

www.humak.fi

Opinnäytetyö

Yksilönä yhteisössä

Mielenterveyskuntoutujan aktiivisen roolin tukeminen yhteisöllisessä asumisessa

Verna Jalonen ja Jonna Kutvonen

Kansalaistoiminta ja nuorisotyö
(210 op)

11/2018



HUMANISTINEN
AMMATTIKORKEAKOULU

TIIVISTELMÄ

Humanistinen ammattikorkeakoulu
Kansalaistoiminnan ja nuorisotyön koulutusohjelma

Tekijät: Verna Jalonen ja Jonna Kutvonen

Opinnäytetyön nimi: Yksilönä yhteisössä- mielenterveyskuntoutujan aktiivisen roolin tukeminen yhteisöllisessä asumisessa

Sivumäärä: 57 ja 16 liitesivua

Työn ohjaaja: Anna Puusniekka

Työn tilaaja: Lilinkotisäätiö

Tämän toiminnallisen opinnäytetyön tilaaja oli Lilinkotisäätiö, joka tarjoaa palveluasumista ja toimintaa ylläpitävää kuntoutusta psyykkisesti pitkäaikaissairaille henkilöille. Tutkimustyö toteutettiin ryhmäkotiin, jossa ryhädynamiikan löytäminen ja asukkaiden aktiivisuuden puute olivat nostaneet tarpeen toiminnan kehittämiseksi. Yhteisölliseen asumismuotoon vaikutti mielenterveyden muutos ja recovery- ajattelumalli eli toipumisorientaatio, joka muokkaa ryhmäkodin toimintaa yksilökeskeisemmäksi.

Tutkimustyön tavoitteena oli tutkia voidaanko osallistavalla matalan kynnyksen toiminnalla ja asukaslähtöisellä toiminnallisella menetelmällä vahvistaa ryhmäkodin aktiivisuutta ja yksilöiden osallisuutta sekä ohjaajan roolia toiminnassa. Tutkimustyö toteutettiin käytännön ympäristössä sitomalla matalan kynnyksen ohjaukset osaksi ryhmäkodin yhteistä tavoitteellista toimintaa. Tutkimustyön toiminnassa olivat mukana ryhmäkodin asukkaat ja ohjaajat. Tutkimusmenetelmänä toimivat osallistava toimintatutkimus, havainnointi ja palautekyselyt yksikön asukkaille ja ohjaajille.

Tutkimustulokset todensivat osallistavien menetelmien lisäävän aktiivisuutta, jos niissä huomioidaan yksilöiden eritasoinen valmius ottaa osaa yhteisön toimintaan, yksilön mielenkiintoa tukevat toimintamahdollisuudet, ryhmänohjauksen rakenne ja ohjaajien toimintamallit. Yhdessä toteutettu matalan kynnyksen toiminta mahdollisti yksilön osallisuuden tunnetta yhteisöön. Tulokset korostivat yhteisen tavoitteen olevan saavutettavissa, jos toiminnassa huomioidaan yksilön oma motivaatio toimintaan, henkilökohtaiset mielenkiinnon kohteet ja ryhmänjäsenten tasavertaisuus. Tutkimuksen kautta merkittäväksi tekijäksi nousi osallistavan ohjaajan rooli ja tärkeys asukkaille. Ohjaajan tuki, läsnäolo ja rooli näkyvänä osana toimintaa ja toiminnan mahdollistajana vaikutti vahvasti ryhmäkodin asukkaiden omaan aktiivisuuteen.

Asiasanat: recovery, toipumisorientaatio, osallisuus, ryhmäkodit, toiminnalliset menetelmät, osallistavat menetelmät

ABSTRACT

Humak University of Applied Sciences

Degree programme of Civiv Activities and Youth work- Bachelor of Humanities

Author: Verna Jalonen and Jonna Kutvonen

Title: A Person and the Community - Supporting the active role of mental health rehabilitator in communal living

Number of Pages: 57 and 16 attachment pages

Supervisor: Anna Puusniekka

Subscriber: Lilinkotisäätiö

The subscriber of this thesis was Lilinkotisäätiö. Lilinkotisäätiö aims to improve the role of people with mental illness in society. It provides supported communal living in group homes for people with long-term mental illness. The research focused on one of the group homes. The activity of the group home and the residents individual motivation had lowered and there were problems with group dynamics. The goal of the research was to study can functional method combined to accessibility increase the active role of an individual resident and well-being in communal level and what kind of impact occurs if people are included in the decisions making from the start. The research focused on functional method and the aim was to find ways to increase inclusion and support an active role of mental health rehabilitator. The functional method was implemented in a form of a project that had a mutual goal. The project was organized together with help of instructor by including the residents in planning. During the process the point of view was to support the residents own interest, self motivation, skills and ideas. The research methods were case study, observation and survey in the form of questionnaire that was given to residents and instructors of the group home.

The results of the research shows that functional methods has positive impact for individuals. Accessibility supported the outcome and makes inclusion possible in communal living. The results shows that it is important to provide the equal opportunities to all participants when working towards mutual goal. The used methods needs to support individual skills, strenghts, interests and motivation. From perspective of an instructor the main points were to be present, give support and guidance throughout the whole process. One main point of view of ways to increase inclusion and activity was that the professionals provided opportunities for the residents. The opportunities helped a resident to reach one's goal and had positive impact on the activity level of the group home. The outcome showed that person feels more included and is more aware of one's own behavior and skills when working together with others.

Keywords: recovery, involvement, participation, group homes, functional methods, inclusion methods

SISÄLLYS

TIIVISTELMÄ

ABSTRACT

1 JOHDANTO	6
1.1 Lähtökohdat.....	6
1.2 Menetelmät	8
1.3 Henkilökohtaiset näkökulmat	9
3 TOIPUMISORIENTAATIO	13
3.1 Toipumisorientaation piirteet	13
3.2 Mielenterveyskuntoutuja ja toipuminen.....	14
3.3 Ohjaajan rooli	15
4 OSALLISUUS	16
4.1 Mistä osallisuuden tunne syntyy?.....	16
4.2 Miten osallisuus mahdollistetaan?.....	18
5 RYHMÄKOTIASUMINEN JA SOSIAALINEN VAHVISTAMINEN	19
6 TUPARIT - case	21
6.1 Tutkimusetiikka	22
6.2 Ryhmän erityispiirteet.....	23
6.3 SWOT – Analyysi.....	24
7 TOIMINTA.....	26
7.1 Toiminnalliset ohjaukset.....	27
7.2 Kuvaus toiminnallisen tekemisen prosessista	29
8 TULOKSET JA TULOSTEN ANALYSOINTI.....	33

8.1 Loppuhaastattelu asukkaat	33
8.2 Kysely ohjaajille.....	35
8.3 Tuloksien analysointi	37
8.4 Vastaukset tutkimuskysymyksiin.....	40
9 JATKOKEHITYS	45
9.1 Oman työskentelyn ja valintojen arviointi	47
9.2 Jalkauttaminen.....	50
9.3 Hyöty ammattialalle	52
LÄHTEET	55
LIITTEET	58

1 JOHDANTO

Tämä opinnäytetyö oli merkityksellistä tehdä, sillä tutkimuksesta kerätty tieto auttaa parantamaan ymmärrystä osallisuuden merkityksestä, yksilön omista tuntemuksista ja ryhmäkodista yhteisönä. Suomen mielenterveysseuran sivuilla nostetaan esiin WHO:n määritelmä (2013) mielenterveydestä hyvinvoinnintilana, jossa ihminen pysyy näkemään omia kykyjään ja selviytymään elämään kuuluvissa haasteissa sekä työskentelemään ja ottamaan osaa yhteisönsä toimintaan (Suomen mielenterveysseura, 2018). Tutkimuksen kautta asukkaat olivat itse kehittämässä asuinyhteisönsä toimintaa. Ilman osallistavan tutkimuksen kautta saatua tietoa ei voitaisi todentaa niitä haasteita ja mahdollisuuksia, joita mielenterveysalanmurros tuo mukanaan niin mielenterveyskuntoutujalle kuin työkentällä toimiville ammattilaisille.

1.1 Lähtökohdat

Tässä opinnäytetyössä käytännön tutkimustyö sitoutuu tavoitteelliseen toimintaan yhteisössä ja yksilön omien voimavarojen tukemiseen matalan kynnyksen toiminnan kautta. Tarkoituksena oli tunnistaa käytäntöjä, jotka tukevat osallisuutta, yhteisöön kuulumista ja vahvistavat asukkaan sisäistä motivaatiota.

Opinnäytetyön tavoite on vastata kolmeen kysymykseen:

1. Miten osallistavalla toiminnallisella menetelmällä voidaan tukea ryhmäkodin aktiivisuutta?
2. Vahvistavatko matalan kynnyksen osallistavat menetelmät mielenterveyskuntoutujan osallisuuden tunnetta ja aktiivista roolia?
3. Mikä on osallistavan ohjaajan rooli?

Opinnäytetyö kohdentuu ryhmäkotiin, jossa määritellään aktiivisen osallisuuden olevan avainsana. Opinnäytetyössä tarkasteltava yhteisö on ryhmäkodin yksikkö, joka kaipaa päivitystä toimintamalleihin uusien asukkaiden ja ohjaajien myötä. Opinnäytetyön tarve nousi säätiön työntekijän, joka on toinen opinnäytetyöntekijöistä ja toimeksiantajan eli Lilinkotisäätiön puolesta. Lilinkotisäätiön yksikön toimipaikan johtaja ja opinnäytetyöntekijöiden käymässä alkukeskustelussa kehittämistyön tarpeellisuudesta nousi esiin tarve ryhmäkodin asukkaiden kiinnittymisestä mielekkääseen toimintaan ja yhteisöön omien voimavarojensa mukaan. Esiin nousivat passivoitumisen vaikutus niin negatiivisesti asukkaiden toimintakykyyn kuin ohjaajien motivaation heikentymiseen työotteessa.

Esiin alkukeskustelussa toimipaikan johtajan kanssa nousi esiin, että vaikka Lilinkotisäätiön toimintaperiaatteet ovat osallisuutta tukevassa toimintamallissa, se ei näy aina työntekijöiden toiminnassa. Työntekijöiden tapa toimia ei välttämättä johdu tahotilan puutteesta vaan vanhoista opituista toimintamalleista. Tarvitaan koulutusta ja käytännöntaitojen sitomisesta osaksi osallistavaa toimintamallia. Kehittämistyön tarkoitus on yrittää löytää työkaluja ryhmäkodin asukkaiden omaan motivoitumiseen, kokeilla niitä käytännössä ja koota niistä yhteenvetona opas ohjaamiseen.

Kehittämistehtävässä tarkastellaan toipumisorientaatiota (recovery) osallisuuden näkökulmasta. Tietoperustassa tarkastellaan mitä osallisuus on, mistä osallisuuden tunne syntyy ja miten osallisuus mahdollistetaan ja itse kehittämistehtävä sitoutuu toiminnalliseen projektiin. Projektina on ryhmäkodin uuden nimen myötä esille tullut ajatus tupareista. Opinnäytetyössä yhdistyvät toiminnallinen opinnäytetyö, tapaus-tutkimus ja toimintatutkimuksen piirteet. Tässä työssä ei kehittämisen kohteena ole omaohjaajan rooli toipumisorientaatiossa, mutta se nousee esiin osallisuuden ja voimavarojen linkittyessä omaohjaaja toimintaan. Pyrimme opinnäytetyöllä lisäämään osallisuutta, merkittävyyttä, luottamusta ja haluamme tukea asukkaita aktiiviseen rooliin tasavertaisena yhteisön jäsenenä käytännön keinoin. Otamme huomioon myös sosiaalisen vahvistamisen, joka kyseisessä kohderyhmässä on hyvin tärkeä osa yksilöä ja yhteisöä. Arvioinnin lähtökohtana on arvioida osallisuuden toteutumista yhteisössä tutkimustavoitteiden kautta.

1.2 Menetelmät

Tapaustutkimukselle tyypillisin piirre on rajatun ryhmän ja tapauksen (case) tutkiminen monenlaisin menetelmin yrittämättä yksinkertaistaa liikaa ilmiön monimuotoisuutta (Ojasalo, Moilanen & Ritalahti 2018, 52). Menetelminä toimivat niin alkukartoitus, tavoitteellisen toiminnan suunnittelu, toimintamallien rakennus ja niiden havainnointi osana toiminnan suunnittelua. Menetelmänä toimii myös loppukysely asukkailta ja ohjaajilta. Koska kehittämistehtävässä tarkastellaan osallisuutta realistisessa toimintaympäristössä, on työ myös osittain toimintatutkimus. Toimintatutkimus on osallistavaa tutkimusta, jonka tavoitteena on ratkaista organisaatiossa ilmeneviä käytännön ongelmia ja saada samalla aikaan muutosta. Toimintatutkimus on aina tilanteeseen sidottua, yhteistyötä vaativaa ja itseään tarkkailevaa ja osallistavaa. (Ojasalo ym. 2014, 58.)

Ryhmän erityispiirteet huomioon ottaen on oleellista ymmärtää niin asukkaiden kuin ohjaajien osallisuus toiminnan kehityksessä. Osallistavan toimintatutkimuksen piirteisiin lukeutuvat havainnoinnit työn erivaiheissa. Työssä tarkastellaan toiminnallisen tekemisen kautta, miten osallisuuden mahdollistaminen näkyy asukkaiden arjessa. Osallistavien toimintakokeiluiden rakenteen on noudatettava osallisuuden periaatteita, jotta sillä voidaan mitata osallisuuden aitoa vaikutusta. Tulosten arvioinnissa analysoidaan asukkaiden osallistumiseen ja osallisuuden tunteeseen vaikuttaneita tekijöitä, ohjauskertojen kautta kerättyä havainnointia sekä ohjaajien ja asukkaiden palautekyselyt.

Lähtökohta toiminnalliselle opinnäytetyölle on Humanistisen ammattikorkeakoulun (Humak) määritelmä. Humakin opinnäytetyö on työelämän kehittämistehtävä, joka tuottaa tilaajalle jotain konkreettista. Kehittämistehtävän tuotos voi olla käyttökelpoinen toimintamalli, tuote, opas, arviointi tai työskentelytavan uudistaminen. (Humanistisen ammattikorkeakoulu 2013.) Tämän toiminnallisen opinnäytetyön tuotoksena on ohjaajille suunniteltu ja toteutettu vinkkiopas ”PAPU”- ohjaajan tueksi helpottamaan ryhmänohjaustilanteita.

PAPU- vinkkivihon tarkoitus on toimia näkyvänä muistutuksena tärkeistä ja huomioidettavista asioista yhteisen prosessin toteutumiseksi sekä sen tavoitteena on auttaa ohjaajaa orientoitumaan osallistavaan toimintaan. Vinkkivihkoon valittujen teemojen lähtökohtana on tukea yksilön aktiivista roolia tasavertaisena ryhmän jäsenenä ja tarjota niin työntekijälle kuin asukkaalle keinoja hyvinvoinnin edistämiseen. PAPU-ohjaajan tueksi kehitettiin tietoperustan ja tutkimustuloksien kautta esiin nousseista pääkohdista. Sen toiminta vinkit on kohdennettu tutkittavan ryhmäkodin toimintaan, mutta sen rakenne on muokattavissa ja sovellettavissa erinäisissä yksilöä ja yhteisöä koskevissa ohjaustilanteissa. PAPU- ohjaajan tueksi on annettu tilaajalle, ryhmäkodin toiminnanjohtajalle ja tutkittavan ryhmäkodin ohjaajille.

1.3 Henkilökohtaiset näkökulmat

Parityönä tehdyn opinnäytetyöntekijöiden tulokulma lähestyttävään aiheeseen oli erilainen. Toinen opinnäytetyöntekijöistä on mielenterveystyössä useita vuosia työskennellessään päässyt syventämään tietämystään niin ryhmänohjauksesta kuin yksilöllisestä ohjaustyöstä. Yhteisöllisyyden tunteen vahvistamista ei voi vähätellä, sillä useasti pitkäaikaista asumispalvelua on tarjolla vain ryhmäkotimuodossa. Ryhmäkodissa asuminen edellyttää mielenterveyskuntoutujalta toimintakykyä, toisten asukkaiden huomioimista ja taitoa osata jakaa huomio sekä aika toisten asukkaiden ja ohjaajien välillä.

Yhteisöllisyyttä tulee ylläpitää arkisilla asioilla ja yhteisön keskinäistä ryhmädynamiikkaa on osattava havainnoida. Mikäli ryhmäkodissa havaitsee muutosta ryhmädynamiikan toimivuudessa, on osattava reagoida tarpeeksi nopeasti ja näin pyrkiä välttämään ryhmän hajoaminen. Kokemus mielenterveystyöstä ohjaajan roolissa antaa hyvän ponnahduslautan lähteä kokeilemaan uusia asioita. Toimivaksi todetut mallit on hyvä ottaa käyttöön ja lisäämään onnistumisen mahdollisuutta ryhmän kanssa. Tutut kasvot ja tieto sairaudenkuvasta helpottavat prosessin ja toiminnan toteuttamista.

Opinnäytetyö kohdistuu ryhmäkotiin, jossa yhteinen sävel asukkaiden ja ohjaajien välillä on epäviireessä. Motivaation puute ja epäselvät säännöt ovat olleet suurena haasteena ryhmäkodissa työskentelyyn ja yhteisön toimivuuteen. Asukkaiden vaihtuvuus ja ohjaajien työnkierrot ovat tuoneet omat haasteensa. Opinnäytetyön toiminnalliset menetelmät ja osallisuuden vahvistaminen ovat asukkaiden viihtyvyyden ja kuntoutumisen kannalta tärkeitä. Yhteisen mielekkään tekemisen löytäminen asukkaiden keskuudessa on välttämätöntä, jotta ryhmädynamiikkaa voidaan vahvistaa. Asukkaiden psyykinen sairaustausta tuo omat vaikeudet ryhmätyöskentelyyn, mutta se ei millään tavalla ole este toimivan ryhmän muodostumiseen. On myös selvää, että mielekkäseen tekemiseen on oltava matala kynnyks lähteä mukaan ja motivaation tulla asukaslähtöisesti, eikä ulkoisesti ohjaajien toimesta. Asukkaissa on valtavasti potentiaalia kehittyä. Haluamme opinnäytetyöllämme olla apuna onnistumisen tunteen löytämiseen ja prosessin loppuun saattamiseen asukkaiden hyvinvoinnin tukemiseksi.

Edellä mainittujen asioiden valossa motivaatio tutkimuksen tekemiseen toisella opinnäytetyön tekijällä nousi halusta olla osallisena kehittämistehtävää, jossa toimitaan lähellä ihmistä. Humanistisen ammattikorkeakoulun tarjoama työelämän valmius korostuu opiskelijan mahdollisuutena käyttää ja soveltaa oppimaansa hyväksi erilaisten yhteisöjen parissa. Tärkeänä lähtökohtana oli opinnäytetyön tekeminen yhdessä toisen opiskelijan kanssa. Monialaisuus ja moniammatillisuus korostuvat työelämässä. Kahden opiskelijan välinen yhteistyö kehittämistehtävässä mahdollistaa erilaisten vahvuuksien hyödyntämisen, monipuolisemman ajattelun ja vertaisoppimisen. Osallisuuden lähtökohta toi merkittävyyttä opinnäytetyön valinnalle. Se, että toinen opinnäytetyön tekijöistä on itse töissä tutkittavassa ympäristössä, on lähtökohtaisesti itsessään jo osallistavaa toimintaa.

Mielenkiinto opinnäytetyön tekemiseen nousi halusta tutkia, voidaanko osallisuuden tunteen mahdollistamiseen aidosti vaikuttaa pienillä osallisuutta tukevilla rakenteilla. Me emme ole täällä yksin ja yksilö on aina vuorovaikutussuhteessa muihin. Yhteisöpedagogiopiskelijan tulokulma tutkimukseen oli yhteisön oman näköisen toiminnan mahdollistaminen ja yksilön aktiivisen roolin tukeminen.

2 TOIMIPAIKKANA LILINKOTISÄÄTIÖ

Vuonna 2004 perustettu Lilinkotisäätiö on suunnattu psyykkisesti pitkäaikaissairaille henkilöille, jotka tarvitsevat tukea ja ohjausta arjessa. Säätiö tarjoaa palveluasumista sekä toimintakykyä ylläpitävää kuntoutusta mielenterveyskuntoutujille. Se toimii yleishyödyllisten periaatteiden mukaan, eikä tavoittele toiminnallaan taloudellista hyötyä. Työskentely noudattaa säädöksiä mielenterveyslaista. (Lilinkotisäätiö, 2018.)

Säätiöllä on Helsingissä viisi tehostettua palveluasumista tarjoavaa palvelutaloa ja yksi palveluasumista tarjoava palvelutalo. Näiden lisäksi säätiö tarjoaa tuettua asumista kahdessa kohteessa henkilöille, jotka ovat yleisen asuntokannan joukossa. Säätiön asukkaita on n. 310, työntekijöitä n.170 sekä säätiöllä on hallinto ja päivätoimintakeskus. Työntekijät kulkevat ohjaaja nimikkeellä. Tehostetussa palvelutalossa henkilökunta on paikalla ympäri vuorokauden. Palvelutalo tarjoaa turvallisen, kodikkaan ja toimintakykyä ylläpitävän asumismuodon ja mahdollisuuden kuulua yhteisöön. Yhteisöllisyys on keskeinen toimintaperiaate, jota toteutetaan asukkaiden yksilöllisten tarpeiden mukaan. (Lilinkotisäätiö 2014.)

Lilinkotisäätiön toiminnan suunta on muuttumassa enemmän yksilökeskeisemmäksi. Kehittämispäällikön mukaan, kun mainitaan Lilinkotisäätiön yhtenä periaatteena olevan yhteisöllisyys, pitäisi samaan hengenvetoon todeta, että uutena viitekehyksenä on toipumisorientaatio joka korostaa yksilöllisyyttä, itsenäistä päätöksentekoa sekä yksilön omia valintoja. Yhteisöllisyys on muuttumassa moniulotteisemmaksi ja vähemmän samankaltaistavaksi kuin mitä se on ollut. Esiin nousi yhteisöllisyyden merkitys palvelulupauksien ja uusien arvojen viitekehysessä.

Lilinkotisäätiön ohjaajan tueksi ja työkaluksi omaohjaajatyöskentelyyn (Minun suunnitelmani -käsikirja) ovat LivingSkills -taitoalmentustyökalu, Lilinkotisäätiön omaohjaajan käsikirja sekä säätiön asukaslähtöiset toipumisorientaatioon pohjautuvat laatuvaatimukset -kriteereineen. Asukkaiden tukimateriaali on Minun Suunnitelmani-

käsikirja. Minun suunnitelmani työkalupakki, jonka tarkoitus on tukea asukkaan aktivoitumista. Toimintaa kehitetään, koska käytännön työkaluja osallisuuden lisäämisen tarvitaan.

