen toimintapäivä päättyi musiikkituokioon, johon osallistui iso osa asiakkaista joko laulamalla tai kuuntelemalla yhteislaulua ja pianon soittoa. Kaikille jaettiin lehtiö, johon oli koottu tunnettujen suomalaisten laulujen sanoituksia. Yksi ohjaajista säesti musiikkituokiota pianolla. Osallistujat saivat valita lehtiöstä suosikkilaulujaan ja niitä laulettiin osallistujien toivomassa järjestyksessä. Musiikki ja laulut herättivät osallistujissa mielipiteitä ja muistoja, joita kuunneltiin ja niistä keskusteltiin laulujen välissä.

Musiikkituokion tarkoituksen oli hyödyntää musiikin positiivista ja yhteishenkeä luovaa vaikutusta. Tarkoitus oli myös herätellä osallistujissa ajatuksia, kannustaa heittäytymiseen ja tutustuttaa maahanmuuttajia perinteiseen suomalaiseen musiikkiin ja sen tyyliin.

Musiikilla on tapana herättää ihmisissä ajatuksia, tunteita ja keskustelua. Käytimme musiikkia toiminnan osana, koska se on luova ja ihmisiä innostava toiminnan

muoto. Musiikin kautta osallistujat toivat esille ajatuksiaan ja mielipiteitään lauluista, musiikista ja musiikin myötä mieleen tulleista muistoista ja ajatuksista. Niistä osallistujat keskustelivat keskenään sekä yhdessä ohjaajien kanssa. Yhdessä käydyt keskustelut ja kuulluksi tuleminen edistää ihmisen sosiaalista hyvinvointia ja tukee yhteisön tiivistymistä sekä vahvistaa osallistujien vuorovaikutus taitoja.

Luovia menetelmiä apuna käyttäen jokaisen on helppo osallistua toimintaan ja olla mukana yhteisessä tekemisessä. Luovissa menetelmissä ei ole oikeaa tai väärää, eikä sääntöjä joiden mukaan tulisi toimia. Luovat menetelmät antavat mahdollisuuden ihmisen ilmaista itseään omalla persoonallisella tavallaan. Toiminnan aikana oli hyväksyvä ja erilaisuutta kunnioittava ilmapiiri, sekä musiikin rentouttava vaikutus rohkaisi ja kannusti osallistujia lauluun ja heittäytymiseen. Toiminta, jossa on mahdollisuus heittäytymiseen, luovuuteen ja rohkeaan itseilmaisuun on itsetuntoa ja hyvää mielenterveyttä tukevaa, sekä sosiaalista yhteenkuuluvuutta lisäävää. Musiikkituokio oli selvästi jännitteitä poistavaa ja mahdollisti toisten ihmisten avoimen kohtaamisen.

Suomessa on tehty musiikkiterapian ja musiikin vaikuttavuustutkimuksia. Oman mielimusiikin säännöllisen ja päivittäisen kuuntelun on osoitettu parantavan kohdennettua huomiokykyä, verbaalista muistia ja lievittävän hämmentyneisyyttä ja masentuneisuutta. Aktiivisen musiikkiterapian vaikuttavuutta selvitettiin toisessa tutkimuksessa. Perushoitoon verrattua musiikkiterapia osoittautui vaikuttavaksi yleisen toimintakyvyn, ahdistuksen ja masennuksen osa-alueilla. Musiikkiterapialla nähtiin olevan perushoitoon verrattuna myös kaksinkertainen hoitovaste. (Erkkilä 2016, 313.)

5.3.5 Ensimmäisen toimintapäivän havainnointi

Kotomajalaisten saapuessa paikalle heistä ymmärrettävästi välittyi ujous ja tunnelma oli aluksi Mahiksessa jännittynyt ja varautunut. Mahislaisten avoin ja välitön vastaanotto alkoi toiminnan edetessä rentouttaa myös Kotomajalaisten tunnelmaa. Aloitimme yhteisen toimintahetken esittelykierroksella, jossa jokainen kertoi oman nimen ja paikkakunnan tai maan, josta on kotoisin. Kotomajalaisista olivat kiinnostuneita ja läsnä tilanteessa, jossa Mahislaiset ja ohjaajat kertoivat itsestään, vaikka

eivät ymmärtäneetkään kaikkea mitä puhuttiin. Jokainen Kotomajalainen lähtivät rohkeasti toimintaan mukaan ja kertoivat Mahislaisille itsestään ja kotimaastaan.

Mahislaiset odottivat kiinnostuneena Kotomajalaisten saapumista Mahikselle. Odotukseen suhtauduttiin erilaisin tuntein. Osa Mahislaisista epäili mahtavatko Kotomajalaiset saapua ollenkaan ja toiset taas jaksoivat odottaa varsin tyynenä. Odottamisesta tuli kuitenkin ennakoitua pidempi. Toimintapäivän aikainen ajankohta oli jokseenkin haastava maahanmuuttajanaيسille ja heitä odotettiin jo kovinkin malttamattomana. Kun vieraat lopulta saapuivat, osa toiminnasta oltiin jo aloitettu. Mahislaiset kuitenkin ottivat osallistujan tervehdyksellä vastaan ja näyttivät hänelle mitä ollaan juuri sillä hetkellä tekemässä. Varmaankaan ihan kaikki ei vieraan saapumista huomannut, koska toiminta oli hajautunut kolmeen eri tilaan, jossa toiminta oli aktiivisesti meneillään.

5.4 Toinen toimintapäivä

Toiselle toimintapäivälle lähdettiin suunnittelemaan lisää yhteisiä aktiviteettejä, joita voitaisiin toteuttaa Mahiksella. Mahiksen työntekijät mainostivat itse heidän loistavaa pihaansa, jota voisi lähteä hyödyntämään.

Toimintapäivän aluksi haluttiin kerrata, mitä ollaan saatu aikaan viime kerralla ja minkälainen olo siitä on osallistujille jäänyt. Mahislaisten mielenkiinto eri kulttuureja kohtaan tullaan huomioimaan, myös tässäkin päivässä ja internettiä tullaan hyödyntämään kulttuurien esittelyn välineenä.

Yhteinen tekeminen tullaan siirtämään tämän jälkeen ulos pihapelien ja tikkupullan grillauksen muodossa. Tavoitteena on luoda mahdollisimman tyyni ja miellyttävä ympäristö, jolloin asiakkaat molemmilta tahoilta voivat rentoutua ja pitää yhdessä hauskaa.

Toimintapäivän päätteeksi asiakkailta ja työntekijöiltä tullaan kysymään palautetta molemmista päivistä kyselylomakkeen muodossa.

5.4.1 Ryhmän kokemuksia mieluisasta toiminnasta

Toisen toimintapäivän aloituksessa jutusteltiin siitä, miltä ensimmäinen toimintapäivä oli tuntunut. Osallistujista monet olivat pahoillaan siitä, että Kotomajalta oli ohjaajan lisäksi vain yksi osallistuja. Mahislaiset olivat kovasti odottaneet yhteistä toimintaa maahanmuuttajanaisten kanssa ja olivat toivoneet, että heitä tulisi kokonainen ryhmä. Tyytyväisyys kuitenkin löytyi yhteisen ymmärryksen kautta, kun yksi on aina enemmän kuin ei yhtään. Toiseen toimintapäivään saatiin Kotomajalta ohjaajan ja opiskelijan lisäksi yksi Kotomajan asiakas ja kaksi lastenhoitajaa, jotka hoitavat Kotomajan asiakkaiden lapsia päivän aikana.

Osallistujat olivat tyytyväisiä edelliskerran toimintaan. Unelmataulujen teko koettiin mielekkääksi ja helposti toteutettavaksi ja siihen oli helppoa osallistua. Edellisellä kerralla tehdyt unelmataulut otettiin esille ja niitä tutkittiin yhteisten unelmien ja toiveiden teemojen löytämiseksi. Halutessaan osallistuja sai kertoa omasta unelmataulustaan muille.

Unelmatauluissa oli havaittavissa samankaltaisia toiveita ja unelmia. Niissä oli havaittavissa ruokailuun ja syömiseen, käsitöiden tekemiseen, perheeseen ja ystäviin sekä oppimiseen liittyviä teemoja. Taulut olivat värikkäitä ja monipuolisia ja kokopaperilla käytettävissä oleva tila oli hyödynnetty. Taideteokset koottiin yhteen seinälle, josta oli niihin kaikkien mahdollista päästä tutustumaan.

5.4.2 Vieraaseen kulttuuriin tutustuminen

Toista toimintapäivää jatkettiin tutustumalla Kotomajan asiakkaiden ja työntekijöiden kulttuureihin. Menetelmäksi valittiin Google-kuvahaun sekä Youtube-videohaun.

Voimauttavan valokuvan menetelmää käytetään jo useissa sosiaali-, terveys- ja opetusalojen moniammatillisessa työssä yhteisöjen kehittymiseen. Voimauttavan valokuvan sielu on kuitenkin edelleen lastensuojelutyössä: mitä vakavasti kaltoinkohdeltu ihminen tarvitsee tullakseen arvokkaaksi, osalliseksi ja voidakseen liittyä toisiin ihmisiin? (Maailman ihanin tyttö, 2018.)

Kuvateemoiksi valittiin vieraan kulttuurin luonnon, ympäristön ja ruokailutavat. Yhdessä aloitettiin tutustumaan Afganistanin, Irakin ja Sudanin kuvamaisemiin. Kotomajan työntekijät sekä asiakkaat kertoivat kotimaastaan kuvia apunaan käyttäen. Lisäksi kuunneltiin ja katseltiin heidän musiikkiaan ja tutustuttiin samalla myös hiukan erilaisiin soittimiin. Kotomajan ohjaaja toimi tulkkina ja Mahiksen ohjaajalla oli myös arabian kielen taitoa, joten eri maiden kieliinkin tutustuttiin.

Erityisesti osallistujia kiinnosti vieraiden maiden eläimet ja soittimet, niistä kirposi monenlaista keskustelua. Osallistujia innosti myös kyseisten maiden sijainti maailmankartalla. Tälle toiminnalle olisi voinut varata paljon enemmän aikaa, sillä keskusteluja olisi voinut käydä paljon pidempään. Seuraavaa kertaa ajatellen tämänkaltaiseen toimintaan on syytä keskittyä enemmänkin.

5.4.3 Ulkopelit

Toinen toimintapäivä jatkui ulkona pihapelien merkeissä. Peli vaihtoehtoiksi valittiin sellaisia pelejä, joita on helppo pelata yhdessä ja joissa on yksinkertaiset säännöt, jotta osallistuminen oli kaikille mahdollista. Vaihtoehtoina oli muun muassa mölkky, tikanheitto ja kroketti. Ulkopelin tarkoituksena oli luoda sellainen kohtaamistilanne osallistujien välille, jossa olisi mahdollisuus tutustua toisiin, luoda yhteisöllisyyttä ja kerryttää yhteisiä myönteisiä kokemuksia. Yhteisen pelihetken ajatuksena oli kannustaa osallistujia yhteiseen tekemiseen, niin että tilanne olisi mahdollisimman aito ja jännityksetön. Pelin edetessä se loi mahdollisuuksia osallistujien väliseen jo oma-aloitteisempaan vuorovaikutukseen.

Osallistujat valitsivat mölkky-pelin, jota pelattiin yhdessä ohjaajien ja osallistujien kanssa. Pelaamiseen osallistui Mahiksen asiakkaita ja Kotomajan kävijät olivat mukana pelissä seuraamalla sitä mielenkiinnolla ja kannustamalla pelaajia. Yhteispelelaaminen toi rennon ja kepeän ilmapiirin, jossa kaikki saivat osallistua toimintaan omalla tavallaan, sekä loi hyvän pohjan tutustumiselle ja keskusteluille. Yhteinen pelihetki oli osallistujille mielekäs ja se toi osallistujille mahdollisuuden vaikuttaa pelin etenemiseen ja sääntöihin, joka lisäsi vuorovaikutusta, itsensä ilmaisua ja keskustelua.

Ulkopelien merkeissä oli hyvä havainnoida sitä, miten jo miljöön vaihto sisätiloista ulos vaikutti osallistujiin. Tuokiossa havaittiin, että ulkona nuotion äärellä keskustelua käytiin paljon rohkeammin ja se mahdollisti tilanteen, jossa kaikki osallistujat ja ohjaajat olivat samassa tilassa yhdessä jakamassa saman kokemuksen ja tunnelman. Ulkona ja yhteisepelin edetessä vuorovaikutus ja osallistujien itse ilmaisu oli paljon rohkeampaa ja välittömämpää.

“Kauniista pihasta nauttiminen nuotion loimutessa oli hienoa.”

5.4.4 Tikkupullan grillausta

Toimintapäivät kruunasi yhteinen hetki nuotion ääressä ja mahdollisuus lähteä paistamaan tikkupullaa. Tuokio koettiin vallan mielekkääksi, sillä vain harva asiakasta oli aikaisemmin paistanut pullaa aidolla liekillä. Muutama asiakas kyseenalaisti aluksi toimintaa ja sen onnistumista, mutta jälkikäteen kaikki olivat tilanteesta hyvin innostuneita.

“En ole koskaan tehnyt mitään tällaista. Hienoa että vielä vanhalla iälläkin pääsen tekemään uusia asioita!”

“Tämä on aivan loistava keksintö! Kuinka terapeutista on olla nuotion ääressä ja syödä jotain hyvää.”

Mahiksen piha oli kaiken puolin luokseen kutsuva ja viihtyisä paikka. Pihaa ympäröivät isot vehreät puut, pensaat ja kukat. Pihan keskelle oli asetettu pitkä pöytä tuoleineen. Keskiössä oli myös grillauspaikka, jonka ympärille asiakkaat ohjaajineen kerääntyivät.

Asiakkaat saivat pullataikinaa ja pitkän tikun, jonka avulla grillaaminen tapahtui. Jokainen sai itse paistaa pullaansa niin pitkään, kuin he tahtoivat. Pullan kanssa tarjottiin myös itsetehtyä mehua. Asiakkaiden kasvoilta paistoi ilo, kun he kerääntyivät nuotion ääreen rupattelemaan ja paistamaan pullaansa. Tilanteessa huomasi sen, että sekä Mahislaiset ja Kotomajalaiset olivat jo hieman sulautuneet yhtenäisemmäksi ryhmäksi ja heidän oli helppoa olla läsnä vallitsevassa tilanteessa.

Moni kehui, kuinka ihanaa on viettää aikaa kauniissa ympäristössä ja varsinkin katsella oikeaa tulta. Suomen mielenterveysseuran (2018 b) mukaan monipuolisia luontoalueita tarvitaan rauhoittumista, liikuntaa ja ulkoilua varten. Parhaimmat terveyshyödyt saadaan toistuvilla käynneillä mieluisilla paikoilla, joten luonnon tulee sijaita lähellä arkea ja jokapäiväistä elinympäristöä. Hyvää kokemukseen vaikuttavat ympäristön turvallisuus, esteettisyys ja kiinnostavuus, samoin valon määrä, lämpötila, ilmanlaatu ja äänimaisema. Se, minkä tyyppinen luonto soveltuu parhaiten virkistysympäristönä, riippuu kävijän taustoista, toiveista ja on jossain määrin myös kulttuurisidonnaista.

Puutarhojen ja puistojen käyttämiselle mielenterveyskuntoutuksessa on pitkät perinteet. Viherympäristön hoitavat ominaisuudet perustuvat luonnon parantaviin ominaisuuksiin sekä sen vaihteleville, aistittaville virikkeille. Mielenterveyskuntoutuksessa viheriöitä onkin käytetty masennuksen, ahdistuksen ja levottomuuden lievittämiseen sekä tunteiden tunnistamisessa ja sanoittamisessa. Luonnossa oleminen voi lievittää fyysisiä oireita, mutta myös vähentää häiritsevää tietoisuutta niistä. Kokemusten ohella luonto tarjoaa mahdollisuuksia toiminnoille, jotka lisäävät aktiivisuutta ja sosiaalista vuorovaikutusta. Viherympäristö tuntuu turvalliselta ja edesauttaa myönteisiä aistihavaintoja. (Suomen mielenterveysseura 2018 b.)