Puolivuositain asukkaat saavat vaikuttaa omaohjaajan valintaan. He nimeävät haluamansa ohjaajan ja toive pyritään toteuttamaan. Omaohjaajuudesta solmitaan yhteistyösopimus, johon molemmat osapuolet sitoutuvat. Sopimus on voimassa seuraavat 6kk, jonka jälkeen asukas tekee arvioinnin omaohjaajuuden toteutumisesta. Mikäli asukas haluaa jatkaa puolen vuoden jälkeen omaohjaajuutta, hänelle pyritään antamaan siihen mahdollisuus. Tämän jälkeen on päivitettävä yhteistyösopimus ajan tasalle. Omaohjaajan tulee tarjota ja toteuttaa asukkaan kanssa vähintään kerran viikossa tunnin verran yhteistä toimintaa asukkaan toiveiden mukaan. Omaohjaaja ja asukas tekevät yhdessä LivingSkills arvioinnin ja sen pohjalta suunnitelman.

LivingSkills on digitaalinen työkalu arviointiin, taitoalumnukseen ja tulosten arviointiin. Osallisuus ja dialogisuus ovat edellytyksiä asiakaslähtöiselle työskentelylle. Toiminnan lähtökohtana ovat asiakkaan tarpeet ja tavoitteet. Tuen ja kuntoutuksen tarkoitus on auttaa ihmisiä saavuttamaan omat päämääränsä.

LivingSkills -työkalun kehittämisessä on sovellettu toipumisorientaatiota, dialektista käyttäytymisterapiaa, ratkaisukeskeistä ajattelutapaa ja ongelmaperusteista oppimista. Olennaista on löytää yhteinen tavoite. (LivingSkills, 2017.)

Lilinkotisäätiöllä LivingSkills työkalu on ollut nyt ensimmäisen kerran käytössä tuke-
massa kuntoutumisen arviointia. Tavoitteena on, että LivingSkills arviointi päivitetään
puolen vuoden välein yhdessä omaohjaajan kanssa. LivingSkills materiaalin pohjalta
asukas saa henkilökohtaisen toipumissuunnitelman, jossa tulee esille asukkaan vah-
vuudet ja kehittämiskohteet. Suunnitelmaa tulisi käyttää tukimateriaalina tulevaisuu-
den suunnitelmiin tähdätessä vahvistamalla niitä osa-alueita, jossa asukas tarvitsee
eniten tukea.

3 TOIPUMISORIENTAATIO

Toipumisorientaation eli recoveryn keskiössä ovat merkityksellinen elämä, identiteetti, usko ja toivo, osallisuus ja ihmissuhteet sekä valtaistuminen (empowerment) (Suomen sosiaalipsykiatristen yhteisöjen keskusliitto ry 2018). Recovery-toiminta-orientaatio mielenterveyspalveluissa -hanke on valtakunnallinen sosiaali- ja terveysministeriön rahoittama kehittämis- ja tutkimushanke. Hanke noudattaa sosiaalisen osallisuuden ja köyhyyden torjunnan toimintalinjaa (TL5). Hankkeen hallinnoijana on Lapin yliopisto. Toiminnalla on useita muita osa toteuttajia, kuten Mielenterveyden keskusliitto, FinFami - Mielenterveysomaisten keskusliitto ja Terveiden ja hyvinvoinnin laitos (Lapin yliopisto 2018.) Hankeen tavoitteena on orientaation käsitteellistäminen ja soveltaminen suomalaisiin mielenterveyspalveluihin. Hankkeeseen lukeutuvat tutkimustiedon tuottaminen, koulutuksien järjestäminen ja palveluiden kehittäminen kokemusasiantuntijuutta hyödyntäen. (FinFami, 2018.)

Toipumisorientaation kattoliitto on Suomen sosiaalipsykiatristen yhteisöjen ry ja sen toimintaperiaatteisiin ovat sitoutuneet 19 toimijaa. Lilinkotisäätiö on yksi niistä.

3.1 Toipumisorientaation piirteet

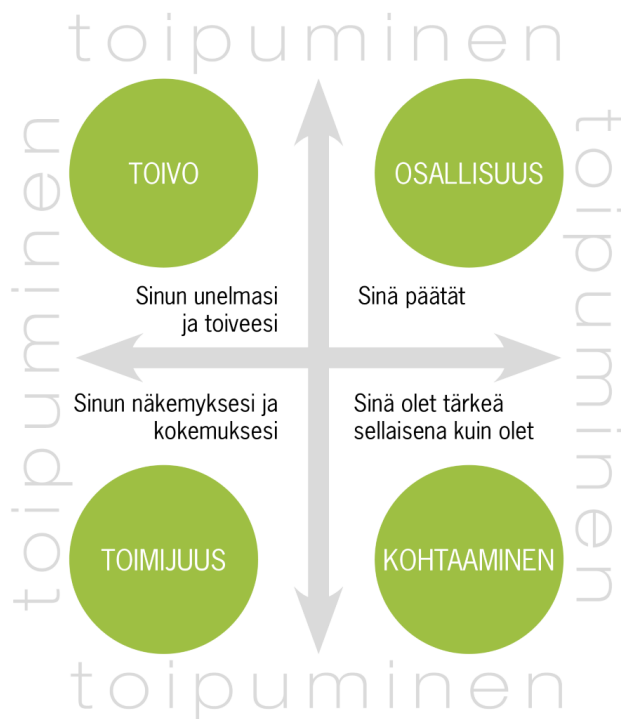
Terveiden ja hyvinvointi laitoksen (THL) kehittämispäällikkö Esa Nordling on Helmi ry:ssä pitämässään luennossaan psykoterapeutti Eija Honkalan mukaan sanonut toipumisorientaation keskeisenä tavoitteena olevan potilaiden omien voimavarojen painotus, osallisuus omassa elinympäristössään, elämän merkitykselliseksi kokeminen sekä toiveikkuuden ylläpitäminen (Honkala 2017). Toipumisorientaatio nostaa esiin hoitosuhteissa tasavertaisuuden ja vuorovaikutuksen merkityksen. Ylhäältä alaspäin rakennettu hoitaja- potilas suhde on saattanut aiheuttaa hoidettavissa passivoitumista sekä ulkopuolisuuden ja merkityksettömyyden tunteita. Toipumisorientaatioon liittyy motivaation merkitys. Nordlingin mukaan toipumisen ajattelumalliin liittyy havainto,

että ihmistä ei voida motivoida ulkoapäin painostamalla. Motivaatio toipumisen suuntaan löytyy sen lähtiessä yksilön omista tavoitteista ja mielenkiinnon kohteista. Oma oivallus siitä, että huomaa itse onnistuvansa ja itse pystyvänsä ovat olennaisia. Sitä kautta toiveikkuus omien voimavarojen ja mahdollisuuksien suhteen vahvistuvat. (Honkala 2017.) Omaohjaaja työskentelyllä tuetaan henkilöä löytämään ja itse määrittämään omia voimavarojaan. Käytännöntekemisen kautta henkilö voi oivaltaa oman toimintansa mahdollisuuksista.

3.2 Mielensterveyskuntoutuja ja toipuminen

Hoitohenkilökunnan koulutukseen keskittyvässä opinnäytetyössä on otettu huomioon, miten toipumisorientaatioon liittyvien arvojen tulisi ohjata mielensterveystyötä. Arvoissa nousee esiin henkilökunnan roolista tukea kuntoutujaa kehittämään ja käyttämään taitoja, joilla hän voi itse hallita elämäänsä. Oleellista on, että työntekijöiden tulee välttää omien tulkintojen ja merkitysten soveltamista kuntoutujaan ja ymmärtää se, ettei henkilökunnan tehtävä ole korjata kuntoutujaa. (Lodders & Mesimäki 2018, 5.) Toipumisorientaatio perustuu ymmärrykseen siitä, että tavoitteena ei ole samanlaisen toimijuuden saavuttaminen kuin ennen sairastumista. Toipumisen tavoitteena on löytää voimavarat ja mielekkyys elämään, jossa sairaus on nyt osa ihmistä. Toipumisorientaatio huomioi sen, että skitsofreniaa sairastava henkilö kokee onnellisuutta, mielekkyyttä ja läheisyyttä harhahoireista huolimatta. (THL 2018b.) Käytännössä toipumisorientaatio edellyttää mielensterveyskuntoutujan kansalaisoikeuksien tukemista ja sosiaalisista vahvistamista. Rakenteiden tulee tukea yksilön kiinnittymistä osaksi yhteisöä. (THL 2018b.)

Toipumisorientaatio (KUVA 1) keskittyy käsittämään yksilön omat unelmat ja tavoitteet (toivo), oman päätöksen teon (osallisuus), yksilön oman näkemyksen ja kokemuksen (toimijuus) ja kohtaamisen merkityksen. Kohtaaminen tuo esiin yksilöllisen tärkeyden tulla hyväksytyksi sellaisena kuin ihminen on (kohtaaminen). (Recovery 2018.) Keskiössä toimintaa ovat yksilön voimavarat. Psykkiset vahvuudet ja kyvyt muodostavat yksilön voimavarat (THL 2018b).



KUVA 1

3.3 Ohjaajan rooli

Mielenterveyskuntoutujien asumisvalmennusyksikköön suunnatussa tutkimuksessa nousee esille, ettei voimavaroja aina oteta osaksi konkreettista toimintaa. Ohjaajalle tehdyssä haastattelussa on tulkittavissa, että keskustelija asukkaan kanssa ei aina sitota arkipäivän toimiin. Voimavarat voivat jäädä merkinnöiksi paperiin olettamuksena asian olevan kunnossa. (Virtanen 2016, 46.) Omaohjaaja toiminnan lähtökohtana on tasavertainen hoitosuhde ja ohjaajan tuella asukkaan oma oivaltaminen omista voimavaroistaan. Jos asukkaan omien voimavarojen tukeminen ja sitä kautta esiin tuominen ja onnistuminen tekemisessä lisää asukkaan toiveikkuutta, on tärkeää osata toimia ohjaajan puolelta sen mukaisesti, että niiden näkyväksi tekeminen mahdollistetaan.

Toipumisorientaatio on loistava ja nykyaikainen tapa ohjaustyöhön ja yksilöllisyyden korostaminen on ehdottoman tärkeää. On kuitenkin löydettävä myös ohjaustapoja, miten se näkyy yhteisöllisessä asumismuodossa. Palvelu tarjoaa yksilöllistä ohjausta, mutta ryhmäkotiasumisen rakenteiden puitteissa asukkaalta velvoitetaan osallisuutta myös yhteisöllisyyteen. Ohjaajilla saattaa olla epäselvyyksiä rajojen vetämisessä ja recovery- ajattelu voi tuntua siltä, että kaikki päätökset ovat asukkaiden käsissä. On ymmärrettävä tavoitteena olevan asukkaan toipuminen, jotta se mahdollistetaan, on ohjaajien ja hoitohenkilökunnan pystyttävä kehittämään toimintamallien mukana. Ohjaajien omat kokemukset ja ammatillisuus ovat osa muutosprosessia, jotka on myös huomioitava toimintaa kehittäessä.

4 OSALLISUUS

Yleensä osallisuuden tunne syntyy, kun ihminen on osallisena jossakin yhteisössä esimerkiksi opiskelun, työn, harrastus- tai järjestötoiminnan kautta. Yhteisöissä osallisuus ilmenee jäsenten arvostuksena, tasavertaisuutena ja luottamuksena sekä mahdollisuutena vaikuttaa omassa yhteisössä. Osallisuuden voidaan tyypillisesti määritellä kolmella ulottuvuudella, joita ovat riittävä toimeentulo ja hyvinvointi, toiminnallinen osallisuus ja yhteisöihin kuuluminen ja jäsenyys. Mikäli yksilöllä on vajausta jollakin ulottuvuudella, se heijastuu osallisuuden vähentymiseen ja lisäten syrjäytymisriskiä. Yhteisöllisestä toiminnasta ulkopuolelle jääminen lisää ulkopuolisuutta, sosiaalista, taloudellista ja terveydellistä osattomuutta ja ennen kaikkea eriarvioisuutta yksilöiden välille. Yksilön kokemus elämän laadun heikentymisestä lisää ja negatiivisesti vahvistaa osallisuuden kokemuksia. (THL 2018a.)

4.1 Mistä osallisuuden tunne syntyy?

Osallisuus on tunne, joten sitä ei voi määritellä henkilön puolesta. Osallisuuden käsite ja sen merkitys ohjaamisessa ymmärretään monin tavoin. On myös nähtävä, että on

olemassa eri tasoista osallisuutta. Puhuttaessa osallisuudesta on myös huomioita eri elämänvaiheiden vaikutus osallisuuden tunteen rakentumiseen. Osallisuuteen linkittyä vahvasti mahdollisuus oman elämänsä hallinnasta. Jos aina on tuntenut osattomuutta ja toimintaa on ohjattu ylhäältä alaspäin, miten voidaan olettaa, että henkilö osaa ilman tukea toimia yhtäkkiä kapteenin roolissa.

Yksilöiden voimavarat vaihtelevat elämäntilanteen mukaan eikä yksilöillä ole aina mahdollisuutta, kykyä tai jaksamista hyödyntää voimavarojaan niin, että osallisuuden kokemus pääsisi aidosti syntymään. Osallisuuden kokemukset ja kuulumisen tunne nojaavat yksilön voimavaroihin. Pitkään kuormittava elämäntilanne tai erilaiset elämän kriisit kuluttavat yksilön voimavaroja ja suuntaavat ne selviytymiseen osallisuuden sijaan. Omiin voimavaroihin ei aina myöskään uskota, niihin ei luoteta tai niitä ei tunnusteta eikä niitä silloin osata hyödyntää. (Kukko- Särkelä 2014b, 39.)

Niin ohjaajan kuin ohjattavan toimintamallit sitoutuvat toisiinsa. Tärkeänä lähtökohdana on ihmisen oman itsetunnon ja oivaltamisen kokemuksen lisääminen tekemisen kautta. Itsensä toteuttamista tukee hyvä itsetunto. Se, että yksilö osaa ja pystyy arvostamaan itseään ja omaa toimintaansa. Osallisuuden tunteeseen vaikuttaa positiivisesti osallisuutta mahdollistaen tai negatiivisesti ulkopuolisuuden riskiä lisäten myös lähipiiriltä tai yhteisöiltä saatu arvostus. (mt., 42-43.) Osallisuuden tunne linkittyy siis ihmisen suhteessa yhteisöön. Lähipiirillä tai yhteisöllä on vahva vaikutus henkilön omaan osallisuuden kokemukseen. On merkittävää tiedostaa yksilön oma kokemus. Kokeeko yksilö itse olevansa arvostettu erilaisissa sosiaalisissa verkostoissaan ja pidetäänkö häntä tärkeänä (mt., 42,43).

Esteettömyyden näkökulma nousee esiin tärkeänä näkökulmana puhuttaessa osallisuudesta. Esteettömyys on sidonnainen yksilön toimintamahdollisuuksiin arjessa. Toimintamahdollisuuksiin vaikuttavat organisaatioiden ja toimintaa tarjoavien rakenteet. Osallisuuden mahdollistaminen heijastuu yksilön sosiaalisissa suhteissa ja laa-

jemmin osallisuudessa omissa yhteisöissä ja yksilön valmiudesta ja roolista oma itseään koskevassa omaa itseä koskevassa päätöksenteossa (mt., 40). Yhdessä toimivat yksilöt muodostavat yhteisön. Kuuluminen linkittyy vahvasti osallisuuden kokemukseen. Kuulumisen tunteessa ihminen on tietoinen omista voimavaroistaan ja taidoistaan ja tulee hyväksytyksi osaksi yhteisöä itsenään. Mahdollisuus oman itsensä toteuttamiseen ja yhdessä koettu, jaettu kokemus yhteisöllisyydestä, luovat osallisuutta (mt, 41).

4.2 Miten osallisuus mahdollistetaan?

Osallisuuden käsitteeseen liittyy osallistaminen. Osallisuus omaan yhteisöön ei synny automaattisesti. Ohjaustyössä tarvitaan osallistavaa toimintaa. Osallistamisessa motivoituminen toimintaan ei lähde toimijasta itsestään vaan ulkoapäin johdetusti. (mt., 35.) Yksilön näkökulmasta halu toimintaan ei lähde silloin omaehtoisesti. Passivoituneen ryhmän aktivoimiseen vaaditaan ammattitaitoa omata ennaltaehkäisevä työote ja havainnoida milloin tarvitaan myös osallistavaa toimintaa ja sosiaalista vahvistamista tukevaa ammatillista ohjaustyötä. Ennaltaehkäisevän työtteen, osallistumisen ja omakohtaisen sitoutumisen kautta yksilö voi tulla tietoisemmaksi omista mahdollisuuksistaan. Parhaimmillaan osallistavan toiminnan kautta voidaan herättää mielenkiinto ja motivaatio omaehtoiseen aktiivisuuteen (mt, 35).

Matalan kynnyksen toiminta, yhteisöjen tukeminen ja yksilön omista lähtökohdista nouseva osallisuuden edistäminen ovat edellytyksiä aktiivisuudelle, yhteisöllisyydelle ja osallisuuden kokemuksille (Pajula 2014, 20). Osallistavan ohjaajan toiminnan suunnittelun on oltava lähellä yksilön tai yhteisön omia lähtökohtia. Yksilön tai yhteisön esiin tuomat tarpeet ja viestit eivät ole aina suorina. On osattava havaita ja reagoida siihen, mitä sanotaan ja toimittava ihmisiltä tulevien viestien mukaan. Puhuttaessa yhteisöstä käsittäen asukastoiminnan mainitaan, että asukkaat ovat tottuneita ylhäältä alaspäin annettuihin viesteihin. (Majaneva 2015b, 37.) Sama nousee esiin puhuttaessa toipumisorientaatiosta. Kuitenkin molemmissa korostuvat havainnot, että ihmistä motivoi toiminta, joka lähtee ihmisestä itsestään.

Onko osallistavan ohjaajan rooli mahdollisuuksien esille tuoja ja tiedon esille tuominen? Pelkästään tiedottaminen mahdollisuuksista ei riitä. Ihmiset eivät aina osaa asennoita tarjottuihin mahdollisuuksiin ja rakentaa omaa toimintaansa omaehtoisesti (Majaneva 2015b, 37). Tarvitaan konkreettista toimintaa, johon mahdollisuudet sidotaan. Kiinnostuksen määrään sitoutuu vahvasti se, että yksilö kokee omalla panostuksellaan olleen aitoa vaikuttavuutta (Majaneva 2015a, 30).

Osallistavan ohjaajan työnkuva on tukea omaehtoisen toiminnan mahdollistamista. Ohjatun voimavaroja tukevan toiminnan tavoite on saavuttaa toiminta, joka lähtee ihmisistä itsestään ja toiminnan toteutukseen ei tarvita ulkopuolista ohjausta. Erityyppisten ryhmien ohjauksessa on otettava huomioon yksilöiden omat lähtökohdat ja voimavarat toimintaan ryhtymiseen. Osallisuuden edellytyksiin liittyy vahvasti se, että yksilö tulee tietoisemmaksi omista voimavaroistaan ja taidoistaan. Voimavarojen ja taitojen vahvistamiseen tarvitaan olosuhteet, jotka tukevat yksilön toimijuutta. (Wilenius- Rouvinen 2014, 62-63.)

Ammattilaisilla on vastuu osallisuuden rakenteiden mahdollistamisesta ja mahdollisuuksien esille tuomisesta. On vaikeaa toteuttaa osallistavaa toimintamallia, jos ei ohjaaja ei itse tiedä osallistavasta toiminnan suunnittelusta. Toiminnan tavoitteena osallisuudessa näkisi olevan niin ohjaajan kuin ohjattavan omien voimavarojen tunnistaminen ja siten hyödyntäminen.

5 RYHMÄKOTIASUMINEN JA SOSIAALINEN VAHVISTAMINEN

Ryhmäkodissa yhteisen toimivan toimintakulttuurin ja pelisääntöjen luominen on ehdottoman tärkeää. Asumisella on oltava samankaltaisia tavoitteita ja motivaatiota yhteisölliseen asumiseen. Toimintakulttuuri on kollektiivista ajattelua, käytäntöjen kokonaisuutta, elämäntapaa sekä mieltymystä hahmottaa maailmaa, joka on yhteisölle tiettyä ajankohtana ominainen. Toimintakulttuuri on sidoksissa yhteisön henkiseen,

aineelliseen sekä sosiaaliseen käyttäytymiseen. Siihen sisältyy mm. yhteisön arvot, uskomukset, käsitykset, normit säännöt ja menettelytavat, jotka ovat usein epävirallisia. (Turvallinen kaupunki 2016.)

Yhteisöllisen asumisen periaatteet vahvistavat ja muokkaavat Lilinkotisäätiön ryhmäkotien toimintakulttuuria. Lilinkotisäätiön arvoja ovat yhteisöllisyys, osallisuus, avoimuus, suvaitsevaisuus sekä turvallisuus. Arvot ja toiminta perustuvat kokonaisvaltaiseen ihmiskäsitykseen. (LIITE 1). Ryhmäkodissa noudatetaan yhtenäistä linjaa toimintakulttuurissa, pyritään rakentamaan uusia toimivia malleja työyhteisöön sekä asukkaiden viihtyvyyden parantamiseksi. Tärkeää on huomioida yksilön omat arvot ja mieltymykset ja pyrkiä sovittamaan niitä ryhmän välisiin yhteyksiin. Kokonaisvaltaisen ihmiskäsitys huomioi sen, että mielenterveyskuntoutujien hoitoa ohjannut diagnosikeskeisyys ei ole tukenut yksilöllisyyttä, jota mielenterveyshäiriöstä parantuminen vaatii. Toimintakulttuuri on arvoperustaltaan toipumisorientaation periaatteita noudattavaa hoitosuunnitelmaa, joka huomio elämän osa-alueet, toiveet ja voimavarat yksilöllisesti. (Hyttinen & Kanasaar 2017.)

Osana ryhmäkodissa asuvien asukkaiden elämää on huomioitava sosiaalinen vahvistaminen. Sosiaalinen vahvistaminen on moniammatillista yksilön ja yhteisön hyvinvoinnin, vaikuttamisen ja osallisuuden kokemusten ammatillista ohjaustyötä, ja sen painopiste on nimenomaan ennaltaehkäisevässä työssä. Sosiaalinen vahvistaminen ymmärretään usein ehkäisevänä työnä: varhainen puuttuminen, elämän nivelvaiheiden tunnistaminen, korjaavat toimet, moniammatillista työtä ja erilaisten palvelujen tuottajien tarkoituksenmukaista ja asiakaslähtöistä verkostoitumista ryhmien kanssa erilaisissa yhteisöissä paremman tulevaisuuden puolesta (Mehtonen, 2011, 13).

Mielenterveysongelmat ja tuen puuttuminen ongelmien käsittelyssä ovat yksi yksilön syrjäytymisessä. Siinä missä osallisuus nostaa esiin yksilön oman kokemuksen, on myös syrjäytymisen kokemus sidonnainen yksilön omaan kokemukseen. Osallisuuden kokemus syntyy vuorovaikutuksellisessa yksilön suhteessa yhteisöön ja siihen liittyy vahvasti henkilön oma kokemus osallisuudestaan. Matalan kynnyksen toiminnalla

voidaan luoda mahdollisuuksia erilaisista lähtökohdista tulevien ihmisten osallistumiselle ja vaikuttamiselle ja mahdolliselle osallisuudelle (Kukko- Särkelä 2014a, 196). Syrjäytynyt kärsii siitä, ettei ole osallisena yhteiskunnan toiminnassa. Näitä ovat esimerkiksi työ, asuminen, sosiaaliset suhteet, ympäristö, puutteita hoidossa ja huolenpidossa sekä heikentyneet vaikutusmahdollisuudet yhteisiin ja omiin asioihin. Syrjäytyminen vaikuttaa niin yksilöön, ryhmiin sekä alueisiin. (Turvallinen kaupunki 2016.)

6 TUPARIT - case

Tupareiden toiminta rakentui käsittämään toiminnan suunnittelun osallisuuden ja toiminnallisten menetelmien kautta. Toiminnallisilla menetelmillä osallistujan rooli muuttuu koulutuksen passiivisesta kuulijasta aktiiviseksi osallistujaksi – ja jopa toteuttajaksi (Alaniska & Ahonen 2018). Osallisuus puolestaan nostaa esiin yksilön motivaation itsensä toteuttamiseen, oivalluksen oman toimintansa merkityksestä ja tarpeen saada arvostusta toisilta omasta panoksestaan. Hyvä olo ja mielekäs elämä koostuvat pienistä ja enimmäkseen arkisista asioista kuten itsensä arvostamisesta, toimivista ihmissuhteista, tutusta säännönmukaisuudesta ja päivärytmistä, mielen ja ruumiin kunnosta (Lahti & Salonen 2018, 24). Mielekkyyttä arkeen ja mahdollisuutta hyvinvointiin lisäävät erilaiset yhdessä jaetut elämykset ja mahdollisuus juhlistaa erilaisia asioita.

Ennalta ehkäisevällä työllä ylläpidetään tasapainottunutta hyvinvointia ja tuetaan arjen toimijuutta. Osallistavat toiminnalliset menetelmät, sosiaalinen vahvistaminen ja toipumisorientaatio sekä niiden toiminta ajatukset sidottiin tukemaan asukkaiden mahdollisuutta yksilöllisiin, mutta yhteisiin tavoitteisiin ja motivaatioon osana yhteisöllistä asumista. Toiminta rakennettiin ottaen huomioon ryhmän erityispiirteet. Ryhmän erityispiirteet on avattu tarkemmin seuraavassa luvussa. Tupari- idean lähtökohdina toimi jo aiemmin mainittu asukkaille tehty alkuhaastattelu. Ilman tätä asukkaiden osallisuus ja toiminnallisten kokeiluiden rakenne olisi mahdollistettu toisin keinoin. Alkukartoitus nosti idean esiin yhteisistä mukavasta toiminnasta ja lopulta idea

hiottiin ryhmäkodin tupareiksi ja juhlan rakennetta tukeviin ohjauskertoihin. Opin-
näytetyöntekijöiden mielestä tämä idea tuki opinnäytetyön tavoitetta, sillä se oli nous-
sut esiin asukkaiden omasta mielenkiinnosta ja työtä rakennettiin asukaslähtöisesti.

Opinnäytetyön tekijät kokivat toteutuksen tukevan asukkaisen mahdollista aktiivi-
suutta ja kiinnittymistä yhteisöön. Oleellista oli toiminta, joka mahdollistaa käytännön
läheisyyden ja on osa yhteisön arkea. Mielen ja kehon hyvinvointi sekä toimivat ihmis-
suhteet korostavat ihmistä psyko- fyysis- sosiaalisena kokonaisuutena. Tämä koko-
naisuus koskee jokaista yksilöä, huomioon jättämättä mielenterveyskuntoutujia. Opin-
näytetyö kohdistui voimakkaimmin sosiaaliseen kokemukseen, jossa yksilö saa vaikut-
tamiskokemuksia itselleen tärkeästä asiasta. Sosiaalisuuden ja sosiaalisten suhteiden
vajavuus kroonistuneilla mielenterveysongelmaisilla on hyvin yleistä. Sairaudenkuvan
erityispiirteisiin lukeutuu mm. eristyneisyys ja sosiaalisten taitojen heikentyminen.

Opinnäytetyön merkittävyyttä lisäsi sosiaalinen tuki, jota asukkaat saivat toiminnalli-
suuden kautta ryhmäkodin muilta jäseniltä. Yksilö kaipaa sosiaalisia kontakteja ja tyy-
pillisesti mielenterveyskuntoutujaa ohjataan elämään yhteiskunnan arvojen ja nor-
mien mukaisesti. Yksilöä pyritään opettamaan uudestaan niille tavoille, jotka ovat sai-
rauden myötä heikentyneet. Opinnäytetyön case – tuparit mahdollistivat yksilölle elä-
mään kuuluvan juhlan ja saavutuksen.

6.1 Tutkimusetiikka

Opinnäytetyötä tehdessä tekijät varmistivat, että tutkimustyöhön liittyvässä keskuste-
lussa noudatettiin tutkimusetiikka, koska lähtökohtaisesti toinen tekijä oli työntekijän
roolissa tutkittavassa toimintaympäristössä. Keskusteluissa ja tiedonjaossa opinnäy-
tetyön eri vaiheissa ei jaettu asiakkaita tai yksikköä koskevaa tietoa, joka on tutkimus-
työhön liittymätön. Toiminnan suunnittelussa huomioitiin ja hyödynnettiin työnteki-
jälle työn kautta kertynyt ammattitaito ja tietämys yleisellä tasolla tutkittavan ryhmän
erityispiirteistä. Työntekijällä on vaitiolovelvollisuutensa ja sitä kunnioitettiin niin am-
mattitaidon puolesta, kuin tutkijan näkökulmasta. Toimintakokeiluissa noudatettiin

tutkimusetiikka varmistamalla tilaajalta ennen toiminnan aloitusta tutkimusluvan-tarve. Tilaajan toimesta ei tarvittu tutkimuslupaa, mutta tarvittiin allekirjoitettu suos-tumuslomake ryhmäkodin kaikilta asukkailta ja ohjaajilta. Projektin luonne kerrot-tiin niin suullisesti, että antamalla osallisille kirjallinen saate. Tiedote ja suostumuslo-make ovat liitteinä (LIITE 2 ja 3). Kopiot suostumuslomakkeista lähetettiin tilaajalle tilaajan ohjeistuksen mukaisesti. Opinnäytetyössä tutkittavan ryhmäkodin kaikilta asukkailta ja ohjaajilta pyydetyn suostumuslomakkeen ennen toiminnan aloittamista allekirjoittivat ryhmäkodin kaikki ohjaajat, joita ryhmäkodissa oli neljä henkilöä ja 11 asukkaasta yhdeksän. Asukkaille kerrottiin, että tutkimuksesta kieltäytyminen ei vai-kuta asumiseen tai mahdollisuuteen olla osana toimintaa. Opinnäytetyön tekijät ha-vainnoivat toiminnassa vain niitä, jotka olivat antaneet suostumuksen.

Alkusuunnittelu oli oleellista tutkimusetiikan kannalta, jotta ryhmäkodin asukkaat, että ohjaajat tietävät mitä tutkitaan ja missä he ovat mukana. Tutkimus kehittyi tar-kastelemaan osallistavien toimintamenetelmien rakenteita toimintakokeiluissa tupa-rit- case suunnittelussa. Toiminnan loppupuolella ohjaajille jaettiin laadullinen kysely ja viimeisellä ohjauskerralla halukkaat asukkaat saivat täyttää palautelomakkeen.

6.2 Ryhmän erityispiirteet

Ryhmän ohjauksessa huomioitiin mielenterveyskuntoutujan erityispiirteet palvelu-asumisessa. Asukkaaksi valinnan perusteena Lilinkotisäätiössä ovat pitkäaikainen psykiatrinen sairaus ja tuen tarve (Lilinkotisäätiö, 2018). Yleisin diagnoosi palvelu-asumisen taustalla on skitsofrenia, jota sairastaa 83% asukkaista (Lilinkotisäätiön toi-mintakertomus 2016, 5). Skitsofrenian erityispiirteet on huomioitava, sillä voidaan päätellä edellä mainitun prosenttiluvun valossa, että ryhmässä valtaosalla on skitso-frenia ja sairauden mukanaan tuomat oireet vaikuttavat ohjauskertoihin ja vaatimus-tasoon. Toiminta perustui kuitenkin siihen, että opinnäytetyön tekijät ovat yhteisöpe-dagogiopiskelijoita. Lähtökohtana oli se, ettei hoitapuolen tietoperusta ole pääroolissa, vaan toiminta toteutetaan yhteisöpedagogin näkökulmasta. Suunnittelussa ja havain-noinnissa keskityttiin yksilöiden näkemiseen kokonaisuutena ihmiselle tyypilliset tar-peet huomioiden, ei oireiden tai sairauden kautta (Perkins & Repper 2018, 87).

Ryhmätyöskentelyssä huomioon otetut skitsofrenian erityispiirteet olivat mahdolliset aistiharhat eli hallusinaatiot, harhaluulot, ongelmat ajatusten rakenteen muodostamisessa sekä häiriöt puheen tuottamisessa. Henkilöillä on myös heikentynyt kyky olla spontaani tilanteissa sekä skitsofreenikoilla ilmenee keskittymisvaikeuksia, vaikeutta vastaanottaa tietoa ja käsitellä sitä, lyhytkestoisen muistin heikkoutta sekä päätöksen haasteellisuutta. Tahdottomuus ja motivaation puute voivat pahimmillaan johtaa liikkumattomuuteen ja eristäytymiseen. Skitsofreenikko kokee vaikeuksia tunne-elämässä ja sen ilmaisussa. Tämä vaikuttaa myös siihen, että nautinnon saaminen asioista on haastavaa. Tunne-elämän heikkous vaikuttaa sosiaalisiin suhteisiin. (Terveyskirjasto 2018.)

Ryhmän toimivuuden kannalta on osattava huomioida sairaudenkuvaa ja ymmärtää sen kokonaisvaltainen vaikutus toimintakykyyn. Ryhmätyöskentely skitsofreenikoiden kanssa on haastavaa, sillä ryhmän jäsenien välinen oireilu voi olla hyvinkin tosis-taan eroavaa tai jopa ryhmän toimintakykyä hidastavaa. Sitoutumiskyky ja päätöksen haasteellisuuden takia on hyvä huomioida se, että ryhmätapaamisten on oltava sisällöllisesti yksinkertaisia ja mieluiten suunnittelun tulisi tapahtua useammassa eri kerrassa. Ohjeistusten tulee olla selkeitä ja ohjaajan on osattava ohjata ryhmää keskeisten asioiden ääreen, sillä keskustelu saattaa helposti lähteä ohi aiheen. Ohjaajan on osattava reagoida siihen, ettei kaikki sitoutuneet osallistujat olekaan paikalla sovi-tusti. Psykyinen tasapaino voi heitellä ja toisinaan esimerkiksi. Harhat voivat olla voi-makkaita, jolloin henkilön on parempi rauhoittua itsekseen. Pyrittäessä motivoimaan henkilöitä osallisuuteen on tiedostettava, että hankalana päivänä oireilevaa henkilöä ei saa painostaa.

6.3 SWOT – Analyysi

SWOT-Analyysi (Strengths, Weaknesses, Opportunities, Threats) on yksi maailman käytetyimmistä analyysityökaluista. Kyseistä työkalua hyödyntäen pystytään hahmot-tamaan projektin vahvuudet, heikkoudet, mahdollisuudet ja uhat. Kaikki neljä osa-alu-

etta kootaan nelikenttään yhdeksi kuvioksi. (Pk-yritysten johtamis- ja kehittämistyökalupakki 2018.) Osa-alueiden hahmottaminen projektin alussa on tärkeää, jotta pysytään ennaltaehkäisemään ja puuttumaan mahdollisiin heikkouksiin ja uhkiin. Toisaalta taas on hyvä havainnoida vahvuuksia ja etenkin mahdollisuuksia, sillä ne antavat paljon hyviä syitä toteuttaa suunnitelma.

SWOT-analyysi on työkaluna helppo toteuttaa ja se soveltuu myös tähän projektiin varsin hyvin. Alla oleva taulukko antaa kokonaisvaltaista kuvaa asioista, joita projektin alussa ja sen aikana on huomioitava. Analyysin tekeminen muistuttaa tekijää eri osa-alueista ja se ohjeistaa kiinnittämään huomiota niihin projektin edetessä.

TAULUKKO 1

<p>VAHVUUDET – Vahvista!</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ryhmän jäsenet entuudestaan tuttuja, ei tarvitse käyttää aikaa ryhmään tutustumiseen - Toimintaympäristö, jossa saa vapaasti koetella rajoja - Projekti suunnitellaan kattavasti - Ohjaajien ammattitaito ja tsemppaava työote - Ryhmänjäsenissä valtavasti potentiaalia projektin toteuttamiseksi - 11 hengen ryhmä tuo monipuolisuutta projektiin 	<p>HEIKKOUEDET – Kehitä, korvaa!</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kohderyhmän osallistujien henkilökohtaiset haasteet (esim. Motivaation puute, keskittymisvaikeudet) - Asukkaan psyykkisen tilan heikentyminen voi hankaloittaa osallistumista - Isohkon ryhmän ohjaaminen tuo omat haasteensa – suunnitelmallisuus ehdottoman tärkeää
<p>MAHDOLLISUUDET – Toteuta!</p> <ul style="list-style-type: none"> - Toteuttaa asukaslähtöisesti projekti, joka innostaa ja antaa onnistumisen kokemuksia - Antaa ohjaajille uusia ajatuksia siihen, että uusien asioiden luominen kannattaa 	<p>UHAT – Torju</p> <ul style="list-style-type: none"> - Mikäli asukkaat eivät ole lainkaan kiinnostuneita projektista – se ei tule toteutumaan - Työtehtävät kasaantuvat liikaa ohjaajien vastuulle, mikäli asukkaat eivät ole tarpeeksi motivoituneita

<ul style="list-style-type: none"> - Luoda projektisuunnitelmalle raamit, jotka voisi mahdollisesti jalkauttaa muihinkin ryhmäkoteihin - Tukea asukkaiden onnistumisenkokemuksia ja mahdollisesti vahvistaa rohkeutta toteuttaa uusia asioita elämässä 	<ul style="list-style-type: none"> - Asukkailla haasteita saattaa prosesseja loppuun – alkuinnostuksen jälkeen voi vuorossa olla mielenkiinnon lopahtaminen
--	--

7 TOIMINTA

Toiminnan suunnitelma oli kääntää ohjaajavetoinen toiminnansuunnittelu asukasläh- töiseksi toiminnaksi. Toimintaa ennen opinnäytetyön tekijät kävivät läpi yleisesti juh- lissa huomioon otettavia asioita ja ryhmän valmiutta toiminnan järjestämiseen. Koska suunnittelu liittyi juhlaan, oli olennaista varmistaa ohjauskertojen kautta mahdolli- suus esimerkiksi vieraiden osallistumiseen, toiminnallisen tekemisen löytyminen kai- kille halukkaille ja siihen, että halu toimintaan osallistumiseen voi syntyä prosessin matkalla. Liian lyhyellä aika välillä toteutunut suunnitelma olisi saattanut vaikuttaa siihen, että jollain asukkaalla ei ole ollenkaan mahdollisuutta osallistua koko proses- siin.

Etukäteissuunnittelu perustui projektille tyypillisiin piirteisiin mitkä liittyvät projektin elinkaareen (KUVA 2) ja sitä sovellettiin ryhmäkotiin sopivaksi. Osallistavan toimin- nan suunnittelu huomio, että toiminta tarvitsee idean, ideaa pitää voida kehittää ja toiminta tarvitsee tekijöitä. Suunnittelu tarvitsee tarkastuksen ja mahdollisuuden tuoda esiin kehittämistarpeita. Tarvitaan toiminnan toteutus ja toiminta tarvitsee sel- keän lopetuksen. Jälkiarviointi kehittää osallistujaa ja auttaa pohtimaan, miten onnis- tuttiin ja miten kannattaa toimia jatkossa. Eri vaiheiden väliin tarvitaan aikaa, jotta esiin nousseet asiat on ajallisesti mahdollista suunnitella ja toteuttaa.



KUVA 2 Projektin elinkaari

7.1 Toiminnalliset ohjaukerrat

Toiminta rakentui ajalle 8.10.2018- 5.11.2018. Toiminta käsitti neljä ohjaukerrata ja tapahtuman. Ohjaukerrat jakautuivat aloituskokoukseen, suunnittelukokoukseen, tilannekatsaukseen ennen tupareita, varsinaisiin tupareihin ja lopetuskertaan. Toimintaa ennen aihe esiteltiin ryhmäkodissa samalla, kun suostumuslomakkeet jaettiin asukkaille ja ohjaajille. Aikataulu oli sidonnainen siihen, että tuparit voitiin toteuttaa opinnäytetyön aikarajan puitteissa. Toimintaan vaikuttivat osaltaan toisen opinnäytetyöntekijän työvuorot ohjattavassa ympäristössä.

Toiminnan ajatus perustui asukkaiden mahdollisuuteen järjestää heidän näköisensä juhlat ja sitä kautta mahdollisesti saada osallisuuden kokemuksia yksilönä kuin yhteisönä. Ohjaukertojen tavoitteena oli saada asukkaisen omia mielenkiinnonkohteita esiin sekä mahdollistaa toiminta, joka on toteutettavissa. Toiminta rakentui prosessimaisesti ohjaukertojen ja ohjaukertojen ulkopuolella tapahtuvan toiminnan myötä ohjaajien tukemana. Opinnäytetyön tutkimuksen suostumuslomakkeen allekirjoitti yhdeksän yhdestätoista asukasta. Asukkaat jotka eivät allekirjoittaneet sopimusta olivat tietoisia siitä, että heidän osallistuminen kokouksiin ja itse tupareihin on mahdollista ja toivottavaa ilman suostumustakin.

Toiminnallisten ohjauskertojen kokeiluiden rakenne oli kestoaltaan 45 minuuttia. Jokaisen ohjauskerran toiminnan tavoitteet sitoutuivat tuparit-case kokonaisuuteen. Paikute ohjauskerroilta pyydettiin suullisesti heti ohjauskerran jälkeen ja se huomioitiin seuraavan kerran suunnittelussa. Asukkaat saivat itse vaikuttaa ohjauskertojen kellon aikaan. Päivämäärät oli ennalta suunnitellut. Ohjauskerroissa kerrottiin asukkaille, miten heidän näkemyksensä oli huomioitu. Toiminnassa korostui myös tiedotus ryhmäkodin asukkaiden ja ohjaajien sekä opinnäytetyöntekijöiden välillä. Tiedotus tapahtui pääasiassa suullisesti. Tämän mahdollisti toisen opinnäytetyöntekijän oleminen töissä ohjaajana tutkittavassa ympäristössä.

Alkukokous oli 8.10.2018. Toiminnan tavoitteena oli motivoida kiinnostuneet asukkaat ja käydä yleistä keskustelua juhlien järjestämisestä. Toiminnassa korostettiin, että kyseessä olevan asukkaiden oma juhla, joihin he itse saavat suunnitella sekä toteuttaa omat visionsa. Alkukokouksessa hahmoteltiin toiminnan sisältöä, päävastuualueita ja suunniteltiin puheentasolla tulevaa korostaen ohjaajien tukea toiminnassa. Ryhmässä käytiin yleistä keskustelua siitä, mitä juhlat tyypillisesti pitää sisällään, mitä pitää ottaa huomioon ja kuka ottaa vastuun suunnitelmien toteutumisesta. Tavoite oli kerätä yhdessä ylös asioita ja rakentaa asukkaiden motivaatioiden kautta juhlien kokonaisuutta ja sitä mukaan lähteä hahmottamaan juhlien rakennetta tarkemmin. Ohjauksessa korostettiin, että suunnitelmallisuus on yksi tärkeä osa onnistumista ja se helpottaa prosessin toteutumista.

Suunnittelukokous oli 11.10.2018. Tavoitteena oli huomioida edelliskerran toiveet ja tavoitteet, suunnitella työnjakoa ja aikataulutusta. Tässä vaiheessa löytää motivaatioita ja suunnitella vastuualueita tarkemmin sekä juhlien aikatauluun vaikuttavaa sisältöä. Suunnittelukokouksessa tehtiin päätöksiä siitä, milloin toimintaa tehdään ja kuka siihen sitoutuu. Kokouksessa huomioitiin ryhmäkodin ohjaajien rooli ja tiedotus, että tupareihin liittyvästä toiminnasta keskustellaan myös tarpeen mukaan ryhmäkodin viikoittaisissa kokouksissa.

Tilannekatsauskokous oli 19.10.2018. Ohjauskerran tavoite oli vertaistuen ja avoimen keskustelun kautta varmistaa mitä asukkaille kuuluu ja selventää asioiden sujuvuutta.

Kartoitettiin, onko toiminta toteutunut tai mahdollista toteuttaa, onko tullut muutoksia matkaan, minkälaisia tuntemuksia on herännyt ja kerättiin kommentteja tulevista juhlista.

Tuparit pidettiin 3.11.2018. Toiminnan tavoitteena toteutuksessa oli, että kaikilla on etukäteen sovitut asiat ja vastualueet selvillä. Yhdessä järjestämistä, yhdessä oloa, vieraiden kanssa seurustelua, aktiviteetteja ja mahdollisuus yhteiseen kokemukseen. Havainnointia juhlien kulusta ja asioiden käytännön toteutumista.

Loppukeskustelu oli 5.11.2018. Toiminnan tavoitteena saada asukkailta aitoa palautetta toiminnasta ja saattaa prosessi päätökseen. Loppukeskustelussa asukas sai pohtia omaa osallisuutta juhliin ja kertoa roolistaan juhlien järjestäjänä. Loppukeskusteluun liitettiin palautelomake, jonka pohjalta keskustelut syntyivät helpommin. fiiliskierros ja saattaa toiminta päätökseen. Tavoite oli selvittää asukkaiden tuntemuksia juhlista ja omasta roolistaan juhlien järjestämisessä ja miten he itse ne kokivat sekä missä olisi ollut parannettavaa.

7.2 Kuvaus toiminnallisen tekemisen prosessista

Tuparit- toiminnan prosessin kuvauksessa asukkaat käsittävät ne asukkaat ja ohjaajat, jotka olivat allekirjoittaneet suostumuslomakkeen havainnointiin. Osassa ohjauskerroissa opinnäytetyöntekijä ja ohjaaja olivat sama henkilö. Opinnäytetyöhön osallistuvien asukkaiden osallistuminen yhteisiin kokouksiin oli vaihtelevaa. Osa asukkaista olivat mukana kaikilla kerroilla. Toiminnallinen tekeminen ja sen toteutuminen nojautuivat merkittävästi ryhmäkodin ohjaajien rooliin osana toimintaa. Toiminnasta kerättävä suorapalaute oli osittain haastavaa ja sen seurauksena toimintaa rakennettiin projektisuunnitelman tavoitteiden mukaan. Toiminnassa oli mukana aina ryhmäkodin ohjaaja ja opinnäytetyöntekijä.