Toiminta jatkui siten, että jokainen Kotomajalainen kertoi mistä on kotoisin ja heidän kotimaahan tutustuttiin internetin kautta katsomalla kuvia, kuuntelemalla musiikkia ja tutustumalla kyseisen maan luontoon ja eläimiin. Vaikka Kotomajalaiset olivat vielä tämän toiminnan aikana hieman jännittyneitä, jokainen heistä kertoi kotimaastaan mielellään ja vastaili Mahislaisten esittämiin kysymyksiin ja osoittivat mielenkiintoa toimintaa kohtaan.

Kotomajalaiset kommunikoivat keskenään tottuneesti ja tukivat toisiaan ja tulkkasivat toisilleen keskustelua tarpeen vaatiessa. Kotomajalaiset olivat selkeästi hyvin yhteen hioutunut ryhmä, jotka tunsivat toisensa hyvin ja olivat oppineet lukemaan sosiaalisia tilanteita, niin että jokainen pystyi osallistumaan toimintaan ja ymmärtäisi mitä tehdään ja mistä keskustellaan. Heidän keskeinen kommunikaatio oli luontevaa ja luottamuksellista vaikka yhteistä kieltä kaikilla ei ollutkaan. Tosiinsa

tukeutuen heistä jokainen pystyi osallistumaan toimintaan ja myös hieman ottamaan kontaktia Mahislaisiin.

Toisena toimintapäivänä Kotomajalaisia odotettiin jo tovi ja lopulta he saapuivat sopivasti kulttuureihin tutustumisen hetkeen. Koska Kotomajalaiset saapuivat tällä kertaa hiukan suurempana ryhmänä, heidät oli helpompi huomioida ja vastaanottaa. Mahislaiset reagoivat innostuneesti vieraiden saapumiseen ja odottivat, että voimme aloittaa päivän aktiviteetit. Kulttuureihin tutustuminen kirvoitti kysymyksiä Mahislaisilta maahanmuuttajanaيسille ja naiset vastasivat esitettyihin kysymyksiin joko suomeksi tai omalla äidinkielellään tulkin välityksellä.

Mahislaiset osallistuivat hyvin toimintapäivien aktiviteetteihin. Tuttuihin toimintoihin näytti olevan hyvin helppoa osallistua, kuten korttipeleihin ja laulutuokioon. Unelmataulun teko oli Mahislaisille ehkä hiukan vieraampaa ja siihen osallistuttiin ensin hiukan tunnustellen, mutta lopulta pöydän ympärillä kävi innostunut kohina, kun unelmatauluun etsittiin sopivia kuvia. Taulun avaamiseen keskustellen olisi voinut varata enemmän aikaa, jotta jokainen olisi saanut kertoa omasta työstään.

Ryhmien välistä kanssakäymistä oli havaittavissa erityisesti, kun tehtiin unelmataulua, katseltiin ja kuunneltiin kerrontaa kulttuureista sekä pullan paiston yhteydessä. Kun toinen kertoo jotain tai näyttää toiselle jotain on kanssakäymisen ja tutustumisen mahdollisuus avointa. Kun ryhmä jakaa jotain toisilleen ja toimii avoimesti, annetaan osa itsestä toiselle ja saadaan vastalahjaksi osa toisen ihmisen ajatusmaailmaa.

Tikkupullan paisto ulkotulella oli monelle osallistujalle mieluisa kokemus. Osa osallistujista oli ennenkin paistanut tikkupullaa, mutta joukkoon mahtui myös heitä, joille kokemus oli uusi. Kun jokaisella oli mahdollisuus omaan tahtiin tutustua pullan paiston periaatteeseen, kokemattomimmatkin päättivät avustettuna ryhtyä paistamaan omaa pullaansa.

5.4.5 Toisen toimintapäivän havainnointi

Kotomajalaisten kontaktin ottaminen Mahislaisiin jäi hyvin vähäiseksi, mikä on ymmärrettävää ottaen huomioon, että he tapasivat Mahislaiset ensimmäistä kertaa

ja kommunikointi tapahtui suurilta osin tulkin kautta. Elekielestä ja läsnäolosta välittyi kuitenkin tunnelma, että he olivat kiinnostuneita osallistumaan toimintaan ja tapaamaan Mahislaiset. Toimintapäivän lopussa siirryimme ulos pelaamaan ulkopelejä ja paistamaan tikkupullaa nuotion ääreen. Nuotion äärellä ulkona vietettiin yhteistä aikaa, jossa oli mahdollisuus tutustua toisiin yhdessä tekemisen ja yhteisten keskustelujen kautta. Ulkona olikin jo hieman enemmän vapautunutta keskustelua Mahislaisten, Kotomajalaisten ja ohjaajien kesken. Päivän loppuessa olennaisena havaintona jäi mieleen, että tutustumisessa ja hyvässä kohtaamisessa tärkeää ei aina välttämättä ole yhteinen kieli, vaan yhdessä olo, yhteiset kokemukset sekä arvostava ja avoin ilmapiiri. Toimintapäivän loppuessa sekä Mahislaisista ja Kotomajalaisista jäi sellainen tunnelma, että toimintapäivä oli hyvä kohtaaminen ja innostaisi osallistujia osallistumaan tällaiseen toimintaan uudestaan.

Toimintaan lähdettiin hyvissä tunnelmissa mukaan, vaikkakin omien yhdistyksien tuttujen jäsenten seura oli suuressa roolissa. Kotomajalaiset tukeutuivat toisiinsa ymmärrettävistä syistä, koska heidän ryhmänsä toiminta oli vasta alkanut ja ehkä kohtaaminen tuntemattomien kanssa koettiin jännittäväksi.

Mahislaiset toimivat hyvin ryhmänä keskenään, ottivat Kotomajalaiset huomioon parhaansa mukaan, mutta olivat myös hyvin keskustelevaisia toiminnan ohjaajien kanssa. Toiminta otettiin heti omaksi ja sitä lähdettiin toteuttamaan jokaisten omien kykyjensä mukaisesti. Kotomajalaiset taas olivat enemmän omana porukkanaan ja hakivat paljon enemmän tukea toisistaan ja omasta ohjaajastaan, joka oli päivissä mukana. Kotomajalaiset uskalsivat puhua ja keskustella omista asioistaan tuetusti, mutta myös itsenäisesti, kunhan keskustelun aihe oli heille tuttu.

5.5 Haastattelut toimintapäivien jälkeen

Haastattelulomakkeet (LIITE 1, LIITE 2) suunniteltiin mahdollisimman selkeiksi ja yksinkertaisiksi ymmärtää. Asiakkaille suunnatussa kyselyssä (LIITE 1) otettiin huomioon Kotomajan kävijöiden kielitaidon, siten että avoimia kysymyksiä oli vähän, koska niihin on haastavaa vastat vähäisellä suomen kielen taidolla. Kysymykset muotoiltiin niin, että vastaaminen ei veisi paljon aikaa ja palaute toiminnan sisällöstä, onnistumisesta ja toteutuksesta olisi mahdollisimman kattava.

Asiakkaille suunnatussa kyselyssä (LIITE 1) kysymysten sisältö koski toiminnan ilmapiiriä ja osallistumisen helppoutta, toiminnan mielekkyyttä- ja onnistumista, toisen asiakasryhmän kohtaamista, sekä halukkuutta osallistua vastaavaan toimintaan uudestaan. Kysymysten tarkoituksena on kartoittaa, miten mielekkääksi tällainen toiminta koetaan ja millaisia ajatuksia ja tunteita siihen liittyi. Halusimme palautteen myös siitä, millaiseksi ilmapiiri koettiin toiminnan aikana ja miten se vaikutti siihen, oliko toimintaa osallistuminen helppoa vai haastavaa. Lopuksi kysyimme haluavatko osallistujat lisää tämän kaltaista toimintaa ja mitä aktiviteetteja se mahdollisesti voisi pitää sisällään. Kyselylomakkeen tarkoituksena oli saada tietoa asiakkaiden ajatuksista liittyen toiminta päivään, heidän kokemuksestaan ja kuulla ehdotuksia yhtiseen toimintaan jatkossa. Palaute siitä miten mielekästä toiminta osallistujien mielestä oli, ja mitä he ajattelevat tällaisen toiminnan järjestämisestä jatkossa auttaa yhteisen toiminnan järjestämisessä ja suunnittelemisessa jatkossa.

Henkilökunnalle suunnitellussa kyselylomakkeessa (LIITE 2) kysyttiin, edistikö toimintapäivä Mahiksen ja Kotomajan yhteistyötä, ja jos edisti, niin miten. Kartoitimme henkilökunnan näkemystä siitä, kehittikö toimintapäivä hyvinvointia ja osallisuutta, oliko toimintaan osallistuminen jäsenten mielestä helppoa ja millaisia haasteita he näkevät verkostoyhteistyötoiminnan aloittamisessa.

Verkostoyhteistyön ja oman toiminnan kehittämisen kannalta on tärkeä saada palautetta siitä, miten onnistuimme verkostoyhteistyön aloittamisessa tai jos emme onnistuneet, niin mikä siihen vaikutti. Toiminnan tärkeimpänä tavoitteena on hyvinvoinnin ja osallisuuden lisääminen, joten halusimme henkilökunnan näkemyksen ja palautteen siitä edistikö toiminta näiden tavoitteiden toteutumista. Ammatillisen kasvun ja ohjaustaitojen kehittämisen näkökulmasta on tärkeää saada ammatilaisten näkemys siitä, miten onnistuimme sellaisen ilmapiirin luomisessa, että toimintaan oli kaikkien osallistujien helppoa tulla mukaan. Henkilökunnalle suunnitellussa kyselylomakkeella (LIITE 2) on tarkoitus kartoittaa henkilökunnan näkemystä siitä, miten toimintapäivä onnistui, miten siinä oli otettu asiakkaat ja heidän erityistarpeet huomioon ja mitä haasteita toiminnassa täytyy ottaa huomioon. Lisäksi kysyttiin henkilökunnan ajatuksia toiminnan sisällöstä.

Verkostoyhteistyö toiminnan tarkoituksen on Kotomajan ja Mahiksen yhteistyön aloittaminen ja sen mahdollisen jatkumisen tukeminen. Siksi kysyimme palautelomakkeessa mahdollisia toiminnan haasteita, jotta ne voidaan ottaa tulevaisuudessa huomioon ja niiden pohjalta pohtia miten verkostoyhteistyö toimintaa voidaan kehittää.

6 TOIMINNALLISTEN PÄIVIEN ANALYSOINTI

Toimintapäivien aikana osallistujia havainnoitiin ja heiltä kysyttiin toimintapäiviin liittyviä kysymyksiä ja kokemuksia kyselylomakkeella. Lisäksi Mahiksen ja Kotomajan työntekijöiltä kysyttiin toimintapäiviin liittyviä kysymyksiä ja kokemuksia.

6.1 Toiminnallisen päivän analysointi, asiakkaat

Toimintapäivien päätteeksi sekä asiakkaille, että työntekijöille jaettiin kyselylomakkeet toimintapäiviin liittyen. Asiakkailta vastauksia saatiin seitsemän kappaletta. Asiakkaat saivat täyttää lomakkeen kaikessa rauhassa ja pohtia vastauksiaan. Vastaukset annettiin nimettöminä ja Mahislaisten sekä Kotomajalaisten vastaukset ovat sekoitettu keskenään, jolloin tuloksista saadaan yksi yhtenäinen analyysi. Seuraavana käsitellään kyselylomakkeen tuloksia.

Asiakkailta saatu palaute oli myönteistä ja samanlaisia toimintapäiviä toivottiin yleisesti lisää. Positiivista palautetta tuli varsinkin toiminnasta, jota Mahiksen asiakkaat saivat itse suunnitella. Asiakkaista tuntui, että heidän mielipiteillään oli merkitystä ja heidän äänensä saatiin kuuluville kahden toimintapäivän aikana. Ohjaajia kiitettiin tästä mahdollisuudesta päästä tutustumaan uusiin kulttuureihin ja ihmisiin.

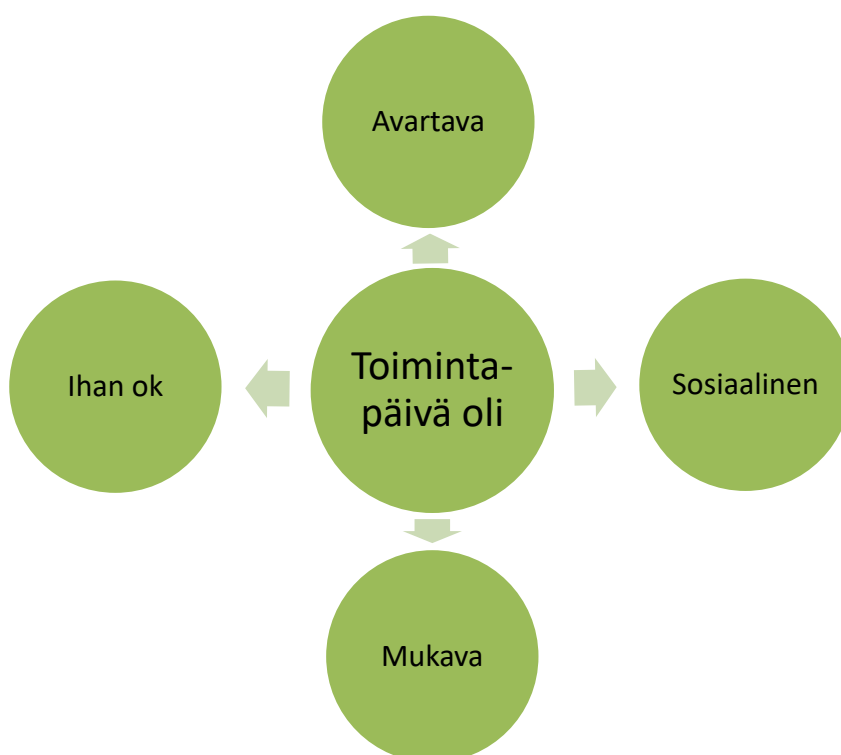
Rakentavaa palautetta saatiin siitä, kun Kotomajalaisia ei saapunut toivottua määrää paikalle. Jatkossa olisi hyvä vielä aikaisemmin tiedustella, mitkä päivät sopisivat mahdollisimman monelle. Aikataulujen suunnittelut ovat ratkaisevan tärkeitä toiminnan onnistumiselle. Valitettavasti aikaisemmin jo päätettyihin aikoihin tuli jatkuvasti muutoksia ja esteitä, mitkä vaikeuttivat Kotomajalaisten pääsyä Mahikseen.

6.1.1 Kokemus toimintapäiviin osallistumisesta

Ensimmäiseksi asiakkailta lähdettiin kysymään, olivatko he tunteneet olonsa tervetulleiksi osallistuessaan yhteisiin toimintapäiviin. Seitsemästä vastaajasta jokainen oli tuntenut olevansa tervetullut osallistumaan yhteisiin tapahtumiin. Positiivista vastaanottoa edesauttoi osapuolten mielenkiinto toisiaan kohtaan sekä matalan kynnyksen mahdollisuus lähteä osallistumaan toimintaan.

6.1.2 Tunnelmat tapahtumaan osallistumisesta

Toimintapäivän aiheet koettiin mielenkiintoiseksi, etenkin siksi, että tapahtuma antoi mahdollisuuden kahdelle eri ryhmälle lähteä tutustumaan toisiinsa. Kulttuurien jakaminen keskenään nähtiin tärkeäksi puolin ja toisin. Kuviossa 3 käsitellään, millaiseksi vastaajat kokivat yhteisen toimintapäivän toisen ryhmän kanssa.