Alkukokouksessa toiminnassa olivat mukana kolme ohjaajaa, kahdeksan asukasta ja molemmat opinnäytetyöntekijät. Ensimmäinen ohjauskerta keskittyi havainnoimaan

asukkaiden aktiivisuutta ja roolia ideoinnissa. Ohjauskerralla korostui asukkaiden eritasoinen aktiivisuus ja keskittymiskyky. Ohjaajan rooli oli merkittävä, jotta voitiin varmistaa kaikkien asukkaiden mielipide. Ohjauskerrassa korostui se, että ohjaajien kanssa ei oltu käyty erikseen tarkentavaa keskustelua toiminnan tavoitteista. Oli huomioitavaa, että osa toimintasuunnitelman sisällöstä nousi ohjaajien omasta valmiudesta toiminnan toteutukseen. Toiminnassa osa asukkaista oli kykenevämpiä päätöksen tekoon kuin toiset. Toiminnassa nousi esiin asukkailta saadun palautteen kautta puhuttujen asioiden näkyväksi tekeminen toiminnan seuraamisen helpottamiseksi.

Suunnittelukokoukseen osallistui viisi asukasta, yksi ohjaaja ja opinnäytetyöntekijä. Toiminnan tavoitteena oli suunnitella juhlien rakennetta ja asukkaiden vastuualueita. Toiminta toteutettiin edellisen kerran palautteen myötä yhdessä kirjoittaen julistepaperille. Asukkaat eivät halunneet itse kirjoittaa, joten ohjauskertaa ohjannut opinnäytetyön tekijä kirjoitti asukkailta ja ohjaajilta esiin tulleita asioita näkyväksi paperille. Toiminnassa rakennettiin aikajana mitä toimintaan kuuluu ennen juhlia, juhlien aikana ja juhlien jälkeen. Otettiin puheeksi se, että tiedotus juhlista omille lähiomaisille olisi täysin asukkaiden omalla vastuulla, mikä oli ollut asukkaiden omapäätös ensimmäisellä kerralla. Päätöksenteko myös muista mahdollisesti kutsuttavista vieraista olisi heillä.

Toimintaa ohjasi edellisellä kerralla ylös kirjatut asiat. Toiminta vaati toisen ohjaajan tueksi ottaen huomioon ryhmän erityispiirteet. Toiminnassa nostettiin esiin myös asukkaiden omia vastuualueita. Havainnoinnissa korostui tärkeys voida vaikuttaa ja nähdä mitä kirjoitetaan. Osa edellisen kerran toimintasuunnitelmaan kirjoitetusta tiedoista eivät vastanneet täysin sitä mitä oltiin puhuttu. Osa asukkaista oli enemmän tietoisia edellisen kerran sisällöstä. Julistepaperille toteutettu toimintasuunnitelma laitettiin esille asukastalon seinälle. Ohjauskerralla korostui tavoitteellisen toiminnan ohjaaminen ja tarve tehdä näkyväksi mitä ollaan tekemässä ja miksi. Ohjaustilanteessa nousi esiin asukkaiden mielenkiintoja ja sen kautta havainnoinnissa korostui ohjaajien roolijako ohjaustilanteissa. Asukkaan motivaation vaikutti mahdollisuus olla aktiivisesti osana toimintaa ja keskittymiskykyyn heijastui selvästi, jos ei ollut. Kokouksessa puhutuista asioista tiedotettiin suullisesti ryhmäkodin ohjaajille.

Tilannekatsauskokoukseen osallistuivat molemmat opinnäytetyöntekijät ja seitsemän asukasta. Ohjauskerran tavoitteena oli antaa asukkaiden itse kertoa omia tuntemuksiinsa tupareiden suunnitellusta. Toiminnassa nostettiin esiin vertaistuen merkitys. Toinen opinnäytetyön tekijöistä ohjasi keskustelua. Fiiliskierros rakentui siten, että opinnäytetyöntekijä antoi ensimmäisen vuoron asukkaalle. Sen jälkeen asukas antoi vuoron haluamalleen henkilölle. Esiin nousi arkipäiväisiä asioita ja samalla esiin nostettiin tupareihin liittyviä tuntemuksia. Kierroksen jälkeen palattiin edellisen kerran aikajana- suunnitelmaan. Se käytiin läpi yhdessä asukkaiden kanssa ja jokainen sai kertoa mihin toimintaan on halunnut mukaan. Toiminnot avattiin kaikille asukkaille. Myös osa asukkaista, jota eivät olleet sitoutuneet mihinkään löysivät ohjatun ideoinnin kautta tekemisen. Toiminnassa korostui asukkaan ja ohjaajan yhteistyön merkitystä toteutuksessa. Edellisen kerran jälkeen ryhmäkodissa oli tehty asukkaan ja ohjaajan yhteistyönä tiedote tupareista, joka esiteltiin kaikille. Asukkaiden kanssa käytiin läpi, että seuraava opinnäytetyöhön liittyvä ohjaus kerta on tuparit sekä tupareiden jälkeen palautekeskustelu päivästä. Kellonaika sovittiin yhdessä asukkaiden kanssa. Oma ohjaajien rooli nousi myös esiin tupareiden suunnittelussa. Asukkaille kerrottiin ylimääräisen tapaamisen mahdollisuudesta, mikäli se koetaan tarpeelliseksi, Ohjauskerran sisällöstä tiedotettiin suullisesti ohjaajille.

Ennen tupareita tupareiden järjestäminen oli ollut asukkaiden puheissa arkisten askareiden yhteydessä. Asukkaat olivat kyselleet ohjaajilta tarkentavia kysymyksiä esimerkiksi aikataulusta. Ohjaajat olivat muistuttaneet asukkaita omista vastuualueistaan ja osallistujat tuntuivat olevan hyvin kartalla omista työtehtävistään. Jokaisen asukkaan kanssa toiminnassa oli tavoitteena sopia ajankohta, jolloin yhdessä ohjaajan kanssa puuhastellaan yhdessä tupareiden hyväksi. Esimerkiksi yhden osallistuvan asukkaan kanssa oli yhdessä suunniteltu ja toteutettu suunnittelukerralla esiin noussut idea kutsusta yhteisön muille asukkaille. Tiedote jaettiin kutsuna muille ryhmäkodeille. Neljä asukasta ja kaksi ohjaajaa kävivät ostoksilla yhdessä ja saaneet hommattua kaikki säilyvät tarjoiltavat. Ostosreissu sujui varsin miellyttävästi ja asukkaat pystyivät hienosti noudattamaan annettuja ohjeita ja suunniteltua ostoslistaa. Jokainen vuorollaan osallistui ostoksenteleopäätökseen ja ryhmässä toimiminen onnistui kiitettävästi. Asukkaat toimivat reippaasti ja huolehtivat ostoksista loppuun asti. Asukas, jonka vastuu oli musiikki ja ohjaaja olivat toteuttaneet siihen liittyvän toiminnan tupareiden

musiikkia ajatellen. Asukas oli ottanut vastuuta työtehtävästään ja osannut toimia suunnitelmallisesti. Arkipäivinä ennen itse juhlia ryhmäkodissa oli tavoitteena leipoa ja kokata yhdessä, käydä hakemassa säätion toisesta talosta karaokelaitteet ja huolehtia ryhmäkodin viihtyvyydestä siivoamalla ja koristelemalla paikat valmiiksi.

Tupareiden suunnittelu ja toteuttaminen olivat asukaslähtöisiä. Asukkaat osallistuivat hienosti suunnittelukokouksiin, mutta päivät ennen tupareita osoittautui haasteelliseksi. Asukkailla oli tiedossa omat vastualueensa, mutta asioiden loppuunsaattaminen ei toiminut odotetulla tavalla. Asukkaista ainoastaan kaksi osallistui suunnittelukokouksissa itse valitsemiinsa työtehtäviin ja loput yhdeksän asukasta luopui vastuustaan. Asukkaiden suunnittelemat tehtävät jäivät näin ollen ohjaajien vastuulle ja tämä aiheutti työyhteisössä erimielisyyttä.

Asukkaat eivät olleet sitoutuneet omien juhliensa järjestämiseen, mutta valtaosa kuitenkin osallistui juhlahetkeen. Yhteensä juhlissa oli asukkaita viisitoista ja yleistunnelma hyvä. Tupareissa syötiin ja juotiin yhdessä, kuunneltiin musiikkia, seurusteltiin ja pelattiin bingoa. Suunniteltu karaoke ei toteutunut, sillä karaokelaitteita ei oltu noudeettu toisesta säätion yksiköstä. Vieraina ei ollut asukkaiden omaisia. Osa ei ollut hällunnut kutsua ketään, kaikilla ei ole läheisiä ja muutama kertoi kutsuneensa, mutta vieraat olivat estyneitä saapumaan. Suunnitteluvaiheessa asukkaat olivat osittain hämentyneitä vieraiden kutsumisen mahdollisuudesta. Juhlat kestivät noin 1,5h, vieraat poistuivat ja osa asukkaista jäi vielä nauttimaan hyvästä tunnelmasta. Yhteisten tilojen siivoamiseen osallistui yksi asukas. Kysyttäessä asukkaat vastasivat juhlien olleen onnistuneet ja vieraat antoivat kiitosta niiden järjestämisestä. Itse juhlat siis olivat varsin mieluisat, mutta sovituiden asioiden hoitamattomuus vaikutti negatiivisesti ilmapiiriin ohjaajien keskuudessa. Juhlien suunnittelu onnistui, mutta ilmeisemmin tiedonkulku olisi voinut olla vielä tarkempaa niin työyhteisön kuin opinnäytetyöntekijöiden ja ohjaajien kesken.

Loppukokous vietettiin mukavissa merkeissä kahvihetken yhteydessä. Alussa keskustelua johdatti yleiset kuulumiset ja siitä johdateltuna keskustelu siirtyi edellisen viikonlopun juhliin. Paikalla oli viisi asukasta ja ohjaajana opinnäytetyöntekijä. Loppu-

kokouksen sisältö painottui asukkaiden tuntemuksiin järjestetyistä tupareista ja käytiin yhdessä läpi juhlien kulkua. Aukkaat saivat kirjallisesti palautelomakkeen. Ohjaaja auttoi palautelomakkeen täyttämässä esittämällä kysymyksiä ääneen sitä haluaville. Palautelomakkeet kerättiin kokouksen jälkeen niiltä asukkailta, jotka sen halusivat täyttää. Tuotiin ilmi, että palautelomakkeita voi palauttaa vielä kuluvan viikon aikana.

8 TULOKSET JA TULOSTEN ANALYSOINTI

Toiminnan aikana keskityttiin havainnoimaan toimintaa ja kerättiin tutkimukseen osallistujilta kerättiin palaute liittyen toiminnan rakenteeseen. Projektin lopuksi pyydettiin erillinen suostumus kyselyihin liittyen. Tiedot käytettiin arvioimaan osallistavien menetelmien laatua. Tutkimustulosten avulla pyritään syventämään tietoa osallistavien menetelmien merkityksestä ja mitkä asiat vaikuttavat osallisuuden tunteen syntyyn ja miten sitä voidaan tukea. Ryhmäkodin asukkaiden ja ohjaajien osallistuminen tutkimukseen hyödynsi heidän mahdollisuuttaan olla kehittämässä ryhmäkodin tulevaisuuden toimintaa.

8.1 Loppuhaastattelu asukkaat

Asukkaiden palautekyselyt toteutettiin puolistrukturoidulla haastattelulla, joka oli kirjoitettu kyselylomakkeen muotoon (LIITE 4). Osallisuutta ja kehittämistä tukevia arviointeja ja suunnitelmatyökaluja on saatavilla ja niiden räätälöiminen tutkimukseen on kannattavaa. Opinnäytetyössä toteutettiin ARTSI-projektin suunnittelemaan tapahtuman palautelomaketta. ARTSI on internetsivusto, johon on koottu kehitettyjä työkaluja itsearviointiin ja palautteenkerjuun tueksi yhdessä pienten sosiaali- ja terveysalan järjestöjen kanssa. (ARTSI, 2017.) ARTSI-projektin työkalupankista opinnäyte työn tutkimukseen räätälöitiin ryhmälle kohdennettu palautekysely. Kysymykset muokattiin ryhmää koskeviksi ja opinnäytetyön kannalta merkillisiksi. Tiedonkeruu palautelomakkeen muodossa valikoitu ryhmänjäsenille sen helppolukuisuuden ja yksinkertaisuuden vuoksi.

Opinnäytetyön palautekysely (LIITE 4) toteutettiin ryhmäkodin asukkaiden keskuudessa viimeisellä kokoontumiskerralla. Jokainen ryhmäkodin asukas sai mahdollisuuden osallistua kyselyyn ja kaiken kaikkiaan halukkaita osallistujia oli viisi asukasta, eli puolet niistä asukkaista, jotka alun perin antoivat suostumuksena opinnäytetyöhön kerättävään tutkimustietoon. Palautekysely sisälsi yksinkertaisia kysymyksiä tupareihin liittyen ja mahdollisista kehittämisideoista.

Palautekyselyä tarjottiin seitsemälle asukkaalle, joista viisi palautti sen. Näistä viidestä jokainen oli sitä mieltä, että juhlat olivat hyvin suunniteltu ja toiminta juhlissa oli mielekästä. Palautelomakkeessa kysyttiin tuntemusta siitä, osallistuiko ryhmäkodin asukkaat juhlien järjestämiseen sovitusti ja kysymys jakautui puoliksi vastausten täysin eri mieltä ja jokseenkin eri mieltä kesken. Kolme viidestä asukkaasta olivat sitä mieltä, että juhlat vastasivat odotuksia.

Palautelomakkeessa kysyttiin asukkailta kokemuksen tunnetta siitä, saivatko he mielestään vaikuttaa haluamallaan tavalla juhlien järjestämiseen ja kuinka hyvin kokee itse osallistuneensa järjestelyihin. Kysymyksiin vastanneista kaksi viidestä koki saavansa vaikuttaa järjestelyihin, mutta kertoivat jättäneensä oman vastualueen hoitamatta. Loput vastanneista kertoivat, etteivät osallistuneet juhliin tai kokivat, etteivät osallistuneet omalla panoksellaan. Yksi asukas kommentoi, ettei kokenut saavansa vaikuttaa juhlien järjestämiseen lainkaan.

Kolmas kysymys lomakkeessa kohdistui juhlien risuihin ja ruusuihin sekä siihen, jäikö asukas kaipaamaan juhliin vielä jotakin lisää. Kommentteja puutteista olivat mielipiteitä juhlissa soitettavasta musiikista, yksi asukas kertoi olevansa niin tyytyväinen, että kaipailee jo seuraavia juhlia, toinen kyselyyn vastannut koki, että juhlat olivat sopivan kokoiset vierasmäärällisesti ja ajankäyttö oli riittävää.

Yksi asukas kuvaili juhlien tunnelman olleen erinomainen. Kolme viidestä vastanneesta asukkaasta kuvaili juhlien yleisen tunnelman olleen hyvä. Yksi asukas koki, että tunnelma juhlissa oli menettelevä. Palautekyselyn lopussa sai kertoa vapaamuotoisesti terveisiä opinnäyte työntekijöille, palaute oli positiivista ja eteenpäin kannustavaa.

8.2 Kysely ohjaajille

Otanta kohdistui tutkittavan ryhmäkodin ohjaajiin. Ohjaajille tehtiin laadullinen kysely (LIITE 5), jonka tavoitteena oli kerätä tietoa ohjaajien näkemyksestä ja saada tärkeää aineistoa tutkimuskysymyksien analysointiin. Kysely oli paperiversiona ja se annettiin tutkittavan ryhmäkodin kolmelle ohjaajalle heti tupareiden jälkeen. Neljännen suostumuslomakkeen allekirjoittaneen ohjaajan työsopimus oli jo loppunut. Ohjaajista kaksi vastasi kyselyyn. Opinnäytetyöntekijät kokivat laadullisen kyselyn olevan paras tapa kerätä ohjaajilta palautetta, koska tutkimustyö oli osoittanut jo paljon ohjaajien aikaa vieväksi ja mahdollisten haastatteluiden toteuttaminen käytännössä olisi ollut haastavaa.

Kyselyn tavoitteena oli selvittää ryhmäkodin ohjaajien näkemystä osallisuudesta ryhmäkodin toiminnassa ja tuparit- toiminnan merkittävyyttä. Kysely jakautui kolmeen osioon: osallisuus yksilö ja yhteisö tasolla, tuparit- toiminta ja ohjaajien rooli. Kysely sisälsi moni valinta- ja avoimia kysymyksiä. Monivalintakysymysten vastauksissa väittämiä arvioitiin asteikolla 1-4. Luku yksi oli täysin eri mieltä ja neljä täysin samaa mieltä.

Kysyttäessä osallisuudesta monivalintakysymyksenä vastauksista nousi esiin kahden vastaajan kokevan eritavoin osallisuuden toteutumisen ja siihen vaikuttavat tekijät ryhmäkodissa. Ensimmäisen osion kysymyksissä suurin osa vastauksista olivat joko jokseenkin erimieltä tai jokseenkin samaa mieltä. Näihin vastauksiin lukeutuivat vastaajien näkemykset asukkaiden mahdollisuudesta itsensä toteuttamiseen, ryhmäkoti-toiminnan tarjoama mahdollisuus asukkaiden kiinnittymisestä yhteisöön sekä vertais-tuen ja yhteishengen näkymisen arjessa asukkaiden kesken. Kysyttäessä asukkaiden valmiudesta itsenäiseen toiminnan suunnitteluun toinen vastaajista oli täysin samaa mieltä, että se on luontevaa ja vastaajista toinen näki siinä haasteen. Molemmat vastaajat olivat täysin samaa mieltä, että yksilöiden eritasoinen valmius aktiivisuudessa tuottaa haasteen. Vastaajat olivat joko erimieltä, että toiminta suunnitellaan tu-

kien yksilön voimavaroja. Vastaajista toinen oli täysin eri mieltä asuinalueen toimijoihin tutustumisen mahdollisuudesta, toinen jokseenkin samaa mieltä. Kysyttäessä ohjaajan roolin ja innon merkitystä asukkaiden sekä ohjaajien asenteiden merkitystä asukkaiden motivaatioon vastaajat olivat eri mieltä sen vaikutuksesta. Molemmat vastaajat olivat jokseenkin samaa mieltä, että asukkailta lähteneitä ideoita tuetaan ja mahdollistetaan ohjaajan toimesta.

Kysyttäessä asukkaan ja ohjaajan tasavertaisen roolin toteutumisesta vastauksista nousi esiin toiminnan toteutumisen olevan huonoa ja sen olevan ohjaajavetoista. Vastauksista nousi esiin asukkaiden kiinnostuksen puute asioihin ja ohjaajan vastuu toteutuksessa ja päätöksenteossa. Vastaajat kokivat ryhmäkodin tukevan yksilön hyvinvointia ja toipumista tarjoamalla tasavertaista seuraa ja erilaisia aktiviteettejä. Vastauksista nousi esiin se, ettei asukkaan tarvitse elää ja olla yksin ja ohjaajan läsnäolo.

Kyselyn toinen osio käsitti tuparit- toiminnan ja sen vaikutusta ryhmäkodissa. Vastaajista toinen oli kokenut toiminnan sisällön ja vastaavan toiminnan jatkossa jokseenkin tarpeelliseksi ja toinen oli jokseenkin erimieltä. Molemmat vastaajat olivat jokseenkin erimieltä kysyttäessä toiminnan suunnittelun onnistumista, asukkaiden aktiivisuuden kasvua, ryhmäkodin yhteishengen kasvua, yksilön motivaation kasvua ja toiminnan rakenteesta tukien ryhmäkodin muuta arkea. Vastaajista toinen oli kokenut asukkaiden roolin nousseen esiin, toinen ei. Vastaajat olivat kokeneet toiminnan haastavaksi asukkaille. Toinen vastaajista oli jokseenkin samaa mieltä, että hyvinvointi oli kasvanut tekemisen myötä. Vastaajista toinen oli täysin samaa mieltä, että toiminnassa asukkaiden oma rooli oli noussut esiin, toiminta oli tuonut sisältöä asukkaiden päivään tai ohjaaja työhön ja asukkailla oli mahdollisuus vaikuttaa tekemiseen ja onnistumiseen. Vastaajista toinen ei jokseenkin erimieltä kysyttäessä edellä mainittuja asioita.

Avoimista kysymyksistä kysyttäessä ohjaajan tuntemuksia osallistua toimintaan vastauksissa nousi esiin toisen vastaajan kohdalla toiminnan tuoneen kohtalaisesti vaihtelua arjen työtehtäviin ja asukkaiden aloitteettomuus oli koettu turhauttavaksi. Kyselyyn vastanneista ohjaajista toinen oli osallistunut tuparit-toimintaan, toinen ei ollut osallistunut tekemiseen. Kysyttäessä toiminnan vaikutusta ryhmäkodin aktiivisyyteen toinen vastaajista ei ollut kokenut se vaikuttavan. Toinen vastaajista oli kokenut

asukkaiden toimivan ohjaajavetoisesti ja avustetusti. Esiin nousi asukkaiden innokkuus ideointiin ja suunnitteluun ja se oli toiminut hyvin, mutta toteutusvaiheissa oli ilmennyt huomattavia haasteita. Vastauksissa nousi esiin tuparit- toiminnan tarve olla yksinkertaisempi tai pienimuotoisempi, joka huomioisi paremmin asukkaiden realistisen toimintakyvyn. Vastauksissa nousi aiemmin myös esille, että tutkimuksessa ohjaajat olisivat kaivanneet lisätietoa ohjaajan roolin laajuudesta osana toteutusta.

Ohjaajan rooli kysyttäessä esiin nousi, että mielenterveystyössä ohjaajan tärkein voimavara oma jaksaminen ja hyvä työyhteisö. Toiminnan kautta vastaajille ei ollut herännyt ideoita, miten tukea asukkaan aktiivisuutta osallisena ryhmäkodin toimintaan tai asuinalueen yhteisöön. Esiin nousi, että toiminnallisen tekemisen mahdollisuudet ovat tuttuja. Toiminnallinen tutkimus oli tuonut lisäarvoa ryhmäkodin toiminnalle herättämällä ajatuksia ja keskustelua työryhmässä asukkaiden aloitteellisuudesta ja toimintakyvystä niin käytännössä kuin teoriassa ja niiden eroista.

Kyselynlopussa avoimessa palautekohdassa vastaaja sanoi tuparit- toiminnan olleen kiva idea ja kokouksien määrän olleen riittävä. Esiin nousi, että kokouksissa olisi tullut huomioida paremmin asiakasryhmän arjen taidot, oma- aloitteisuus ja realiteetit ja puuttua niihin, jos ne ovat ristiriidassa. Esiin nousi juhlien järjestämisen toteutuneen ohjaajavetoisesti ja asukkaiden olleen hyvin avustettavia ohjausvaiheessa.

8.3 Tuloksien analysointi

Asukkaiden palautekyselyn vastaukset olivat kokonaisuudessaan positiivisia. Niistä ilmeni selkeästi asukkaiden tyytyväisyys juhliin ja kokonaisvaltainen hyvä tunne järjestetyistä juhlilla. Selkeästi voi havainnoida sen, että juhlien järjestelyyn ei oltu täysin tyytyväisiä, eikä työnjako asukkaiden kesken toteutunut tasapuolisesti. Ohjaajille tehdyn laadullisen kyselyn vaikuttavuutta ei voida pitää kattavana, sillä vastaajia oli vain kaksi. Tutkittavan ryhmäkodin ollessa rajattu tutkimuskohde saadaan vastauksien kautta kuitenkin merkittävyyttä tutkimustyöhön ja arvokasta tietoa tilaajalle. Vastauksien kautta voidaan todentaa havaintojen kautta esiin nousseita osallisuuden rakentamiseen liittyviä haasteita ryhmäkotityöskentelyssä.

Ohjaajille suunnatussa kyselyssä vastauksissa nousi esiin tuparit- case toiminnan tarve ja toiminnan olleen ideana hyvä. Idea toimintaan on lähtenyt asukkaiden mielenkiinnosta pitää tuparit. Vastauksista korostuu, että asukkailta tulleita ideoita tuetaan ja toteutetaan. Kuitenkin puhuttaessa tuparit toiminnasta vastaajat kokivat asukkailta tulleiden ideoiden ja toimintamahdollisuuksien toteutumisen olleen heikkoa. Vastauksista ei noussut esiin toiminnan vaikuttaneen merkittävästi ja positiivisesti ryhmäkodin aktiivisuuden lisääntymiseen. Vastauksissa oli ristiriita sen välillä, että vastaaja koki asukkaiden kykenevän itsenäiseen suunnitteluun ja kuitenkin nähtiin, että itsenäinen suunnittelu tuo merkittäviä haasteita. Ohjauskertojen havainnot tukevat toiminnallisten menetelmien tarvetta lisäämään asukkaiden aktiivisuutta. Asukaslähtöisen toimintaan tarvitaan selkeyttä ja tavoitteellisuutta. Tavoitteiden on oltava realistiset ja toteutettavissa. Asukkaiden toimintavalmius tuo lisähaasteen ohjaajien jaksamiselle.

Jotta ohjaajat voivat reagoida muuttuviin tilanteisiin, tarvitaan toimintaa tukemaan ohjaajien hyvinvointia. Vastauksissa nousi ohjaajien tärkeimpien voimavarojen olevan oma jaksaminen ja työyhteisö. Voimavaroiksi eivät nousseet omaa ammattimaisuutta tukevat taidot. Tämän havainnon kautta mielenterveyskentällä on kiinnitettävä huomiota siihen, miten toimintaa ohjaavat rakenteet vaikuttavat myös työntekijöihin. Herää myös kysymys siitä, miten käsite voimavarat sisäistetään osaksi käytännönohjaustyötä.

Vastauksissa ilmeni, että yksi neljästä ohjaajasta ei ollut lainkaan mukana toiminnassa. Ohjaajien asenteella ja innolla koettiin olevan eritasoinen merkitys toiminnan onnistumiselle. Tuparit-case rakentui viiden viikon suunnitelmalle ja sitoutui ohjaajien työtehtäviin, joten ohjaajan roolilla tai sen puuttumisella on ollut vaikutusta. Vastauksista nousi esiin selkeästi ohjaajalla olevan merkittävä rooli ryhmänohjauksessa ja se tiedostettiin jo ennen tuparit- suunnitelmaa ohjaajien parissa. Vastauksista nousi esiin, että vastaajat olivat erimieltä ohjaajan oman roolin ja asenteen vaikutuksesta toiminnalle. Silti toiminnassa korostui opinnäytetyön tekijöiden roolin olleen liian pieni toiminnan käytännöntoteutumisen mahdollistamisessa. Osittain havainnoinnissa oli nähtävää hoitoalan ja hoitoalan selkeä vaikutus osana ammattimaisuutta.

Huomiota tulee kiinnittää asukkaiden esille tuoma tyytymättömyys työnjakoon ja juhlien järjestämisen toteutukseen. Juhlia suunniteltiin neljässä eri kokouksessa ja ne toteutettiin yhdessä sovittuna päivänä. On siis hämmentävää huomata, miten juhlien järjestäminen tuottikin toiminnan hetkellä niin paljon haasteita. Yksi vaikuttava tekijä tässä kohtaa on se, että opinnäyte työntekijä ei ollut paria päivää ennen juhlia auttamassa juhlien järjestelyssä. Tässä kohtaa huomion olisi tullut kiinnittää työvuorosuunnitteluun ja huomioida, että paikalla tulee olla juhlien päävastuuvetäjä. Vaikkakin opinnäytetyöntekijä oli jättänyt työpaikalleen selkeät ohjeet asukkaille ja ohjaajille, ei käytännön toteutus hoitunut sovitulla tavalla. Työpaikalla oltiin myös viestitty, että mikäli asukkaat eivät sitoudu heidän valitsemiinsa vastuualueisiin, voidaan tarpeen mukaan suunnitelmia muuttaa sopivammaksi.

Viestinnän olisi tullut olla selkeämpää. Ohjaajien osallisuus tutkimuksessa oli ohjaajille hieman epäselvä. Tämä on varmasti aiheuttanut sekaannusta niin ohjaajien kuin asukkaidenkin kesken ja sen vaikutus näkyi juhlissa sekä juhlien jälkeen kerätyissä palautteissa. Asukkaiden tunne osallisuudesta ja vaikuttavuudesta juhliin olivat palautteiden mukaan kohtalaiset. Vaikuttava tekijä tähän on ryhmän erityispiirteet huomioiden pitkä tuparit -case tutkimusprojekti, joka on saattanut olla osalle asukkaista haastava ja liikaa keskittymiskykyä vaativa.

Osa asukkaista on voinut kokea liikaa toistoa kokouksissa ja tai saavansa liikaa tietoa sekä painetta omalle kohdalleen. Tämä kohderyhmän jäsenissä voi aiheuttaa vetäytymistä, ahdistumista ja niiden seurauksena tilanteesta poistumista. Osa asukkaista on saattanut jättää osallistumatta, sillä on kokenut liian suurta painetta omien juhlien järjestämisestä. Asukkaille kuitenkin annettiin koko ajan tietoa siitä, että tämä on yhteinen projekti, jossa ohjaajat ovat ohjaamassa ja tukemassa eri työvaiheissa. Osaltaan tupareiden oleminen osa tutkimusta on voinut heijastua negatiivisesti asukkaan motivaatioon. Juhliin vaikuttamisen mahdollisuus on silloin lisännyt osattomuuden kokemusta osallisuuden sijaan.

Yhden asukkaan palautelomakkeesta ilmenee tyytyväisyys juhliin ja järjestää tulevaisuudessa jotakin vastaavaa toimintaa ryhmäkodin jäsenten kesken. Asukas kokee saa-

neensa osallistua ja vaikuttaa sekä viihtyi juhlissa oikein hyvin. Asukas hoiti oman vastualueensa ja toimi vastuullisena ryhmän jäsenenä. Kysyttäessä hän kommentoi olevansa varsin tyytyväinen omaan toimintaansa ja juhlat vaikuttivat mielialaan kohen- tavasti.

Yksittäiset palautekyselyistä heijastuvat onnistumisentunteet ja kokemukset ovat ehdottoman tärkeää tutkimustietoa. Ryhmänohjauksessa ja ryhmää tutkittaessa yksikin positiivinen kokemus on arvokasta. Vaikka ryhmä ei toiminut odotetulla tavalla, kertovat palautelomakkeet kuitenkin yksilöiden olleen kohtuullisen tyytyväisiä kokonai- suuteen. Tässä tapauksessa voisi tulkita, että yksilöt ovat tyytyväisiä omaan toimin- taansa ja kokevat positiivisuutta yhteisen juhlien ansiosta, mutta ryhmädynamiikan muodostaminen vaatii runsaasti hiontaa. Havainnoinnin kautta nousi esiin asukkai- den tarve saada asioita näkyväksi, joka itsessään voi lisätä kuuluvuuden tunnetta ja sitoutumista. Osallisuuden eri tasot pohjautuvat yksilön omaan tuntemukseen osalli- suudesta. Tutkimustyön havainnot ja ohjaajien palaute eivät anna vastausta siihen ko- kivatko asukkaat osallisuutta, sillä osallisuuden määritelmässä vain yksilön henkilö- kohtaisella kokemuksella voidaan mitata osallisuutta.

8.4 Vastaukset tutkimuskysymyksiin

1. Miten osallistavalla asukaslähtöisellä toiminnallisella menetelmällä voidaan tukea ryhmäkodin aktiivisuutta?

Toiminnallisten menetelmien käyttäminen ryhmädynamiikan muodostumisessa ja ryhmän toimivuuden korostamisessa ovat varsin hyödyllistä. Tekemämme tutki- muksen mukaan ne tukevat ryhmäkodin aktiivisuutta. Aktiivisuuden määrää voidaan tutkimukseen viitaten vedota asukkaiden osallistumisena järjestettyyn toimintaan. Ryhmäkodissa järjestetty tuparit- case ja sen sisältämät kokoukset osoittivat, että toi- minnalliset menetelmät ovat matalan kynnyksen toimintoja ja sen myötä tukee yksilön ja sen myötä yhteisön aktiivisuutta. Työkentällä jo vuosia työskentelevänä uskaltaa sa- noa, että tuparit projekti oli pitkäjänteisin ja motivoitunein ryhmän yhteinen tavoit-

teellinen toiminta pitkiin aikoihin. Tietoperusta korostaa ohjaajan roolia mahdollistajana ja toiminnan suunnittelua lähellä yhteisön omia tavoitteita. Ryhmän aktiivisuutta ollaan pyritty vahvistamaan ja tukemaan, mutta asioiden loppuun saattaminen on ollut haastavaa, sillä asiat jäivät helposti junnaamaan paikalleen. Jos ryhmän ei toimi toivotulla tavalla, on ohjaajien osattava reagoida ja muuttaa toimintamalliaan. Toiminnassa korostui passivisuutta lisäävä opittu ylhäältä- alaspäin johdettu toimintamalli. Tässä tapauksessa opinnäytetyössä lähestyimme ryhmää prosessi muotoisesti, pala palaselta kooten kokonaisuutta ja hyödyntäen toiminnallisia menetelmiä, joiden ansiosta tavoite juhlien järjestämisestä saavutettiin. Teoriassa nousee esiin matalankynnyksen osallistumismahdollisuuksien lisääminen, jotta toimintaan on helpompi lähteä mukaan.

Vastaajan puolelta nousi esiin, että toiminnallisen tekemisen mahdollisuudet ovat tuttuja. Tuparit- toiminta ja osallisuuden tutkiminen osoittautuivat haasteelliseksi. Toiminnan rakenne oli vahvasti sidoksissa ohjauskertojen ohi tapahtuvaan ryhmäkodin toimintaan. Opinnäytetyön ohjauskertojen tavoitteet sidottuna käytäntöön olivat liian laajat. Toiminnassa korostui tarve käytännön tekemiseen heti ohjauskertojen yhteydessä. Ryhmäohjauskerroissa esille nousseet ideat ja havainnot oli mahdoton toteuttaa käytännössä opinnäytetyöntekijöiden puolesta ohjauskerojen määrään suhteutettuna. Ilman mahdollisuutta saattaa esille nousseita asioita käytäntöön, havainnot todella jäävät vain merkinnöiksi paperille. Ohjauskertojen lisäksi ohjaajille ryhmäkodissa olisi pitänyt paremmin avata toiminnan periaatteet ennen toimintaa ja toiminnan aikana.

Toiminnan lähtökohtana oli asukkaiden omannäköisen juhlan tuottaminen. Samalla toimintaa ohjasivat myös ohjaajilta tulleet ideat, ryhmäkodin oma tapa toimia ja siihen liittyvä asukkaiden velvoite osallistua tiettyihin yhteisiin tekemisiin. Toiminnassa korostui motivaation ja mielenkiinnon merkitys. Tutkimuksessa oli ennakko olettamuksena toisensa tunteva ryhmä. Toiminnassa nousi esiin myös ryhmäytymisen tarve. Osalle asukkaista oli helpompi suunnitella omaa toimintaansa. Tässä korostuu tietoisuus omista voimavaroista ja kyky itsensä toteuttamiseen. Osan asukkaiden kohdalla oman toimintansa merkityksen ymmärrys on voinut lisätä osallistumisaktiivisuutta. Osan kohdalla vaikeus ymmärtää toiminnan toteutusta on vaikuttanut siihen, ettei

oman panostuksen merkitystä osattu nähdä osana kokonaisuutta. Osallisuuden kokemusta ei voida mitata vain onnistuneella lopputuloksella. Asukas on voinut kokea osallisuutta yhteisöön, vaikka toiminta ei ole ollut täysin onnistunutta. Kokemuksen merkitys voi nousta esiin vasta myöhemmin voimavarana. Osallisuus ei rakennu hetkessä. Toipumisorientaation mukaan osallisuus omassa elinympäristössä edes auttaa toipumista. Asukkaiden osallisuuteen ja aktiivisuuteen vaikuttaa toiminnallisen menetelmän taso. Tarvitaan suunnitelmallinen tekeminen, jonka pitkäjänteisen tavoitteena on lisätä asukkaiden valmiutta omaehtoiseen toimintaan ryhtymiseen.

2. Vahvistavatko matalan kynnyksen osallistavat menetelmät mielenterveyskuntoutujan osallisuuden tunnetta ja aktiivista roolia

Osaltaan tekemiseen vaikutti vahvasti toimintamallin murros mielenterveysalalla. Toipumisorientaatio on ilmiönä uusi ja tietoperusta siitä suomalaisessa toimintakentässä on vielä kehitteillä. Ohjaajien roolin merkitys ja avoin tiedonjakaminen korostuvat. Opinnäytetyöntekijöiden oma rooli on huomioitava. Toisen opiskelijan työntekijänrooli ja tutkijan rooli on saattanut sekoittaa tutkittavassa yhteisössä. Ohjaajien on tiedettävä toiminnan tavoite ja asukkaalle on annettava mahdollisuus oivallukseen oman toimijuutensa merkityksestä. Osattomuuteen vaikuttaa se, ettei koe arvostusta yhteisössä. Toiminnalla ja toimintarakenteilla on suuri vaikutus. Jos asukkaiden toiminnallisuutta ohjaavat ohjaajien mieltymykset ja työvuorot, on ne huomioitava työpaikan puolelta toiminnan suunnittelussa. Haasteen ohjauskertojen sitomisesta ryhmäkoti toimintaan toi se, että ohjauskertojen suunnittelussa ei oltu tarpeeksi huomioitu ohjaajien mahdollisuutta osallistua tapaamisiin. Ohjaajien tunne osallisuudesta toimintaan on jäänyt pois.

Esiin ohjauskerroissa nousi vahvasti omaohjaajan tukeutuminen ja ohjaajan hyväksynnän varmistaminen. Ohjaajien vastauksissa korostui asukkaiden aloitteettomuuden olevan ohjaajille turhauttavaa ja motivaation puutteen vuoksi päätöksenteko jää ohjaajien vastuulle. Palautekyselyn kautta nousi vahvasti esiin haasteena olevan tutkittavan ryhmän yksilöiden eritasoinen valmius toimintaan ryhtymiseen. Ryhmänvä-

lisissä yhteyksissä on huomioitava vertaistenmerkitys ja sen vaikutus asukkaan toimintakykyyn niin aktiivisuutta lisäävänä kuin vähentävänä muuttujana. Sosiaalisen vahvistamisen tulee huomioida jo saavutetun toimijuuden ylläpitäminen. Ohjauskerrojen havainnoinnissa korostui se, että toimintaa ohjataan joko isossa ryhmässä tai ohjaaja- asukas pareilla. Pienryhmätyöskentely ja tiimit olisivat tukeneet tuparit- rakenteen onnistumista.

Ohjauskerroissa nostettiin esiin vahvasti omaohjaajan tuki. Samalla asukkaan ei nähty suoriutuneen omasta osuudestaan onnistuneesti yksinään. Näiden välillä on selkeä ristiriita ja teoriassa nostetut ryhmän erityispiirteet huomioon ottaen oli hämmentävää tajuta, ettei tilanteeseen ollut käytännönkeinoja reagoida. Osan asukkaiden kanssa suunniteltu tekeminen ei toteutunut sen takia, että sitä ei mahdollistettu. Tuloksien kautta nousi esiin, ettei toiminta sitoutunut onnistuneesti ryhmäkodin muuhun arkeen. Esiin nousee konkreettisen toiminnan tarve, joka asukkaan on mahdollista toteuttaa tekemiseen varatun ajan yhteydessä.

Kohderyhmän erityispiirteet huomioiden ja opinnäytetyö prosessin havaintojen ja asukkaiden vastauksien perustella voi todeta, matalan kynnyksen toiminnallisten menetelmien onnistuneena mahdollistavan asukkaiden osallisuuden tunnetta ja aktiivista roolia. Havaintona tästä toimii esimerkiksi se, että toimintaan osallistuneen ohjaajan palaute kertoi hyvinvoinnin kasvaneen tekemisen myötä. Asukkaiden oma rooli ja yhteinen ajanvietto juhlissa ovat sosiaalista vuorovaikutuksellista toimintaa, jonka kautta yksilön oma ja yhteisötasoinen osallisuuden kokemus voidaan mahdollistaa.

Asukkailta saatu palaute tukee ymmärrystä siitä, että skitsofreniaa sairastava henkilö kokee onnellisuutta, mielekkyyttä ja läheisyyttä mahdollisista harhaoireista huolimatta. Mukana oleminen itselleen merkityksellisessä toiminnassa lisää osallisuutta. Toimintaa ohjaavat osittain ohjaajien etukäteistulkinnat ja toimintaan vaikuttaa sairaudenkautta tilanteiden tulkitseminen. Tähän havainnointiin liittyy osittain reagointi asukkaisiin oireiden kautta ja käytössä oleva terminologia. Yhteisöpedagogiopiskelijalle vieraista puhuminen omaisina matalankynnyksen toiminnassa kuulostaa erikoiselta ja luo mielikuvaa sairaalanomaisesta hoitopaikasta. Kohtaamisen merkitys ja lähestymistapa toimintaan nousevat esiin tasavertaisuuden toteutumisen tukemisessa.

3. Mikä on osallistavan ohjaajan rooli?

Opinnäytetyö prosessin, toiminnan ja saamamme palautteen pohjalta voimme todet osallistavan ohjaajan rooli olevan merkityksellinen mielenterveyskuntoutujien ohjaustyössä. Opinnäytetyön alussa ohjaajat olivat läsnä ja mukana prosessin syntymisessä, mutta loppua kohden työkentän ohjaajien oma osallisuus olisi kaivannut herättelyä. Ohjaajien rooli oli jäänyt epäselväksi ja se heijastui suoraan asukkaiden juhliin. Jotta asukkaat motivoituvat osallistumaan ja sitä kautta kokemaan osallisuutta, on ehdottoman tärkeää saada sitä mallia myös ohjaajilta. Ohjaajien tavoitteiden tulee tukea asukkaan itsenäistä elämänhallintaa.

Osallisuus ei synny itsestään, mutta sitä voidaan rakentaa. Asukkaat peilaavat toimintamalleja ohjaajilta ja reagoivat herkästi muuttuviin tilanteisiin. Osallistavan ohjaajan rooli on ylläpitää motivaation tunnetta ja hahmottaa tilanteita kokonaisuutena. Osallistavan ohjaajan on pystyttävä reagoimaan muuttuviin tilanteisiin esimerkiksi aika-tilojen muutoksiin tai asukkaiden vetäytymiseen. Opinnäytetyön tutkimus osoitti, että osallistavassa toiminnassa ohjaajan rooli on koko prosessin ajan oltava läsnä ja ohjauksen puute lisää riskiä asukkaiden motivaation laskuun. Ohjaajan on pyrittävä toiminnallaan havainnoimaan asukkaiden käyttäytymistä ja tarpeen mukaan madaltaa kynnystä ryhtyä toimintaan.

Kyseisen kohderyhmän henkilöt kokevat sairautensa puolesta haasteita motivaation puutteissa ja aloitekyvyn heikkoudessa. Ohjaajan on lähdettävä liikkeelle hyvin pienin palasin, kuitenkin liikaa vähättelemättä mielenterveyskuntoutujan taitoja ja voimavaroja. Toimipaikalla on hyvät edellytykset asukkaan voimavarojen esiin nostamisessa ja tukemisessa. Asukkaat tarvitsevat ohjattua tukea ja rohkaisua, jotta he löytävät myös ryhmäkodin ulkopuolisen toiminnan pariin. Osallistavan ohjaajan rooli ja asukkaan motivaation tukeminen luovat tarpeen yhteistyölle eri toimijoiden kanssa tai mahdolliselle vierailevalle ohjaajalle. Näiden kautta voidaan tukea erilaisia mielenkiinnonkohteita. Toimintaan tässäkin yhteydessä sitoutuu vahvasti ohjaajan tietämys ja rooli asioiden mahdollistajana. Asukkaille on tärkeää yhdessä jaettu kokemus ja arvostus. Ohjaajan ollessa asukkaalle se turvallinen ja luotettava henkilö osana asuinyh-

teisöä, on ammattilaisen ymmärrettävä oman roolinsa merkitys. Asukas voi kokea ohjaajan ajavan osaltaan sosiaalisissa suhteissa jopa kaverin roolia. Ohjaajien kokemus vaikuttaa asukkaiden tapaan tulkita kokemusta. Lilinkotisäätiön toimintaperiaatteisiin sitoutuu positiivisen palautteen anto, kannustus ja ohjaus. Edellä mainittujen näkyvyys osana toimintaa ei noussut automaattisesti esiin. Ohjaajan turhautuminen ja ohjattavien passivoituminen voidaan nähdä syy- seuraussuhteena. Tavoitteiden selkeys luo ohjaajalle ymmärryksen omasta toiminnastaan, oman oivalluksen tavoitteen saavuttamisesta ja onnistuneisuuden tunteen.

9 JATKOKEHITYS

Opinnäytetyöntekijöiden kannalta on valitettavaa, että toiminta rakentui liian haastavaksi sitoa käytäntöön. Jatkossa vastaavan opinnäytetyön suorittamiseen tarvitaan toimintaa, joka voidaan toteuttaa ohjaajien ja asukkaiden yhteisen tavoitteen ja ymmärryksen mukaan tai erottaa selkeästi ohjauskerrat omaksi tavoitteelliseksi toiminnakseen. Toiminnan tarkastelussa huomio kannattaa kiinnittää ohjaajien työkuvaan mahdollistajana ja sen merkityksestä toipumisorientaatioissa. Toipumisorientaation eli recovery käyttöönotto käytännössä työelämässä vaatii vielä aikaa toimiakseen halutulla tavalla. Recovery ajatus voi olla työntekijälle vielä hieman epäselvä ja uusi toimintamalli asettaa myös ohjaajan miettimään omia ohjaustaitojaan uudestaan. Asukkaat ja ohjaajat joutuvat päästämään irti yhteisöllisestä ajattelusta ja kääntää katsetaan enemmän yksilöistä osana yhteisöllisyyttä. Muutos on valtava. Pitkään alalla työskentelevillä sekä pitkään palveluita käyttävällä on paljon hahmottamissa uudessa toimintamallissa.