Kuvio 3. Millaiseksi toimintapäivä koettiin?

Avartava. Vastauksen mukaan avartavaa oli se, että ryhmät saivat tietoa toisistaan ja toiminnastaan. Uusi kokemus antoi paljon ajattelemisen aihetta siitä, että erilaiset ryhmät pystyvät tekemään yhdessä yhteistyötä mielekkään tekemisen avulla. Uudenlaisessa ympäristössä ja uusien ihmisten kanssa yhteistyön tekeminen oli vaikuttava kokemus.

Ihan ok. Vastauksen mukaan järjestetty toiminta oli suhteellisen mielekästä. Toiminta oli mukavaa, mutta myös parannettavaa jäi.

Mukava. Osallistujan mielestä mukavaa oli se, että Kotomajalaiset tulivat mukaan yhteiseen toimintapäivään. Osallistuja oli tyytyväinen siihen, että hänen oli mahdollisuus päästä tutustumaan uusiin ihmisiin, kulttuureihin ja toimintatapoihin.

Sosiaalinen. Vastauksen mukaan järjestetty toiminta lisäsi sosiaalista kanssakäymistä kantasuomalaisten kanssa. Jokainen kontakti kantasuomalaisiin ja suomalaisuuteen ovat tärkeitä kotoutumisen kannalta.

Toimintapäivien onnistumisesta kertoo se, että sitä on osattu arvostaa avartavaksi kokemukseksi. Uudenlaisen ryhmän kanssa toimiminen antoi erilaisia ajatuksen aiheita sekä se loi uutta suhtautumista eri kulttuurien välille. Tuloksista voi huomata myös sen, että asiakkaat kokevat tärkeäksi sen, että he pääsevät näkemään toisia ihmisiä eri kulttuureissa ja oppimaan näistä lisää.

“Se oli hyvä kun kävin siellä ja näin toiset ihmiset.”

“Intressant, hemtrevligt.”

Yleinen mielenkiinto toimintaa kohden säilyi jatkuvana, mikä teki osallistumisesta mielekästä. Toimintaan osallistuminen oli omalta osaltaan jännittävää varsinkin Kotomajan osallistujille, koska heitä tuli vain yksi molempia päiviä kohden. Jännitys oli havaittavissa, kun Mahislaisten huomio kiinnittyi tähän yhteen vierailijaan. Toimintapäivä olisi ollut varmasti paljon mielekkäämpää Kotomajalaisille, jos heidän osaltaan osallistujia olisi ollut enemmän ja he olisivat saaneet tukea toisistaan. On jännittävää lähteä tutustumaan aivan uudenlaiseen yhteisöön varsinkin yksin, jolloin on helpompi sulkeutua ja jäädä vain tarkkailemaan tilannetta. Jos osallistujia määrät olisivat olleet tasapuolisempia molempien ryhmien välillä, olisi kontakteja varmasti ollut helpompi lähteä luomaan.

6.1.3 Toiminnan mukavuus

Kaikki seitsemän vastaajaa olivat täysin samaa mieltä siitä, että päivän toiminta oli kaikin puolin mukavaa. Työn ohjaajien ajatuksena oli lähteä toteuttamaan mukavaa yhteistä toimintaa, johon on matalan kynnyksen mahdollisuus osallistua. Valitussa toiminnassa tärkeintä oli se, että sitä pystyttiin toteuttamaan ilman yhteistä kieltä. Toiminnan tarkoituksena oli antaa maahanmuuttaja naisille mahdollisuuden tutustua suomen kieleen mahdollisimman helposti ja innoittavasti. Toimintaa osallistuttiin omien kykyjensä mukaisesti, eikä siihen vaadittu hyvää kielitaitoa. Tämä lienee tärkein asia, jonka takia päivän toiminta koettiin mukavaksi molempien osallistuvien yhteisöjen kesken.

Toimintapäivien ohjelma valikoitiin siten, että molempien ryhmäläisten on helppo lähteä sitä toteuttamaan ilman suurempia vaatimuksia. Tärkeintä oli löytää sopivaa toimintaa, joka sopi kaikille kulttuurista, uskonnosta ja yksilön erityiskyvyistä riippumatta. Neutraalina pidettyyn toimintaan on helpompi lähteä mukaan, koska se ei vaadi osallistujaa liian henkilökohtaisiin suorituksiin ja niissä voi antaa itsestään niin paljon irti, kuin on itse valmis antamaan.

6.1.4 Toimintaan osallistumisen helppous

Seitsemästä vastaajasta jokainen oli sitä täysin samaa mieltä siitä, että toimintaan osallistuminen oli helppoa. Ohjaajat onnistuivat luomaan yhdessä Mahiksen asiakkaiden kanssa toimivan kokonaisuuden molemmille toimintapäiville, joihin oli helppo lähteä mukaan. Toiminnan tarkoituksena oli luoda Mahiksen asiakkaille mahdollisuuden päästä tutustumaan uusiin kulttuureihin ja luoda Kotomajalaisille mahdollisuuden saada uusia kokemuksia suomalaisesta kulttuurista ja ihmisistä.

Toiminta pidettiin yksinkertaisena ja niissä käytettiin apuna arkipäiväisiä asioita. Osallistujilta ei vaadittu osallistumiseen mitään erityistä osaamista tai tietoa. Tarkoituksena oli luoda positiivinen ilmapiiri toiminnan ympärille ja näyttää esimerkeillä sitä, että ihmiset ovat perusluonteeltaan kaikki samanlaisia syntyperästä, kulttuurista tai uskonnosta riippumatta.

6.1.5 Toimintapäivien onnistuminen

Asiakkailta kysyttiin, oliko toimintapäivä onnistunut heidän mielestään. Tarkoituksena oli pohtia kokonais kuvaa. Kuusi vastaajaa oli täysin samaa mieltä siitä, että toimintapäivät olivat onnistuneet ja yksi vastaaja oli osittain samaa mieltä siitä, että toimintapäivät olivat onnistuneet. Onnistumista edesauttoi hyvä ilmapiiri, jossa toimintaa suoritettiin sekä asiakkaiden yhteinen into toiminnalle.

Toimintapäivien onnistumisesta antoi viestiä myös havainnoinnit, jossa toimintapäivien tunnelma oli hyvä ja kohtaamisiin oltiin tyytyväisiä. Osallistujat olivat innokkaita osallistumaan tällaiseen toimintaan uudestaan. Toimintapäiviin uudelleen osallistumista edesauttaa se, että ryhmille löydetään sopivat ajankohdat osallistua toimintaan ilman kiireitä. Toimintaan osallistuvien ryhmien tasapainoisuus on myös tärkeää, ettei vain tiettyihin osapuoliin kohdistu liikaa odotuksia tai toiveita. Onnistumisen olisi varmasti myös mahdollisempaa toisenlaisessa ympäristössä, joihin molemmat ryhmät kutsuttaisiin. Tämä tilanne ei loisi toiselle ryhmälle kotikenttätunnetta tai vain toiselle vierailijan asemaa.

6.1.6 Jatkuvuus

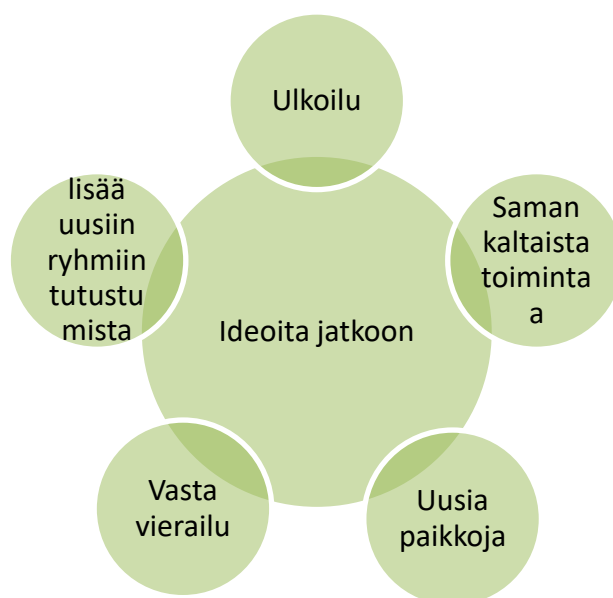
Toimintapäiviä järjestettiin kaksi kappaletta. Oli tärkeää saada asiakkaiden mielipide siihen, halutaanko lisää vastaavanlaisia päiviä.

Kuusi seitsemästä vastaajasta toivoi, että jatkossa järjestettäisiin samantyyppisiä toimintapäiviä ja yksi vastaajista ei halunnut osallistua enää samanlaiseen toimintaan mukaan. Toimintapäivät eivät toimineet halutulla tavalla, koska Kotomajalta ei saapunut kuin muutama osallistuja. Kotomajalaiset olisivat kenties tunteneet olonsa viihtyisämmäksi, kun heidän puoleltaan olisi saapunut enemmän väkeä. Nyt kaikki huomio kiinnittyi ensimmäisenä päivään yhteen ainoaan osallistujaan, kuin myös toisen päivän yhteen Kotomajan asiakkaaseen. Jos osallistujia olisi ollut enemmän, olisi huomio kiinnittynyt varmemmin tasapuolisemmin, eikä vain tiettyihin henkilöihin.

Mahislaiset toivoivat useaan otteeseen myös vastavierailua Kotomajalle. Kotomajan uusien pienempien tilojen takia tämä vastavierailu ei kuitenkaan tulisi toteutamaan halutulla tavalla. Vastaavanlaiset tapahtumat voitaisiin järjestää jatkossa uudessa ympäristössä, joka toimisi molemmille ryhmille neutraalina kenttänä.

6.1.7 Ideoita tuleviin toimintapäiviin

Lopuksi pohdittiin, millaista toimintaa asiakkaat toivoisivat jatkossa järjestettävän. Seuraavassa kuviossa 4 käsitellään asiakkaiden ideoita tuleviin toimintapäiviin.



Kuvio 4. Asiakkaiden ideoita jatkoa varten.

Lisää uusiin ryhmiin tutustumista. Jatkossa toivottiin lisää muihin ryhmiin tutustumisia.

Ulkoilu. Osallistujat toivoivat tuleviin toimintapäiviin yhteistä ulkoilua

Uusia paikkoja. Osallistujat toivoivat toimintaa erilaisissa ympäristöissä.

Samankaltaista toimintaa. Samankaltaisen toiminnan toteuttamista toivottiin lisää.

Vastavierailu. Osallistujat toivoivat vastavierailua Kotomajalle.

Toisen toimintapäivän mielekkäimmäksi toiminnaksi koettiin yhdessä ulkoileminen. Päivän päätteeksi osallistujat saivat osallistua aktiviteetteihin ja viettää yhdessä aikaa kauniissa miljöössä ja auringon paisteessa. Yhteistä toimintaa ulkoilun merkeissä toivottiin lisää, koska luonto koettiin rauhoittavaksi ja rentouttavaksi elementiksi ja se koettiin ryhmiä yhdistäväksi tekijäksi, sekä lisäsi osallistujien viihtyvyyttä. Viihdyttäväksi toiminnaksi koettiin myös tikkupullan paistaminen ja ulkopelit. Tämän kaltaisten toimintojen toivottiin jatkuvan myös tulevaisuudessa.

Toiminnan jatkamisen ideana esitettiin Mahislaisten vastavierailu Kotomajalla ja lisää erilaisten ryhmien välistä yhteistä toimintaa. Mahislaiset olivat hyvin kiinnostuneita Kotomajan toiminnasta ja sen kävijöistä. Tutustumista puolin ja toisin tapahtui hyvin jo Mahiksella järjestetyn toiminnan myötä. Seuraavat tapaamiset ja toiminnan uudelleen järjestäminen voisi olla helpompaa, kun ryhmät ovat jo kertaalleen tavanneet ja tutustuneet toistensa toimintoihin. Toiminnan järjestäminen seuraavaksi Kotomajalla voisi lisätä Mahislaisten tietoisuutta siitä, mitä Kotomajalla tehdään, keitä ovat Kotomajan kävijät ja millainen on toiminnan tavoite. Koska ryhmät olivat kiinnostuneita toisistaan puolin ja tosin, myös Kotomajalaiset esittelisivät omat tilansa ja toimintansa Mahiksen kävijöille mielellään. Kun molemmat ryhmät tietävät missä toiminta fyysisesti sijaitsee ja mitä siellä tehdään, myös se edesauttaa yhteisten toimintojen järjestämistä.

“Lisää eri ryhmien yhteisiä tapaamisia!”

“Sitten voisi olla vastavierailu kutsu ryhmän omiin tiloihin”

Toivottiin, että tulevaisuudessa voitaisiin kokoontua yhteisen toiminnan äärelle muissakin tiloissa ja paikoissa. Toimintapäivien järjestäminen muuallakin kuin toisen ryhmän tiloissa loisi molemmille ryhmille tasavertaisen mahdollisuuden tutustua toisten ryhmäläisten lisäksi myös uuteen ympäristöön. Ympäristö, joka on toiselle ryhmälle tuttu ja toiselle ryhmälle vieras, voi luoda vierailijaryhmälle jännitystä ja ulkopuolisuuden tunnetta. Tällainen tilanne vaatii useamman tapaamiskerran niin, että vierailijaryhmä voi rentoutua ja alkaa muodostaa pohjaa luottamukselle. Tilanteessa, jossa toimintaympäristö on molemmille ryhmille uusi, on luontevampi tukeutua toisiin ryhmäläisiin. Yhdessä tutustuminen luo yhteisöllisyyttä,

yhdistää ryhmiä ja muodostaa uusia kontakteja toisiin ihmisiin. Siksi toiminnan järjestäminen uusissa ja vaihtelevissa ympäristöissä tukee yhteisöllisyyttä ja edistää sosiaalisten taitojen kehittymistä.

“Toimintapäiviä voisi järjestää eri paikoissa vaihtelevasti.”

6.2 Toiminnallisen päivän analysointi, työntekijät

Mahiksen ja Kotomajan työntekijöitä pyydettiin myös täyttämään palautelomakkeet toimintapäiviin liittyen. Vastauksia saatiin yhteensä neljä. Seuraavaksi käydään läpi työntekijöiden vastauksia.

6.2.1 Yhteistyön edistäminen

Työssä tutkittiin, edistikö yhteinen toiminta kahta yhteisöä ja heidän välistä yhteistyötä. Seuraavassa kuviossa 5 vastaajien näkemyksiä siitä, edistikö toiminta yhteisöjä ja heidän välistä toimintaa.



Kuvio 5. Edistikö toiminta yhteistyötä?

Kyllä, ei aikaisempia kokemuksia. Työntekijöiden mukaan toiminta edisti yhteistyötä, koska kummallakaan ryhmällä ei ollut aikaisempia kokemuksia tämän tyyppisestä toiminnasta. Uudenlainen toiminta virkisti ryhmien normaalia arkea ja se antoi uusia näkökulmia ryhmien omille toiminnoille.

Kyllä, lisäsi liikuntaa. Yhteistyötä edisti ohjaajan mielestä se, että toinen ryhmä pääsi liikkumaan omasta tutusta ympäristöstään toiseen paikkaan. Välimatka ryhmien omien tilojen välillä motivoi asiakkaita liikkumaan, jolloin he pääsevät osallistumaan yhteiseen toimintaan.

Toivon mukaan. Vastaajan toivoi sitä, että toiminta edistää ryhmien välistä yhteistyötä. Vastaajalla ei ollut vielä paljoa kokemusta kummastakaan ryhmästä, joten mahdollisuudet ovat avoimet.

Mahiksen ja Kotomajan yhteinen toiminta koettiin edistävän yhteistyötä, koska yhdistyksillä ei ollut aikaisempaa kokemusta tämän tyyllisestä yhteistyöstä, jossa tehdään yhteistä toimintaa aivan erilaisen ryhmän kanssa. Toiminta koettiin yhtenä liikunnan aktiviteettina, joka loi positiivisia kokemuksia asiakkaille, jotka saapuivat pienen matkan päästä toimintapaikalle.