Paras tapa tutkia osallisuutta yhteisössä on toteuttaa tutkimus ryhmäopinnäytetyönä. Silloin toimintaa voidaan tarkastella syvällisemmin eri osallisuuteen vaikuttavat muuttujat huomioon ottaen. Vaikka osallisuuden käsitettä pidetään selkeänä sen käsitteellistäminen ei ole yksiselitteistä. Haasteensa tuo eri ammattialojen eroavat tulokset mitä osallisuudella tarkoitetaan. Jatkokehityksessä huomioitavaa olisi olemassa olevien materiaalien soveltaminen ja näkyväksi tekeminen osaksi käytäntöä.

Kehittämiskohteeksi voi valita asukkaille suunnatun Minun suunnitelmani-kirjan. Sen sitominen osaksi mielenterveydenkenttää ja sen soveltamista ryhmäkotiasumisessa sekä osana toiminnallista tekemistä voidaan tutkia tai kehittää. Sellaisenaan se suunnattuna alun perin kehitysvammaisille voi vaikuttaa negatiivisesti leimaten kuntoutuja mielenterveyskentällä.

Asukkaiden ja ohjaajien tuntemukseen oman asuinalueensa toimijoista ja toiminnasta kannattaa myös huomioida jatkokehityskohtena. Harrastetoiminnan löytäminen ja kiinnittyminen yhteisöön on tarpeellista, kuten jo opinnäytetyön alussa nousi esiin. Tätä tuki se havainto, ettei vieraina ei ollut Lilinkotisäätiön ulkopuolisia henkilöitä. Ryhmäkotiasumisessa ohjaajan osallistava rooli ja toiminta asioiden mahdollistajana on merkityksellinen. Voidaan todentaa, että mielenterveyskuntoutuja tarvitsee toipumisorientaatioon viitattua sosiaalista vahvistamista ja rakenteita, jotka tukevat yhteisöön kiinnittymistä. Yhteistyö toipumisorientaatioon sitoutuneiden toimijoiden kanssa ja yhteisen toiminnan kehittäminen edesauttaisi niin asukkaan kuin työntekijän osallisuuden tunnetta mielenterveysalalla.

Lilinkotisäätiö pyrkii toiminnallaan ja uusilla toimintamalleilla kehittämään toimintaansa ajan hermolla ja asukaslähtöisesti. Usein koko säätiön sisällä tapahtuvat suuret muutokset vaativat aikaa ja niiden realistinen toteutuminen tapahtuu aaltomaisin liikkein. Säätiöllä on yhteisiä toimintaperiaatteita. Toimintaperiaatteet tarjoavat ohjaajille tilaa ideoida ja kehittää oman yksikkönsä toimintaa. Työntekijän mahdollisuus toteuttaa opinnäytetyö työnantajalle tukee toimipaikan kehittämiskulttuuria. Ohjaajilla on mahdollisuus vaikuttaa ryhmäkodin asukkaiden hyvinvointiin ja kääntää haasteet voitoksi. Opinnäytetyön tulokset todentavat tutkittavan ryhmäkodin tarvitsevan uusia malleja, että askareet alkavat sujua asukkailta vaaditulla tavalla.

Valitettavan usein työkentällä tapahtuu sokeutumista omalle toiminnalleen ja tutuksi todetut toimintamallit toistuvat, vaikkei niiden toimivuudesta olisi suuria näyttöjä. Tässä kohtaa on saatava näkemystä ulkopuolisin silmin, joka katsoo asioita uudesta perspektiivistä. Opinnäytetyön toinen tekijä oli säätiön ulkopuolinen henkilö ja se avasi paljon tuttuun tottuneen työntekijän silmiä. Ulkopuolinen henkilö kiinnitti asioihin eri lailla huomiota ja se toi lisäarvoa opinnäytetyön havainnointiin. Tämä kertoo

siitä, että jatkossakin ulkopuolisen mukaan ottaminen toiminnan arviointiin voi auttaa toimintatapojen päivittämisessä.

Kehitys vaatii aikaa. Asioiden toistaminen ja kertaaminen varmistavat todennäköisyyttä asian ymmärtämiseksi. Itsestään selvä ajattelu ja viestinnän puutteellisuus ovat alueita, joiden kohdalla jokaisessa työryhmässä on hyvä pysähtyä miettimään. Asioiden selkeydestä ei voi tinkiä ja opinnäytetyön pohjalta keskustelua heräsi myös siitä, miten asiat näyttäytyvät ulospäin. Sisäinen viestintä on tärkeää, mutta asioiden esille tuominen konkreettisesti helpottaa prosessien hahmottamista. Jotta uusia ideoita syntyy ja toimimattomiin malleihin saadaan muutosta, on työyhteisössä oltava tilaa innovoinnille. Vapaa keskustelu, toisen huomioonottaminen ja vastuunkantaminen yhteisistä asioista parantavat työnlaatua.

9.1 Oman työskentelyn ja valintojen arviointi

Opinnäytetyön tekeminen omalle työpaikalleen on lähtökohtaisesti varsin kannattava idea ja opinnäytetyön jälkeistä kehittymistä on mielenkiintoista seurata. Tuttu työympäristö ja työyhteisö tuovat myös haasteita toteutukseen. Toinen opinnäytetyöntekijöistä oli luonnollisestikin enemmän fyysisesti paikalla ympäristössä, jossa toimintaa tapahtui. Tämä käytännössä tarkoitti sitä, että palautetta ja kommenttia tuli useasti ja eri suunnasta. Palaute ja tulevasta keskusteleminen on tärkeä osa prosessia, mutta tietynlaisen keskittymisen ja stressin minimoimisen suhteen olisi ollut suotavaa pystyä rajaamaan opinnäytetyötä paremmin. Työkentällä opinnäytetyö herätti keskustelua mikä itsessään on loistava asia, mutta tuntui toisinaan hyvin painostavalta pitää asiat koko ajan mielessä. Työyhteisössä oli myös selkeästi vaikeuksia hahmottaa sitä, että opinnäytetyötä tutkiva henkilö ei voi yksin olla vastuussa ryhmäkotiin kohdistuvasta yhdessä sovitusta prosessista. Tässä kohtaa tiedotus ohjaajille olisi tullut olla selkeämpää opinnäytetyöntekijöiden osalta. Arkisten askareiden ja opinnäytetyön kasassa pitäminen toi haastetta myös rajaamisessa sen suhteen, mikä on oleellista prosessiin ja minkä voi suosiolla jättää huomioimatta tutkimuksen kannalta.

Opinnäytetyöntekijöiden keskinäiseen tiedonkulkuun vaikutti vahvasti tutkimusetiikka ja tutkimustyössä oli tärkeintä säilyttää tutkimuksen luotettavuus. Osittain tämän seurauksena osa tutkimukseen liittyvästä oleellisesta ja tutkimusetiikkaan mukaan kuuluvasta tiedosta on voinut jäädä jakamatta. Toiminnan vahva liittyminen toisen tutkijan työkenttään on voinut tuoda oman haasteen siinä, mikä tieto on mahdollista jakaa niin tutkijoiden kuin ohjaajien kesken. Osa havainnoinnista on voinut jäädä ohjaajien väliseksi, koska ei ole tiedetty voidaanko tieto jakaa ja miten. Tähän oltaisiin voitu vaikuttaa tekemällä selkeä pohja niin ohjaajien kuin opinnäytetyön tekijöiden oman viestinnän tueksi. Apuvälineen kautta toimintaan vaikuttavia tekijöitä olisi voitu arvioida näkyvämmiin. Toiminnan tarkastelu olisi ollut parempaa ja palaute selkeämpi jakaa ja hallita. Apuväline olisi tuonut merkittävyyttä tutkimustuloksille ja palautteen prosessin omainen täyttäminen olisi helpottanut reagointia esiin nousseisiin asioihin.

Ulkopuolisen havainnot ryhmäkodin asukkaiden osallisuutteen ja sen vaikuttaviin tekijöihin toivat arvokasta tietoa. Vaikka toimintaympäristö ja palveluasumisen rakenteet olivat toiselle tekijälle entuudestaan vieraat, ei noussut esteeksi tutkimuksen toteuttamiselle. Ulkopuoliset havainnot rikastuttivat tutkimusta. Ulkopuolisen tutkijan ja oman yhteisöntutkijan roolit toivat tutkimukseen syvyyttä ja lisäsivät tutkimuksen luotettavuutta. Työtekijänä olevan opinnäytetyöntekijä haaste oli työparin eritasoinen ymmärrys tutkittavasta ryhmäkodista. Osittain asioiden avaaminen jäi vähäiseksi, koska ne koettiin itsestään selvinä ja yksinkertaisina. Tapahtui efekti, jossa työntekijä tosinaan unohti työkentän olevan toiselle henkilölle tuntematon. Prosessin edetessä toisen opinnäytetyöntekijän tieto rakentui kasvamaan vuoroin tekemisen, havainnoinnin ja teorian kautta. Ulkopuolisen rooli mahdollisti erilaisen kriittisen ajattelun, sillä tutkittavan ryhmän ihmiset eivät olleet entuudestaan tuttuja ja lojaalivelvoite rakentui vain tutkijan näkökulmasta.

Tutkimustyö oli rakenteeltaan laaja. Toimintaan olisi tarvittu tiiviimpi aikaväli. Tutkimuksessa viimeisen ohjauskerran ja itse juhlien välillä oli liian pitkätauko. Suunniteluissa ajankohtaan vaikuttivat osaltaan molempien opinnäytetyöntekijöiden aikataulut. Etukäteissuunnittelussa olisi tarvinnut kriittisesti tarkastella miten toiminnan rakenne voi vaikuttaa toiminnan onnistumiseen ja tehdä muutoksia suunnitelmaan.

Toimintaan vaikutti myös ryhmän suunnitteluvalmius ja innokkuus. Lähtökohtaisesti toimintavalmius ideointiin oli ajateltua nopeampi kuin prosessin pitkänomainen luonne olisi vaatinut. Osan asukkaiden aktiivinen toimintaan ryhtyminen ja asioiden valmiiksi tekemisen tarve olisi pitänyt huomioida. Osallisuuden kautta passiivinen osallisuus ja sosiaalisuuden lisääminen olisi voitu nähdä myös osallisuutta tukevin tavoitteina. Osallistavaa toimintasuunnitelmaa olisivat tukeneet etukäteen tehdyt materiaalit, kuten tiedotteet ja suuntaa antava aikajana- rakenne. Prosessin edetessä aikajanaa olisi voitu yhdessä täyttää asukkaan kanssa. Nyt pyydettiin luomaan sellainen tyhjistä ja se hankaloitti osan toiminnassa mukana olleiden hahmottamista prosessista. Tiedotteiden suunnittelussa korostuu sen ulkomuoto ja mikä sen merkitys on osana tutkimusta. Pelkkä paperi ja teksti ei edesauta onnistumista.

Tutkimustyön tavoitteita ja valintoja voidaan pitää osaltaan onnistuneina. Osallistava toimintatutkimus toi asukkaille arkeen toiminnallista sisältöä, sosiaalisia kontakteja ja muistutti asukkaita sitoutumisesta sovittuihin asioihin. Asukailta edellytettiin päätöksentekoa ja vastuunkantamista eli niitä arkisia asioita, joiden kautta rakennetaan oman elämän hallintaa. Tupakan case tutkimus auttoi ryhmädynamiikan ja osallisuuden tunteen vahvistumista niin yksilö kuin ryhmäkoti tasolla. Ryhmäkodin roolit nousivat selkeästi esille ja asukkaiden vertaistuki ja luottamus toisiin nousi puheenaiheeksi. Toiminnan kautta asukkaat kertoivat mielipiteitään toiminnan laadusta, nostivat esiin huomioita niin onnistumisista kuin kehitysideoista.

Ryhmäkodille tämän prosessin toteuttaminen toi harjoitusta ryhmätyöskentelyyn, itsenäiseen päätöksentekoon sekä työnjakoa muiden asukkaiden kanssa. Asukaslähtöinen idea nosti esiin näkyväksi ryhmässä toteuttamisen mahdollisuudet ja rajallisuudet. Tupakan case tutkimuksella yksilölle tarjottiin mahdollisuus osallistua tavoitteelliseen ja pitkäköön prosessiin. Valinnanvapaus osallistumiseen oli heillä itsellään ja oikeutta olla osallistumatta tutkittavana tutkimukseen korostettiin. Opinnäytetyöntekijät kokevat osallistavan toimintakokeilun olleen paras tapa lisätä ymmärrystä yksilön ja yhteisön välisistä suhteista. Osallisuus korostuu ryhmätoiminnassa. Toiminnan onnistumisen ja ryhmäkotiasumisen kannalta matalankynnyksen osallisuuden tukeminen on ehdotonta.

Parityönä tehdyn opinnäytetyön työnjako sujui prosessin rakenteet huomioon ottaen onnistuneesti. Opinnäytetyön vastuualueet jaettiin tasaisesti, tiedon jakaminen kirjallisesti ja suullisesti oli aktiivista ja yhteisiä tapaamisia järjestettiin tarvittaessa. Opinnäytetyö pysyi kutakuinkin aikataulussa. Prosessin aikana olleita haasteita pohdittiin ja käsiteltiin rakentavasti ääneen. Opinnäytetyötä oli miellyttävä tehdä parityönä, sillä se mahdollisti yksilöllisten vahvuuksien huomioimisen, vastavuoroisuuden ja oli tärkeää tiedostaa se, milloin työpari tarvitsee enemmän tukea. Parityöskentelyssä huomiointiin molempien reflektointi ja sitä kautta löydettiin yhteinen ratkaisu, joka tuli tutkimustyön tavoitteita. Työssä ymmärrys tiedonkulun avoimuuden merkityksestä, ammattimaisuuden esille tuomisesta ja suunnitelmallisuudesta nousivat avain asemaan.

Yhteisopedagogiopiskelijoille opinnäytetyö antoi itsessään paljon oppia tulevaa varten. Prosessin edetessä laajempi ymmärrys osallistavasta ohjaamisesta, ryhmän ohjaustaidoista ja yhteisöjen tutkimisesta kasvoivat. Ammattilaisena tärkeitä työkaluja ovat uteliaisuus ja tulevaisuus suuntautuneisuus, oman osaamisen jatkuva kehitys niin ryhmänohjaustaidoissa kuin reflektoinnissa sekä ymmärtää prosessiin kuuluvan niin onnistumiset kuin epäonnistumiset. Työ nosti esiin avoimen dialogin ja läpinäkyvyyden merkityksen monialaisessa yhteistyössä riippumatta tutkittavan yhteisön koosta.

9.2 Jalkauttaminen

Työn tuotos on ohjaajan vinkkipankki PAPU- ohjaajan tueksi (LIITE 6). PAPU on tiivis ohjaajanopas, joka auttaa ohjaajaa suunnittelemaan tai kehittämään ohjattavan ryhmäntoimintaa. Siihen on koottu opinnäytetyön kautta esiin nousseet pääpiirteet, joista ohjaaminen ja osallistava toimintasuunnittelu rakentuvat. PAPU sisältää esille laitettavan huonekasvin (huonetaulu) ohjaajien näkyväksi muistutukseksi huomioitavista asioista. Nämä kahdeksan kohtaa, joiden kautta toiminta kasvaa ja tulee rakentaa ovat mahdollista, huomioi voimavarat, toiminnallisuus, motivoi, tiedosta tavoitteet, suunnittelu, tiedota näkyvästi ja arvostava arviointi sekä kaiken ydin ovat ideointi. Vinkkipankki sisältää kuvauksen siitä miksi PAPU on toteutettu, edellä mainittujen käsitteiden avaamisen, ohjaajalle suunnatut viisivinkkiä toiminnan tueksi, linkit ryhmäkodin

toimintaa tukeviin materiaaleihin ja kaksi toiminnallista menetelmää, jotka voi toteuttaa asukkaan tai asukkaiden kanssa yhdessä. PAPU tukeutuu ohjaajan omaan ammattimaisuuteen, antaa tilaa reflektoinnille ja sitä voi muokata ja kehittää toiminnan kautta itselleen sopivaksi. PAPU- ohjaajan tueksi on annettu tilaajalle PDF- tiedostona heti käyttöön ottoa varten sekä word- tiedostona, jotta sen prosessin omainen kehittäminen osana toimintaa on mahdollista.

PAPU- vinkkipankkia voi käyttää ryhmäkodin toiminnassa sekä muissa ryhmäkohteissa työkaluna. Sen vinkkejä voi hyödyntää osana työarkea, yksittäisissä ohjaustilanteissa ja silloin, kun ryhmäkodin tavoitteena on luoda pidemmän aikatahtaimen suunnitelmaan perustuvaa toimintaa. Opinnäytetyön tuotos on tarkoitus ottaa osaksi opinnäytetyössä kohennettuun ryhmäkotiin. PAPU esitellään niin ryhmäkodin toiminnanjohtajalle kuin ryhmäkodille. PAPU on helppolukuinen vinkkivihko, jonka avulla voidaan peilata omaa ja ryhmän toimintaa ja myös herätellä keskustelua. Sen hyödyntäminen näkyvänä osana toimintaa edes auttaa siihen, että toiminnan rakenne huomioidaan myös muiden ryhmäkotien toimesta. Asukkaiden oivallus ja ymmärrys PAPU-ohjaajan tueksi vihon eri kohdista on olennaista onnistumisen tunteiden kannalta.

PAPU- ohjaajan vinkkivihkoa voi hyödyntää eri tyyppisten ryhmien parissa. Ohjaajan oma ammattimaisuus, asennoituminen ja tietämys osallistuttavan ryhmäntavoitteista ovat olennaisia. Kehittämällä omaa toimintaa ja sitä kautta ryhmäkodin asukkaiden aktiivisuuden kasvuaja toimintaan vaikuttavia rakenteita, on mahdollista oivaltaa oman toimintansa merkitys. Onnistumisia ja kehittämistarpeita voidaan arvioida ryhmäkokouksissa sekä omaohjaaja tapaamisissa. Omaohjaaja tapaamiset ovat hetkiä, jolloin asukkaan ja ohjaajan välinen dialogi syvenee. Nämä ovat hetkiä, jotka erottavat omaohjaajuuden arkisista puuhista keskittymään yksittäiseen asukkaaseen. Asukkaalta tullut suora sanallinen palaute on arvokasta ja PAPU-työkalu voi toimia apuväylänä ääneen sanomisen helpottamiseksi. Rehellisen ja suoran suullisen palautteen antaminen tulisi tehdä mahdollisimman luonnolliseksi.

9.3 Hyöty ammattialalle

Opinnäytetyön merkitys yksilötasoon on helppoa ajatella ryhmätoimintaan osallistuneiden asukkaiden kautta. Mielenterveyskuntoutujan aktiivisen roolin tukeminen yhteisöllisessä asumisessa korostaa sitä, että yksilöiden yksittäisellä hyvinvoinnintukemisella rakennetaan koko yhteisön hyvinvointia. Osallistava toimintatutkimus toi asukkaille arkeen toiminnallista sisältöä, sosiaalisia kontakteja ja nosti esiin yksilöllisiä voimavaroja. Vaikka ryhmätoiminnassa asukas olisi fyysisesti läsnä, on itse osallisuudentunteen mittaaminen silti haastavaa. Koska osallisuus on tunne, on sen määrittelykin moniulotteista. Osallisuuden kautta luodut vaikuttamismahdollisuudet tukevat ryhmäkodin asukkaiden elämänhallintaa ja siten aktiivisuutta. Tämän tutkimustyön mahdollistivat asukkaiden osallisuus ja vaikuttaminen oman yhteisönsä toiminnassa. Tutkimuksen toiminta lisäsi asukkaiden omaa tietämystä osallistavasta toiminnasta. Mielenterveyskuntoutujan oman kokemuksen ja voimavarojen huomioiminen sekä motivaation ja vertaistuen mahdollistaminen lisäävät orientoitumista kohti toipumista.

Opinnäytetyö tuotti tilaajalle tietoa osallisuuden käytännön toteutumisen mahdollisuuksista ja hyödyistä osallistavan toimintatutkimuksen kautta. Vaikka tutkimus kohdistuu suhteellisen pieneen otokseen, on tutkittu tieto arvokasta tilaajan kehittymismahdollisuuksien kannalta. Prosessin ja tutkimuksen kautta tieto on tehty näkyväksi ja saavutettavaksi. Osallisuus on hyvinvoinnin ja toipumisorientaation yksi merkityksellinen ja vaikeasti tutkittavin osa-alue. Tulokset mahdollistavat tilaajan tulevaisuuden toiminnan ja kehityksen vertaamisen muuhun olemassa olevaan tietoon. Yksikön ryhmäkodin osallisuuteen vaikuttavat tekijät luovat suuntaa tulevaisuuden työlle. Saatua havaintoja ja PAPU- ohjaajan vinkkivihkoa voidaan hyödyntää yhteistyössä toipumisorientaation periaatteisiin sitoutuneiden toimijoiden parissa. Tärkeintä on nähdä tuotos ja tehty toiminta osana muutosprosessia, ei vain yhtenä yksittäisenä projektina.

Tutkimustyö oli lopulta lähempänä mielenterveyskuntoutujaa ja yhteisön arkea kuin toiminta mahdollisesti nosti esiin. Ryhmäkodissa saatiin realistista kuvaa siitä, mikälainen toimintamalli heidän keskuudessaan on tulossa näkyvämmiin käytäntöön.

Yksi uusista haasteita ja mahdollisuuksista mielenterveysalalla on toimintaympäristössäänkin käyttöön otettu toipumisorientaatio. Tutkimustyön aihe oli erittäin ajankohdainen. Kattava tietoperusta toipumisorientaatiosta suomalaisella mielenterveyskentällä on vasta kehitteillä. Monissa viime vuonna tehdyissä mielenterveysalan opinnäytetöissä on tutkittu toipumisorientaatiota.

Tämä opinnäytetyö oli ensimmäinen Humanistisen ammattikorkeakoulun tutkimustyö, jossa tutkittiin toipumisorientaatiota. Seuraavan tutkijan kannattaa lähestyä aihetta tarkastellen kaikkia toipumisorientaation osa-alueita ja huomioida osallisuuden lisäksi myös toivo, toimijuus ja kohtaaminen. Kannattavuutta kokonaisvaltaisempaan toiminnalliseen tutkimustyöhön aiheesta tukee se, että myös Humanistisen ammattikorkeakoulun yhteisöpedagogiopiskelija oli tehnyt opinnäytetyön kohtaamisen merkityksestä terveydenhoitoalalle (Mygijver, 2018). Mielenkiintoista toipumisorientaatiosta olisi lukea miten toimintamalleissa ja tavoitteellisessa toiminnassa yksilöön vaikuttavat kulttuuriset erityispiirteet. Suomalaisen ja kansainvälisen kentän toimijoiden tutkiminen ja vertaaminen toisi syvällisemmän näkemyksen yhteisöjen rakenteeseen edistäessä mielenterveyden tukemista.

Tämä toiminnallinen opinnäyte toi yhteisöpedagogin työkentälle näyttöä työkentän laajuudesta. Tärkeää on tiedostaa oma ammattimaisuus ja oman ammattialan rooli monialaisella ammattikentällä. Yhteisöpedagogin ammattialan ydinosuamisen kuuluu yhteisöjen kehittäminen ja yhteiskunnallinen kasvatusta. Tämä työ todisti yhteisöpedagogin toiminnan mahdollisuuksia erilaisien yhteisöjen parissa. Yhteisön käsittäessä sitten asuinalueen tai yhteisönä ryhmäkodin, on huomioitava toiminnan sitominen osaksi laajempia kokonaisuuksia. Kehittämistyötä tehdessä on ymmärrettävä yksilöiden ja yhteisöjen toimintaan vaikuttavia syy ja seuraus suhteita. Työ nosti esiin, että asukkaiden toimintatavat ja toiminnan mahdollisuudet ovat sidoksissa ohjaajien toimintamalleihin. Kansalaistoiminnan- ja nuorisotyön parissa toimivien toimijoiden on ymmärrettävä eri tyyppisten ryhmien ohjauksessa, että yksilöiden toimintamallit ovat vahvasti sidoksissa yhteiskunnallisiin opittuihin toimintamalleihin. Yhteistyössä kohti osallisuutta tarvitaan rakenteita, joilla tuetaan yksilöllisiä voimavaroja unohtamatta vuorovaikutuksen merkitystä. Opinnäytetyö nostaa esiin tarpeen sisältäpäin lähtevään kehittämistyöhön omassa yhteisössä ja ohjaajien omien toimintamahdollisuuksien ja

jatkuvan kehityksen tukemisen. Yhteisön tutkimisessa on tärkeää miettiä, miten toiminta vaikuttaa koko yhteisöön. Koska ulkopäin johdetut toimintamallit lisäävät passivoitumista, on yhteisöpedagogin ammattitaitoa hallita osallistava työote ja ennalta ehkäisevän työn merkitys. Oleellista on ottaa ne henkilöt mukaan keskusteluun, joiden elämää keskustelu koskettaa. Edistämällä monialaista yhteistyötä kansallisesti kuin kansainvälisesti voidaan edistää yhteisöjen tavoitteita ja toimintaa toisiaan tukevaksi. Yhteisöjen yksilöiden osallistamiselle osaksi toimintaa tuetaan aktiivista kansalaisuutta ja lisätään laadukkaasta ja kynnyksetöntä toimintaa mielenterveyden hyväksi.

LÄHTEET

Alaniska Hanna & Ahonen Kirsi 2018. Opintokeskus Sivis. Osaavaa kansalaistoimintaa. Viitattu 30.10.2018 <https://www.ok-sivis.fi/media/materiaalit-osio/toiminnallisia-menetelmia.pdf>.

ARTSI. Kuntoutussäätiö. Viitattu 10.11.2018. <http://hankkeet.kuntoutussaatio.fi/artsi/>.

FinFami (Mielenterveysomaisten keskusliitto), 2018. Toimintaorientaatio mielenterveyspalveluissa 2018. Viitattu 6.11.2018. <https://finfami.fi/toiminta/recovery-toimintaorientaatio-mielenterveyspalveluissa>.

Honkala Eija 2017. Mitä on toipumisorientaatio? Viitattu 20.9.2018. <https://mielenterveyshelmi.fi/blogi/vaikuttava-mieli/mita-on-toipumisorientaatio/>

Kujanpää, Sofia 2015.VOIMAVARAMITTARI- Työväline Saunakujan mielenterveyskuntoutujien asumisvalmennusyksikölle voimavarojen kasvun arviointiin. Seinäjoen ammattikorkeakoulu. Sosiaali ja terveysalan sosionomin opinnäytetyö. Viitattu 20.10.2018 https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/119131/Kujanpaa_Sofia.pdf.pdf?sequence=1

Lahti Pirkko & Salonen Kristiina 2018. Arjen Aapinen. Viitattu 30.10.2018. https://www.mielenterveysseura.fi/sites/default/files/materials_files/arjen_aapinen.pdf

Lapin yliopisto, 2018. Viitattu 20.9.2018. <https://www.ulapland.fi/FI/Kotisivut/Recovery-toimintaorientaatio-mielenterveyspalveluissa>.

Lilinkotisäätiö, 2018. Viitattu 20.10.2018 <http://lilinkoti.fi/>

Lilinkotisäätiön toimintakertomus, 2016. Viitattu 20.10.2018 <http://lilinkoti.fi/sivusto/wp-content/uploads/2014/03/Toimintakertomus-2016.pdf>

Livingskills. Viitattu 20.10.2018. <https://www.livingskills.fi/missio/>

Lodders, Anne ja Mesimäki, Maija 2018. Recovery-koulutus hoitohenkilökunnalle – johdatus mielenterveyskuntoutujan toipumisorientaatioon. Metropolia ammattikorkeakoulu. Hoitoalan opinnäytetyö. Viitattu 6.11.2018. https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/146894/Lodders_Anne%20Mesimaki_Maija.pdf?sequence=1

Majaneva, Anne 2015a.Ihmisläheistä aktivismia eli miten saada asukkaat osallistumaan. Teoksessa Mitä kaikkea tapahtuikaan- tarinoita kansalaistoiminnasta. Setlementtijulkaisu 36, 29-33.

Majaneva, Anne 2015b. Rakenteista ihmiseen. Teoksessa Mitä kaikkea tapahtuikaan-tarinoita kansalaistoiminnasta. Setlementtijulkaisuja 36, 39-43.

Mehtonen, Tuija 2011. Sosiaalisen vahvistamisen osaaminen. Teoksessa Lundbom, Pia & Herranen, Jatta (toim.). Sosiaalinen vahvistaminen kokemuksina ja käytänteinä. Humanistinen ammattikorkeakoulu. Sarja C. Oppimateriaaleja 24, 2011, 13 & 18.

Mygrijev, Maarit 2018. Kohtaamisen 120 sekuntia -Arvostavan kohtaamisen merkitys-terveydenhuollon toimintaympäristössä. Humanistinen ammattikorkeakoulu. Järjestö- ja nuorisotyön koulutuksen opinnäytetyö. Viitattu 6.11.2017. <https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/142119/Mygrijev%20Maarit.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.

Humanistinen ammattikorkeakoulu 2013. Opinnäytetyöopas. Viitattu 19.9.2018. <https://pro.humak.fi/humakpro/humak/390799/opinnaytetyoopas.pdf>.

Hyttinen, Ella & Kanasaar, Laura 2017. Mielenveyspotilaan toipumisorientaation edistäminen. Turun ammattikorkeakoulu. Sairaanhoidajakoulutuksen opinnäytetyö. Viitattu 6.11.2018 http://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/131453/Hyttinen_Ella_Kanasaar_Laura.pdf?sequence=1

Ojasalo Katri & Moilanen, Teemu & Ritalahti, Jarmo 2014. Kehittämistyönmenetelmät 2. 3 Painos. Helsinki: sanoma Pro OY

Pajula, Elina 2014. Tositarinoita osallisuudesta. Teoksessa oSallisuuden jäljillä. Toim. Arja Jämsén ja Anne Pyykkönen. Saarijärvi: Pohjois- Karjalan Sosiaaliturvayhdistys ry, 11-21. Viitattu 28.9.2018. <https://www.jelli.fi/assets/files/sites/6/2017/06/oSallisuuden-jaljilla-verkkoversio-pakattuna-16052014.pdf>.

Pk-yritysten johtamis- ja kehittämistyökalupakki 2018. Viitattu 26.10.2018. <http://www.oamk.fi/hankkeet/pkk/pakki/nykytila2.htm>.

Repper, Julie & Perkins Rachel 2018. Recovery and Social Inclusion. Viitattu 6.11.2018 <http://media.axon.es/pdf/82706.pdf>.

Rouvinen-Wilenius, Päivi 2014. Kohti osallisuutta- mikä estää, mikä mahdollistaa. Teoksessa oSallisuuden jäljillä. Toim. Arja Jämsén Arja ja Anne Pyykkönen. Saarijärvi: Pohjois- Karjalan Sosiaaliturvayhdistys ry, 51-68. Viitattu 28.9.2018. <https://www.jelli.fi/assets/files/sites/6/2017/06/oSallisuuden-jaljilla-verkkoversio-pakattuna-16052014.pdf>.

Suomen sosiaalipsykiatristen yhteisöjen keskusliitto ry 2018. Toipumisorientaatio. Viitattu 23.10.2018. <https://recovery.fi>.

Suomen mielenveysseura, 2018. Viitattu 23.10.2018. <https://www.mielenveysseura.fi/fi/mielenveysseura/organisaatio-ja-toiminta/strategia/mit%C3%A4-mielenveys>.

Särkelä-Kukko, Mona 2014a. Johtolankoja osallisuuteen. Teoksessa oSallisuuden jäljillä. Toim. Arja Jämsén Arja ja Anne Pyykkönen. Saarijärvi: Pohjois- Karjalan Sosiaaliturvayhdistys ry, 195-197.

Särkelä-Kukko, Mona 2014b. Osallisuuden eriarvoisuus ja eriarvoistuminen. Teoksessa oSallisuuden jäljillä. Toim. Arja Jämsén Arja ja Anne Pyykkönen. Saarijärvi: Pohjois- Karjalan Sosiaaliturvayhdistys ry, 34-50.

Terveyskirjasto, 2018. Viitattu 17.10.2018. https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00148.

Terveyskirjasto, 2018. Skitsofrenia. Viitattu 6.11.2018. https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00148.

THL, 2018a. Hyvinvointi- ja terveyserot. Viitattu 2.1.2018. <https://thl.fi/fi/web/hyvinvointi-ja-terveyserot/eriarvoisuus/hyvinvointi/osallisuus>.

THL 2018b. Toipumisorientaatio seminaari. Esa Nording. Viitattu 30.10.2018. <https://www.slideshare.net/THLfi/toipumisorientaation-teoreettiset-lhtkohdat-mik-tss-on-uutta>

Turvallinen kaupunki, 2016. Viitattu 17.10.2018. <http://www.turvallinenkaupunki.fi/turvallisuusteemat/sosiaalisesti-turvallinen-elinymparisto/taustatie-toa/syrjaytyminen>.

KUVA 1 Suomen sosiaalipsykiatristen yhteisöjen keskusliitto ry. Viitattu 29.9.2018. <https://recovery.fi/>

KUVA 2 Projektiosajat, 2018. Viitattu 15.11.2018. <https://projektiosajat.wordpress.com/projektikult.tuuri-27-6/>

LIITTEET

LIITE 1 Lilinkotisäätiön arvot

USKALLUS SEURATA UNELMIA

- meillä on valmius ajatella uudella tavalla
- suhtaudumme uteliaasti meitä ympäröivään maailmaan
- teemme rohkeasti päätöksiä
- sallimme virheet ja opimme niistä
- yhteinen tarinamme on kaikkien nähtävillä emmekä aseta rajoja ihmisten unelmille

ELÄMÄNVALINTOJEN KUNNIOITTAMINEN

- tuemme jokaisen oman tarinan toteutumista sellaisena kuin hän itse haluaa sen kertoa
- välitämme ihmisestä
- asiakkaan toiveet ja tarpeet ohjaavat arjen työtämme

YHTEISTYÖSTÄ VOIMAA

- pyrimme yhdessä tavoitteisiimme ja luotamme toistemme hyvään tahtoon
- suhtaudumme toisiimme yhdenvertaisesti
- oikeudet ja vastuu kuuluvat kaikille
- kuuntelemme aidosti, puheilla on merkitystä
- ilo ja positiivisuus kantavat

KAIKILLA ON TULEVAISUUS

- luotamme siihen, että jokaiselle tarinalle voi kirjoittaa onnellisen lopun
- vaihtoehdot mahdollistavat onnistumisia
- onnistumiset lisäävät toivoa

(Lilinkotisäätiö, 2018.)

LIITE 2 Suostumuslomake

ASUKKAAN/OHJAAJAN SUOSTUMUSLOMAKE

Tutkimuksen nimi: Yksilönä yhteisössä - Mielenterveyskuntoutujan aktiivisen roolin tukeminen yhteisöllisessä asumisessa

Tekijät: Verna Jalonen, Jonna Kutvonen
Humanistinen ammattikorkeakoulu
Kansalaistoiminta – ja nuorisotyö

Kiitos kun harkitset tutkimukseemme osallistumista. Tutkijoiden tulee kertoa sinulle tutkimuksen sisällöstä ennen kuin päätät osallistua siihen.

Mikäli sinulla on kysyttävää tutkimustiedotteesta tai sinulle kerrotuista asioista, voit kääntyä tutkijoiden puoleen ennen kuin päätät osallistua tutkimukseen. Saat omaksesi kopiot sekä tästä suostumuslomakkeesta että tutkimustiedotteesta, jotta voit lukea niitä vielä myöhemmin.

- *Ymmärrän, että tutkimukseen osallistuminen on vapaaehtoista ja voin keskeyttää osallistumiseni milloin tahansa ilmoittamalla siitä tutkijoille, ilman että se vaikuttaa hoitooni/työhöni.*
- *Annan luvan käyttää luovuttamiani tietoja tämän tutkimuksen suorittamiseen. Ymmärrän, että minusta kerättyjä tietoja käsitellään luottamuksellisesti niin että henkilöllisyyteni ei paljastu*

Osallistuja

Minä

_____, vahvistan, että edellä mainitun tutkimusprojektin luonne on selitetty minulle ja osallistun tutkimukseen vapaaehtoisesti. Olen lukenut edellä kirjoitetun tekstin sekä tutkimustiedotteen ja ymmärrän tutkimuksen tarkoituksen ja luonteen.

Allekirjoitus ja päiväys**Tutkijat**

Me

_____, vakuutan, että olen selittänyt tutkimuksen luonteen ja vaatimukset vapaaehtoiselle osallistujalle.

Allekirjoitus ja päiväys

LIITE 3 Tutkimustiedote

TUTKIMUSTIEDOTE

Yksilönä yhteisössä- mielenterveyskuntoutujan aktiivisen roolin tukeminen yhteisöllisessä asumisessa

**Humanistinen ammattikorkeakoulu
Kansalaistoiminnan ja nuorisotyön koulutusohjelma (210 op)**

Tekijät: Verna Jalonen, Jonna Kutvonen

verna.jalonen@humak.fi

jonna.kutvonen@humak.fi

Opinnäytetyön tilaaja: Lilinkotisäätiö

Humanistisen ammattikorkeakoulun vastaaja ohjaaja: Lehtori Tiina Valkendorf

tiina.valkendorf@humak.fi

Pyydämme suostumustasi tutkimustyöhön Yksilönä yhteisössä- mielenterveyskuntoutujan aktiivisen roolin tukeminen yhteisöllisessä asumisessa. Tämä tiedote on annettu ryhmäkodin ohjaajille ja asukkaille.

Ennen kuin teet päätöksesi, sinun tulee ymmärtää tutkimuksen tarkoitus ja mitä tutkimukseen osallistuminen edellyttää sinulta. Lue tämä tiedote huolellisesti. Tämä tiedote käydään läpi huolellisesti opinnäytetyön tekijän avaamana sinun kanssasi. Voit halutessasi keskustella muiden kanssa tästä tutkimuksesta. Mikäli jokin asia jäi sinulle epäselväksi tai haluat saada lisätietoja tutkimuksesta, voit ottaa yhteyttä Vernaan tai Jonnaan.

Tässä projektissa kokeiltavat menetelmät sitoutuvat tavoitteelliseen toimintaan yhteisössä ja yksilön omien voimavarojen tukemiseen matalan kynnyksen toiminnan kautta.

Projektin tuotoksena on kehittää opas asukkaan ja ohjaajan tueksi. Opas toteutetaan kehittämällä ja testaamalla toiminnallisia menetelmiä ja keräämällä palautetta, jota hyödynnetään oppaan rakenteessa. Tarkoitus on tunnistaa käytäntöjä, jotka tukevat osallisuutta, yhteisöön kuulumista ja tukevat motivaatiota. Opasta tullaan hyödyntämään ryhmäkodissa sekä Lilinkotisäätiön muissa yksiköissä.

Onko minun pakko osallistua tutkimukseen?

Saat päättää sen itse. Me kerromme sinulle tutkimuksesta ja käymme kanssasi läpi tämän tiedotteen, jonka saat sen jälkeen omaksesi. Mikäli päätät osallistua tutkimukseen, pyydämme sinua allekirjoittamaan suostumuslomakkeen. Voit vetäytyä tutkimuksesta, milloin tahansa syytä ilmoittamatta. Tutkimuksesta vetäytyminen ei vaikuta asumiseesi tai mahdollisuuteesi olla osana toimintaa. Emme havainnoi sinua tai käytä antamaasi palautetta osana opinnäytetyötä, jos et anna suostumustasi.

Mitä tutkimukseen osallistuminen edellyttää minulta?

Sinua pyydetään osallistumaan yhteisen toiminnan suunnitteluun. Annan suostumuksesi projektiin liittyvien ohjaustilanteiden havainnointiin. Toiminnan aikana kerätään palaute liittyen toiminnan rakenteeseen. Projektin lopuksi pyydetään erillinen suostumus haastatteluun liittyen siihen, miten koit toiminnan vaikuttavan henkilökohtaisesti ja ryhmäkodissa. Haastattelu/kyselylomake pyydetään erillisenä suostumuslomakkeena.

Kustannukset ja maksut

Tästä tutkimuksesta ei seuraa sinulle kuluja, eikä siitä makseta korvausta.

Mitä hyötyä minulle on osallistumisesta?

Tutkimuksen tavoite on selvittää vaikuttaa osallisuuden mahdollisuus hyvinvointiin. Osallistumisesi hyödyntää mahdollisuuttasi vaikuttaa toiminnan suunnitteluun ja toteutukseen. Tutkimuksen aikana kerätty tieto auttaa parantamaan ymmärrystä osallisuuden merkityksestä, yksilön omista tuntemuksista ja ryhmäkodista yhteisönä. Pääset mukaan kehittämään ryhmäkodin toimintaa.

Pidetäänkö tutkimukseen osallistumiseni luottamuksellisena?

Kyllä. Sinua ei voida yksilöllisesti tunnistaa. Vain opinnäytetyöntekijät näkevät aineiston ja se tuhoataan projektin lopuksi.

Mitä antamillani tiedoilla tehdään?

Antamasi tiedot käytetään arvioimaan osallistavien menetelmien laatua. Näiden tutkimustulosten avulla pyritään syventämään tietoa osallistavien menetelmien merkityksestä ja mitkä asiat vaikuttavat osallisuuden tunteen syntyyn ja miten sitä voidaan tukea. Tutkimuksessa kerätty tieto on osa opinnäytetyötä, joka julkaistaan internetissä osoitteessa www.theseus.fi. [Kyseessä on internetsivusto, joka tarjoaa Suomen ammatikorkeakoulujen opinnäytetöitä sekä julkaisuja verkossa.](#)

Osallistujalle on annettu tästä tiedotteesta sekä allekirjoitetusta suostumuslomakkeesta omat kappaleet. Kopio suostumuslomakkeesta lähetetään opinnäytetyön tilaajalle.

LIITE 4 Asukkaiden palautelomake





Palautekysely asukkaille**1. Tupareihin liittyviä asioita.**

	1=Täysin eri mieltä	2=Jokseenkin eri mieltä	3=Jokseenkin samaa mieltä	4=Täysin samaa mieltä
Tuparit olivat hyvin suunniteltu				
Toiminta juhlissa oli mielekästä				
Ryhmäkodin asukkaat osallistuivat juhlien järjestämiseen sovitusti				
Asukkaiden kesken työnjako oli reilua				
Tuparit vastasivat odotuksia				

2. Koitko vaikuttaneesi haluamalla tavalla juhlien järjestämiseen? Osallistuitko omalta osaltasi järjestelyihin?

3. Mitä jäit kaipaamaan? Tähän voit kirjoittaa risuja ja ruusuja

4. Yleinen tunnelma juhlissa oli mielestäni

<input type="checkbox"/> Huono	<input type="checkbox"/> Menettelee	<input type="checkbox"/> Hyvä	<input type="checkbox"/> Erinomainen
			

5. Muita terveisiä Vernalle ja Jonnalle?

LIITE 5 Kysely ohjaajille

Kysely ohjaajille liittyen toiminnalliseen opinnäytetyöhön Lilinkotisäätiön ryhmäkodissa.

Kyselyn tavoitteena on selvittää osallisuuden vaikutusta hyvinvointiin, osallistavien menetelmien merkittävyyttä sekä osallistavan ohjaajan roolia.

Vastaamalla kyselyyn annat suostumuksesi käyttää vastauksiasi osana Humanistisen ammattikorkeakoulun yhteisöpedagogiopiskelijoiden opinnäytetyötä Yksilönä Yhteisössä- Mielenterveyskuntoutujan aktiivisen roolin tukeminen yhteisöllisessä asumisessa. Vastaukset ovat luottamuksellisia eikä sinua voida yksiköllisesti tunnistaa.

Kyselyllä kartoitetaan miten koit ohjaajana Tuparit- toiminnan vaikuttavan ryhmäkodissa. Palautekysely on jaettu 3 osioon: Osallisuus yksilö ja yhteisö tasolla, Tuparit-toiminta ja. Ohjaajan rooli. Vastaaminen kestää noin 15 minuuttia.

Kiitos mielenkiinnostasi!

Terkut,

Jonna Kutvonen & Verna Jalonen

TAUSTATIETOA

Oletko osallistunut aiemmin kehittämistyöhön?

- a. Jos kyllä, niin Miten?
- b. Jos et, Miten tärkeänä koet työntekijöiden roolin ja mukana olemisen?

Minkälaista lisätietoa olisit kaivannut ennen tutkimusta tai tutkimuksen aikana liittyen tutkimukseen ja toimintaan?

OSALLISUUS

1. Arvioi seuraavia yksilöön ja yhteisöön liittyviä asioita 1- 4 asteikolla.

	1=Täysin eri mieltä	2=Jokseenkin eri mieltä	3=Jokseenkin samaa mieltä	4=Täysin samaa mieltä
Asukkaiden on luontevaa suunnitella itse toimintaa				
Ohjaajien roolilla ja innolla on merkitystä asukkaan motivaatiossa				
Ryhmäkodissa on mahdollista toteuttaa itseään				
Ryhmäkoti mahdollistaa asuinalueen toimijoihin tutustumisen				
Ryhmäkodin toiminnassa mahdollistetaan asukkaiden kiinnittyminen yhteisöön				
Yhteishenki ja vertaistuki näkyvät ryhmäkodin arjessa asukkaiden kesken				
Ohjaajien asenteet vaikuttavat asukkaiden motivaation				
Asukkailta lähteneitä ideoita tuetaan ja mahdollistetaan ohjaajan toimesta				
Toiminta suunnitellaan tukien yksilön voimavaroja				
Yksilöiden eritasoinen valmius aktiivisuudessa tuottaa haasteen				
Työyhteisö tarjoaa tarvittavaa tukea				
Osallisuuden käsite on minulle selkeä				
Koen, että toiminnallani on merkitystä ryhmäkodissa				

2. Kerro omin sanoin, miten koet asukkaan ja ohjaajan tasavertaisen roolin toteutumisen käytännössä?

3. Kerro omin sanoin, miten koet ryhmäkodin tukevan yksilön hyvinvointia ja toipumista?

TOIMINNALLINEN TEKEMINEN

4. Arvioi seuraavia Tuparit- toimintaa koskevia asioita asteikolla 1- 4.

	1=Täysin eri mieltä	2=Jokseenkin eri mieltä	3=Jokseenkin sama mieltä	4=Täysin sama mieltä
Toiminnan sisältö oli tarpeellinen				
Toiminta lisäsi asukkaiden aktiivisuutta				
Yhteishenki ryhmäkodissa kasvoi				
Toiminta oli haastavaa asukkaille				
Yksilön motivaatio kasvoi				
Asukkaiden oma rooli nousi esiin				
Toiminta oli suunniteltu hyvin				
Hyvinvointi kasvoi tekemisen myötä				
Ryhmäkoti tarvitsee vastaavaa toimintaa jatkossakin				
Toiminta toi mielenkiintoista sisältöä asukkaiden päivään /työhöni				
Koin asukkaiden voivan vaikuttaa tekemiseen & onnistumiseen				
Toiminta tuki ryhmäkodin muuta arkea				

5. Kerro omin sanoin, miltä sinusta tuntui osallistua Tuparit- toimintaan?

6. Kerro omin sanoin, Millä tavoin toiminta vaikutti ryhmäkodin aktiivisuuteen vai vaikuttiko?

7. Mitä kehitettävää mielestäsi vielä on? Mitä olisit toivonut lisää tai olisiko jotain voinut jättää pois?

OHJAAJAN ROOLI

8. Mitkä näet ohjaajan tärkeimpinä voimavaroina mielenterveystyössä?

9. Heräsikö sinulle uusia ideoita, miten voisit tukea asukkaan aktiivisuutta osallisena ryhmäkodin toimintaa tai osana asuinalueen yhteisöä? Minkälaisia?