“Kyllä, aiemmin meillä ei ole ollut yhteistyötä, vaikka toimipisteemme sijaitisivat lähekkäin.”

Yksi vastaajista oli positiivisilla mielillä toiminnasta, mutta hänellä ei ollut kokemusta Kotomajasta, koska hän oli opiskelija. Vastaaja uskoi kuitenkin siihen, että toiminta oli hyväksi molemmille ryhmille.

Uniikki kokemus asiakkaille ja ohjaajille oli mieleenpainuva. Toimintaa voidaan jatkossa kehittää yhä paremmaksi ja toimivammaksi näiden ryhmien kesken, jolloin yhteistyön lujittaminen olisi avain asemassa. Mahdollisuuksien ja molempien ryhmien omien aikataulujen sopiessa keskenään, voidaan yhteisiä toimintoja järjestää uudelleen.

6.2.2 Yhdistävien toimintojen vaikuttavuus

Järjestetty toiminta oli ajallisesti suhteellisen lyhytkestoista, mutta jo pienellä aikavälillä yhteisöistä tuntui, että tämä kokemus oli molemmille etujensa mukaista. Jos yhteisöt päättävät jatkossa jatkaa yhteisiä toimintoja, on tulokset varmasti paljon selkeämpiä. Sosiaalisen toimintakyvyn ylläpitämisessä vuorovaikutussuhteet yhteisöjen jäsenten välillä vahvistaa aktiivista toimijuutta ja osallisuutta.

Kaksi työntekijää oli täysin samaa mieltä siitä, että toimintapäivät yhdistivät Mahiksen ja Kotomajan yhteisöjä. Yksi vastaajista oli osittain samaa mieltä ja yksi vastaaja ei osannut ottaa kantaa asiaan. Molemmissa toimintapäivissä oli muuttuvaa henkilökuntaa mukana, joten kaikilla vastaajista ei ollut näkemystä toimintapäivien kokonaisuudesta. Lähtökohdat jatkoon ovat hyvät ja osapuolten mielestä realistisia.

Yhteistyön avaaminen yhteisöjen ulkopuolisten toimijoiden toimesta oli yhteisöille helppo tapa aloittaa tutustuminen. Työelämän hektisyys ja henkilökunnan vaihtuvuus asettaa haasteita toteuttaa muuta toimintaa varsinaisen työn ohella. Ulkopuolisen toimijan suunnittelema, järjestämä ja vetämä toiminta helpottaa yhteisöjä lähemmään uuteen toimintaan mukaan ja auttaa hahmottamaan uuden yhteistyökumppanin toimintaa. Uudelle yhteistyölle järjestetyt yhteiset toiminnat ja tapaamiset luovat hyvin pohjan jatkaa yhteistyötä yhteisöjen

6.2.3 Hyvinvointi ja osallisuus

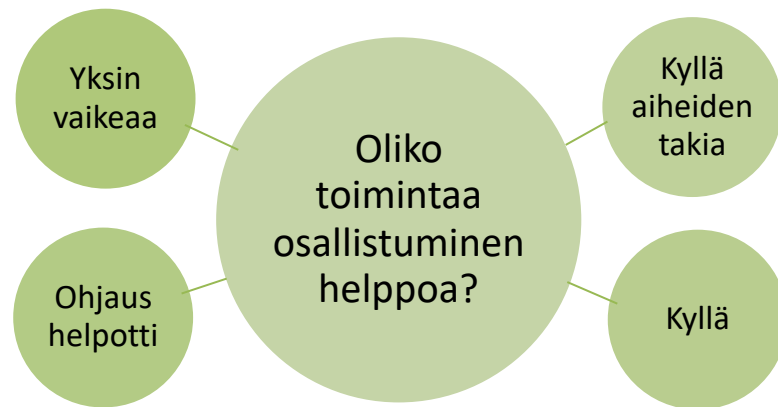
Toiminta mahdollisti kahdelle ennestään tuntemattomalle ryhmälle tutustumisen toisiinsa ja kuulla mitä kussakin yhteisössä tehdään. Toiminnan aloituksen tarkoituksena oli lähteä luomaan sidettä näiden kahden yhteisön jäsenten välille ja edistää heidän hyvinvointiaan. Osallisuutta luotiin kutsumalla Kotomajalaiset Mahikseen yhteiseen toimintaan ja saamaan nämä kaksi ryhmää tekemään asioita keskenään.

Hyvinvointia edistettiin mielekkään toiminnan keinoin, jota Mahislaiset olivat yhdessä ideoimassa. Kivijalkana toiminnolle oli se, että jokaisen osallistujan olisi mahdollisuus osallistua toimintaan iloisin mielen. Yleisesti musiikista ja ruoasta on

helppo lähteä luomaan linkkejä eri kulttuurien välille, koska ne ovat perustana jokaisessa kulttuurissa. Asiakkaat osoittivat eniten mielenkiintoa juuri näitä kahta linkkiä kohtaan. Eri maiden musiikki kiinnosti osallistujia ja esimerkiksi soittamista nousi useita kysymyksiä. Suomalainen pulla taas nostatti asiakkaiden hymyn huulille herkullisuudellaan. Uudella kokkaus tavalla myös kantasuomalaiset saivat kokea normaalin pullan tekemisen jollain aivan uudella tavalla. Toisen toimintapäivän viimeisen tunnin pääpaino sijoittui Mahiksen puutarhaan, jolloin asiakkaat pääsivät nauttimaan Suomen kauniista ulkoilmasta. Ulkona oleminen ryhmäytti asiakkaita entisestään, kun ryhmät hieman sekoittuivat ja asiakkaat rentoutuivat. Kaunis luonto ja vasta paistetun pullan tuoksu lisäsi asiakkaiden hyvinvointia silmin nähdessä.

6.2.4 Toimintaan osallistuminen helppous jäsenten mielestä

Matalan kynnyksen mahdollisuus osallistua toimintaan oli keskiössä, kun työntekijät ja Mahiksen asiakkaat lähtivät suunnittelemaan toimintapäiviä. Kuviossa 6 vastaajien näkemyksiä siitä, oliko toimintaan osallistuminen helppoa.



Kuvio 6. Toimintaan osallistumisen helppous.

Kyllä aiheiden takia. Toimintaan osallistuminen oli helppoa, koska toimintojen aiheet olivat helposti lähestyttäviä ja niitä pidettiin mielenkiintoisina. Aiheet olivat myös osallistumisen kannalta neutraaleja.

Kyllä. Vastaajan mielestä osallistuminen oli helppoa.

Ohjaus helpotti. Vastaaja kirjoitti, että osallistumisen helppoutta edesauttoi se, että toiminnat olivat ohjattu hyvin ja ohjaajat ottivat asiakkaat hyvin vastaan. Ohjaus oli selkeää ja kaikille tasapuolista.

Yksin vaikeaa. Vastaaja kertoi, että osallistumista vaikeutti se, että asiakas osallistui yksin omasta ryhmästään toimintaan ainoana vierailijana. Osallistuminen olisi mielekkäämpää, jos omasta ryhmästä olisi ollut myös muita osallistujia.

Työntekijöiden mielestä jäsenten osallistuminen toimintaan tehtiin mahdollisimman helpoksi. Työn ohjaajat toimivat hyvinä motivaattoreina asiakkaille, koska he olivat luontevia ja helposti lähestyttäviä. Toimintapäivien aiheet olivat myös monelle asiakkaalle mielenkiintoisia, joka innosti osallistumaan toimintoihin.

Yksi asiakas, joka oli osallistunut yksin omasta ryhmästä ensimmäiseen toimintapäivään, oli kokenut osallistumisen vaikeaksi. Asiakas olisi halunnut osallistua toimintaan siten, että hänen ryhmästään olisi ollut mukana muitakin, jolloin häneen ei olisi kohdistunut niin paljon huomiota. Liika huomion määrä oli koettu kiusalliseksi.

6.2.5 Haasteet verkostoyhteistyön aloittamisessa

Yhdeksi suurimmista haasteita toimintapäivien onnistumiseen oli ajankohta, joka verotti osallistujien määrää suuresti. Tässä kuviossa 7 käy ilmi mitä haasteita projektissa vastaajien mielestä oli.



Kuvio 7. Mitä haasteita koettiin?

Ryhmät vielä tauolla. Haasteena nähtiin se, että osa ryhmistä oli vielä kesälomalla.

Matka. Pidentynyt välimatka Kotomajan ja Mahiksen välille loi haasteita Kotomajalaisten siirtymiseen Mahikselle.

Muutto. Kotomaja muutti projektin aikana toisiin tiloihin, joka loi haasteen toimintaan osallistumiselle.

Juhla päivä. Toiminta-ajankohdalle osui muslimien juhlapäivä, joka vähensi osallistujien määrää.

Lasten hoito. Lapsille hoitopaikan järjestäminen olisi haaste, mahdollisia tulevia toimintapäiviä järjestettäessä.

Aikojen yhteen sovittaminen. Kotomajan ja Mahiksen aikataulujen yhteen sovittaminen nähtiin haasteena.

Pienentyneet tilat. Kotomajan pienentyneet toimitilat asettavat haasteen kutsua Mahis vastavierailulle.

Verkostoyhteistyötoiminnan aloittamisen keskeisimmiksi haasteiksi mainittiin muun muassa toiminnan ajankohta, koska osa Kotomajan ryhmistä olivat vielä toiminnan aloittamisen aikaan touolla. Esiin nousi myös Kotomajan muutto Kasarmin alueelta toisiin tiloihin, joka lisäsi merkittävästi välimatkaa Mahiksen ja Kotomajan välillä. Tämä koettiin haasteeksi, sillä Kotomajalaisten oli hankala löytää uudelta paikalta Mahikselle.

Tällaisia toimintapäiviä järjestettäessä on tärkeää ottaa huomioon sijainti ja kulku mahdollisuudet toiminta paikalle. Maahanmuuttajille, jotka ovat asuneet kaupungissa vasta vähän aikaa ja kulttuuri ja toimintatavat ovat uusia, voi olla hyvin haasteellista löytää perille ja suunnistaa vieraassa kaupungissa.

Vastausten perusteella yhteinen näkemys haasteeksi oli Kotomajalaisten vähäinen osallistujamäärä toimintaa. Molempiin toimintapäiviin osallistui Kotomajalta yksi asiakas työntekijöiden lisäksi. Osallistujamäärä olisi voinut olla suurempi mahdollisesti toisena ajankohtana. Palautteissa kerrottiin, että toiselle toimintapäivälle osui muslimien suuri juhlapäivä, joka mahdollisesti vähensi osallistujien määrää.

“Toisen toimintapäivän kohdalle osui muslimien iso juhlapäivä, mikä myös teki sen ettei väkeä juuri tullut paikalla.”

Jatkossa, kun yhteistyötä tehdään eri kulttuurien edustajien kanssa, on hyvä etukäteen keskustella ja selvittää muiden kulttuurien juhla- ja pyhäajankohdat, jolloin toiminta-ajankohdat voidaan sopia mahdollisimman monelle sopiviksi.

Kotomajan näkökulmasta haasteeksi mainittiin lisäksi lastenhoidon järjestäminen. Kotomajan toiminnan alkaessa kunnolla, mukana on suuri määrä lapsia, joille olisi tulisi löytää hoitopaikka toiminnan ajaksi. Tämän jälkeen myös siirtyminen Mahikselle veisi hetken aikaa, jolloin tuli haasteeksi Mahiksen ja Kotomajan yleisten aikataulujen yhteen sovittaminen.

“Kun meidän ryhmät käynnistyvät on silloin mukana toiminnassa iso määrä lapsia. Lapset tulee viedä lastenhoitajien hoiviin ja siirtymiseen Mahikselle tulisi vielä kulumaan aikaa. Vastaan tulee myös ruoka-aika (Mahiksessa klo 11).”

Tulevaisuudessa toimintaa järjestäessä voisi perusteellisesti selvittää molempien osapuolien päiväohjelma ja kiinteä aikataulu, jonka mukaan toiminta etenee. Näiden aikataulujen pohjalta olisi helpompaa sopia mahdollisia yhteisiä toiminta-ajankohtia, jolloin osallistujamäärä voisi olla suurempi ja ajankohta olisi molemmille osapuolille joustava.

Lopuksi Kotomajan osalta haasteeksi mainittiin se, että heidän uudet tilat ovat sen verran pienet, että vastavierailulle kutsuminen voisi olla hankalaa. Yhteisiä toimintapäiviä voisi siitä huolimatta järjestää, sillä palautteissa esiin tuotu idea, että toimintaa voi järjestää myös muualla, kun Kotomajan tai Mahiksen tiloissa on, edelleen mahdollinen vaihtoehto jatkoa ajatellen.

6.2.6 Haasteet toimintapäivien järjestämisessä

Yhteiseksi mielipiteeksi nousi se, että haasteeksi muodostui Kotomajalaisten osallistuminen toimintaan. Ensimmäisenä päivänä toimintaan osallistui yksi maahanmuuttaja nainen, samoin toiseen. Kotomajan ryhmät eivät olleet vielä käynnistyneet kunnolliseen toimintaansa ja heidän taholtaan maahanmuuttaja naisten yhteinen tapaaminen oli ollut vielä vähäistä. Ensimmäisen toimintapäivän aikaan osui Kotomajalaisten muutto toisiin tiloihin, joka loi pidemmän matkan kahden yhdistyksen välille. Kotomajalaisten täytyi kävellä odotettua pidempi matka Mahikseen, johon

ei oltu varauduttu ensimmäisenä toimintapäivänä. Toiselle toimintapäille osui muslimelle tärkeä juhlapäivä, joka omalta osaltaan karsi tapahtumaan osallistujien määrää.

6.2.7 Toimintapäivien uudelleen toteuttaminen

Yhteisien päivien tarkoituksena oli verkoston luominen Mahiksen ja Kotomajan välille. Toimintojen päätavoite oli luoda side näiden kahden yhteisön välille, jotta he voisivat jatkossa järjestää lisää yhteisiä tapahtumia.

Neljä vastaajasta oli sitä mieltä, että yhteisiä toimintapäiviä kannattaa lähteä toteuttamaan jatkossakin, mutta myös yksi oli sitä mieltä, että toimintapäivä ei tulisi toteutumaan hyvin samanlaisena jatkossa. Lämmin vastaanotto Mahiksen puolella loi hyvän tunnelman Kotomajalaisille osallistua toimintaan ja kotoutumisen edistämiseksi kaikki kontaktit kantasuomalaisiin ovat tärkeitä. Kotomajan omaksi haasteeksi nähtiin se, että heidän oman toiminnan käynnistyessä maahanmuuttaja naisten mukana saapuu myös paljon heidän omia lapsia. Lapset viedään ensin lastenhoitajan luokse ja tämän takia siirtyminen Mahikselle viivästytti heitä. Kotomajan uudet toimitilat ovat taas liian pienet, jotta Mahislaisia voitaisiin kutsua vastavuoroisesti vierailemaan Kotomajaan. Toimintapäivää hankaloitti myös se, että Mahislaisilla on omat ruokailuaikansa, jotka rajoittavat toiminnan aikataulutusta.

Toimintapäiviä voidaan kuitenkin vielä tulevaisuudessa lähteä suunnittelemaan yhdessä, kun löytyy paremmat lähtökohdat lähteä sitä toteuttamaan. Ajoituksien tärkeyttä painotetaan vastauksissa ja myös sopivien toimitilojen löytämistä. Ulkona oleminen oli kaikille mielekäästä ja sitä toivottiin lisää molemmilta puolilta.

6.2.8 Ideoita jatkoon

Työntekijöiltä ei tullut yhtään vastausta liittyen mahdollisiin tulevien toimintapäivien sisältöihin. Työntekijät pitivät siitä, että työn ohjaajat ja asiakkaat suunnittelivat toiminnan yhdessä ja sitä lähdettiin sitten toteuttamaan. Jatkossa olisi edelleen mahdollista se, että ensin lähdettäisiin kyselemään asiakkaiden mielipiteitä mahdollisesta toiminnasta, jonka jälkeen työntekijät voivat keskenään suunnitella aikatauluja, jotka palvelevat molempia yhteisöjä.

6.3 Loppupalaveri

Verkostoyhteistyö projektin päätteeksi järjestettiin loppupalaveri. Palaverin tarkoituksena oli käydä läpi toteutettu projektia ja sen vaiheita. Palaverissa käytiin läpi muun muassa yhteistä projektia, sen haasteita ja onnistumisia, sekä mahdollista jatkoa aloitetulle projektille.

Loppupalaveriin kokoonnuttiin Mahiksen ja Kotomajan ohjaajan sekä Kotomajan opiskelijan kanssa. Palaverissa käytiin läpi yhdessä toteutettua projektia, sen onnistumista ja haasteita eri näkökulmista. Tapaamisen alussa kerrottiin millaisia vastauksia asiakkaiden ja henkilökunnan antamista palautteista saatiin. Palautteiden pohjalta keskusteltiin kokemastamme ja siitä heränneistä ajatuksista.

Palaverissa keskusteltiin siitä, mitkä asiat toiminnassa ja sen toteuttamisessa olivat jääneet avoimeksi tai epäselviksi. Mitä asioita voisi jatkossa tehdä tai toteuttaa toisin, ja millaisia asioita tulevaisuudessa tulisi ottaa huomioon samankaltaista toimintaa toteuttaessa. Pohdittiin myös sitä, mikä toiminnassa oli toimivaa ja hyvää. Keskusteltiin, mitkä asiat ohjauksessa meni hyvin ja mitä asioita oltiin etukäteen huomioitu hyvin. Palaverissa käytiin läpi myös, mitä kokemus opetti ja millaisessa muodossa sitä voisi tulevaisuudessa jatkaa

6.3.1 Kehittämisaalueet ja huomiot

Keskustelu aloitettiin siitä, millaiset asiat yhteistyössä olivat jääneet toiminnassa epäselviksi ja mitä asioita olisi voinut huomioida enemmän. Mahiksen ohjaajat kertoivat, että heille oli jäänyt hieman epäselväksi, oliko ohjaajien tarkoitus osallistua myös toimintaa. Vai että ohjaajat vetäytyvät toiminnasta niin, että jäsenten ääni pääsee paremmin kuuluviin ja toiminnan vetovastuu jää opiskelijoille. Tultiin siihen lopputulokseen, että oli hyvä, kun toimintaan pääsi Mahiksen puolelta osallistumaan opiskelija. Näin saatiin jäsenten lisäksi myös yhden ulkopuolisen ohjaajan näkemyksen toimintaan rakenteesta ja onnistumisesta. Näin ollen toiminnan toteuttaminen ja vetäminen jäi opiskelijoille, ja jäsenten suurin huomio kiinnittyi uuteen ryhmään ja sen jäseniin.

Mahiksesta kerrottiin myös, että Mahikselle jätetty palautelomake ei ollut tavoittanut kaikkia henkilökunnan jäseniä. Palautelomakkeet jätettiin Mahikselle viimeisenä toimintapäivänä. Kaikki henkilökunnan jäsenet eivät olleet silloin paikalla, jolloin siitä ei välittynyt viesti kaikille. Tästä syystä osa palautteista jäi saamatta. Mahiksesta esitettiin ajatus, että palautelomakkeen olisi voinut lisäksi vielä lähettää kaikille sähköpostiin, jolloin kaikki olisivat sen varmasti saaneet.

6.3.2 Projektin haasteet

Keskustelu jatkui opinnäytetyön etenemisen kohtaamiin haasteisiin. Toimintapäivien toteuttaminen suunniteltiin alun perin toteutettavaksi keväällä 2018. Koska saimme tutkimusluvan vasta kesäkuussa 2018 toteutimme toimintapäivät aikataulusta muutaman kuukauden myöhässä. Kotomaja muutti kesän aikana Kasarmin alueelta pois uusiin tiloihin. Kotomajan ohjaaja kertoi, että toimintapäivät osuivat juuri heidän muuton kanssa samaan ajankohtaan. Tämä aiheutti Kotomajalle haasteita mainostaa projektia asiakkailleen, sillä suurin osa heidän resursseistaan meni muuttoon ja toiminnan uudelleen käynnistämiseen. Muutosta huolimatta Kotomaja pyrki parhaansa mukaan informoimaan asiakkaitaan tulevasta toiminnasta ja osallistumaan verkostoyhteistyöhön. Näistä haasteista huolimatta saimme molemmille kerroille yhden osallistujan myös Kotomajalta, josta olimme hyvin kiitollisia ja iloisia.

6.3.3 Tavoitteet ja yhteistyön jatko

Keskustelu eteni seikkoihin, joita tulevaisuudessa voisi huomioida enemmän ja ottaa yhteiseen keskusteluun kaikkien yhteisöjen kanssa. Palautteissa saatiin hyvin paljon kommentteja siitä, miten mielenkiintoista oli tutustua eri kulttuureihin ja maihin ja sellaista toimintaa toivottiin myös lisää.

Kotomajasta kerrottiin, että heille välittyi tunne, että heitä oli odotettu ja vastaanotto oli lämmin. Kotomajalaiset otettiin Mahiksella vastaan avoimesti ja osa halusi käteillä tai taputtaa olalle. Tämä ystävälliseksi tarkoitettu ele oli koettu Kotomajalaisien keskuudessa hämmäntäväksi ja ahdistavaksi. Osa Kotomajalaisista kuuluu mus-

limi kulttuuriin ja heidän kulttuurissaan ei ole tapan kätellä tai koskettaa tuntematonta miestä. Keskusteltiin, että jatkossa voisi puhua asiakkaiden kanssa etukäteen eri kulttuurien toimintatavoista. Näin kaikki tulisivat tietoisiksi toisten kulttuurien eri toiminta- ja tervehtimistavoista ja osaisivat ottaa ne huomioon kohtaamisissa. Nämä olivat sellaisia seikkoja, joita jatkossa tulisi huomioida. Tämän toteutumiseksi voisi järjestää asiakkaiden toivomaa eri kulttuureihin tutustumista, jolloin tietoisuus lisääntyy ja kohtaamiset tapahtuvat kaikkien toimintatapoja kunnioittaen.

Kummankin yhteisön ohjaajien näkemyksien mukaan tavoitteet yhteistyön aloittamisen ja jäsenten kohtaamisen näkökulmasta saavutettiin. Lämpimän, kiinnostuneen ja ystävällisen vastaanoton lisäksi jäsenten välillä tapahtui kontaktin ottoa ja keskustelua puolin ja toisin. Tämä oli tavoitteena ja sen kaikkien osapuolten mukaan saavutettiin. Kotomajasta kerrottiin, että tervetullut olo tuli juuri siitä, että heille tultiin heti juttelemaan ja kyselemään asioita. Toiminta oli onnistunut myös siitä näkökulmasta, että kävijöiltä oli tullut paljon jatko- ja toiminta ehdotuksia mahdollista jatkoa varten. Siitä voi päätellä, että asiakkaat olivat aidosti kiinnostuneita toisistaan ja pitivät toiminnasta. Toiminnan sisältöön liittyen saatiin hyvää palautetta sen suhteen, että toiminta oli suunniteltu sellaiseksi, johon kaikkien on helppo osallistua ja olla mukana huolimatta siitä, ettei ollut esimerkiksi yhteistä kieltä.

“Oli lämmin vastaanotto. Kotouttamisen edistämiseksi kaikki kontaktit kansuomalaisiin ovat tärkeitä.”

Mahis ja Kotomaja löytävät tämän yhteistyön myötä paljon sellaista, jota tulevaisuudessa voisi hyödyntää ja käyttää toimintana kävijöiden ja asiakkaiden eduksi. Ajatuksena on esimerkiksi se, että Kotomajan nuoret kävijät voisivat osallistua Mahiksen tiloissa järjestettävään Kasarmin kulmaan, joka järjestää toimintaa 18-35-vuotiaille aikuisille. Kasarmin kulman toimintaan olisi Kotomajan nuorten helppo osallistua, koska sitä ei tarvitsisi oman toiminnan lisäksi erikseen järjestää. Kasarmin kulma on jo olemassa olevaa toimintaa, johon voisi mennä tutustumaan. Haasteeksi yhteistyön jatkamiselle on se, että molempien toimijoiden resurssit ja voimavarat menevät oman päätyön toteuttamiseen ja kaikkeen ylimääräiseen toimintaan

jää hyvin vähän aikaa. Mahiksesta kerrottiin, että Mahis järjestää välillä erilaisia tapahtumia joihin Kotomajalaiset olisivat hyvin tervetulleita. Puhuttiin, että jatkossa kun Mahis järjestää tapahtumia, joihin Kotomaja voisi osallistua he tiedottavat siitä Kotomajaan. Kotomaja voisi osallistua tapahtumiin ja jatkaa tutustumista sen myötä. Yksi jatko ehdotuksista oli myös se, että ohjaajat voisivat mennä Kotomajaan tai Mahikseen esittelemään omaa toimintaansa. Silloin myös kynnys osallistua voisi madaltua, kun tietää millaisia ohjaajia on vastassa.

6.3.4 Hyvinvoinnin ja osallisuuden toteutuminen

Lopuksi keskusteltiin siitä, tukiko tämä projekti osallistujien sosiaalista hyvinvointia. Molempien osapuolien mielestä tuki, koska tapaamisten aikana osallistujat saivat jutella uusien ihmisten kanssa, tulla huomatuksi ja kohdatuksi. Vaikka uusissa tilanteissa uusien ihmisten kohtaaminen jännittääkin, jännityksen yli pääsemine tuottaa onnistumisen kokemuksia, sekä aitoja ja hyviä kohtaamisia. Näiden seikkojen toteutuminen oli yksi tärkeimmistä tavoitteista, joihin tämän opinnäytetyön myötä pyrittiin ja yhdessä todettiin, että sekin tavoite saavutettiin. Ohjaajat sanoivat, että tämä oli hyvä keino avata yhteistyö ja sen jatkuminen jossain muodossa on projektin jälkeen mahdollinen.

Loppu yhteenvetona todettiin, että haasteista huolimatta projekti oli hyvä ja onnistunut. Projekti oli opettava ja siitä jäi positiivinen kokemus kaikille osallistujille.

7 JOHTOPÄÄTÖKSET

Toiminnallisessa opinnäytetyössä kehitettiin verkostoyhteistyötä Mahiksen ja Kotomajan välillä Vaasan kasarmin alueella. Lähtökohtana oli järjestää toimintaa näille ryhmille yhteistyössä heidän kanssaan. Tutkimuksen kohteena oli verkostoyhteistyön mahdollisuudet kahden yhteisön välillä. Tavoitteena oli tuottaa sosiaalista hyvinvointia mielenterveyskuntoutujille ja maahanmuuttajille.

7.1 Yhdistysten vastuu sosiaalityössä

Sosiaalityön ammattilaisten palveluita on kehitettävä niin, että ne tulevat ulos toimistoistaan asuinalueille ja verkostoihin. Lähellä asiakasta heidän tilanteisiinsa voidaan parhaiten vaikuttaa. Järjestöjen ja yhdistysten osallistava toiminta on liitettävä mukaan asiakkaiden elämäntilanteiden selvittämiseen ja tukemiseen. Osallisuutta ja hyvinvointia tuottavia projekteja ja käytäntöjä on kehitettävä yhdessä järjestöjen, yhdistysten ja asukastoimijoiden kanssa.

Yhdistysten ja järjestöjen tekemä työ on näkyvässä jo nyt mielentervettä edistävässä sosiaalityössä. Osallisuutta ja asiakkaiden toimijuutta omaa elämää koskevassa päätöksen teossa on sosiaalityössä painotettu pitkään. Tämä näkyy asiakkaiden itsenäisessä ja rohkeassa osallistumisessa järjestöjen toimintaa, toiminnan kehittämiseen ja kriittiseen arviointiin. Henkilökunnan ja asiakkaiden lisääntynyt yhteistyö ja kommunikointi näkyi myös tasavertaisuuden näkökulmasta positiivisesti. On huomattu, että yhteistyö asiakkaiden ja henkilökunnan välillä on tasavertaistanut asiakkaiden asemaa työntekijöiden rinnalla. Työntekijä ei enää ole auktoriteetti asemassa suhteessa asiakkaaseen, vaan he ovat tasavertaisia toisiinsa nähden. Työntekijän rooli on ohjata, ja kannustaa asiakasta hyödyntämään omia voimavarojaan ja tukea asiakasta itsenäiseen toimijuuteen asiakkaan elämää koskevissa asioissa.

Mielenterveyttä edistävässä sosiaalityössä asiakkaiden asemaa pyritään vahvistamaan lisäämällä asiakkaiden vaikuttamisen keinoja monipuolisin eri menetelmin. Nähdään, että asiakkaille tarjottavaa palvelua voidaan parhaiten kehittää saamalla asiakkaiden näkemys ja ääni kuuluviin. Asiakkaat voivat vaikuttaa yhdistysten ja

järjestöjen toimintaan muun muassa suullisella ja kirjallisella palautteella, yhteisökokouksissa, osallistamalla ohjaus työhön ja kokemusasiantuntijuutta hyödyntäen. Asiakkaiden vaikuttamismahdollisuuksia tulisi tulevaisuudessa kehittää ja hyödyntää osana sosiaalityön työ menetelmiä. Asiakkaiden tarpeisiin pystytään vastaamaan parhaiten hyödyntämällä asiakkaiden kehittämisideoita ja toiveita. Osallisuus ja sen konkreettinen näkyminen yhteiskunnassa on tärkeää mielenterveyttä tukevaa työtä.

Vaasassa mielenterveyskuntoutujille suunnattuja palveluita tarjoaa kolmannen sektorin toimijat, muun muassa Pohjanmaan sosiaalipsykiatrinen yhdistys ja Settlementti. Molemmat tarjoavat palveluita mielenterveyden ylläpitämiseen ja edistämiseen sekä päivätoimintaa ja asumispalveluita. Vaasan kaupunki ostaa näitä palveluita kuntalaisilleen.

7.2 Yhdistysten vastuu maahanmuuttajien kotouttamisessa

Toiminnallista opinnäytetyötä tehdessä on noussut tärkeäksi teemaksi maahanmuuttajien integroituminen kantasuomalaisiin luovan toiminnan keinoin. Mahdollisuuksia kehittää kantasuomalaisten ja maahanmuuttajataustaisten ihmisten yhteistä toimintaa on monia. Vaasan seudulla toimii useita erilaisia yhdistyksiä, jotka järjestävät jäsenilleen monenlaista toimintaa. Yhdistykset on perustettu esimerkiksi johonkin sairauteen tai vammaan perustuen, liikuntaan ja hyvinvointiin perustuen sekä perheisiin ja lapsiin perustuen. Nämä kaikki teemat koskettavat myös Suomeen tulleita maahanmuuttajia.

Yhdistyksillä olisi hieno mahdollisuus kutsua maahanmuuttajia tutustumaan omaan toimintaansa luovia toimintamenetelmiä käyttäen. Yhdistysten jäsenmäärää olisi näin mahdollista kasvattaa, kun toimintaa esitellään. Luovien toimintojen mahdollisuudet ovat rajattomat ja mielikuvitus antaa työkaluja.

Toiminnallinen opinnäytetyö antoi maahanmuuttajille mahdollisuuden tutustua suomalaiseen kulttuuriin luovan toiminnan keinoin. Samalla myös muodostui kan-

tasuomalaisille mahdollisuus tutustua Vaasassa asuviin maahanmuuttajiin. Yhteisen toiminnan myötä molemmat ryhmät antoivat toisilleen mahdollisuuden tutustua omaan kulttuuriinsa.

7.3 Taide ja kulttuuri sosiaalipalveluissa

Taide ja kulttuuri ovat tervetulleita sosiaalityön työkaluiksi. Ne rikastuttavat osallistujien arkea ja avaavat näkökulmia henkilökohtaiseen kasvuun. Taide löytää helposti paikkansa erilaisissa palveluissa, opetuksessa, työelämässä ja ympäristössä. Omakohtainen osallistuminen taiteen ja kulttuurin tekemisessä voi antaa elämään uusia kokemuksia ja elämän sisältöä. Se nostaa vanhoja muistoja ja antaa toivoa tulevaisuuteen. Kulttuuritoiminta voi auttaa tulevaisuuden polun löytymisessä, oman työuran hahmottamisessa ja työssäjaksamisessa.

Opinnäytetyö toiminnallisessa osuudessa oli käytössä erilaisia luovia menetelmiä, joiden avulla ryhmätoimintaa osallistuneet saivat uusia näkökulmia henkilökohtaiseen kasvuunsa. Omakohtainen osallistuminen antoi uusia elämyksiä lähes kaikille osallistujille.

Sosiaalityössä on mahdollisuus käyttää taito- ja taidelähtöisiä työskentelytapoja, joilla voidaan rikastaa ja monipuolistaa asiakastyön käytäntöjä. Taidelähtöisten menetelmien soveltaminen ja soveltuvuus asiakastyöhön on tutkittua ja teoreettisesti perusteltua. Mahiksella on monipuoliset tilat taidelähtöisen toiminnan järjestämiseen ja niitä on kätevä hyödyntää jatkossakin. Sosiaalialan opiskelijoilla on hyvät mahdollisuudet päästä järjestämään toimintaa Mahiksella, saada näin tärkeää kokemusta asiakasryhmien ohjaamisesta ja toisaalta rikastuttaa Mahiksen toimintaa aktiivisuudellaan.

Luova toiminta antaa mahdollisuudet työskennellä myös sellaisten ryhmien kanssa, jossa ei ole esimerkiksi yhteistä kieltä. Tällaisia ryhmiä voi olla esimerkiksi juuri maahanmuuttajaryhmät, mutta myös kehitysvammaisten ryhmät, kuulo- tai näkörajoitteisten ryhmät. Lisäksi ryhmä voi olla myös vanhustenryhmä, joilla on toiminnassaan erilaisia rajoitteita. Ryhmien toiminta voi olla liikuntaa, musiikkia, askar-

telua, kuunnelmia, tai tunnustellen erilaisia asioita ja esineitä. Sosiaali-alan opiskelijoilla on hyvät mahdollisuudet toteuttaa ryhmätoimintoja monimuotoisten asiakasryhmien kanssa.

7.4 Käytännöllisen toiminnan vaikutus hyvinvointiin

Hyvinvoinnin edellytyksenä ja mielenterveyden säilymisen kannalta on tärkeää, että ihmisen päivärhythmi sisältää sopivassa määrin aktiivista tekemistä, lepoa ja ravintoa. Toiminnan vaikutus ihmisen hyvinvointiin on suuri. Päivien sisältäessä sopivasti aktiivista tekemistä ja liikuntaa ihminen pysyy virkeänä ja aktiivisena. Sopiva määrä toimintaa parantaa myös ihmisen unenlaatua, joka on merkittävässä osassa ihmisen terveyttä ja hyvää oloa.

Työryhmä koki, että työllä ja järjestetyllä projektilla mahdollistettiin osallistujia osallistumaan aktiiviseen toimintaan ja valitsemaan vaihtoehtoista itselle mielekkäimmän aktiviteetin. Tavoitteena oli saada asiakkaat liikkeelle ja innostumaan toiminnasta ja tämän myötä olla edistämässä heidän hyvinvointia, osallisuutta ja mielenterveyttä. Toiminnan äärelle asettuminen vähentää stressiä ja ahdistusta, kun ihminen saa hetkeksi kiinnittää huomionsa mielekkääseen tekemiseen mahdollisten sairauksien tai muiden haasteiden sijaan. Osallistujat saivat kokea toiminnan aikana mielekkästä aktiivista tekemistä, joka edisti hyvää mieltä ja mielenterveyttä.

7.5 Mielenterveyden edistäminen

Projekti edisti osallistujien mielenterveyttä, koska sen aikana huomioitiin mielenterveyden monet eri osa-alueet. Työryhmä teki yhdessä Mahiksen asiakkaiden kanssa suunnitelman siitä, miten toimitaan ja mitä tullaan tekemään. Tämä edisti Mahiksen asiakkaiden osallisuutta yhteisessä projektissa. Projektin aikana oli koko ajan mahdollisuus keskustella ja tuoda omia ajatuksia esille kaikesta toimintaan liittyvästä. Asiakkaiden mielipiteitä ja keskusteluja huomioitiin koko prosessin ajan, ja toimintaa muokattiin ideoiden ja toiveiden mukaisesti. Osallisuutta ja toimintaan osallistumisen helppoutta loi se, että ensimmäisenä toimintapäivänä oli mahdollisuus valita monista eri toiminta vaihtoehtoista itselle mielekkäin. Vaihtoehtona oli myös vain olla tilanteessa läsnä katsomassa toimintaa. Kotomajalaiset osallistettiin

toimintaan kutsumalla heidät paikalle ja osoittamalla heitä kohtaan, että he ovat tervetulleita Mahikseen ja yhteiseen toimintaan. Toisena toimintapäivänä Kotomajalaisia osallistettiin siten, että heille annettiin mahdollisuus jakaa tietoa itsestään ja omasta kulttuurista sen verran kuin he itse halusivat kertoa.

Mielenterveyttä edistäviä kokemuksia ovat myös tilanteet, joissa joutuu haastamaan itseään ja kohtaamaan jännittäviä tilanteita. On luonnollista, että uusien tilanteiden ja ihmisten kohtaaminen jännittää ja voi ajoittain olla myös vaikeaa. Tällaisista tilanteista selviäminen ja jännityksestä ylipääseminen luo onnistumisen kokemuksia ja parantaa itsetuntoa. Yhteistyön aikana moni pääsi yli jännityksestään ja uskalsi sen myötä rohkeammin kohdata muita ryhmäläisiä. Tästä esimerkkinä toisen päivän lopuksi tapahtunut tikkupullan paistaminen osoittautui jokaiselle osallistujalle hyvin mielekkääksi kokemukseksi ja luontevaksi tavaksi tutustua uusiin ihmisiin. Mielenterveyden edistämisen elementtejä hyödynnettiin paljon, ja niistä esimerkkeinä luonto, musiikki ja ruoka. Musiikin rentouttava vaikutus luo hyvän ja rennon ilmapiirin, jossa on helppo alkaa tutustua uuteen ympäristöön ja ihmisiin. Luonto on ympäristönä mielenterveyttä edistävä ja mahdollistaa osallistujat osallistumaan toimintaan tai vaan nauttimaan ympäristöstä ja luonnon äänistä. Yhdessä ruokailu on sosiaalinen mielenterveyttä vahvistava tapatus, joka on kaikkia kulttuureja ja ihmisiä yhdistävä asia.

Yhteisöllisyyden vahvistaminen on aina mielenterveyttävä ja osallisuutta edistävä asia. Verkostoyhteistyö projekti mahdollisti Mahiksen ja Kotomajan kävijöille vahvistaa ja kehittää omaa yhteisöä, sen vuorovaikutusta ja luottamusta. Mahiksen kävijöiden yhteisöllisyyttä vahvisti heidän omatoiminen projektin suunnittelu ja siihen osallistuminen. Yhteisen toiminnan suunnittelu vaatii aina yhdessä käytyä keskustelua ja vuorovaikutustaitoja. Yhdessä tekeminen ja vuorovaikutustaitojen kehittäminen on mielenterveyttä edistävää ja itsenäisen toimijuuden tunteen vahvistamista. Mielenterveyttä tukee paljon tunne siitä, että kuuluu johonkin ryhmään ja tulee siinä nähdyksi ja kuulluksi omana itsenään. Nämä asiat toteutuivat ja kehittyivät molemmissa Kotomajan ja Mahiksen yhteisössä. Kotomajan yhteisöllisyyttä ja luottamuksen tunnetta vahvisti erityisesti toinen toimintapäivä, jolloin he saivat

esitellä itsensä ja kotimaansa. Kulttuurien tutustumis toiminnassa he auttoivat paljon toisiaan ja toteuttivat toiminnan hyvin tiimityöskentelynä.

8 POHDINTA

Toiminnallisen opinnäytetyön lähtökohtana oli yhdistää Vaasan kasarmin alueella toimivat ryhmät, Mahis ja Kotomaja, toisiinsa, sekä perehtyä käytännöllisen toiminnan keinoin yhteisöllisyyden vahvistamiseen. Tavoitteena oli lisäksi sosiaalisen hyvinvoinnin ylläpitäminen ja vahvistaminen luovia menetelmiä hyödyntäen. Toiminnallisen opinnäytetyön projektiluontoisessa toteuttamisessa oli haasteita, jotka ratkaistiin luontevasti rohkeudella ja päättäväisyydellä. Toiminnallista opinnäytetyötä oli erityisen mielekästä toteuttaa, sillä se antoi mahdollisuuden olla toteuttamassa toimintaa lähellä kiinnostavia asiakasryhmiä.

8.1 Aikataulutus

Kun opinnäytetyötä lähdettiin suunnittelemaan, ryhmä loi hyvän aikataulutuksen, jota pyrittiin toteuttamaan. Ryhmän tavoitteeksi nousi se, että toiminnalliset osuudet olisivat olleet tehtyinä jo kevään aikana, jotta analysointia ja kirjoitustyötä voidaan jatkaa rauhassa pitkin kesää ja syksyä.

Jatkuvien muutoksien myötä työn aikataulua jouduttiin muokkaamaan useaan otteeseen. Ensimmäiseksi viivytykseksi nousi opinnäytetyön lupahakemuksien viivästynyt saapuminen.

Aikataulujen viivästymisestä huolimatta ryhmämme sai muodostettua hyvin uuden toimintasuunnitelman ja aikataulutuksen loppu kesälle ja syksyyn. Kun uusi aikataulu oli sovittu toiminta ja opinnäytetyön kirjoitusprosessi eteni suunnitellusti uuden aikataulun mukaisesti.

Toiminnallisten päivien toteuttamisessa oli monia haasteita, jotka liittyivät muun muassa aikataulutukseen, toimitiloihin ja ajankohtaan. Kuitenkin varsinaiset toiminnalliset päivät saatiin onnistuneesti toteutettua. Oli myös hyvä, että saimme paljon palautetta tehdystä työstä, siinä missä onnistuttiin ja miten voisimme kehittää toimintaa.

Molemmissa toimintapäivissä aikaa oli varattu kahden tunnin verran, joka hyödynnettiin viimeisiin minuutteihin asti. Tiukka aikataulu toimintapäivissä johtui ryhmien omista aikatauluista, joita koettiin tärkeäksi noudattaa. Toiminnat suunniteltiin niin, että jokaiseen toimintaan varattiin sopivasti aikaa ja vaihdot toimintojen välillä sujuivat luontevasti ilman suurempia keskeytyksiä. Tiukkojen aikataulujen avulla toiminnat pysyivät hyvin hallinnassa, eikä siinä voitu lähteä rönsyilemään. Tämä auttoi omalta osaltaan ohjaamaan toimintaa selkeästi ja tavoitteellisesti.

Kirjoitusprosessia edesauttoi opinnäytetyön ohjaajan asettamat aikataulut, joita noudatettiin tarkoin. Kirjoitus tapahtui asteittain aina yhteen suurempaan kokonaisuuteen kerralla keskittyen. Kirjoitusta tapahtui ryhmän kesken, mutta myös yksilöllisesti omilla tahoillaan. Tärkeäksi yksityiskohdaksi huomattiin se, että jokaisen on oltava tarkoin perillä siitä, mitä nyt kirjoitetaan ja mikä pienempi osa-alue on kunkin omalla vastuulla.

8.2 Haasteet ja niistä hyötyminen

Opinnäytetyö prosessin aikana kohtasimme useita haasteita, jotka vaikeuttivat omalta osaltaan työn tekemistä. Ensimmäiseksi jouduimme todella kauan odottamaan lupahakemusta toiminnallemme. Lupahakemus kiersi monen lukijan silmän alla, emmekä saaneet siihen selkeyttä kuka tämän hakemuksen tulisi lopuksi allekirjoittamaan. Odottaminen oli hyvin stressaavaa, koska alkuperäinen suunnitelmamme oli saada toiminnallinen osuus alkamaan jo keväällä. Odotimme kuitenkin lupaa kaksi kuukautta, jolloin yhteistyöryhmämme olivatkin jo kesälomalla. Koska emme päässeet suorittamaan toimintoja halutulla aikataululla, hyödynsimme ajan pohtien tarkoin, miten tulemme suorittamaan toiminnat sekä kirjoitimme mahdollisimman paljon teoriaa, jota pystyimme tekemään ilman, että olisimme tehneet toimintoja. Olemme tyytyväisiä siihen, että saimme suunnitella toimintapäivät kaikessa rauhassa, vaikka alkuperäinen aikataulutus ei toteutunut halutulla tavalla. Näiden vaikeuksien kohtaaminen ja hyödyntäminen osoittautui meille hyväksi, koska alkuperäisen toiminnan aikataululla tulokset eivät ehkä olisi olleet näin pohdittuja ja hyvin suunniteltuja.

Toiseksi haasteeksi ryhmämme koki sen, ettemme saaneet Kotomajalta naisryhmästä osallistujia kuin yhden kutakin toimintapäivää kohden. Tähän asiaan vaikuttivat Kotomajan muuttaminen toisiin toimitiloihin, tämä uusi naisten ryhmä oli vasta aloittanut toimintansa sekä muslimien tärkeä juhlapäivä, joka osui toisen toimintapäivämme kohdalle. Vähäisen osallistujia määrän vuoksi emme saaneet heidän osaltaan paljoa analysoitavaa toiminnan onnistumisen kannalta. Tilanne olisi ollut hyvin erilainen, jos olisimme saaneet toteuttaa toiminnat alkuperäisen aikataulutuksen mukaisesti. Alkuperäinen suunnitelma palveli molempien ryhmien aikatauluja loistavasti, ja silloin olisimme saaneet luultavammin paljon enemmän osallistujia. Käänsimme asian kuitenkin positiiviseen suuntaan, ja olimme todella tyytyväisiä siihen, että saimme edes muutaman naisryhmän kävijän osallistumaan toimintoihin. Vaikka aikataululliset haasteet eivät olleet ryhmämme vika, saimme yleisesti toiminnan järjestämisestä todella paljon kokemusta ja osaamme hyödyntää kohtaamiemme haasteita jatkossa niin, että aikatauluihin kiinnitetään jatkossa yhä enemmän huomiota.

Kyselylomakkeet lähetettiin Kotomajalle erikseen sähköpostitse aikaisemmin, jotta osallistujat saivat vastata niihin rauhassa mahdollisesti tulkkia myös hyödyntäen. Mahislaisten kyselylomakkeet annettiin Mahiksen ohjaajalle toisen toimintapäivän päätteeksi, jolloin tarkoituksenamme olisi ollut, että silloin paikalla olleet osallistujat olisivat saaneet antaa palautetta heti. Lopuille Mahiksen osallistujille ja henkilökunnalle, jotka olivat olleet paikalla vain ensimmäisenä toimintapäivänä, oli tarkoituksena jättää myös kyselylomake, jotta hekin saisivat antaa palautetta kyseisestä päivästä. Jälkikäteen saimme tästä kuitenkin palautetta, että kaikki osallistuneet eivät olleet saaneet kyselylomaketta täytettäväkseen. Tässä kohtaan on luultavammin käynyt informaatio katkos ryhmämme ja Mahiksen ohjaajan kanssa, koska oletimme, että kaikki osallistujat tulevat automaattisesti saamaan kyselylomakkeen jossain vaiheessa eteenpäin. Tämäkin osoittautui lopuksi yhdeksi haasteeksemme, koska tämän takia meiltä jäi osa analyyseistä täysin saamatta. Tämän tyyppisten tilanteiden välttämiseksi on todella tärkeää se, että annettu informaatio tavoittaa varmasti kaikki osapuolet.

8.3 Kirjallinen palaute

Kirjallisesta palautteesta saatu materiaali antoi näkökulmia, jota on tärkeä huomioida täysin uutta yhteistyötä aloittaessa. Näistä tärkeimmiksi nousi aikataulutus, toiminnan sisältö ja tilat, jossa toimintaa järjestetään. Tällaisen palautteen materiaalia voi hyödyntää niissä tilanteissa, kun aloitetaan ja suunnitellaan erilaisten ryhmien ja toimijoiden välisitä toimintaa. Toiminnan onnistumisen ja hyödyn kannalta on tärkeää, että aikaa on riittävästi. Toiminnan tavoitteista riippuen sille on annettava riittävästi aikaa, jotta toiminnan tavoitteet tulevat saavutetuiksi. Palautteista kävi ilmi, että tärkeäksi nähtiin toiminnan sisältöön panostaminen. Toiminta on hyödyllistä vain, jos se ottaa huomioon osallistujien toiveet ja tarpeet. Tätä tulosta voi jatkossa hyödyntää ja soveltaa ryhmiä muodostaessa ja ohjattaessa. Erilaisia ryhmiä yhdistäessä ja yhteistyötä aloittaessa täytyy ottaa huomioon saavatko ryhmät toisiltaan jotain, ja onko heillä saman kaltaisia tarpeita.

Kirjallisesti saadussa palautteessa tärkeäksi nähtiin myös tilat ja miljöö, jossa toiminta järjestetään. Toimintaa ohjatessa havaittiin, miten miljöön vaihtuminen sisätiloista ulos vaikutti ryhmäläisten tunnelmaan ja kontaktin ottoon. Tärkeäksi havaittiin myös tilojen koko ja toimivuus. Ryhmätoiminnan onnistumisen ja sulavuuden kannalta on tärkeää, että tilat jossa toiminta järjestetään mahdollistaa itse toiminnan toteuttamisen ja yhteishengen luomisen. Tärkeää yhteishengen luomisen kannalta on esimerkiksi sellainen seikka, että ryhmän kanssa voidaan muodostaa sellainen tilanne, jossa kaikki näkevät toisensa. Havaittiin, että osallistujilla pysyi keskittyminen ja mielenkiinto keskustelussa pidempään, kun osallistujat näkivät toisensa. Tämä palaute opetti sen, miten paljon tila jossa toimintaa järjestetään vaikuttaa tekemiseen ja lopputulokseen. Tällaista palautetta voi hyödyntää jatkossa, kun ohjaa ryhmiä tai työskentelee pidempiaikaisesti ohjaustyössä. Jotta toiminta on mielekästä ja asianmukaista tilat tulee olla toimivat ja materiaalit tulee olla toimivat, niin toiminnan toteuttaminen on helppoa ja tavoitteellista.

8.3.1 Suullinen palaute ja keskustelu

Saimme projektin aikana paljon suullista ja spontaania palautetta asiakkailta ja henkilökunnalta, millaisia ajatuksia toiminta herätti. Hyödynsimme saamaamme suullista palautetta projektin aikana kehittääksemme toimintaa ja omaa ohjausta. Saimme molempina ohjauspäivinä suullista palautetta siitä, mikä osallistujien mielestä oli hyvää ja toimivaa ja miksi. Huomioimme näitä palautteet toiminnan aikana niin paljon, kun se oli aikataulujen asettamissa rajoissa mahdollista. Tärkeäksi koimme etenkin sen, kun osallistujat kertoivat oppineensa uutta toimintamme myötä. Uutena asiana osallistujille nousi tikkupullan paisto, joka oli palautteena meille tärkeä. Tällaista palautetta voidaan jatkossa soveltaa työssä, kun suunnitellaan toimintaa, joka olisi helposti toteutettavaa, monenlaisille osallistujille mahdollista ja joka toisi myös uusia ideoita ryhmien toimintaan.

Yhteistyön loppuksi käyty loppupalaveri toi mahdollisuuden kertoa ajatuksia yhteistyöstä, antaa palautetta ja pohtia yhdessä mitä toiminnasta kukin osapuoli oppi. Yhteistyön jatkumisen näkökulmasta palautetta ja opittua voidaan hyödyntää yhteistyön jatkumisen näkökulmasta. Palaverissa tuli ilmi, että projektin myötä osapuolet oppivat hahmottamaan toistensa päiväaikatauluja, joka auttaa ymmärtämään missä muodossa tulevaisuuden yhteistyötä voi hyödyntää. Huomattiin, että yhteistyö voi tulevaisuudessa parhaiten toimia niin, että yhteisöt kutsuvat toisiaan järjestämiinsä tapahtumiin tai tapaavat toisiaan jossain muussa ympäristössä, kun toistensa toimipisteissä.

Loppukeskustelussa tuli ilmi, että yhteistyön osapuolet ovat kiinnostuneita jatkaamaan yhteistyötä jatkossa, kutsumalla toisiaan järjestämiinsä tapahtumiin mahdollisuuksien mukaan. Tämä oli idea, joka yhteistyöprojektin myötä havaittiin mahdolliseksi. Lisäksi pohdittiin jo aiheita mitä yhdessä voitaisiin tehdä, kuten tutustua paremmin yhteisöjen toimintaan ja toisten kulttuureihin. Näitä havaintoja ja oppeja yhteisöt voivat jatkossa halutessaan hyödyntää.

8.4 Ammatillinen kasvu

Ammatillinen kasvu mahdollistuu teorian tiedon ja käytännön kokemuksen yhdistymisen myötä. Ammatillinen kasvu on oppimista käytännön työkokemuksen kautta ja sen taustalla olevan teorian tiedon peilaamista kokemuksiin. Teorian tiedon ymmärtäminen syventyy, kun oppimaa tietoa hyödynnetään työn jäsentämiseksi ja sovelletaan käytännön tilanteissa. Verkostoyhteistyö projekti mahdollisti toteuttajille opetella alusta loppuun toiminnan suunnittelua, toteuttamista ja arviointia. Tavoitteellinen ja ammatillinen toiminta on tietoisuutta siitä mitä tehdään, miksi tehdään, miten tehdään, kenelle tehdään, mitä tavoitellaan ja miten toiminta lopuksi arvioidaan. Ammatillisuus kehittyy, kun työntekijä pääsee toteuttamaan toimintaa, jossa voi miettiä ja arvioida edellä mainittuja asioita.

Verkostoyhteistyö projektin aikana opiskelijoiden ammatillinen kasvu kehittyi, kun toiminta suunniteltiin ja rakennettiin vastaamaan tiettyjä ryhmiä palvelevaksi. Projektin aikana tuli huomioida monia asioita, joita yhteistyöryhmien erityispiirteet vaativat. Ammatillisen toiminnan lähtökohtana on ensin arvioida mitä ryhmän kanssa tullaan tekemään, jotta toiminta olisi ryhmälle hyödyllistä. Tässä vaiheessa huomioidaan muun muassa ryhmän kokoa, erityispiirteitä, ryhmäläisten ikä, mahdollisia toiveita ja puitteita jossa toiminta toteutetaan.

Seuraavaksi toimintaa järjestettäessä mietitään, miksi asiat toteutetaan tietyn suunnitelman mukaisesti. Ammatillista toimintaa toteutettaessa järjestäjän täytyy olla tietoinen siitä, mistä syystä asiat etenevät ja toteutuvat toiminnassa tietyllä tavalla. Nämä asiat saavat viitekehityksensä siitä, mitä tarpeita ryhmällä on, mitä toiminnalla tavoitellaan ja mitä toiminnalla halutaan saada aikaan. Verkostoyhteistyö projektia suunnitellessa pohdittiin erityisesti näitä asioita, että toiminta vastaisi ryhmän tarpeita ja opiskelijoiden oma ammatillinen arviointikyky kehittyisi. Tässä vaiheessa arvioidaan myös, miten toiminta toteutetaan ja rakennetaan. On tärkeää tietää etukäteen, miten toiminta etenee niin, että osallistujat pysyvät toiminnassa mukana ja hyötyvät siitä. Toiminnan jäsentely ja kulku on hyvä olla tiedossa, sillä se auttaa ohjaajia työssään ja osallistujia hahmottamaan tulevaa toimintaa.

Ammatillisen toiminnan tärkeimpiä lähtökohtia on tiedostaa, mitä toiminnalla tavoitellaan. Toiminnalla on oltava jokin tavoite, jota tavoitellaan toiminnan keinoin. Tavoitteet voivat olla pieniä tai suuria, tai ne voivat olla pitkäkestoisia tai lyhytkestoisia. Tavoitteiden asettaminen tekee toiminnasta ammatillista ja auttaa tekijöitä rajaamaan toiminta niin, että tärkeimmät asiat työssä tulee saavutetuksi.

Koimme oman ammatillisen toiminnan harjoittamisen ja arvioinnin kehittyneen. Verkostoyhteistyö projektin aikana saatiin harjoittaa ja toteuttaa edellä mainittuja ammatillisen toiminnan osa-alueita. Lopussa toteutettiin toiminnan arviointi ja pohdittiin mikä meni hyvin, ja mitä tulevaisuudessa voisi kehittää. Kaikki tämä sisältyy ammatilliseen toimintaan ja kasvuun. Toiminnan toteuttajien kesken todettiin, että ymmärrys ammatillisesta toiminnasta kirkastui ja kehittyi.

Oman ammatillisen toiminnan kehittämiseksi olemme pyrkineet jatkuvaan itsearviointiin ja oman toiminnan kehittämiseen. Itsearviointi olemme toteuttaneet kriittisellä toiminnan arvioinnilla ja jatkuvalla palautteen hyödyntämisellä, jota projektin aikana olemme saaneet. Kriittinen arviointi näkyy toiminnassamme siten, että pyrimme näkemään oman toimintamme aina kokemuksen ja oppimisen näkökulmasta, ja näkemään siinä aina jotain kehitettävää. Saimme projektin aikana ja sen jälkeen järjestetyssä loppupalaverissa saimme paljon palautetta liittyen toiminnan järjestämiseen ja ohjaukseen. Näitä palautteita kävimme läpi yhdessä keskustellen ja pohtien mitä projektista opimme. Muutimme omaa toimintaa projektin edetessä, aina kun huomasimme jos joku toimintatapa ei toiminut tai ollut hyvä. Toimintatapoja muutettiin tilanteissa ilmapiirin ja asiakkaiden tarpeiden mukaisesti. Havaitimme, että tilannetajulla ja herkkyydellä lukea muuttuvia tilanteita on itsearvioinnin kannalta tärkeä merkitys. Kun mennyttä toimintaa purkaa ryhmässä jälkikäteen huomaa paljon asioita, jotka toimivat ja joista opimme jotain uutta. Monien keskustelujen myötä, joita kävimme ja tilanteita, joissa peilasimme omaa toimintaa ryhmäläisten kautta, huomasimme oppineemme paljon itsestämme ja toiminnastamme.

8.5 Kokemuksesta opittua

Tätä toiminnallista oppinäytetyötä tehdessä havaittiin, että monenlaisen tekemisen kautta voidaan erilaisia ryhmiä ja ihmisiä liittää toisiinsa. Luovaa toimintaa voidaan

toteuttaa eri ikäisten ihmisryhmien välillä, erilaisista taustoista tulvien ihmisten välillä ja jopa toisistaan poikkeavien ryhmien välillä. Tärkeää ryhmien toiminnassa on se, että ryhmällä on toimintaan soveltuvat tilat, ryhmää ohjaa innostuneet ja harjaantuneet ohjaajat, ja että toteutettavan toiminnan suunnitteluun otetaan mukaan myös osallistujat.

Toiminnallisella yhteistyöllä erilaisten ryhmien välillä voidaan ehkäistä syrjäytymistä. Päivätoiminta auttaa syrjäytymisvaarassa olevia ihmisiä löytämään toisten ihmisten seuraan ja ehkäisemään näin yksinäisyyttä. Ryhmätoimintaa suunniteltaessa on hyödyllistä ottaa mukaan ne ihmiset, jotka toimintaan osallistuvat. Silloin toiminnasta tulee mielekästä. Syrjäytymistä ja yksinäisyyden tunnetta voidaan ehkäistä mielekkään tekemisen kautta. Toinen tärkeä asia mielekkään toiminnan toteuttamisessa on, että toimintaa järjestetään lähellä ihmistä. Monille heikommassa asemassa olevalle ihmiselle liikkuminen pitkiä matkoja pois omalta asuinalueeltaan voi olla ylitsepäsemätön este ja toiminta saattaa jäädä tästä syystä toteutumatta. Toiminnallista opinnäytetyötä tehdessämme oli vaarana, ettemme saa toista ryhmää mukaan toiminnallisiin päiviin, koska heidän toimipaikkansa muutti kauemmas toisesta toimijasta opinnäytetyön tekemisen aikana. Onneksi vahva sitoutuminen yhteisen toiminnan toteuttamiseen kantoi työn loppuun saakka ja kaikki suunnitellut osiot saatiin toteutettua.

Verkostoyhteistyö projektin tilaaja Mahis toivoi projektia, jotta he voisivat tehdä enemmän yhteistyötä samalla alueella toimivien yhteisöjen kanssa. Projektin alussa keskusteltiin yhdessä Mahiksen ohjaajien kanssa alustavasti millaista toiminta voisi olla ja miten sitä toteutettaisiin. Projektin myötä opimme sen, että jo muutamat ensi tapaamiset auttavat hahmottamaan sen millaiseksi yhteistyö voisi muodostua. Lähtiessämme valitsemaan ajankohtaa ja kellon aikaa yhteiselle toiminnalle huomasimme, että on tärkeää tehdä hyvää pohjatyötä ja tutustua yhteistyö organisaatioiden päiväohjelmaan. Päiväohjelma on tärkeä ja asiakkaiden päiviä jäsentävä runko, joka sisältää sovittua ohjelmaa, mutta myös joustavaa aikaa vapaalle toiminnalle. Tutustumalla yhteisöjen päiväohjelmaan on helpompaa löytää kalenterista sellaista aikaa, joka on sopiva molemmille ryhmille. Opimme yhteistyö projektin aikana pal-

jon siitä, miten tärkeää on tehdä tutustumista ja pohjatyötä liittyen yhteistyökumppaneiden toimintaan. HavaitSIMME, että projektin aikana eteen tulee paljon myöS sellaisia asioita, joita on vaikea ennustaa etukäteen. Suunnitelmat ja ohjelmat on hyvä luoda sellaisiksi, että niitä on mahdollista muokata eteen tulevien yllättävien asioiden myötä.

Yksi tärkeistä opituista asioista oli myös se, miten yhteistyötä ja toimintaa mainos-tetaan asiakkaille. Järjestettäessä uutta tai projektimuotoista toimintaa on asiakkaita informoitava hyvin toiminnasta. Kävimme Mahiksen vinkeillä tiedottamassa tulevasta toiminnasta ja osallistimme Mahiksen kävijät toiminnan suunnitteluun. Opimme, että erityisesti silloin, kun kyse on yhteisöstä, jossa asiakkaat vierailevat muutaman kerran viikossa tai muuten satunnaisesti on tiedotuksen oltava monipuolista. Ilmoitimme tulevasta toiminnasta monella eri tavalla, jotta tieto saavuttaisi mahdollisimman monet kävijät. Vinkeillä käymisen lisäksi teimme tulevasta toiminnasta mainoksen Mahiksen ilmoitustaululle ja pyysimme henkilökuntaa informoimaan kävijöitään suullisesti tulevasta toiminnasta. Koemme, että onnistuimme toiminnan markkinoinnissa Mahiksen osalta hyvin, sillä siellä moni oli tietoinen tapahtumasta ja toimintaan osallistui paljon kävijöitä. Kotomajan osalta toiminnasta informoi Kotomajan ohjaaja Hanna Kakko. Kotomajan osalta saimme myös toimintaan osallistujan molempiin päiviin, joka oli hienoa ja mahdollisti ryhmien kohtaamisen.

Huomasimme, että uutta yhteistyötä aloittaessa on tärkeää ottaa asiakkaat tulevan projektin suunnitteluun mukaan. Uskomme, että osallistujamäärä Mahiksen osalta oli suuri myös siitä syystä, että he saivat olla mukana toiminnan suunnittelussa. Uskomme, että mitä enemmän asiakkaat saavat olla mukana toiminnan rakentamisessa sitä enemmän se myös motivoi asiakkaita tulemaan toimintaan mukaan. Mielestämme edistimme projektissa asiakkaiden osallisuutta yhteisössä ja kahden eri ryhmän yhteistyön alkua.

8.6 Tutkimustulosten luotettavuus

Mielestämme tutkimustuloksemme ovat luotettavia, koska palautteet tulivat suoraan asiakkailta ja henkilökunnalta ilman välikäsiä. Jokainen vastaaja oli itse vastuussa annetusta palautteesta. Tavoitteenamme oli tehdä kyselylomakkeista mahdollisimman yksinkertaisia ja selkeitä ymmärtää, niin että lomakkeiden ymmärtäminen olisi helppoa. Huomioimme lomakkeita tehdessä, että osa asiakkaista eivät ole äidinkieleltään suomenkielisiä.

Toinen ryhmistä kertoi keränneensä palautteet yhdessä keskustellen, niin että ohjaaja kirjasi asiakkaiden ajatukset ja palautteet yhteen. Pidämme tätäkin tapaa luotettavana palautteiden antona, koska asiakkaat ovat saaneet keskustella omista ajatuksistaan yhdessä ohjaajan ja tulkin kanssa. Huomioimme sen, että kaikkien palautteiden antajien kielitaito ei ole täydellistä ja kommunikointiin on tarvittu tulkin apua. Tällaisessa tilanteessa on mahdollista tulla väärinymmärryksiä tai vastaaja ei ole saanut ajatuksiaan selkeästi esille. Tämä voi olla syynä siihen, että palautteet olivat niukkoja.

Toiminnassa oli mukana henkilökunnasta sekä vakituinen työntekijä, että yksi väliaikaisesti toiminnassa mukana oleva opiskelija. Loput paikalla olleista henkilökunnan jäsenistä vaihtui ja näki toimintaa vain hetkittäin. Emme saaneet koko henkilökunnalta haluttua palautetta, josta olisi ollut paljon hyötyä etenkin toiminnan onnistumisen ja sisällön kehittämisen näkökulmasta.

Tutkimuksessa noudatimme huolellista ja rehellistä tutkimusotetta, nostamalla muun muassa esiin osallistujien vastauksia sellaisenaan lainaten, niitä muuttamatta ja analysoimme niukkojakin vastauksia tarkasti. Käytimme tutkimuksessa tieteellisen tutkimuksen mukaisia ja eettisesti kestäviä tutkimus-, tiedonhankinta- ja arviointimenetelmiä.

8.7 Ideoita tuleviin opinnäytetöihin

Tämän toiminnallisen opinnäytetyön myötä huomasimme, että erilaisissa yhteisöissä on tarvetta opiskelijoiden järjestämälle toiminnalle. Usein yhteisöillä on rajalliset mahdollisuudet järjestää itse riittävästi toimintaa jäsenilleen. Opiskelijoilla on mahdollisuus päästä toteuttamaan ideoitaan kurssien aikana tai opinnäytetyötä tehdessään. Kokemuksemme mukaan yhteisöt ovat valmiita ottamaan vastaan opiskelijat ideoineen ja toimintasuunnitelmineen.

Vaasan kasarmin alueella on useita erilaisia yhteisöjä. Heidän keskinäinen yhteistyönsä lisäisi yhteisöjen tuntemusta toisistaan ja mahdollistaisi kontakteja asiakkaiden kesken. Kasarmin alueen yhteiset kulttuuripäivät voisivat avata suuremmalle yleisölle mahdollisuuden tutustua alueen monipuoliseen toimintaan.

Yhtenä opinnäytetyön ideana olisi se, että sosionomit voisivat lähteä toteuttamaan Kasarmin alueelle yhteistä kulttuuripäivää, jossa Kasarmin alueen vaikuttajat pääsisivät tutustumaan toisiinsa paremmin ja ehkä luomaan jotain uutta luovien menetelmien keinoin. Opinnäytetyössä voisi lähteä tutkimaan sitä, miten yhteisöjen väliset suhteet kehittyisivät toiminnan myötä ja miten merkityksellistä se olisi heille.

LÄHTEET

Complete Dissertation 2018. Academic solutions. Directory of statistical analyses. Regression analysis. Validity. Viitattu 28.9.2018. <http://www.statisticssolutions.com/regression-analysis-validity/>

Enriquez, F. 1997. How to organize community meeting. Viitattu 28.8.2018. <http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:W1czfA-CawPIJ:www.cesinaction.org/Portals/0/How%2520to%2520Organize%2520a%2520Community%2520Meeting.pdf+%&cd=1&hl=fi&ct=clnk&gl=fi>

Erkkilä, J. 2016. Musiikkiterapia. Teoksessa Kuntoutuminen. Toim. Autti-Rämö, I. Salminen, A-L. Rajavaara, M. & Ylinen, A. Helsinki. Kustannus Oy Duodecim.

Ervasti, J. 2017. Tutkimus mielenterveyskuntoutujien jäsenyhteisön arvoista. Opin- näytetyö. Sosiaaliala. Vaasan ammattikorkeakoulu.

Kaipio, K. 1999. Kasvattava yhteisö. Jyväskylä. Gummerus.

Kananen, J. 2010. Opinnäytetyön kirjoittamisen käytännön opas. Jyväskylä. Tam- pereen yliopistopaino.

Kemppainen, E. 2011. Geriatric rehabilitation. Social rehabilitation. The concept of social rehabilitation. Viitattu 30.8.2018. <http://geriatricrehabilitation.blogspot.com/2011/01/social-rehabilitation.html>

Kotouttaminen.fi 2018. Työn tueksi. Toimijat. Kumppanuusohjelma. Viitattu 28.9.2018. <https://kotouttaminen.fi/kumppanuusohjelma>

Kuntoutusportti 2018. Sosiaalinen kuntoutus. Viitattu 5.2.2018 <https://kuntoutusportti.fi/kuntoutujalle/kuntoutuksen-jaottelut/sosiaalinen-kuntoutus/>

L 30.12.2010/1386. Laki kotoutumisen edistämisestä. Säädös säädöstietopankki Finlexin sivuilla. Viitattu 11.9.2018. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2010/20101386>

L 9.4.1999/493. Laki maahanmuuttajien kotouttamisesta ja turvapaikanhakijoiden vastaanotosta. Säädöstietopankki Finlexin sivuilla. Viitattu 4.10.2018 <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/1999/19990493>

L 14.12.1990/1116. Mielenterveyslaki. Säädös säädöstietopankki Finlexin sivuilla. Viitattu 11.9.2018. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1990/19901116>

Launonen, K. 2015. Paljastavat värit, hoitavat kuvat. Viro. Gummerus.

Liikkanen, H.-L. 2015. Taiteesta ja kulttuurista hyvinvointia. Toimintaohjelman 2010-2014 loppuraportti. Helsinki. Sosiaali- ja terveystieteiden ministeriö.

Maailman ihanin tyttö, 2018. Voimauttavan valokuvan menetelmä. Viitattu 16.10.2018 <http://www.voimauttavavalokuva.net/menetelma.htm>

Mielenterveyden keskusliitto 2018. Tietoa mielenterveydestä. Kuntoutuminen. Viitattu 6.2.2016. <http://mtkl.fi/tietoa-mielenterveydesta/kuntoutuminen/>

Murto, K. 2013. Yhteisö terapeutina. Teoksessa Terapeuttinen yhteisö, 18-44. Toim. Murto, K. Porvoo. Bookwell.

Pohjanmaan sosiaalipsykiatrinen yhdistys. Mahiksen ja Fyrrytuvan jäsenkirje 3/2017.

Pohjanmaan sosiaalipsykiatrinen yhdistys 2018. Viitattu 11.9.2018. <http://pspy.fi/pspy/>

Räty, M. 2002. Maahanmuuttaja asiakkaana. Helsinki. Tammi

Sosionomien opinnäytetyö 2018. Ohjeita & menetelmiä. Aineistolähtöinen eli laadullinen tutkimusprosessi. [portal] Vaasa. 2018. VAMK.

Suomen mielenterveysseura, 2018 a. Mielenterveysosaaminen. Muuttuva pelimaailma. Viitattu 5.9.2018. <https://www.mielenterveysseura.fi/fi/kehitt%C3%A4mis-toiminta/mielenterveysosaaminen/nuoren-mielen-ensiapu/muuttuva-pelimaailma>

Suomen mielenterveysseura, 2018 b. Ympäristö ja luonto. Luonto hoivaa mieltä ja kehoa. Viitattu 13.9.2018. <https://www.mielenterveysseura.fi/fi/mielenterveys/hyvinvointi/ymp%C3%A4rist%C3%B6-ja-luonto/luonto-hoivaa-mielt%C3%A4-ja-kehoa>

THL 2016 a. Perustoimeentulotuki siirtyy Kelaan – miten asiakas saa sosiaalityön palvelut? Viitattu 14.3.2018. https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/129739/PT2016_01verkko.pdf?sequence=1

THL 2018 b. Mitä toimintakyky on? Viitattu 5.2.2018 <https://www.thl.fi/fi/web/toimintakyky/mita-toimintakyky-on>

THL 2018 c. Toimintakyvyn ulottuvuudet. Viitattu 5.2.2018 <https://www.thl.fi/fi/web/toimintakyky/mita-toimintakyky-on/toimintakyvyn-ulottuvuudet>

Terveyskylä 2018. Voimavarat. Mistä on kyse, kun puhutaan voimavaroista? Viitattu 14.3.2018. <https://www.terveyskyla.fi/kuntoutumistalo/kuntoutujalle/omajaksaminen/opus-omien-voimavarojen-tunnistamiseen-ja-vahvistamiseen/mist%C3%A4-on-kyse-kun-puhutaan-voimavaroista>

Toivanen, T. 2018. Palautteen antamisen ja vastaanottamisen opas. Viitattu 14.9.2018. <http://www.hyvejohtajuus.fi/7839/palautteen-antamisen-ja-vastaanottamisen-opas/>

Vaasan kaupunki 2018. Palveluopas. Sosiaalipalvelut. Pakolaisten vastaanotto ja kotouttaminen. Viitattu 14.3.2018. <https://www.vaasa.fi/palvelut/pakolaisten-vas-taanotto-ja-kotouttaminen>

Vaasan seudun yhdistykset 2018. Ajankohtaista. Tervetuloa Kotomajaan kesäkahveille pe 10.6 klo 10-15! Viitattu 14.3.2018. <http://www.vaasanseudunyhdistykset.fi/fi/tervetuloa-kotomajaan-kesakahveille-pe-106-klo-10-15>

Vilanen, P. 2010. Luotain. Työhyvinvointi. Miltä sinusta tuntuu saada palautetta? Viitattu 14.9.2018. <http://www.luotain.net/milta-sinusta-tuntuu-saada-palautetta/>

Vilka, H. 2006. Tutki ja havainnoi. Havainnot tutkimussuunnitelmana. Vaajakoski. Gummerus Kirjapaino Oy.

Tutkimuseettinen neuvottelukunta. Hyvä tieteellinen käytäntö. Viitattu 21.3.2018. <http://www.tenk.fi/fi/hyva-tieteellinen-kaytanto>

LIITE 1

KYSYMYKSET ASIAKKAILLE

Hei, ja kiitos osallistumisestasi toimintapäivään.

Haluamme kysyä sinulta muutaman kysymyksen toimintapäivään liittyen. Vastaathan laittamalla rastin monivalintaruutuun ja vastaamalla avoimeen kysymykseen omin sanoin.

1. Koitteko olevanne tervetulleita yhteiseen toimintapäivään?
 Kyllä
 Ei
 En osaa sanoa

2. Millaiseksi koit yhteisen toimintapäivän toisen ryhmän kanssa?

3. Oliko päivän toiminta mukavaa?
 Täysin samaa mieltä
 Osittain samaa mieltä
 En osaa sanoa
 Osittain eri mieltä
 Täysin eri mieltä

4. Oliko toimintaan osallistuminen helppoa?
 Täysin samaa mieltä
 Osittain samaa mieltä
 En osaa sanoa
 Osittain eri mieltä
 Täysin eri mieltä

5. Oliko toimintapäivä mielestäsi onnistunut?

- Täysin samaa mieltä
- Osittain samaa mieltä
- En osaa sanoa
- Osittain eri mieltä
- Täysin eri mieltä

6. Toivotteko, että jatkossa järjestetään samantyyppisiä toimintapäiviä?

- Kyllä
- Ei
- En osaa sanoa

7. Ideoita tuleviin toimintapäiviin?

Kiitos vastauksistasi!

LIITE 2**KYSYMYKSET TYÖNTEKIJÖILLE**

Hei, ja kiitos osallistumisestasi Mahiksen ja Kotomajan yhteiseen toimintapäivään.

Vastaathan ystävällisesti seuraaviin monivalinta- ja avoimiin kysymyksiin.

1. Edistikö yhteinen toimintapäivä Mahiksen ja Kotomajan yhteistyötä?

Jos edisti, miten?

2. Toimintapäivä yhdisti Mahiksen ja Kotomajan yhteisöjä.

- Täysin samaa mieltä
- Osittain samaa mieltä
- En osaa sanoa
- Osittain eri mieltä
- Täysin eri mieltä

3. Toimintapäivä kehitti hyvinvointia ja osallisuutta.

- Täysin samaa mieltä
- Osittain samaa mieltä
- En osaa sanoa
- Osittain eri mieltä
- Täysin eri mieltä

LIITE 3

KUTSU

**Tervetuloa
suunnittelemaan
tapahtumaa
29.6. klo 9.30
sosionomi-
opiskelijoiden
kanssa.**

**Suunnittelemme yhdessä
mielenkiintoista puuhaa kesäksi
vierailevan ryhmän kanssa.
Tule kuuntelemaan lisää
infoa perjantaina 29.6. klo 9.30 ja
sinulla on mahdollisuus päästä
vaikuttamaan kesän
suunnitelmiin! Tervetuloa!**

**Terveisin
Elisa, Hanna-Liisa ja Linda**

LIITE 4

OHJELMA

TERVETULOA MAHIKSEN JA KOTOMAJAN YHTEISIIN TOIMINTAPÄIVIIN



Ohjelma:

maanantai 13.8.2018 klo 9.00-11.00

- Tutustutaan toisiimme postikorttikuvien avulla.
Jokainen saa vuorollaan kertoa vähän itsestään ja millaisista asioista pitää.
- Unelmakartta.
Millaisista asioista unelmoimme ja mitä toivomme tulevaisuudelta.
Teemme yhteisen taideteoksen leikekuvista.
- Ulkopelejä.
- Musiikkituokio.
Laulua pianosäestyksellä.

maanantai 20.8.2018 klo 9.00-11.00

- Juttutuokio.
Miten ensimmäinen toimintapäivä sujui, mikä oli mieluisaa?
- Kulttuuriin tutustuminen internetiä hyödyntäen.
Kuvia maahanmuuttajien kulttuurista ja suomalaisesta kulttuurista.
- Tikkupullan grillausta.
- Kyselylomakkeiden täyttööä loppuksi.