10. Ovatko toiminnallisen tekemisen mahdollisuudet sinulle tuttuja? Miten? Jos ei niin, minkälaista lisätietoa tai koulutusta toivoisit olevan ohjaaja tukena?

11. Kerro omin sanoin toiko tutkimus lisäarvoa työhösi tai ryhmäkodin toiminnalle? Mitä?

SANA ON VAPAA: Muuta palautetta ja terveisiä. (Vastauksia voi jatkaa myös paperin toiselle puolelle.)

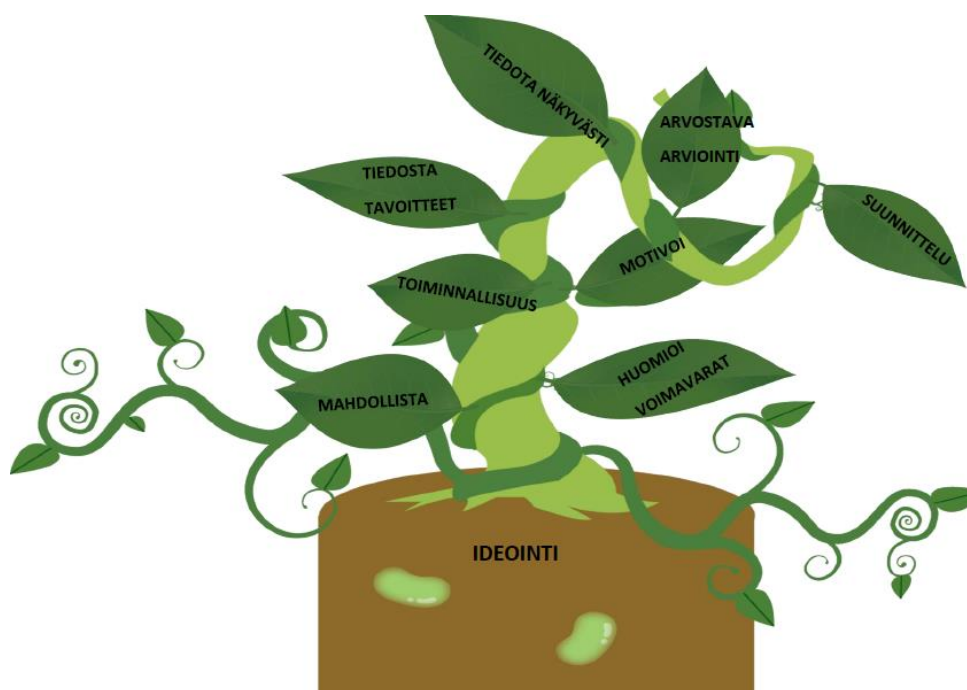
Kiitos palautteestasi

&

osallisuudestasi tutkimukseen!



LIITE 6 VINKKIVIHKO



PAPU- Ohjaajan tueksi

PAPU on helppolukuinen vinkkivihko, jonka avulla voidaan peilata omaa ja ryhmän toimintaa ja myös herätellä keskustelua. Sen hyödyntäminen näkyvänä osana toimintaa edes auttaa onnistumaan. Asukkaiden oivallus ja ymmärrys PAPU- ohjaajan tueksi vihon eri kohdista on olennaista yhteisöllisessä toiminnassa. Tee PAPU näkyväksi yhteisössäs!

Jotta PAPU syntyi maailmaan marraskuussa 2018, kiitos kuuluu Lilinkotisäätiön ryhmäkodin ohjaajille ja asukkaille. Kiitos visuaaliselle tuelle. #laumaeläin

Toteutus: Jalonen Verna & Kutvonen Jonna

VINKKIPAPU

Vinkki nro Uno. Muista avata puhelimen etukamera
Reflektointi ohjaustyössä on yksi ohjaajan työkalu.

Vinkki nro 2. Vainua, älä vainota!

Milloin on mahdollista ottaa yksikin asukas toimintaan mukaan tai tukea asukkaalta tullutta ideaa. "Antaa kaikkien lamppujen välkkyä"

Vinkki nro 3. Muista aina ohjatessa täydellisyyden olevan illuusio!

Tekeville sattuu ja uudestaan tekemällä voi jo huomata onnistuvansa!

Vinkki nro. 4 PAPU

Ohjaajan tueksi vinkkivihko ei ole mitään ilman sitä käyttävää ohjaajaa

Vinkki vitonen- Oman ajattelun siemenet!

Kirjaa itsellesi ylös mitä mieleesi juolahtaa toiminnassa ja palaa niihin yksin ja yhdessä aina toimintaa suunnitellessa.

TOIMINNALLISUUS

Uskalla muokata, soveltaa ja yhdistellä.

Toiminnan kautta voidaan tukea osallistujan osallisuutta toimintaan, aktivoida osallistujaa tekemiseen, tukea motorisia taitoja ja lisätä vuorovaikutusta. Kun itse tekee niin parhaiten huomaa mitä on saanut aikaan.

Hyödynnä miljoonia oppaita ja välineitä väljänä toteuttaa tavoitteet.

Testaa eri juttuja rohkeasti. Ilman kokeiluja et voi tietää mikä toimii.

Ryhmäohjauksessa muista napata ja tsemptata muut ohjaajat mukaan. Kyllä ohjattavat sen huomaa, kun joku ei ole itse messissä.

SUUNNITELMALLISUUS

Hyvä suunnitelma on puoliksi tehty ja kaiken pohja.

Suunnitelmallisuus iso osa sitoutumista ja auttaa onnistumaan!

APUA SOS-tilanteisiin. Tiedosta etukäteen toiminnan vahvuudet (vahvista!), heikkoudet (kehitä, korvaa!), mahdollisuudet (toteuta!) ja uhat (torju!) Auttaa, kun kirjaa asiat näkyväksi.

Suunnitelmaa voi tarkastella oman roolin/tiimityön roolien kautta tai ohjattavan yksilön tai ryhmänkautta. Kannattaa myös tehdä kaksi erillistä etukäteistarkastelua ja verrata omia vastuita vaadittavaan toimintaan kohderyhmältä.

Ole valmistautunut ja mieti omaa roolia. Jos ohjaajia on enemmän niin vuorotelkaa toiminnan vaihtuessa, milloin joku on päävastuu vetäjä ja milloin ei. Tiedostakaa roolit ja vastuut niin hommat kyllä sujuvat.

**PAPU- LEHTIEN SISÄLLÖT:
KAHDEKSAN YDIN KOHTAA
OHJAUKSEN TUEKSI.**

**Kun huomiot
ideointi siemenet ja lehdet niin ei
tarvitse lähteä tyhjästä rakentamaan
osaavaa toimintaa.**

MAHDOLLISTA**Kuuntele. Sovella. Toteuta.**

Miten toimintaa on mahdollista toteuttaa?
Suuntaa, ideoi & auta
asukasta lähemmäksi sitä mitä hän haluaa.

Hyödynnä lähialueiden toimintoja ja ota
mukaan toisia ohjaajia? Tiedota tapahtumista.

Etukamera päälle ja huomaat, oletko sinä este
toiminnalle. Ammattitaitoa on miettiä voisiko
joku tulla

”tuuraamaan” ja toteuttamaan toiminnan?
Samalla asukkaan mielenkiintoa tukemalla
saatat itsekin oppia uuden taidon ja jakaa
yhteisen kokemuksen.

**MUISTA, ETTÄ AMMATTITAITO JA
RYHMÄNTUNTEMUS ON SINULLA.
SOVELLA JA MUOKKAA SISÄLTÖÄ
AINA RYHMÄLLE SOPIVAKSI.**

TIEDOSTA TOIMINNAN TAVOITE**Jottei olisi niin turhauttava olo koko ajan!**

Etukäteen tiedostettu tavoite helpottaa ohjaajaa
etenemään tavoitetta kohti ja arviomaan omaa
toimintaansa oikeassa viitekehysessä. Tavoitteet ja
tiedostaminen mahdollistaa ohjaajalle ja ohjattavalle
oivalluksen onnistumisesta.

Aseta tavoite ja mieti millä keinolla sitä voidaan
tukea? Into tekemiseen säilyy, kun yksittäiset projektit
otetaan osaan laajempaa prosessia.

Esim. Joskus askartelu voi olla vain yhteistä
ajanviettoa, toisinaan se voidaan rakentaa tukemaan
motorisia taitoja. Youtube- videoiden kautta tai muun
visuaalisen valmiiksi tehdyn materiaalin kautta
voidaan myös avata toimintaa. Testaa eri välineitä, jos
pullataikinan vatkaaminen maistuu puulta. Jokaisella
ohjaajalla on omat ässät hihassa! Jaa omasi.

TIEDOTA ASIOISTA NÄKYVÄSTI**Monta kertaa olet sanonut tuollahan**

se lukee..? Huomaatko aina itse kaiken mitä on laitettu
esiin sinun ollessasi muualla?

Älä tyydy pelkkään a4 paperilappuun. Hyödynnä
kartongit, värit, materiaalit ym. Konkreettiset &
näkyvät asiat tulee huomatuksi.

Käytä suutasi ja uskalla kuunnella toisen suun
vuorolla. Kohtaamisen välineenä voit käyttää tulevaa
toimintaa.

Tiedota myös muuttuvista tekijöistä työkaveria tai
asukasta. Ajalla oleva tiedotus helpottaa toimimaan
muuttuvissa tilanteissa ja auttaa ennakoimaan.
Helposti luotetaan ihmisen muistiin. Paperi on
luotettavampi kuin sinun oma pää. Paperi on myös
virallisempi sopimus. Aivot huijaavat.

MOTIVOINTI**Kynnyksen poistaminen auttaa aina!**

Huomioi kohderyhmän erityispiirteet ja
kohdista omaa toimintaa ohjattavien
motivointiin. Tsemppaava työote & ohjaajien
ammattitaito tukee asukkaan motivointia.
Samalla se vähentää riskiä siitä, että työt
kaatuvat yhden ohjaajan harteille.

Oma persoona on ohjaajan tärkein työkalu,
miksei myös asukkaan tärkein voimavara.

Ammattimaisuus ei katoa, vaikka toimintaa
lähestyttäisiin astetta kevyemmin.

**Toiminta kasvaa ja
kehittyy tekemisen myötä.
Koskaan ei ole
niin fiksu kuin juuri nyt.**

ARVOSTAVA ARVIOINTI

Lapiolla niskaan kaataminen herkästi lisää negatiivisuutta.

Arvostava ja armollinen arviointi lähtee sen toteuttamisesta myös itselleen ja sitä kautta muille!

Ihminen kaipaa palautetta ja palautteen myötä oman toiminnan muokkaaminen ja kehittäminen on luontevaa. Kysy kuis surisee ja tsemppaa!

Kohtaaminen, arvostus & huomioiminen auttavat oivaltamaan. Passiivinen ihminen ei välttämättä kuule ensimmäistä kertaa olevansa laiska. Oliko oivalluksesi tärkeä? Olisitko voinut kysyä tai huomioida jotain muuta?

Älä jää kiinni myrskyihin. Ne kyllä taantuu, koska myrskyn jälkeen on pouta sää. Kysy no mites se nyt näin, mitäs tästä voidaan oppia ja miten ensi kerralla voidaan toimia toisin? Tämä ei kuitenkaan tarkoita, että aina pitää olla jeesjees – rakentava kritiikki auttaa kohti elämän hallintaa. Joskus tärkein palaute on saada asukas itse arviomaan omaa toimintaansa arvostavasti.

ETUKAMERA- Miten sinä osaat ottaa palautteen vastaan? Miten sinä osaat antaa sitä toisille?
Isommissa projekteissa muista asioiden etenevän prosessimaisesti. Muista asukkaan buustaus ja palaute toiminnasta joka hetkessä eikä vain lopuksi. Kuuntele. Sovella. Toteuta. Kehitä & Toista.

VOIMAVARAT

Muista yksilöllisyys - toisen "heikkous" voi olla toisen voimavara.

Huomioiminen ja löytäminen kannattaa, voimavarat auttavat jaksamaan.

Huomioi voimavarojen vaihtelevuus, toisena päivänä jaksat paremmin kuin toisena. Jos ihminen ei ole tietoinen omista voimavaroista, et voi hyödyntää niitä. Herättele asukkaita miettimään voimavarojaan ja miten voimavaroja voidaan hyödyntää. Mieti mahdollisuuksia ja toteuta voimavarat osaksi elämää!

Voit myös keksiä voimavaralle synonyymien, jotta aihetta on helpompi lähestyä.

Onnellisuus, mielekkäisyys ja halu kuulua joukkoon ovat osa jokaisen elämää.

Orientoidu osallisuuteen: Muista toiminnallisten menetelmien käyttö! Aina ei tarvitse tehdä toimintaa kuitenkaan kaikille. Ihmisellä on oikeus olla myös osallistumatta. Mieti tukeeko toimintaa pienemmät ryhmät, samantasoinen aktiivisuus vai mielenkiinnonkohde?

VinkkiLinkit ohjaajan tueksi!**Kohtaamiseen ja pelaamiseen:**

mieli- Suomen mielenterveysseura

Löydä sopiva materiaali, Julisteet, kortit ja pelit <https://www.mielenterveysseura.fi/fi/materiaalit>

Voimavara- talo

<https://www.mielenterveysseura.fi/fi/pelit-ja-teht%C3%A4v%C3%A4t/voimavarojen-talo>

Keskusteluun:

Unelmapeli- Suunnattu vanhustyöhön, joten tarkastele miten ohjaajana voisit muokata kysymyslappuja ryhmälle sopivammaksi, jos tarvitsee? Voit valita aiheeksi vaikkapa unelman sijaan vaikkapa kohtaamisen, toivon, motivaation tai mielenkiinnonkohteet.

Unelmapeli- ohje: https://ryhmarenki.fi/wpcontent/uploads/2017/11/Unelmapeli_kysymykset.pdf

Lisää aiheesta: Suuntana tulevaisuus- Osallistavan ohjaajan opas

https://ryhmarenki.fi/wp-content/uploads/2017/11/Osallistavan_ohjaajan_OPAS.pdf

Tekijät: Suuntana tulevaisuus – Osallistavan ohjaajan opas 2013. Kirsi Alastalo ja Riku Saari

(toim.), Nina Arekari, Sarianne Jyrkkänen, Tanja Koljonen, Susanna Pietiläinen ja Opri Pulliainen.

Lets mennään:

Toiminnallisia menetelmiä: <https://www.ok-sivis.fi/media/materiaalit-osio/toiminnallisia-menetelmia.pdf>

Tekijät: Hanna Alaniska & Kirsi Ahonen. Opintokeskus Sivis- Osaavaa kansalaistoimintaa.

HYMYTIKUT- arvioinnissa.

Helpottamaan palautteen antoa ja tunteiden ilmaisua. Muista antaa myös keskustelulle sijaa.

Tämän voi tehdä asukkaan kanssa yhdessä. Huomio asukkaiden eritasoinen valmius toteuttamiseen ja sitä kautta etukäteismateriaalien esivalmisteluja. Hymytikku- palaute on idea ottaa käyttöön kannanottoa kysyttäessä.

Askartele tikun eri puolille ennalta valitut hymiökasvot tai voit antaa asukkaan itse valita hänelle sopivan kuvan tai emojiin. Yksi positiivinen ja yksi negatiivinen. Huomio tietenkin se, että kuvasta voi hahmottaa tunnetilan myös muiden nähtäväksi. Symboleina koivu ja talo eivät välttämättä kerro muille osallistujille mitään.

Kerro asukkaalle miksi toiminta tehdään ja tavoite arviointimenetelmästä. Ensimmäisellä kerralla käyttäessä arviointivälinettä yhden ohjaajan kannattaa ohjata keskustelua ja muiden ohjaajien osallistua asukkaiden kanssa arviointiin. Asukkaat havainnoivat ohjaajien toimintamallia. Tee siis mukana ohjaajana myös oma tikku arvioinnin välineeksi. Muista päivastuuvetäjä, joka ohjaa toimintaa, ei osallistu tekemiseen.

Toteutus& Tarvikkeet: 2kpl- tulostettu hymiö, tikku/keppi (pahvi toimii), liimaa, vahvaa kartonkia, sakset.

Askartele kasaan yksin tai yhdessä.

Toiminnan toteutuksen avuksi voit katsoa alla olevan linkin, jotta hahmotat visuaalisen kuvan emoji arviointitikuksista. Ota huomioon, että alla olevan linkin sisältö ei liity arviointiin. Voit kuitenkin miettiä voiko erilaisten kysymysten kautta rakentaa palautetta tai muuta toimintaa pelimäiseen muotoon.

Linkki The Ellen DeGeneres Show- <https://www.youtube.com/watch?v=LmjEjcyQxD0&t=75s>

Mahdollisesti voit kehittää ideaa siitä, miten saat enemmän tunne skaalaa arviointiin mukaan erilaisten kysymysten kautta tai rakentamalla hymykasvoista oman näkyvän arviointimenetelmän. (Tutustu:ARTSI. Kuntoutussäätiö.) Innovoi itse apuvälineitä arviointiin ja tutustu erilaisiin tapoihin. Yhdessä ohjaajien kanssa voitte valita yhden testaukseen. Älä lannistu, jos toiminta ei onnistu heti. Tekemällä oppii myös arvioimaan.

IDEOINTI ON PAPUN SIEMEN: Mistä ideat lähtevät, tuntoaistit, ideoiden poiminta & herättely. Tuo ideoita esiin!

Herättele lamppuja apukysymyksillä: Mitä opittiin? Miltä menetelmä/toiminta tuntui? Testaa myös muita arvioinninmittareita. Muista Hymytikut- arvioinnissa.

PAPU voi olla siemen asioiden kasvamiselle ja innostamiselle. Päätä itse, miten sinä hyödynnät PAPUA ja mahdollistat esiin tulleiden asioiden kautta.

PAPU itsessään kannattaa nostaa esiin näkyvälle paikalle.

PAPU toimii huonekasvina ohjaajien tueksi yhteisien asioiden esille tuonnissa, näkyvänä muistutuksena ja sitouttaa yhteiseen toimintaan. Palaa lehtien sisältöön aina toimintaa suunnitellessa, tehdessä ja arvioidessa niin ohjaajien kuin asukkaiden kanssa.



TEE- SE - YHDESSÄ- PAPU

PAPUssa (etusivu) olevat lehdet ja asia sisältö voidaan tehdä myös ryhmän yhteisen toiminnan kautta. Valitse silloin lähestyttävä aihe ja rakenna sitä kautta yhteisön oma PAPU. Ennen toimintaa kertaa lehtien sisällöt tukemaan tekemistä.

Miten voit hyödyntää PAPUn rakennetta osana toimintaa:

Valitse tavoite, aihe ja toteuttamisen väline sekä teema. Tiedosta ryhmän koko ja aika ja muista arviointi.

Aihe voi olla esimerkiksi:

Ohjattavien voimavarat: Mistä pidän, mikä minua kiinnostaa, missä olen hyvä?

Yhteisön arvojen tekeminen näkyväksi ja oivallus yhteisistä tavoitteista.

Eri yksilöiden mielenkiinnon tuominen esiin ja sitä kautta pohtia, miten jokainen voi tukea toisen mahdollisuutta toteutukseen?

Tavoite: Pohdi onko toiminta saada aikaan saada laajempaa keskustelua tai mahdollistaa esim.

Luova tekeminen tai vaikka kirjoitustaidontekeminen.

Väline: Teemaan liittyvät askartelumateriaalit. Huomio, että joku tykkää kirjoittaa käsin, toinen tehdä koneella ja kolmas voi tarvita valmiin mallin, jota seurata. Mieti miten voit varmistaa jokaisen mahdollisuuden osallistua toimintaan. Voit hyödyntää myös esim. Aikakausi lehtien kuvia tai valmiita tekstejä. Tee etukäteissuunnitelma ja suuntaa antava pohja valmiiksi.



Arviointi: Voit arvioida tekemisen onnistumista toiminnan tai asukkaan oman oivalluksen kautta. Asukkaan oivallukseen oman toiminnan arvioinnissa auttaa, että toiminnan alku fiiliksiä voi verrata toiminnan lopussa. Jos et muuta keksi niin kysy numerolla 1-5 aluksi toiminnan esittelyssä mitkä tietämykset tai fiilikset asukkaalla aiheesta on. Kysy sama lopussa ja siten voi oivaltaa jo tapahtuneen muutoksen. Numeron asukas voi kirjoittaa paperille näkyväksi tai itselleen. Mieti mikä mihinkin tilanteeseen sopii ja ole apuna kirjoittamassa, jos se auttaa. Hyödynnä myös vinkkivihon arvostavan arvioinnin apuja.

Valmis yhdessä tehty tuotos kannattaa jättää kaikille näkyväksi tai antaa tekijälleen mukaan.

Valitse rakennetaanko esiin tulleet ideat kasvinmuotoon vai kenties jonkun muun teeman kautta. Voit valita myös teemaksi esim. Ajankohtaisen aiheen kuten, joulukuun, pääsiäinen tai urheilutapahtuma tai esillä olevan ajankohtaisen aiheen. Silloin voit rakentaa suunnitelman esim, joulukuuseen tai jonkun muun teemaan sopivan aiheen muotoon.

Muista etukamera & vinkkipapu ja lehtien sisällöt!

Jos toiminta tuntuu haastavalta aloittaa, niin testaa itse työryhmän kesken minkälainen sinun tai kaikkien ohjaajien oma PAPU olisi ja hyödynnä omaa kokemustasi yksilö tai ryhmäohjauksessa.

PAPU NÄKYVÄLLÄ
PAIKALLA
ELÄVÖITTÄÄ
YMPÄRISTÖÄ
& KESKUTELUA

Ohjaajan omat välykset & havainnot: