

KARELIA-AMMATTIKORKEAKOULU  
Sosiaalialan koulutusohjelma

Emmi Muhonen  
Vilhelmiina Nissinen

MUUTTOVALMENNUSOPPAAN LAATIMINEN VAMMAISPALVE-  
LUJEN TYÖNTEKIJÖILLE

Opinnäytetyö  
Huhtikuu 2016



**OPINNÄYTETYÖ**  
**Huhtikuu 2016**  
**Sosiaalialan koulutusohjelma**

Tikkarinne 9  
80200 JOENSUU  
(013) 260600

**Tekijät**  
Emmi Muhonen ja Vilhelmiina Nissinen

**Nimeke**  
Muuttovalmennusoppaan laatiminen vammaispalvelujen työntekijöille

**Toimeksiantaja**  
Joensuun kaupungin vammaispalvelut

**Tiivistelmä**

Tämän toiminnallisen opinnäytetyön tarkoituksena oli Joensuun kaupungin vammaispalvelujen kehittäminen ja kehitysvammaisten itsenäistymisen tukeminen muuttovalmennuksen avulla. Opinnäytetyön tehtävä oli laatia opas muuttovalmennusprosessista. Opas on tarkoitettu Joensuun kaupungin vammaispalvelujen työntekijöiden käyttöön. Työn toimeksiantajana toimi Joensuun kaupungin vammaispalvelut.

Muuttovalmennus toteutettiin ryhmämuotoisena ja siihen osallistui 19 muuttajaa. Ryhmä kokoontui seitsemän kertaa helmi–elokuun 2015 välisenä aikana. Ryhmän toiminnalle asetettiin tavoitteeksi muuttajien keskinäisen ryhmäytymisen vahvistaminen. Tämän lisäksi muuttovalmennuksen avulla pyrittiin tukemaan heidän valmentautumista itsenäiseen asumiseen. Muuttovalmennusprosessin tuotoksena syntyi opas, joka on kuvaus ryhmätoiminnasta. Opinnäytetyössä on käytetty menetelminä opinnäytetyöpäiväkirjaa, toiminnallisia ja luovia menetelmiä sekä keskusteluja vammaispalvelujen työntekijöiden kanssa. Opinnäytetyö on toteutettu tutkimuksellisen kehittämistyön prosessia mukailten.

Prosessissa mukana olleet vammaispalvelujen työntekijät ovat arvioineet opinnäytetyön tuotoksen. Oppaan ulkoasuun ja visuaaliseen ilmeeseen oltiin tyytyväisiä ja sen rakenne koettiin toimivaksi sekä selkeäksi. Tuotosta voidaan jatkossa hyödyntää niin vammaistyössä kuin myös muille asiakasryhmille kohdennetussa toiminnassa. Kaiken kaikkiaan kokonaisuus vastasi toimeksiantajan odotuksia.

**Kieli**  
suomi

Sivuja 52  
Liitteet 5  
Liitesivumäärä 51

**Asiasanat**

muuttovalmennus, itsenäistyminen, kehitysvammaisuus, ryhmätoiminta



**THESIS**  
**April 2016**  
**Degree Programme in Social Services**

Tikkarinne 9  
80200 JOENSUU  
FINLAND  
+358 13 260600

**Authors**

Emmi Muhonen and Vilhelmiina Nissinen

**Title**

A Guidebook of a Moving Training Process for Employees With Disabled People

**Commissioned by**

Services for the disabled in the city of Joensuu

**Abstract**

The aim of this functional thesis was to develop services for the disabled in the city of Joensuu and to support disabled migrants' independence with moving training. The task of the thesis was to output a guide of moving training process. The guide was made for use for the employees in Joensuu city services for the disabled. The thesis was commissioned by the city of Joensuu services for the disabled.

The moving training took place in a group format with the participation of 19 persons. The group met on seven occasions between February and August 2015. The goal for the group was strengthening of mutual grouping. In addition, the moving training was designed to support their preparation for independent living. The output of the moving training process was a guide, which is a description of the actual activities of the group. The thesis was made using a thesis diary, functional and creative methods and also discussing with employees of the services for the disabled. Thesis has been carried out adapting process of research-development work.

The employees involved in the process have evaluated the output of the thesis. The guide layout and visual appearance were satisfactory and its structure was seen as functional and straightforward. The guide can be used with working with the disabled as well as with other customer groups. All in all, the project as a whole met with the expectations of the client.

**Language**

Finnish

Pages 52

Appendices 5

Pages of Appendices 51

**Keywords**

moving training, independence, mental disability, group activities

## Sisältö

Tiivistelmä

Abstract

1	Johdanto.....	5
2	Kehitysvammaisuus ja asuminen .....	6
2.1	Kehitysvammaisuuden määrittelyä .....	6
2.2	Itsenäinen asuminen .....	9
2.3	Tuettu asuminen .....	11
2.4	Muuttovalmennus.....	12
3	Kehitysvammainen toimijana .....	13
3.1	Itsemääräämisoikeus kehitysvammaisen henkilön elämässä .....	13
3.2	Kehitysvammainen ryhmän jäsenenä.....	17
3.3	Osallisuus .....	18
4	Toiminnalliset menetelmät .....	20
5	Opinnäytetyön lähtökohdat .....	21
5.1	Joensuun kaupungin vammaispalvelut toimintaympäristönä .....	21
5.2	Opinnäytetyön tarkoitus ja tehtävä.....	22
5.3	Aiheeseen liittyvät opinnäytetyöt ja kehittämishankkeet.....	23
6	Opinnäytetyön menetelmälliset valinnat .....	28
6.1	Toiminnallinen opinnäytetyö .....	28
6.2	Menetelmälliset valinnat .....	29
7	Opinnäytetyön prosessi .....	33
7.1	Prosessin käynnistäminen .....	33
7.2	Kehittämiskohteeseen perehtyminen .....	34
7.3	Kehittämistehtävän rajaaminen .....	35
7.4	Suunnitelman laatiminen.....	36
7.5	Toteutus ja oppaan laatiminen .....	38
7.6	Arviointi .....	39
8	Tuotos.....	40
8.1	Tuotoksen kuvaus .....	40
8.2	Muuttovalmennusoppaan arviointia.....	43
9	Pohdinta.....	44
9.1	Pohdintaa opinnäytetyöprosessista.....	44
9.2	Opinnäytetyön eettisyys .....	47
9.3	Oppimisprosessi .....	49
9.4	Jatkokehittämisideat.....	51
	Lähteet.....	53

Liitteet

Liite 1	Toimeksiantosopimus
Liite 2	Suostumuslomake muuttajille
Liite 3	Infokirje
Liite 4	Tuotoksen syntymisen elinkaari
Liite 5	Muuttovalmennus -opas työntekijälle

## 1 Johdanto

Suomi on allekirjoittanut YK:n yleissopimuksen vammaisten henkilöiden oikeuksista. Allekirjoittaneet maat sitoutuvat turvaamaan vammaisten henkilöiden ihmisoikeuksien ja perusvapauksien toteutumista. Kuten Suomen perustuslaissa, myös YK:n sopimuksessa suhtaudutaan kielteisesti vammaisten syrjimiseen, millä pyritään takaamaan kaikille yhdenvertainen kohtelu yhteiskunnassa. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2015a.) YK:n yleissopimus edellyttää allekirjoittaneita osapuolia mahdollistamaan vammaisille henkilöille yksilölliset asumisratkaisut. Suomessa aiheeseen on pureuduttu pyrkimyksenä vähentää kehitysvammaisten laitosasumista ja kehittämällä heille yksilöllisempiä asumis- ja tukipalveluja. (Hynynen 2013.)

Kehitysvammaiselle henkilölle laaditaan muuttosuunnitelma, silloin kun omaan kotiin muutto tulee ajankohtaiseksi. Tämä kunnan vammaispalvelujen kanssa tehtävä suunnitelma on osa kehitysvammaisen henkilön omaa palvelusuunnitelmaa. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2012, 11.) Kehitysvammaisella henkilöllä on halutessaan mahdollisuus osallistua kunnan organisoimaan muuttovalmennukseen (Vammaispalveluhanke 2013). Toiminnallisessa opinnäytetyössämme lähdimme suunnittelemaan ja toteuttamaan tämän kaltaista prosessia yhteistyössä Joensuun kaupungin vammaispalvelujen kanssa. Kyseessä oli ryhmämuotoisena toteutettu muuttovalmennus 19 lievästi kehitysvammaiselle henkilölle, jotka muuttivat tuetun asumisen piiriin. Ryhmä kokoontui seitsemän kertaa helmi-elokuun 2015 aikana. Tehtävämme oli laatia opas ryhmätoiminnasta vammaispalvelujen työntekijöiden käyttöön.

Tämä opinnäytetyö koostuu raportista ja liitteenä olevasta oppaasta. Tietoperustassa käsittelemme kehitysvammaisuutta, kehitysvammaisten asumista ja heidän toimijuuttaan yhteiskunnassa. Opinnäytetyön lähtökohdissa esittelemme opinnäytetyömme toimintaympäristöä, kerromme työmme tarkoituksesta ja tehtävästä sekä esittelemme aiheeseen liittyviä opinnäytetöitä ja kehittämishankkeita. Käytimme toiminnallisessa opinnäytetyössämme menetelminä esimerkiksi opinnäytetyöpäiväkirjaa, keskustelua ja toiminnallisia menetelmiä. Raportissa olemme kuvanneet kehittämistyömme etenemistä tutkimuksellisen kehittämistyön kuusivaiheisen prosessin kautta. Esittelemme tuotosta yksityis-

kohtaisemmin luvussa seitsemän, jonka jälkeen kerromme toimeksiantajan arvion oppaasta. Pohdimme opinnäytetyön eettisyyteen vaikuttavia seikkoja ja omaa oppimisprosessiamme tarkemmin raportin viimeisessä luvussa. Tuomme esiin myös jatkokehittämissideoita aihepiiriin liittyen. Opinnäytetyömme liitteissä on toimeksiantosopimus (liite 1), suostumuslomake muuttajille (liite 2), muuttajille ja läheisille suunnattu infokirje (liite 3), taulukko kehittämistyön aikataulusta (liite 4) sekä tuotoksena syntynyt opas muuttovalmennuksesta (liite 5).

## **2 Kehitysvammaisuus ja asuminen**

### **2.1 Kehitysvammaisuuden määrittelyä**

Kehitysvammaisia henkilöitä on Suomessa noin 40 000 (Kehitysvammaliitto 2015). Henkilö on Suomessa oikeutettu saamaan palveluita kehitysvammalain (1977/519) nojalla silloin, kun hänen ”kehitys tai henkinen toiminta on estynyt tai häiriintynyt synnynnäisen tai kehitysiässä saadun sairauden, vian tai vamman vuoksi”. Tällainen lääketieteellinen lähestymistapa on Aino Äikäksen (2012, 13) mukaan yleinen, sillä diagnoosin avulla henkilö voi saada tarvitsemiaan palveluja. Kehitysvammaisuutta voidaan tarkastella lähemmin neljän määritelmän kautta, joita kuvaamme tarkemmin seuraavassa kappaleessa.

WHO on määritellyt älyllistä kehitysvammaisuutta, joka perustuu kansainväliseen ICD-10-tautiluokitukseen (International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problems) (Kaski, Manninen & Pihko 2012, 16). Sillä mitataan muun muassa henkilön älykkyydosamäärää ja erilaisten taitojen kehittymistä ikätovereihin nähden (Arvio 2011, 12). ICD-10-luokituksen mukaan älyllinen kehitysvammaisuus voidaan jakaa neljälle eri asteelle: lievään, keskiasteiseen, vaikeaan ja syvään (Kaski ym. 2012, 19, 15–16; Seppälä 2010, 181).

Älyllisen kehitysvammaisuuden ja älykkyydosamäärän mittaamisella ei Kasken ym. (2012, 15–16) mukaan voida kuitenkaan luonnehtia yksilöiden ainutlaatuisuutta). Veh-

mas (2005, 113) toteaakin, että lääketieteellinen näkökulma voi helposti määrittää kehitysvammaisen henkilön objektiksi ja näin ollen hänen persoonansa saattaa helposti unohdeta.

Suomessakin käytettävän ICD-10-luokituksen mukaan älyllinen kehitysvammaisuus jaetaan neljälle eri asteelle. Kehitysvammaisuus-käsite on itsessään niin laaja, että sen sisälle mahtuu paljon erilaisia ihmisiä. (Seppälä 2010, 181.) Monimuotoisuus näyttäytyy esimerkiksi siinä, että lievästi kehitysvammainen henkilö voi toimia arjessaan tuen avulla hyvinkin itsenäisesti. Syvästi kehitysvammainen henkilö puolestaan tarvitsee apua kaikissa päivittäisissä asioissaan ja toimissaan. (Kaski ym. 2012, 19, 15–16.) Lievästi kehitysvammaiset henkilöt kykenevät aikuisena itsenäiseen tai vähän tuettuun asumiseen, käymään työelämässä ja pitämään yllä sosiaalisia suhteita. Heidän kohdallaan työssä käynnin edellytyksenä on usein henkilökohtainen opastus. Ilman tätä tukea työelämän vaatimukset saattavat nousta liian korkeiksi. Lievästi kehitysvammaiset kykenevät yleensä toimimaan omatoimisesti, mutta esimerkiksi palvelujen hankkimiseen, asiointiin sekä rahaasioiden hoitamiseen he saattavat tarvita tukea. (Kaski ym. 2012, 19.)

ICD-10-luokitusta täydentää toimintakyvyn, toimintarajoitteiden ja terveyden kansainvälinen luokitus (ICF). Se kuvaa toimintakykyä eräänlaisena yläkäsitteenä, johon lukeutuvat kehon toiminnot, henkilön suoritukset ja osallistuminen. Toimintakyky-määritelmän lisäksi ICF sisältää toimintarajoite-käsitteen, joka kuvaa kehon, suoriutumisen ja osallistumisen rajoitteita. (World Health Organization 2004, 3).

WHO:n määritelmien lisäksi käytössä on The American Association on Intellectual and developmental Disabilities -järjestön (AAIDD) älyllisen kehitysvammaisuuden määritelmä. Se painottaa vuorovaikutusta ympäristön vaatimusten sekä henkilön sopeutumisen ja älyllisten taitojen välillä. (Kaski ym. 2012, 16.) Aino Äikäs (2012, 14) esittelee väitöskirjassaan muun muassa AAIDD:n kehitysvammaisuuden teoreettisen mallin. Äikäksen (2012, 14) mukaan mallissa käsitellään kehitysvammaisuutta henkilön toimintakyvyn ja tuen muotojen näkökulmista. AAIDD:n malli älyllisestä kehitysvammaisuudesta on toiminnallinen, jolloin toimintakyvyn huomattavaa rajoitusta tarkastellaan tässä ja nyt (Kaski ym. 2012, 16). Äikäs (2012, 16) esittelee väitöskirjassaan AAIDD:n määritelmää tarkentavia taustaolettamuksia. Niiden mukaan muun muassa kehitysvammaista henkilön toimintakykyä ja sen rajoituksia tulisi tarkastella hänen omassa elinympäristössään ja

kulttuurissaan. Kehitysvammaisilla henkilöillä on vahvuuksia ja heidän toimintakykynsä voi kehittyä oikeanlaisten tukimuotojen avulla, kuten yhdessä olettamuksista todetaan. Toimintarajoitteita on kuitenkin syytä kuvata tarpeeksi kattavasti, jotta tarvittavan tuen saaminen on mahdollista. (AAIDD 2010, 1, Äikäksen 2010, 16 mukaan.)

Vammaisuuden määrittely pohjautuu siis henkilön fyysiseen tai psyykkiseen eroavaisuuteen valtaväestöön verrattuna (Lampinen 2007, 27). Yksilöiden elinympäristö ja elämäntilanne vaikuttavat siihen, millaisena ihminen kokee toimintakykynsä ja vammaisuutensa, tai miten toiset ihmiset sen näkevät. Toimintakyky muovautuu henkilökohtaisten ominaisuuksien ja ympäristön vuorovaikutuksen kautta. (Kaski ym. 2012, 19.) Toimintakykkäsitteen avulla kuvataan henkilöiden suhdetta heidän sen hetkiseen tilanteeseensa niin sosiaalisesta kuin fyysisestä näkökulmasta tarkasteltuna (Seppälä & Sundin 2011, 5).

Toimintakyky-käsite on laaja ja se pitää sisällään fyysisen, psyykkisen sekä sosiaalisen ulottuvuuden. Tällaista toimintakyvyn määritelmää kutsutaan biopsykososiaaliseksi malliksi, jonka mukaan kaikki edellä mainitut alueet ovat yhteydessä toisiinsa. (Malm, Matero, Repo & Talvela 2006, 58.) Fyysinen toimintakyky kuvaa henkilön selviytymistä arjessa ja päivittäisessä elämässään. Tähän sisältyvät muun muassa kotiaskareet, ruokaileminen, hygieniasta huolehtiminen ja vapaa-aika sekä koulu tai työ. (Laine 2015.) Psyykkinen toimintakyky pitää sisällään Malmin ym. (2006, 62) mukaan myös kognitiivisen näkökulman, kun taas Laine (2015) kuvaa sitä omana toimintakyvyn osa-alueenaan. Esimerkiksi elämänhallinta ja minäkäsityksen muodostuminen kuuluvat henkilön psyykkiseen toimintakykyyn (Laine 2015; Malm ym. 2006, 62). Oppiminen, muisti, ongelmanratkaisutaidot ja hahmottaminen ovat esimerkkejä kognitiivisen toimintakyvyn sisältämisestä piirteistä (Laine 2015). Kun tarkastellaan henkilön sosiaalista toimintakykyä, huomioidaan hänen edellytyksiänsä olla vuorovaikutuksessa muihin ihmisiin, yhteisöön ja yhteiskuntaan. Tähän kuuluu keskeisesti oman roolin ja omien oikeuksien hahmottaminen. (Malm ym. 2006, 64–65.)

Lääketieteellisen näkökulman ohella kiinnitetään huomiota kehitysvammaisen henkilön arjessa toimimiseen ja elämänlaatuun, jota kutsutaan Luckassonin ym. (2002) mukaan toiminnalliseksi määritelmäksi. Tähän liittyy muun muassa henkilön voimavarojen, osallistumisen, toimintakyvyn ja sosiaalisten suhteiden tarkastelua. (Luckasson ym. 2002,



Seppälä 2010, 185 mukaan.) Vammaisuutta ylipäätään voidaan tarkastella myös sosiaalisen mallin kautta, jonka mukaan vamma on enemmänkin piirre kuin vika ja toimintarajoitteet johtuvat enemmän ympäröivästä yhteiskunnasta (Miettinen 2010, 49). Sosiaalista mallia voidaan pitää pohjana muun muassa vammaispoliittisille ohjelmille, joissa keskitytään karsimaan yhteiskunnasta sosiaalisia tai elinympäristöön liittyviä haittoja. Kyseinen malli ei kuitenkaan ole ongelmaton, sillä siinä ei oteta huomioon muun muassa yksilöllisiä ominaisuuksia, jotka voivat vaikuttaa henkilön selviytymiseen yhteiskunnassa. (Malm ym. 2006, 11–12.)

Vammasta tai kehitysvammasta huolimatta on tärkeintä, että henkilö huomioidaan yksilönä (Malm ym. 2006, 12). Vesalan (2010, 126) mukaan kehitysvammaisten henkilöiden asemaa yhteiskunnassa pyritään vahvistamaan kohti itsenäistä toimijuutta, mikä näyttäytyy esimerkiksi omaa elämää koskevien valintojen ja päätösten tekemisenä. Samaa linjaa ajaa myös vuosille 2010–2015 laadittu Suomen vammaispoliittinen ohjelma, jossa yhtenä ehdotuksena olikin vammaisten henkilöiden itsemääräämisoikeuden vahvistaminen (Sosiaali- ja terveysministeriö 2011, 11).

## **2.2 Itsenäinen asuminen**

Itsenäistyminen on osa aikuiseksi kasvamisen prosessia (Malm ym. 2006, 400). Vaikka henkilö on 18 vuotta täytettyään lain silmissä aikuinen, psykologinen aikuisuus on aina sidoksissa yksilön elämis- ja kokemusmaailmaan (Lampinen 2007, 148). Aikuisuuteen liittyy esimerkiksi muutto lapsuudenkodista omaan kotiin, kouluttautuminen, työpaikan hankkiminen ja perheen perustaminen. Vammaisen henkilön itsenäistymisprosessi ei kuitenkaan aina etene edellä mainitulla tavalla, sillä tavallisten elämäntaitojen puutteet yhdessä käytännön pulmien kanssa voivat aiheuttaa erilaisia arjen haasteita. (Malm ym., 2006, 400; Lampinen 2007, 149.) Lampinen (2007, 150–151) toteaa, että itsenäisen elämän alkumetreillä uusien asioiden ja taitojen opettelu voi viedä vammaiselta henkilöltä paljon aikaa. Tällaisessa tilanteessa onkin erityisen tärkeää saada tukea läheisiltä ihmisiltä. (Lampinen 2007, 150–151.)

Kehitysvammaisten asumisen lähtökohtina ovat esteetön asunto ja sinne heidän tarpeidensa mukaan tuotavat palvelut. Asumisratkaisut perustuvat ennen kaikkea yksilöllisiin palveluihin, jotka järjestetään henkilöiden elämäntilanteiden ja tarpeiden mukaan. Esimerkiksi kehitysvammaisen henkilön tuen tarpeisiin nähden puutteelliset palvelut voivat vaikuttaa heikentävästi hänen elämänlaatuunsa. (Kehitysvammaisten Tukiliitto ry 2008, 2.)

Kehitysvammaisen itsenäistyminen voi olla vaikea paikka paitsi henkilölle itselleen, myös vanhemmille ja muille läheisille. Vanhemmat voivat kokea haasteelliseksi tilan antamisen vammaisen henkilön aikuiseksi kasvamiseen. Jotta nuoren on mahdollista itsenäistyä ja muuttaa omaan kotiin, on vanhempien uskallettava irrottautua lapsestaan ja annettava hänen tehdä omia valintojaan. Lähipiirin suhtautumisella onkin merkittävä vaikutus nuoren aikuistumisprosessissa. (Lampinen 2007, 149–151; Malm. ym. 2006, 397, 400.)

Lapsuudenkodistaan muuttavien kehitysvammaisten kohdalla voi törmätä termiin sosiaalinen tyhjiö, mikä viittaa vähäiseen vuorovaikutukseen erilaisten ihmisten kanssa. Tämä voi näkyä esimerkiksi puutteina henkilön sosiaalisissa taidoissa ja sitä kautta heijastua itsenäistymisprosessiin. (Lampinen 2007, 149.) Itsenäistymisen näkökulmasta katsottuna on tärkeää, että kehitysvammaisen henkilö on oman elämänsä subjekti. Tällä tarkoitetaan esimerkiksi omaan elämään liittyvien valintojen tekemistä eikä niinkään riippumattomuutta muista ihmisistä. (Lampinen 2007, 150; Malm ym. 2006, 399.)

Ympäristöltä ja läheisiltä saatava oikea-aikainen apu tukee yksilön omatoimisuuden vahvistumista. Itsenäistymisprosessissa korostuu vammaisen henkilön kyky luottaa ja olla vuorovaikutuksessa myös muiden ihmisten kuin omien vanhempiensa kanssa. Tästä näkökulmasta tarkasteltuna vamman vaikeusaste ei ole niin olennaisessa osassa itsenäisen elämän rakentumisessa. (Lampinen 2007, 151.) Lähipiirin rinnalla tukihenkilö tai henkilökohtainen avustaja voi edesauttaa kehitysvammaisen henkilön itsenäistymistä. (Malm ym. 2006, 397).

### 2.3 Tuettu asuminen

Vuoden 2010 alussa Suomen hallitus hyväksyi kehitysvammaisten asumisen ohjelman (KEHAS), jonka painopiste on kehitysvammaisten asumisen ja palvelujen järjestämisessä vuosina 2010–2015. Siinä on pyrkimyksenä luoda kehitysvammaisille henkilöille asumisen mahdollisuuksia tavallisissa asuinympäristöissä. Itsenäisen asumisen mahdollistaminen laitosasumisen sekä lapsuudenkodissa asumisen sijaan vaativat tukipalvelujen kehittämistä. (Kehitysvamma-alan asumisen neuvottelukunta 2010, 2.)

Kehitysvammaisten asumisen suunnittelussa painotetaan yksilö- tai henkilökeskeistä suunnittelua. Siinä kehitysvammaisen henkilön elämän eri osa-alueita tarkastellaan kokonaisvaltaisemmin. Painopiste on tuolloin lähempänä asiakasta, jolloin yksilöllinen suunnittelu vastaa useimmiten kyseisen henkilön asumisen ja elämisen tarpeita. (Kehitysvammaisten Tukiliitto ry 2008, 6.)

Kehitysvammaisella henkilöllä on useita vaihtoehtoja asumisen suhteen ja sen vuoksi puhutaankin yksilöllisestä asumisen ja palvelujen järjestämisestä. Tällöin asumismuodon valinnassa otetaan huomioon esimerkiksi kehitysvammaisen henkilön toimintakyky. Yksi asumisen vaihtoehtoista on omassa asunnossa asuminen, johon kehitysvammaisen henkilö saa tarvitsemansa palvelut tai halutessaan voi hankkia ne toisaalta. Tällainen itsenäinen asuminen on mahdollista vuokra- tai omistusasunnossa, jolloin asunnot on suunnattu koko väestölle eikä vain kehitysvammaisille henkilöille. (Kehitysvammaisten Tukiliitto ry 2008, 2.)

Tuetussa asumisessa kiinnitetään huomiota henkilön aktiivisuuden tukemiseen hänen omassa arjessaan ja ympäröivässä yhteisössä sekä yhteiskunnassa. Kehitysvammaiset henkilöt kohdataan täysivaltaisina kansalaisina ja heidät nähdään kokonaisvaltaisesti oman elämänsä eläjinä. Vuokra- tai omistusasunnosta muodostuu henkilön koti, jossa hänellä on päätösvalta. Vuokrasuhde tarjoaa kehitysvammaiselle samat asumisen oikeudet kuin kenelle tahansa vuokra-asunnossa elävälle. (Kehitysvammaisten Tukiliitto ry 2008, 5–6).

Asunto ja tarvittavat palvelut eivät ole tuetussa asumisessa sidoksissa toisiinsa. Asumismuodon ja palvelutarpeen erottaminen toisistaan tuo valinnanvapautta kehitysvammaisen

henkilön arkeen. Koska esimerkiksi vuokrasuhde ja palvelut ovat toisistaan irrallisia, voi henkilö hankkia tarvitsemansa palvelut miltä palveluntuottajalta haluaa ja halutessaan vaihtaa toiseen. Tuettu asuminen tuo kehitysvammaisen henkilön elämään joustavuutta ja valinnan mahdollisuuksia. (Kehitysvammaisten Tukiliitto ry 2008, 6.)

## 2.4 Muuttovalmennus

Valtioneuvosto on linjannut kehitysvammaisia koskevassa periaatepäätöksessään yhdeksi toimenpiteeksi vuosina 2010–2015 vammaisten henkilöiden ja heidän läheistensä osallisuuden ja oikeuksien varmistamisen. Tämä tarkoittaa esimerkiksi sitä, että lapsuudenkodista tai laitosasumisen piiristä muuttavalle kehitysvammaiselle henkilölle tulee laatia muuttosuunnitelma osana muuta palvelusuunnitelmaa. (Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskus 2012, 11.) Näin ollen muuttovalmennus on tärkeä osa kuntien toteuttamaa vammaistyötä (Kehitysvammaisten Tukiliitto ry 2011, 37).

Muuttovalmennuksella tarkoitetaan kehitysvammaisen henkilön ja hänen läheistensä valmentamista tulevaan elämänmuutokseen ja onnistuneeseen muuttoon (Kehitysvammaalan tuki- ja osaamiskeskus 2015; Vernerinen 2014). Valmennuksessa pureudutaan sekä tunne-elämän että arkisten toimintojen haasteisiin. Moni asia muuttuu muuton myötä, sillä esimerkiksi uusi asuinympäristö saattaa olla henkilölle vieras ja tärkeissä ihmissuhteissa voi tapahtua muutoksia. (Vernerinen 2014.)

Muuttoon valmentautuminen on yksilöllinen prosessi, joka sisältää esimerkiksi asumisharjoittelua tai osallistumista tulevan kodin suunnittelutyöhön. Muuttovalmennus tulee yleensä ajankohtaiseksi silloin, kun muuton ajankohta selviää. Siihen kuuluu usein tutustumista tuleviin naapureihin ja asuinpaikan työntekijöihin. (Kehitysvammaisten Tukiliitto ry 2011, 37.) Muuttovalmennusprosessissa on keskeistä vanhempien ja läheisten tukeminen tulevassa elämänmuutoksessa. Vanhempien valmentautumista muuttoon voidaan tukea esimerkiksi heille suunnatulla ryhmätoiminnalla. (Kehitysvammaisten Tukiliitto ry 2011, 37.)

### 3 Kehitysvammaisen toimijana

#### 3.1 Itsemääräämisoikeus kehitysvammaisen henkilön elämässä

Kehitysvammaisen henkilön oikeudet on Suomessa turvattu kansainvälisten sopimusten ja kansallisen lainsäädännön avulla. Niihin lukeutuu muun muassa YK:n vammaisten henkilöiden oikeuksia koskeva yleissopimus. (Kehitysvammaisten tukiliitto ry 2015.) Suomi on allekirjoittanut kyseisen sopimuksen ja sen ratifiointi on kirjattu vammaispoliittiseen ohjelmaan vuosille 2010–2015 (Sosiaali- ja terveysministeriö 2015a). Ratifiointi kuitenkin edellyttää muutoksia kehitysvammalakiin itsemääräämisoikeuden ja rajoitustoimenpiteiden osalta (Puhakka 2015).

YK:ssa laaditussa vammaisia henkilöitä koskevassa yleissopimuksessa painotetaan vammaisten henkilöiden ihmisoikeuksia ja perusvapauksia, missä korostuu yhdenvertainen kohtelu ja kielteinen suhtautuminen syrjintään. Näin ollen vammaiset henkilöt voivat tehdä entistä paremmin omaa elämäänsä koskevia päätöksiä muun muassa asuinpaikkansa suhteen. Osallisuus ja täysi osallistuminen yhteiskunnan jäsenenä ovat tärkeitä vammaisten henkilöiden yleissopimuksen taustalla vaikuttavia asioita. (Suomen YK-liitto 2012, 5–8.)

Kansallinen lainsäädäntö turvaa kehitysvammaisten henkilöiden mahdollisuuksia elää samalla tavalla kuin ilman vammaa elävät ihmiset. Suomessa pyritään perustuslain, sosiaalihuoltolain, vammaispalvelulain ja kehitysvammalain avulla turvaamaan henkilöille täysivaltainen ja tasavertainen jäsenyys yhteiskunnassa. Suomen perustuslaissa (731/1999) ihmisen perusoikeuksiksi nähdään esimerkiksi yhdenvertaisuus, henkilökohtainen vapaus ja liikkumisvapauden oikeudet. (Suomen perustuslaki 731/1999.) Muun muassa tarkoituksenmukaiset palvelut mahdollistavat perusoikeuksien toteutumisen. Niitä palveluja määritellään erilaisilla laeilla ja muilla asetuksilla (Kehitysvammaisten tukiliitto ry 2015).

Vammaisen henkilö saa oikeuksiensa toteutumiseksi tarvitsemansa palvelut yleensä erityislakien kuten esimerkiksi vammaispalvelulain tai kehitysvammalain perusteella (Kehitysvammaisten tukiliitto ry 2015). Henkilölle myönnetään palveluja vammaispalvelu-

lain mukaisesti, mikäli hänen on vammansa tai sairautensa vuoksi erityisen vaikeaa suorittaa arkielämän toiminnoista. Kyseinen laki pyrkii vammaisen henkilön yhdenvertaisuuteen yhteiskunnassa ja sen tarkoituksena on ”ehkäistä ja poistaa vammaisuuden aiheuttamia haittoja ja esteitä”. (Laki vammaisuuden perusteella järjestettävistä palveluista ja tukitoimista 380/1987.)

Suomessa kehitysvammalain (519/1977) nojalla erityishuollon palveluja voi saada henkilö, jonka ”kehitys tai henkinen toiminta on estynyt tai häiriintynyt synnyntäisen tai kehitysiässä saadun sairauden, vian tai vamman vuoksi”. Laki kehitysvammaisten erityishuollosta pyrkii edistämään esimerkiksi kehitysvammaisen henkilön selviytymistä arjessaan ja takaamaan heidän tarvitsemansa hoidon sekä huolenpidon. Palveluita myönnetään, mikäli henkilö ei saa tarvitsemiaan palveluja jonkin muun lain, kuten esimerkiksi vammaispalvelulain nojalla. (Kehitysvammalaki 519/1977.)

Sosiaali- ja terveysministeriön työryhmä teki keväällä 2015 ehdotuksen, jonka mukaan vammaispalvelulaki ja kehitysvammalaki olisi suositeltavaa yhdistää yhdeksi kokonaisuudeksi. Tällä varmistettaisiin palvelujen saaminen ennen kaikkea toimintakyvyn rajoitusten mukaan, jolloin vammaiset henkilöt voitaisiin huomioida yksilöllisemmin. Lakiuudistuksen pohjalla on ajatus yhdenvertaisuudesta niin vammattomien kuin vammaisten henkilöiden kesken. Siinä korostuu myös vammaisen henkilön osallistuminen hänen omien palvelujensa suunnitteluun ja asioidensa hoitamiseen. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2015b.)

Susan Erikssonin vuosina 2007–2008 tekemä vammaisten henkilöiden elinolotutkimus osoittaa, että itsemääräämisoikeuden ja täysivaltaisen kansalaisuuden toteutumisessa on puutteita joillakin elämäntavoilla (Eriksson 2008, 177–178). Tutkimuksen tausta-aineistona ovat 30 vammaisen henkilön haastattelut, joita on kerätty eri puolilta Suomea. Haastatteluun osallistuneilla henkilöillä on jokin vamma tai kehitysvamma, kuten esimerkiksi Downin oireyhtymä tai CP-vamma. Haastattelujen aikana keskusteltiin toimeentuloon ja asumiseen, arkipäivään, työhön, koulutukseen, vapaa-aikaan sekä ihmissuhteisiin liittyvistä asioista. (Eriksson 2008, 14–15, 17.)

Eriksson (2008, 19) toteaa aikaisempiin tutkimuksiin viitaten, että vammaisten henkilöiden elinoloissa ja elämäntavoissa on mahdollisesti eroavaisuuksia, kun verrataan niitä

muuhun väestöön. Hän tuo esiin Leena Matikan ja Hannu Vesalan (2000) tekemään tutkimukseen, jonka mukaan ikääntyvien vammaisten elinolot ovat heikot. Muiden Suomessa tehtyjen tutkimusten valossa voidaan todeta, että vammaisten henkilöiden yhdenvertaisuudessa on paljon poikkeavuuksia. He saattavat kohdata elämässään esteitä, jotka asettavat heidät syrjäytymisvaaraan ja rajoittavat heidän itsemääräämisoikeuttaan. (Eriksson 2008, 11–12.)

Nuoremmilla vammaisilla koulutustilanne on Erikssonin (2008, 26) mukaan parempi kuin ikääntyvillä kehitysvammaisilla. Koulutusten kehittäminen on mennyt jatkuvasti eteenpäin, mikä voi tulevaisuudessa parantaa myös vammaisten henkilöiden työllisyystilannetta. (Eriksson 2008, 26.) Osalta Erikssonin haastateltavista puuttui peruskoulun jälkeinen koulutus, josta puhutaan myös toisen asteen koulutuksena. Syitä oli muun muassa pitkä välimatka kotipaikkakunnalle tai esimerkiksi koulutustarjonnan vähyys. (Eriksson 2008, 42–44.) Tutkimustietojen valossa näyttäisi siltä, että työelämässä on mukana lievästi tai keskivaikeasti vammaisia henkilöitä. Neljä Erikssonin 30 haastateltavasta toimi vapaaehtoistyössä esimerkiksi asumispalveluyksikössä ja neljällä heistä ei ollut arkisin mitään ohjattua toimintaa. Loput 22 henkilöä toimivat joko tuetussa työssä tai avotyössä työtoiminta- tai päiväkeskuksessa. (Eriksson 2008, 55.)

Työpaikka voi olla ihanteellisimmassa tapauksessa paikka, jossa vammaisen henkilö kokee itsensä hyödylliseksi ja tasavertaiseksi yhteisön jäseneksi (Eriksson 2008, 55, 64). Vammaiset joutuvat valitettavasti sietämään työelämäsyrrintää, vaikka se on ehdottomasti kiellettyä (Eriksson 2008, 67). Syrjintää on ilmennyt Erikssonin (2008, 69) tutkimuksen perusteella muun muassa yhteisöllisellä ja rakenteellisella tasolla. Eräs haastateltava oli kokenut, että työpaikalla ei oltu halukkaita työskentelemään vammaisen henkilön kanssa. Lyhyiden työsopimusten solmiminen viittaa puolestaan rakenteelliseen syrjintään, mutta suurin epäkohta löytynee silti ihmisten asenteista. Ennakkoluulot muun muassa vammaisia ja erilaisuutta kohtaan vaikeuttavat erityisryhmiin kuuluvien työnhakua. Myös tuottavuutta tavoitteleva työkuluttuuri saattaa osaltaan syrjiä vammaisia. Organisaatioilla ja niissä työskentelevillä ihmisillä saattaa olla ennako-oletuksia siitä, kuinka tuotavaan työhön vammaiset henkilöt kykenevät. Vammaisiin henkilöihin tutustuminen onkin ehkä paras keino murtaa heihin kohdistuvia ennakkoluuloja. (Eriksson 2008, 69,71.)

Työyhteisö ei ole ainoa paikka, jossa vammaisiin kohdistuu ennakkoluuloja. Erikssonin (2008, 72) tutkimuksen mukaan myös vammaisen henkilön vanhemmat ja muut läheiset ihmiset vaikuttavat siihen, millaisia asioita vammaisen henkilön elämässään tapahtuu. Esimerkiksi koulunkäynti, työpaikka, ihmissuhteet ja vapaa-ajanviettotavat saattavat usein olla ”vammaisen henkilön vanhempien vallankäytön aluetta”. (Eriksson 2008, 72–73.) Toisaalta vaikkapa kotiin jääminen on saattanut olla myös vammaisen henkilön oma päätös, vaikka muitakin vaihtoehtoja olisi ollut valittavana (Eriksson 2008, 34).

Vapaa-aika kuuluu työn rinnalla tärkeänä osana kaikkien ihmisten elämään. Vapaa-ajan harrastusten ja mukavan tekemisen tärkeys korostuu niiden vammaisten kohdalla, jotka eivät käy töissä. (Eriksson 2008, 77.) Erikssonin tutkimuksesta käy kuitenkin ilmi, että suuremmilla paikkakunnilla on enemmän harrastusvaihtoehtoja pienempiin verrattuna. Tähän vastaavat asumispalvelut ja vammaisjärjestöt, jotka järjestävät sellaista toimintaa, johon vammaisilla on mahdollisuus ottaa osaa. Muiden kanssa vuorovaikutuksessa oleminen voi muun muassa lisätä heidän henkistä hyvinvointiaan. Vammaiset henkilöt ovat usein jollain tavalla riippuvaisia toisten ihmisten tuesta. Se voi tuoda mukanaan tunteen siitä, ettei vammaisella henkilöllä ole mahdollisuutta päättää täysivaltaisesti omista asioistaan. (Eriksson 2008, 78, 87.)

Eriksson (2008, 169–171) nostaa tutkimuksensa loppupuolella esiin ”kontrollin” ja ”elämänkulun”. Elämänkululla hän viittaa siihen, että niin sanotuilla ”normaaleilla” ihmisillä on vapaus valita ja päättää, kuinka heidän elämänsä etenee ja millaisia asioita he tekevät. Ne eivät kuitenkaan ole vammaisille henkilöille itsestään selviä asioita, sillä heidän tarpeitaan ei oteta vielä 2000-luvullakaan tarpeeksi hyvin huomioon. Yhteiskunnassa vallitsee olettaamus, jonka mukaan elämä menee tiettyä kaavaa noudattaen. Sitä näkemystä voidaan jollain tapaa pitää jopa sosiaalipoliittisen järjestelmän luomuksena. Eriksson (2008 169–171) tutkimusaineistosta on noussut esiin vammaisten henkilöiden elämänvaiheiden poikkeavuudet ”normaaliin” elämänkulkuun verrattuna. Kontrolli näyttäytyy monin eri tavoin esimerkiksi instituution kontrollina ja läheisen ihmisen aiheuttamana kontrollointina. (Eriksson 2008, 169–171.)



### 3.2 Kehitysvammainen ryhmän jäsenenä

Ryhmässä toimiminen on monille ihmisille tuttua ajanvietettä. Ihmisillä on tarve kuulua ryhmiin, sillä he haluavat olla osa jotakin ja toimia vuorovaikutuksessa toistensa kanssa. Yhteisen sävelen ja yhteyden löytäminen voi helpottaa yksilöä hahmottamaan oman paikkansa ympäröivässä yhteisössä ja yhteiskunnassa. Ihminen saattaa etsiä ryhmän kautta esimerkiksi muutosta tai virkistystä elämäänsä. (Kaukkila & Lehtonen 2007, 12–14.)

Yhdessä toimiminen mahdollistaa yksilölle onnistumisen kokemuksia, jotka voivat vaikuttaa positiivisesti henkilön elämään. Ryhmäytymisen tukeminen on tärkeässä roolissa, jotta ryhmässä syntyisi keskinäinen luottamus ja hyvä ryhmähenki. Siihen liittyy ajatus ryhmän jäsenten välisestä vuorovaikutuksesta ja toisiin tutustumisesta. Mukavuus ja turvallisuuden tunteen saavuttaminen ovat ryhmän muodostumisen alkuvaiheessa keskeisessä osassa. (Mast 2015, 4.)

Poliittisissa keskusteluissa on painotettu vammaisten henkilöiden osallisuutta, jotta he voisivat tuntea kuuluvansa osaksi yhteisöä. Sitä kautta heidän hyvinvointinsa voi lisääntyä, millä on positiivisia vaikutuksia vammaisten henkilöiden elämänlaatuun. (Eriksson 2008, 78–79.) Tällaiseen yhteisölliseen toimintaan osallistumisesta ja sen merkityksistä ei kuitenkaan Erikssonin (2008, 78–79) mukaan ole juurikaan olemassa tutkimustietoa.

Ryhmässä toimiminen voi olla toisinaan haasteellista (Kaukkila & Lehtonen 2007, 12). Muiden kanssa työskentely edellyttää yksilöiden välistä vuorovaikutusta, jotta ryhmä voi päästä tavoitteeseensa (Kataja, Jaakkola & Liukkonen 2011, 15). Henkilöiden sopeutumisessa ryhmiin tarvitaan sosiaalisia taitoja, joista on hyötyä ihmisten kohtaamisessa, vuorovaikutuksessa heidän kanssaan ja esimerkiksi ystävyssuhteiden solmimisessa. Sosiaaliset taidot ja niiden omaksuminen ovat läsnä koko ihmisen elinkaaren ajan ja ne mielletään olennaiseksi osaksi hyväksi koettua elämää. Näillä taidoilla tarkoitetaan opittuja käyttäytymisen tapoja, jotka mahdollistavat ihmisten välisen aktiivisen vuorovaikutuksen. (Kauppila 2005, 125.)

Ryhmässä mukana oleminen voi vaatia yksilöltä esimerkiksi aikaa ja resursseja, mutta myös antaa paljon (Kaukkila & Lehtonen 2007, 12). Yksilö hyötyy oman yksityisen maailmansa rinnalla ryhmän vilkkaammasta ja moninaisemmasta maailmasta. Yksilö voi

saada ryhmältä tietoja ja taitoja esimerkiksi omien tunteuksiensa ymmärtämiseen ja ilmaisuun. Lisäksi yhteisö tarjoaa sen jäsenille oivan paikan opetella muiden kuuntelemista ja ymmärtämistä. (Kaukkila & Lehtonen 2007, 12.)

Sosiaaliset suhteet ja niiden ylläpitäminen ovat osa lievästi kehitysvammaisten arkielämää. (Kaski ym. 2012, 19). Kehitysvammaiset henkilöt voivat tarvita tähän ulkopuolista apua, jotta he voivat esimerkiksi tavata ystäviään ja solmia uusia ihmissuhteita (Malm ym. 2006, 403). Sosiaalisessa vuorovaikutuksessa oleminen voi tuoda vammaiselle henkilölle myös tunteen siitä, ettei hän kykene määräämään tarpeeksi omista asioistaan. Tähän voi vaikuttaa esimerkiksi riippuvuus muiden ihmisten avusta. Henkisen hyvinvoinnin edistämisen näkökulmasta katsottuna on tärkeää olla osallisena erilaisissa vuorovaikutustilanteissa. Harrastukset ja vapaa-ajantoiminnot ovat tilanteita, joissa kehitysvammaisilla henkilöillä on mahdollisuus sosiaaliin kontakteihin. Niissä mukana oleminen tuo tunteen oman osallistumisen tärkeydestä ja samalla ne tuovat elämään tärkeitä aktiviteetteja. (Eriksson 2008, 87, 95.)

### 3.3 Osallisuus

Osallisuus on laaja käsite, jonka vuoksi sitä on vaikea rajata. Siihen vaikuttaa muun muassa osallisuus-käsitteen asiayhteys ja käyttötarkoitus (Särkelä-Kukko 2014, 34). Aihetta on lähestytty erilaisten tutkimusten valossa, mutta osallisuudelle ei silti ole onnistuttu löytämään yleispätevää määritelmää (Kiilakoski 2007, 10).

Osallisuudessa on kyse moniulotteisesta kokonaisuudesta, johon liittyy keskeisesti mukana olemisen ja sitä kautta johonkin kuulumisen kokemukset (Särkelä-Kukko 2014, 35; Kiilakoski 2007, 14). Kiilakosken (2007, 12) mukaan osallisuus ilmiönä näkyy sekä yksilö- että yhteisötasolla. Yksilö tarvitsee ympärilleen yhteisön, joukon tai ryhmän, jotta hän voi olla osallinen. Jotta osallisuus on mahdollista, yksilön on nähtävä itsensä arvokkaana suhteessa yhteisöön. Tällöin osallisuuden edellytyksenä on, että yksilölle annetaan vastuuta ja valtaa yhteisössä. (Kiilakoski 2007, 12–13.) Kokemuksiin osallisuudesta vaikuttavat esimerkiksi yksilön sosiaaliset verkostot, mahdollisuudet vaikuttaa itseä koskeviin asioihin ja päätöksiin sekä tunne kuulluksi tulemisesta. (Särkelä-Kukko 2014, 34–35).

Vammaisten henkilöiden elämässä sosiaalisten ryhmien ulkopuolelle jääminen on arkipäivää. Tätä tapahtuu niin kouluissa kuin työyhteisöissäkin esimerkiksi kiusaamisena ja syrjivänä käytöksenä. Tällaiset negatiiviset kokemukset vaikuttavat sekä vammaisen henkilön että heidän läheistensä elämään. Ne voivat tulla ilmi muun muassa itsetunnon ongelmina tai sosiaalisten tilanteiden välttämisenä. (Eriksson 2008, 175–176.)

Jämsén ja Pyykkönen (2014, 9) kuvaavat osallisuutta kolmiportaisena kokonaisuutena, jossa yksilö on osallinen yhteiskunnassa, ympäröivässä yhteisössä ja omassa elämässään. (Jämsén & Pyykkönen 2014, 9; Särkelä-Kukko 2014, 39.) Yhteiskunnallisella tasolla osallisuus nähdään erilaisina mahdollisuuksina vaikuttaa. Yhteisöt puolestaan luovat yksilöille mahdollisuuksia kiinnittyä johonkin ja tuntee yhteenkuuluvuutta. Tällöin ihminen voi kokea olevansa osallinen esimerkiksi harrastusryhmässään tai työyhteisönsä jäsenenä (Särkelä-Kukko 2014, 36).

Yksilön elämässä osallisuuteen liittyy voimaantumisen, itsestä lähtevä halu toimia ja olla osallisena sekä vaikuttaminen omaa elämää koskeviin asioihin (Jämsén & Pyykkönen 2014, 9). Osallisuus on myös aina sidoksissa yksilön identiteettiin ja kokemismaailmaan (Särkelä-Kukko 2014, 35). Siinä on ennen kaikkea kyse kuulumisesta johonkin ja sitä kautta käsitys omista oikeuksista ja velvollisuuksista suhteessa yhteisöön (Kiilakoski 2007, 14). Sosiaalinen osallisuus on yksi vammaispoliittinen tavoite. Vammaisen henkilön arjessa tämä tarkoittaa esimerkiksi itsemääräämisoikeuden toteutumista ja omaan päivittäiseen elämään vaikuttamista. Tämä ilmenee esimerkiksi laitosasumisen vähentämisellä ja yksilöllisten asumisratkaisujen järjestämisenä vammaisten henkilöiden kohdalla, joilla lisätään heidän osallisuuttaan yhteiskunnassa. Osallisuuden kokemukset arjen erilaisissa vuorovaikutustilanteissa antavat vammaiselle henkilölle onnistumisen kokemuksia ja vahvistavat samalla heidän sosiaalisia taitojaan. (Eriksson 2008, 175–176.)

## 4 Toiminnalliset menetelmät

Sosiaalipedagogiseen työhön liittyy keskeisenä osana asiakkaan osallisuus ja erilaisten yksilöä aktivoivien menetelmien käyttäminen. Näistä voidaan käyttää muun muassa nimityksiä luovat menetelmät, toiminnalliset menetelmät, ilmaisulliset menetelmät, taidelähtöiset luovat ja toiminnalliset menetelmät. Niiden avulla pyritään vahvistamaan yksilöiden ja yhteisöjen voimavaroja sekä varmistamaan heidän kuulluksi ja ymmärretyksi tulemistaan. (Ruusunen 2005, 54–56.) Lisäksi toiminnallisten menetelmien avulla tavoitellaan itsetuntemuksen rakentumista ja selviytymiskeinojen löytymistä elämän pulma-kohtiin (Hämäläinen 1999, 67). Omille ajatuksille ja tunteille voi olla vaikea löytää sanallista muotoa, jolloin ne voivat hahmottua paremmin toiminnallisen tekemisen kautta, esimerkiksi kuvallisen työskentelyn keinoin. Tällaisella työskentelyllä tehdään asioita näkyvään muotoon ja sitä kautta ilmiötä voidaan työstää eteenpäin. Näiden menetelmien käyttö on vahvasti yhteydessä yksilön omiin kokemuksiin, jonka vuoksi niiden vaikutuksia on ongelmallista arvioida. (Ruusunen 2005, 54, 56.)

Toiminnallisiin menetelmiin sisältyy erilaisia työskentelyn tapoja. Ne voivat liittyä itseilmaisuuksiin esimerkiksi musiikin tai tanssin keinoin. Toiminnassa voidaan hyödyntää kuvallista tai kirjallista työskentelyä muun muassa luovan lukemisen, luovan kirjoittamisen tai sanataiteen muodossa. Lisäksi toiminnallisiin menetelmiin lukeutuu draaman ja yhteisöteatterin käyttäminen osana itseilmaisun kehittymistä ja yhteisöllisyyden vahvistamista. (Nietosvuori 2008, 135–136.) Toiminnan pääpaino ei kuitenkaan ole taiteen tuottamisessa, vaan pikemminkin siinä, että toiminnallisten menetelmien kautta voidaan yksilöissä ja yhteisöissä saavuttaa henkistä kasvua, vahvistaa yksilöiden elämänhallintaa sekä luoda osallisuuden kokemuksia. Toiminnalliseen tekemiseen osallistuminen voi herättää henkilöissä mielenkiintoa taideharrastusta kohtaan ja tuoda sitä kautta mielekästä tekemistä arkeen sekä antaa voimavaroja arjessa selviytymiseen. (Ruusunen 2005, 55.)

Ruusunen (2005, 54) mukaan toiminnallisten menetelmien käyttö on lisääntynyt kasvat- ja sosiaalialan työssä. Tämä tulee ilmi erilaisissa projekteissa ja hankkeissa, joissa hyödynnetään monipuolisesti itseilmaisun keinoja osana asiakastyötä. Kyseiset menetelmät ovat käyttökelpoisia useiden asiakasryhmien kohdalla, esimerkiksi vammais- ja vanhustyössä. Muun muassa tarinoiden kirjoittaminen tai kertominen ovat toimivia tapoja

työskennellä lasten ja nuorten parissa. Tällaisesta voivat hyötyä esimerkiksi lastensuojeluasiakkaat ja syrjäytymisvaarassa olevat nuoret. (Ruusunen 2005, 54–56.)

## **5 Opinnäytetyön lähtökohdat**

### **5.1 Joensuun kaupungin vammaispalvelut toimintaympäristönä**

Joensuun kaupungin sosiaali- ja terveystyöpalvelut jakautuvat kuuteen tulosalueeseen, joista yksi on sosiaalipalvelut. Ne muodostuvat kolmesta eri vastuualueesta: aikuissosiaalityöstä, vammaispalveluista ja perhepalveluista. Vammaispalveluihin kuuluu viisi tulosyksikköä, joita ovat muun muassa vammaispalvelun sosiaalityö, harkinnanvaraiset palvelut (esimerkiksi sosiaalihuollon mukaiset kuljetuspalvelut) ja erityishuolto (esimerkiksi asuminen, päivä- ja työtoiminta). (Joensuun kaupunki 2014b.)

Joensuun kaupungin vammaispalvelujen toiminta-alue on Joensuu-Kontiolahti-Outokumpu sosiaali- ja terveystoimen yhteistoiminta-alue. Laki vammaisuuden perusteella järjestettävistä palveluista ja tukitoimista sekä laki kehitysvammaisten erityishuollosta määrittelevät Joensuun kaupungin vammaispalvelujen tarkoitusta ja tehtävää. (Suhonen 2015.) Vammaispalvelujen toimintaa ohjaa ajatus yhdenvertaisuudesta, johon liittyy asiakkaiden yksilöllisten tarpeiden huomioiminen. Toisena arvona on asiakaslähtöisyys, jolla tarkoitetaan vammaisen henkilön osallisuuden tukemista ja hänen itsemääräämisoikeutensa kunnioittamista. Kolmas arvo liittyy ammattitaitoiseen henkilöstöön ja heidän osallisuuteensa työn ja toimintatapojen kehittämisessä. (Joensuun kaupunki 2014a.)

Joensuun, Outokummun ja Kontiolahden yhteistoiminta-alueella on 116 vammaispalvelujen työntekijää. Tällä alueella asiakasmäärä syyskuun 2015 lopussa oli hieman alle 2700 henkilöä, joista kehitysvammaisia asiakkaita oli 675. Heille suunnatut palvelut määräytyvät sosiaalihuoltolain, vammaispalvelulain ja kehitysvammaisten erityishuoltolain nojalla. (Suhonen 2015.)

Vaikeavammaisille järjestetään asumispalveluita tällä hetkellä ympäri Suomen. Joensuun kaupunki tarjoaa kehitysvammaisille henkilöille sekä ympärivuorokautista että tuettua

asumista. Ohjaajilta tarvittaessa saatava tuki ja apu ovat tärkeitä tuetussa asumisessa. Kyse voi olla esimerkiksi ohjaajan tukikäynneistä asiakkaan kotona yhdessä sovitun tarpeen mukaan. (Suhonen 2015.)

Joensuun kaupunki on laatinut asumisen strategisen suunnitelman vuosille 2010–2015, jossa kuvattiin myös sosiaalisten erityisryhmien asumisen järjestelyjä. Visiona oli tarjota heille muun muassa monipuoliset asumisen mahdollisuudet ja viihtyisä asumiskaupunki. (Joensuun kaupunki 2010, 4.) Vammaiset ja kehitysvammaiset kuuluvat ”sosiaaliin erityisryhmiin” ja tarkoituksena oli, että he asuisivat mahdollisimman itsenäisesti toimintakykynsä puitteissa. Esimerkiksi perusasuntokannan esteettömyys ja asunnon muutostyöt mahdollistavat vammaisten henkilöiden elämisen sekä toimimisen yhdenvertaisina yhteiskunnassa. (Joensuun kaupunki 2010, 8.)

Strategian avulla pyritään vähentämään muun muassa pitkäaikaista laitoshoidtoa. Lisäksi mietittävänä oli aikuistuvien nuorten ja ikääntyvien vanhempiensa kanssa asuvien kehitysvammaisten henkilöiden asumisen valmennus sekä asumisjärjestelyt. Asumisen strategisessa suunnitelmassa mainitaan uusien asumismuotojen kehittäminen. Tällä tarkoitetaan, että esimerkiksi nykyisten asumispalveluyksiköiden läheisyyteen luodaan ”asuntojen satelliittiasumisverkosto”, jolloin yksin asuvat saisivat asumispalveluyksiköistä tukea tarvitsemiinsa asioihin. Joensuun kaupungin tulisi lisätä omia palvelujaan, jotta kehitysvammaisten asumispalveluja ei tarvitsisi ostaa yksityisiltä toimijoilta. Tämä suunta on ollut myös kehitysvammahuollon asumispalvelujen kehittämishankkeen analyysissä. Siinä on suositeltu, että Joensuu tuottaisi muun muassa kehitysvammaisten tuetun asumisen omana palvelunaan. (Joensuun kaupunki 2010, 9–10.)

## **5.2 Opinnäytetyön tarkoitus ja tehtävä**

Opinnäytetyömme tarkoituksena oli Joensuun kaupungin vammaispalveluiden kehittäminen ja kehitysvammaisten itsenäistymisen tukeminen muuttovalmennuksen avulla. Opinnäytetyömme tehtävänä oli tehdä opas muuttovalmennusprosessista. Opas on tarkoitettu Joensuun kaupungin vammaispalvelujen käyttöön. Sen kokoamisen välineenä toimi suunnittelemamme ja ohjaamamme muuttovalmennusryhmä. Ohjasimme muuttovalmen-

nusryhmää yhdessä vammaispalvelujen työntekijän kanssa. Se suunnattiin 19 lievästi kehitysvammaiselle henkilölle, jotka olivat muuttamassa erilaisista lähtökohdista tuetun asumisen piiriin. Ryhmäläiset pääsivät muuttamaan uusiin koteihinsa syksyllä 2015.

Toimeksiantajan kanssa käytyjen keskustelujen myötä muuttovalmennuksen näkökulmiksi valikoitui muuttajien henkilökohtaisen kasvun tukeminen ja heidän valmentautumisensa muuttoon. Lisäksi tarkoituksena oli vahvistaa muuttajien keskinäistä vuorovaikutusta ja ryhmäytymistä. Henkilökohtainen valmentautuminen ei kohdistunut niinkään arjen taitojen opetteluun vaan esimerkiksi yksin asumisen herättämiin tunteisiin ja ajatuksiin. Muuttajien yhteisen ryhmätoiminnan tarkoituksena oli tutustuttaa asukkaita toisiinsa ja luoda heidän välilleen sosiaalisia suhteita. Toteutuneen ryhmätoiminnan tuotoksena syntyi opas vammaispalvelujen työntekijöiden käyttöön.

Kirjoitimme opinnäytetyömme toimeksiantajan kanssa toimeksiantosopimuksen ennen muuttovalmennusryhmän käynnistymistä. Keskustelimme tuolloin siitä, millaisia lupia mahdollisesti tarvitsemme prosessin aikana. Koska kyseessä on toiminnallinen eikä tutkimuksellinen opinnäytetyö, toimeksiantajalle riitti allekirjoitettu toimeksiantosopimus. Lisäksi sovimme toimeksiantajan kanssa, että voimme mainita opinnäytetyössämme Joensuun kaupungin vammaispalvelut työskentelymme toimintaympäristönä ja tuetun asumisen muuttajien tulevana asumismuotona. Tuossa vaiheessa meillä ei vielä ollut tarkkaa näkemystä siitä, millainen lopullisesta tuotoksesta tulee. Sen vuoksi päätimme pyytää muuttajilta suostumuksen. Siinä muuttajat antavat meille luvan hyödyntää heiltä muuttovalmennusryhmän aikana esiin nousseita ajatuksia opinnäytetyön oppaan ja raportin koamisessa.

### **5.3 Aiheeseen liittyvät opinnäytetyöt ja kehittämishankkeet**

Minna Holopainen (2011) on tehnyt Suomenjoen kaupungin Palvelukeskus Väinölälle muuttovalmennuksen 16-vaiheisen toimintamallin. Kyseessä oli ryhmämuotoisesti toteutettu valmennus, jonka tarkoituksena oli tukea yhdeksän lievästi tai keskivaikeasti kehitysvammaisen henkilön muuttoa autetun palveluasumisen piiriin. Muuttajat tapasivat toisensa puolen vuoden aikana 14 kertaa ja niiden pohjalta muotoutui lopulta 16-vaiheinen muuttovalmennusmalli. Tapaamisten aiheet liittyivät esimerkiksi sosiaalisiin suhteisiin,

uuteen asuinympäristöön ja muihin muuttajiin tutustumiseen sekä yhteiseen tapaamiseen läheisten kanssa. (Holopainen 2011.)

Valmennukseen osallistuneilta muuttajilta kerättiin palautetta ryhmähaastattelulla, jotka liittyivät muuttovalmennuksen käytännönjärjestelyihin ja tapaamisten sisältöihin. Heiltä saatu palaute oli positiivista ja siinä pääpaino oli ryhmän toteutuksessa ja sisällöissä. Muuttajat kokivat, että ryhmätapaamisten sisällöt tukivat heidän valmistautumistaan muuttoon. Ryhmässä vieraili valmennuksen aikana muun muassa palvelukeskuksen tulevia työntekijöitä, mikä koettiin hyväksi osaksi kokonaisuutta. Kaiken kaikkiaan ryhmältä saatu tuki ja tutustuminen toisiin muuttajiin nousivat tärkeiksi osiksi muuttovalmennusta. Holopaisen (2011) mukaan muuttovalmennusprosessiin aiheutti haasteita muun muassa vasta rakenteilla ollut palvelukoti ja muuttajien laaja ikähaitari, kehitysvamman yksilöllisyys sekä ryhmäläisten erilaiset lähtökohdat muuttoon. Lopputuloksen kannalta koettiin tärkeäksi, että valmennus eteni vaihe vaiheelta. Sen pohjalta syntyi toimintamalli, jota on jatkossa helppo muokata ryhmäläisten tarpeiden mukaan. (Holopainen 2011.)

Savon Vammaisasuntosäätiö (SAVAS) on toteuttanut vuosina 2007–2009 MINÄ MUUTTAN -asumisvalmennusprojektin, jonka rahoittajana toimi Raha-automaattiyhdistys (RAY). Siinä olivat kohderyhmänä Etelä- ja Pohjois-Savossa asuvat kehitysvammaiset ja heidän perheensä. (Savon Vammaisasuntosäätiö 2009, 1.) Valmennuksessa mukana olleet kunnat valikoituivat kuntatiedusteluiden pohjalta ja mukana oli yhteensä 25 asiakas-perhettä (Savon Vammaisasuntosäätiö 2009, 15). Projektin tavoitteena oli tuottaa asumisvalmennusmalli, joka vakiintuisi osaksi kuntien tai muiden tahojen toimintaa. Tarkoituksena oli järjestää sellaista asumisvalmennusta, joka vastaa kehitysvammaisten henkilöiden ja heidän läheistensä odotuksiin. Projektissa haluttiin myös varmistaa, että se on vammaisille suunnattujen asumispalvelujen valtakunnallisten laatusuosituksen mukaista toimintaa. (Savon Vammaisasuntosäätiö 2009, 1, 4.)

Asumisvalmennus koostui kahdesta osa-alueesta: henkilökohtaisesta ohjauksesta ja ryhmämuotoisesta valmennuksesta, joita järjestettiin yhdestä kolmeen kertaa kuukaudessa. Jokaiselle perheelle tehtiin yksilöllinen suunnitelma, jonka lähtökohtana oli heidän tarpeensa ja toiveensa. (Savon Vammaisasuntosäätiö 2009, 1.) Henkilökohtainen asumisvalmennus liittyi asiakkaan ohjaamiseen ja motivoimiseen itsenäistymiseen liittyvissä



asioissa sekä lähestyvässä elämänmuutoksessa. Työskentelyssä pyrittiin esimerkiksi harjoittelemaan arkielämän taitoja ja vahvistamaan itseluottamusta erilaisten harjoitteiden avulla. (Savon Vammaisasuntosäätiö 2009, 17.)

Ryhmämuotoinen työskentely toteutettiin siten, että työntekijä ohjasi samanaikaisesti useampaa henkilöä. Kokouksia järjestettiin kerran kuukaudessa ja ne olivat kestoaltaan puolitoista tuntia. Ryhmätoiminnan tavoitteena oli ennen kaikkea sosiaalisten taitojen vahvistuminen ja omatoimisuuden lisääntyminen toiminnallisen tekemisen kautta. Tapaamisten teemat liittyivät sosiaalisiin suhteisiin, itsestä huolehtimiseen, oman kodin hoitamiseen ja vapaa-aikaan. Kehitysvammaisille suunnattujen toimintojen lisäksi projektin aikana läheisille järjestettiin kaksi vertaisryhmätapaamista, jotka koostuivat asiantuntijoiden alustuksista ja ohjasivat sitä kautta läheisiä keskustelemaan esimerkiksi edunvalvontaan ja kehitysvammaisen lapsen itsenäistymiseen liittyvistä asioista. (Savon Vammaisasuntosäätiö 2008, 17, 25, 27.)

Projektissa arvioitiin sekä henkilökohtaista että ryhmämuotoisesti toteutettua asumisvalmennusta. Kehitysvammaiset henkilöt ja heidän läheisensä kokivat, että henkilökohtaiselle valmennukselle asetetut tavoitteet olivat toteutuneet melko hyvin. Toiminta oli molempien osapuolien mielestä hyödyllistä, mutta tapaamisia olisi voinut olla enemmän. Kehitysvammaiset henkilöt kokivat esimerkiksi arjen taitojen lisääntyneen valmennuksen aikana ja läheiset kommentoivat valmennuksen edistäneen heidän perheenjäsenensä omatoimisuutta. Sosiaalisten taitojen vahvistuminen oli yksi ryhmätoiminnalle asetettuja päämääriä ja se nousi esiin positiivisessa valossa sekä kehitysvammaisten että läheisten arvioinneissa. Ohjaaja näki ryhmätoiminnan haasteina ryhmäläisten tasapuolisen huomiointien heidän tarpeidensa mukaan, mikä vaikutti toiminnan lopputulokseen. Projektin työryhmän mielestä tavoitteiden saavuttamisen kannalta oli tärkeää, että asiakkaat osallistuisivat sekä ryhmä- että henkilökohtaiseen valmennukseen. Läheisille suunnatut vertaistapaamiset, erityisesti asiantuntijoiden alustukset saivat osallistujilta kiitosta. Sitä kautta moni koki saaneensa vastauksia mieltä askarruttaneisiin asioihin. (Savon Vammaisasuntosäätiö 2008, 23–27.)

Projektin tuotoksena on syntynyt MINÄ MUUTAN -asumisvalmennusmalli, joka on suunnattu työntekijöiden käyttöön. Siinä on kuvattu valmennuksen eteneminen ja keskeisimmät toimintatavat sekä käytetyt menetelmät. Toteutuneen toiminnan pohjalta on

koottu myös MINÄ MUUTAN -asumisvalmennuksen käsikirja. Se on työntekijöille suunnattu työväline ja tarkoitettu asumisvalmennuksen suunnittelun ja toteutuksen tueksi. Kolmantena tuotoksena projektista on jäänyt elämään asiakkaalle ja ohjaajan työn tueksi tehty MINÄ MUUTAN -asumisvalmennuksen tehtäväkansio. Siinä on tarkoituksena tukea erilaisten harjoitteiden avulla esimerkiksi asiakkaan itsenäistymistä ja omatoimisuutta. (Savon Vammaisasuntosäätiö 2008, 30–33.)

Valtakunnallisesti toimiva Kehitysvammaisten Palvelusäätiö tekee työtä muuttovalmennuksen parissa järjestämällä muun muassa erilaisia aiheeseen liittyviä seminaareja ja koulutuksia Raha-automaattiyhdistyksen (RAY) tuella. Säätiö on perustettu vuonna 1992 ja se on valtakunnallisesti toimiva palveluiden kehittäjä ja tuottaja. Palvelusäätiön tarkoituksena on luoda palvelumalleja ja yksilöllisiä ratkaisuja ihmisille, joilla on erityistarpeita. (Kehitysvammaisten Palvelusäätiö 2016b.)

Muuttovalmennus on osa Kehitysvammaisten Palvelusäätiön Elämänmuutostoimintaa. Siinä huomioidaan sekä muuttajat että heidän läheisensä ja valmennus toteutetaan yhteistyössä kuntien ja alueellisten toimijoiden kanssa, jolloin tarkoituksena on antaa tukea alueellisille muuttovalmennusmalleille. Toiminnalla pyritään ennen kaikkea muuttajan voimavarojen ja itsetuntemuksen vahvistamiseen ja koko perheen valmentamiseen tulevaa muuttoa silmällä pitäen. (Kehitysvammaisten Palvelusäätiö 2016a.)

Tuula Puranen (2016, 3) on kirjoittanut teoksen Muuttovalmennus -opas kehitysvammaisen muuttajan vanhemmille, jonka on julkaissut Kehitysvammaisten Palvelusäätiö. Sen rinnalle on tehty selkokielineen opas kehitysvammaisille henkilöille muuton tueksi, jossa pääpaino on erilaisissa tehtävissä. (Puranen 2016, 3). Puranen (2016, 16) on kuvannut vanhemmille suunnatussa oppaassaan sitä, mitä muuttovalmennus ja sen eteneminen käytännössä tarkoittavat. Säätiön muuttovalmennus on pitkä prosessi, johon varataan ihanetapauksessa aikaa jopa kaksi vuotta. Se saa alkunsa esimerkiksi vanhempien tai kehitysvammaisen perheenjäsenen aloitteesta. Varsinainen muuttovalmennus voidaan käynnistää, kun kehitysvammaisen henkilön toimintakykyyn nähden sopiva asumismuoto on löytynyt. (Puranen 2016, 16–17.)

Vanhemmille osoitetusta oppaasta löytyi esimerkki Harjavallassa Palvelukoti Hopeanuolella toteutetusta muuttovalmennuksesta. Kyseessä oli uusi palvelukoti ja valmennus oli osa sen perustamista. Toiminnassa huomioitiin myös vanhempien tuen tarve, mutta valmennuksen pääpaino oli kehitysvammaisten muuttajien itsenäistymisessä ja sen tukemisessa. Suunnittelussa ja toteutuksessa otettiin huomioon perheiden toiveet ja muuttajien avun sekä tuen tarpeet. (Puranen 2016, 18–20.)

Palvelukoti Hopeanuolella muuttovalmennuksen ensimmäisen vuoden painopiste oli kotivierailuissa, joita henkilökunta teki noin kerran kuukaudessa. Tämän lisäksi perheille järjestettiin yhteiskeskusteluja. Toisena vuotena muuttajille organisoitiin yhteistapaamisia, jotta he pääsivät ryhmäytymään ja tutustumaan toisiinsa. Ne pitivät sisällään esimerkiksi keskustelua arjen asioista, piirtämistä ja askartelua, vierailun rakennustyömaalla sekä tulevaan asuinympäristöön tutustumista. Omaa asuntoa ja siinä asumista tehtiin tällä tavoin tutuksi jo ennen muuttoa. (Puranen 2016, 18–20.)

Harjavallassa toteutettu muuttovalmennus nähtiin onnistuneena prosessina. Tämä tuli ilmi muun muassa siten, että kaikki valmennukseen osallistuneet muuttivat positiivisella mielellä sovittuina ajankohtina. Muuttovalmennuksessa ylipäätään korostuu avoimuuden tärkeys, jotta keskeiset asiat saadaan kaikkien osapuolien tietoon ja yksilöllisiin tuen tarpeisiin voidaan vastata. Kehitysvammaisten Palvelusäätiön muuttovalmennuksessa koettiin, että onnistuneen lopputuloksen kannalta on olennaista varata prosessiin tarpeeksi aikaa. Tämä edesauttaa vuorovaikutuksen ja luottamuksen rakentumista eri osapuolten välillä. Muuttaminen omaan kotiin on itsenäistymisprosessi, joka vaatii osapuolilta pitkäjänteistä työtä. Muuttovalmennus ei pääty muuttohetkeen vaan se on prosessi, joka jatkaa kulkuaan vielä muuton jälkeen. (Puranen 2016, 18–20.)

## 6 Opinnäytetyön menetelmälliset valinnat

### 6.1 Toiminnallinen opinnäytetyö

Toteutimme opinnäytetyömme toiminnallisena opinnäytetyönä, jossa on kyse organisaation toiminnan kehittämisestä (Vilka & Airaksinen 2003, 9). Kehittämishankkeen tekemiseen liittyy aina tuotos, joka syntyy opinnäytetyöprosessin tuloksena (Salonen 2013, 25). Toimeksiantajanamme toimi Joensuun kaupungin vammaispalvelut, jolta saimme tehtäväksi laatia muuttovalmennusoppaan työntekijöiden käyttöön. Tässä käytimme välineenä suunnittelemaamme ja toteuttamaamme muuttovalmennusryhmää. Nämä piirteet täyttävät toiminnallisen opinnäytetyön kriteerit.

Toiminnallisen opinnäytetyön tuotoksena voi syntyä esimerkiksi ammattihenkilöstölle suunnattu ohje tai opas, jolla perehdytetään uuteen toimintaan. Tuotos on usein kirjallinen, mutta se voi olla myös jonkin tapahtuman toteuttaminen. Toteutustapojen kirjo on laaja, minkä valintaan vaikuttaa kehittämistyön luonne ja tehtävä. (Vilka & Airaksinen 2003, 9–10.) Omassa kehittämistyössämme tuotos on kirjallinen opas, jossa kuvaamme muuttovalmennuksen sellaisena kuin sen käytännössä toteutimme. Se on jatkossa hyödynnettävissä sekä sähköisessä että tulostetussa muodossa. Toiminnallisen opinnäytetyön tuotos pyritään tekemään aina jonkun käytettäväksi, sillä kyseessä on organisaation käytännön toiminnan kehittäminen (Vilka & Airaksinen 2003, 38).

Toiminnallisessa opinnäytetyöprosessissa yhdistyvät raportoinnin ja käytännön toteutuksen näkökulmat (Vilka & Airaksinen 2003, 9). Tuotos on kuitenkin vain osa toiminnallista opinnäytetyötä ja usein raportista irrallinen osa (Salonen 2013, 25). Raportissa kuvataan prosessia ja oppimista matkan aikana. Koko prosessin ajan on hyvä pitää mielessä tuotoksen käyttäjälähtöisyys, jolloin tekstin ja ulkoasun tulee näyttäytyä erilaisena kuin opinnäytetyön raportissa. (Salonen 2013, 25.) Vaikka opinnäytetyömme koostuu kahdesta erillisestä kirjallisesta osasta, ne muodostavat yhdessä toisiaan täydentävän kokonaisuuden. Opinnäytetyömme tuotos on syntynyt pikku hiljaa ryhmäkertojen edetessä ja saanut lopullisen muotonsa muuttovalmennuksen päättymisen jälkeen. Raportti on kulkenut ryhmätoiminnan rinnalla koko matkan ajan, mutta pääsimme siihen kunnolla kä-

siksi vasta kun olimme saaneet tuotoksen valmiiksi. Raportti selventää ja perustelee tuotoksessa tekemiämme valintoja, kuvaa sen taustalla olevaa matkaa ja antaa lisää tietoa aihepiiriin liittyvistä ilmiöistä. Näin ollen tuotos on hyödynnettävissä sellaisenaan tai yhdessä raportin kanssa, jolloin lukija voi ymmärtää syvällisemmin toteutunutta muuttovalmennusprosessia.

## 6.2 Menetelmälliset valinnat

Tutkimuskäytännöt kuuluvat toiminnallisen opinnäytetyön prosessiin. Niiden käyttö on kuitenkin löyhempää tutkimuksellisiin opinnäytetöihin verrattuna, vaikka tietoa kerätäänkin samoja keinoja käyttäen. Toiminnallisessa opinnäytetyössä ei varsinaisesti edellytetä tutkimuksellisten menetelmien käyttöä, mutta ne voivat tukea tuotoksen syntymistä. (Vilka & Airaksinen 2003, 56–57.) Opinnäytetyössämme olemme käyttäneet tuotoksen kokoamisen tukena opinnäytetyöpäiväkirjaa, keskustelua, teorian tietoa, ryhmän ohjaamista ja toiminnallisia menetelmiä.

Opinnäytetyöpäiväkirja on keskeinen dokumentoinnin väline toiminnallisessa opinnäytetyössä. Se voi olla muodoltaan joko sanallinen tai kuvallinen. (Vilka & Airaksinen 2003, 19.) Omassa työssämme päiväkirjalla oli keskeinen rooli. Käytännössä päiväkirjamme koostui kahdesta eri vihkosta, jolloin meillä molemmilla kulki omat vihot mukana. Yhdessä vihossa asiat olisivat saattaneet olla järjestelmällisemmässä muodossa, mutta koimme tärkeäksi, että molemmilla oli mahdollisuus kirjata prosessin aikana esiin nousseita asioita ja ajatuksia ylös silloin kun siltä tuntui. Jäsensimme prosessin vaiheita ja tapahtumia päiväkirjan avulla, mikä helpotti lopullisen tuotoksen ja raportin kirjoittamistyötä. Kirjasimme päiväkirjaan havaintoja omasta työskentelystä matkan varrella. Sieltä löytyy ajatuksia työskentelyn alkuvaiheesta, jolloin pohdimme esimerkiksi aiheeseen liittyvää tietoperustaa ja sitä, millaista tietoa tarvitsemme työskentelymme tueksi. Koko prosessin näkökulmasta koimme tärkeäksi, että päiväkirjassa on merkintöjä kaikista seitsemästä ryhmäkerrasta. Teimme ryhmätoiminnan aikana huomioita esimerkiksi ajankäyttöön, toiminnan sujumuuteen ja omaan ohjaajuuteemme liittyen. Päiväkirjan avulla näihin ajatuksiin oli helppo palata, kun tapasimme toisemme seuraavan kerran.

Jotta tästä dokumentoinnin muodosta olisi mahdollisimman suuri hyöty raportin kirjoittamiseen, tulee sen Vilkan & Airaksisen (2003, 22) mukaan olla jäsennelty kokonaisuus ja aktiivisessa käytössä. Päiväkirjan pitäminen tulisikin aloittaa heti prosessin käynnistyttyä ja alkuvaiheessa siihen voi kerätä ideoita työn aiheista tai siihen liittyvistä pohdinnoista. Työn edetessä opinnäytetyöpäiväkirjaan voi liittää kirjallisuudesta poimittua materiaalia, esimerkiksi suoria lainauksia ja aiheeseen liittyvää lähdeaineistoa. Päiväkirjaan on tärkeää dokumentoida työskentelyn vaiheita ja matkan varrella tulleita muutoksia. (Vilka & Airaksinen 2003, 19–20.) Kävimme prosessin aikana oman koulutusohjelmamme järjestämissä opinnäytetyön lukupiireissä ja kirjasimme ylös sieltä saamiamme vinkkejä. Lisäksi tapasimme toimeksiantajan edustajia säännöllisin väliajoin ja luonnollisesti näiden keskustelujen anti on kirjattu muistiinpanoihimme. Nämä kuuluvatkin keskeisinä asioina opinnäytetyöpäiväkirjaan (Vilka & Airaksinen 2003, 22).

Olemme opinnäytetyössämme keränneet tietoa pääasiassa tuotosta silmällä pitäen. Ryhdyimme tiedonkeruuseen sen jälkeen, kun olimme tavanneet toimeksiantajan ensimmäisen kerran ja työmme aihe oli lyöty lukkoon. Tarvitsimme tietoa aihealueeseen liittyen ja mielessämme risteili monenlaisia kysymyksiä. Mitä on muuttovalmennus? Millainen toimintakyky on lievästi kehitysvammaisilla henkilöillä? Mitä on tuettu asuminen? Vilka & Airaksinen (2003, 5) puhuvat selvityksen tekemisestä, jonka he esittelevät yhtenä tiedonhankinnan keinona. Yleensä selvitystä käytetään esimerkiksi silloin, kun jostain asiasta halutaan saada lisää tietoa ja valmista tietoa on saatavilla rajoitetusti. Ennen selvityksen aloittamista tulee miettiä, millainen tieto on olennaista oman opinnäytetyöprosessin aikana ja mistä sitä voi hankkia. (Vilka & Airaksinen 2003, 56–57.) Omassa työssämme selvityksen tekeminen tarkoitti syventymistä teorian kautta meille ennalta tuntemattomampaan ilmiöön. Tämä tarkoitti esimerkiksi aikaisempiin kehittämisen- ja opinnäytetöihin sekä aiheen kannalta keskeisiin käsitteisiin perehtymistä. Lisäksi toimeksiantajan kanssa käydyillä keskusteluilla on ollut suuri painoarvo. Saimme sitä kautta esimerkiksi lisätietoa toimintaympäristöstä, toiminnan reunaehdoista ja palautetta suunnittelemastamme toiminnasta sekä sen käytännön toteutuksesta. Niiden avulla pystyimmekin viemään muuttovalmennusprosessia toimeksiantajan toivomaan suuntaan. Edellä mainittua keskustelua kävimme toimeksiantajan kanssa sekä kasvotusten että sähköpostin välityksellä pitkin matkaa.

Muuttovalmennusryhmän yksi keskeinen tavoite oli osallistujien ryhmäytymisen tukeminen. Koimme, että toiminnalliset menetelmät olivat toimiva tapa aktivoida ryhmää ja yhteisen tekemisen kautta pystyimme tukemaan heidän välistä kanssakäymistään. Nietosvuoren (2008, 136) mukaan toiminnallisten menetelmien käyttäminen ryhmien kanssa voi lujittaa ryhmää ja edistää osallisuuden kokemusten syntymistä. Käytimme niitä esimerkiksi herättelemään muuttajia kulloisenkin tapaamisen aihepiiriin. Työskentelimme muuttovalmennuksen aikana ryhmän kanssa monipuolisesti toiminnan eri vaiheissa. Tapaamisten alussa käytimme luovia ja toiminnallisia menetelmiä lämmittely- ja tutustumisharjoituksina. Toimintavaiheessa jakauduimme yleensä pienryhmiin, joissa kyseiset menetelmät olivat keskeisessä roolissa, kun työstimme kunkin kerran teemaa. Nämä teemat liittyivät esimerkiksi muuttajien sosiaalisiin suhteisiin, muuton ja yksin asumisen herättämiin tunteisiin sekä tulevaan asuinympäristöön tutustumiseen ja omaan kotiin. Toiminnallinen arviointi kuului luontevana osana jokaisen muuttovalmennuskerran loppuun, jonka avulla osallistajat ilmaisivat mielipiteensä kuluneesta tapaamisesta. Kaiken kaikkiaan toiminnallisten harjoitusten avulla pyrittiin virittäytymään kaukaisiltakin tuntuvien asioiden äärelle ja niiden kautta osallistajat saivat vaihtoehdoisen mahdollisuuden hahmottaa omaa elämäntilannettaan ja haaveitaan.

Asiakastyössä hyödynnetään toiminnallisia menetelmiä, joita voidaan käyttää sekä yksilöiden että ryhmien kanssa työskennellessä. Toiminnalliset menetelmät ja niiden käyttö ei ole toiminnan tavoite vaan niiden avulla pyritään löytämään vaihtoehtoisia tapoja ihmisten kohtaamiseen. (Mäkinen, Raatikainen, Rahikka & Saarnio 2009, 157–158.) Käytimmekin toiminnallisia harjoituksia ohjatessamme muuttovalmennusryhmää ja niistä muodostui ryhmätoiminnan ydin. Toiminnallisia menetelmiä ohjaamalla saimme kerättyä tietoa siitä, kuinka suunnittelemaamme työskentely toimi muuttovalmennusryhmässä. Niiden avulla saimme käytännön kokemuksen kautta tietoa siitä, kuinka näiden menetelmien avulla voidaan käsitellä kunkin kerran teemaa ja vastata sille asetettuihin tavoitteisiin. Tämä mahdollisti sen, että pystyimme jo prosessin aikana muokkaamaan suunnitelmaamme muuttajien tarpeiden mukaan. Olemme koonneet oppaaseen harjoituskokonaisuuden, jonka käytännön toimivuudesta meillä on kokemustietoa.

Muuttovalmennusryhmän ohjaaminen voidaan nähdä opinnäytetyömme yhtenä väli-  
neenä. Sen kautta pystyimme kehittämään ryhmätoimintaa kertojen edetessä ja huomioi-

maan osallistujien tarpeet. Samalla kun ohjasimme ryhmää, teimme huomioita, jotka kirjassimme myöhemmin opinnäytetyöpäiväkirjaan. Ne liittyivät esimerkiksi harjoitusten määrään, ryhmän kokoon, toiminnan sujuvuuteen ja oman ohjaamiseemme. Näiden kokemuksiemme pohjalta kävimme keskustelua keskenämme ja ryhmän ohjaamisessa mukana olleen työntekijän kanssa. Ryhmän ohjaaminen oli iso osa opinnäytetyötämme ja se tuki tuotoksen syntymistä. Toki tuotoksen tekeminen ilman ryhmätoimintaa olisi ollut mahdollista. Tällöin toiminnan kokeileminen käytännössä olisi jäänyt seuraaville ohjaajille, samoin kuin harjoitusten räätälöiminen asiakasryhmälle sopiviksi. Koemmekin että ryhmästä saamiemme kokemusten avulla olemme voineet kehittää ryhmätoimintaa eteenpäin. Tämä on tuonut mukanaan sen että olemme pystyneet huomioimaan tämän asiakasryhmän tarpeet ja toiminnalle sekä tuotokselle asetetut tavoitteet. Ryhmätoiminta on ollut oiva mahdollisuus nähdä, kuinka suunnittelemamme toiminta voidaan käytännössä toteuttaa.

Käytimme työssämme sähköpostihaastattelua, jotta saimme lisätietoa Joensuun kaupungin vammaispalveluista opinnäytetyömme toimintaympäristönä. Suuntasimme haastattelun vammaispalvelujen johtavalle sosiaalityöntekijälle, jonka kanssa olimme tehneet jo prosessin alkuvaiheessa yhteistyötä. Koimme, että sähköpostin välityksellä tehtävä haastattelu oli tarkoituksenmukainen keino saada tarkempaa kuvausta toimintaympäristöstä, sillä kyse oli enemmän faktatiedon hankkimisesta kuin esimerkiksi yksilön kokemusten kuulemisesta. Sähköpostihaastattelun käyttäminen tiedon keruun välineenä ei varsinaisesti tuottanut meille tietoa oppaaseen. Kuitenkin sen hyödyntäminen on ollut mielestämme tarkoituksenmukaista sekä opinnäytetyöprosessin että raportin kannalta.

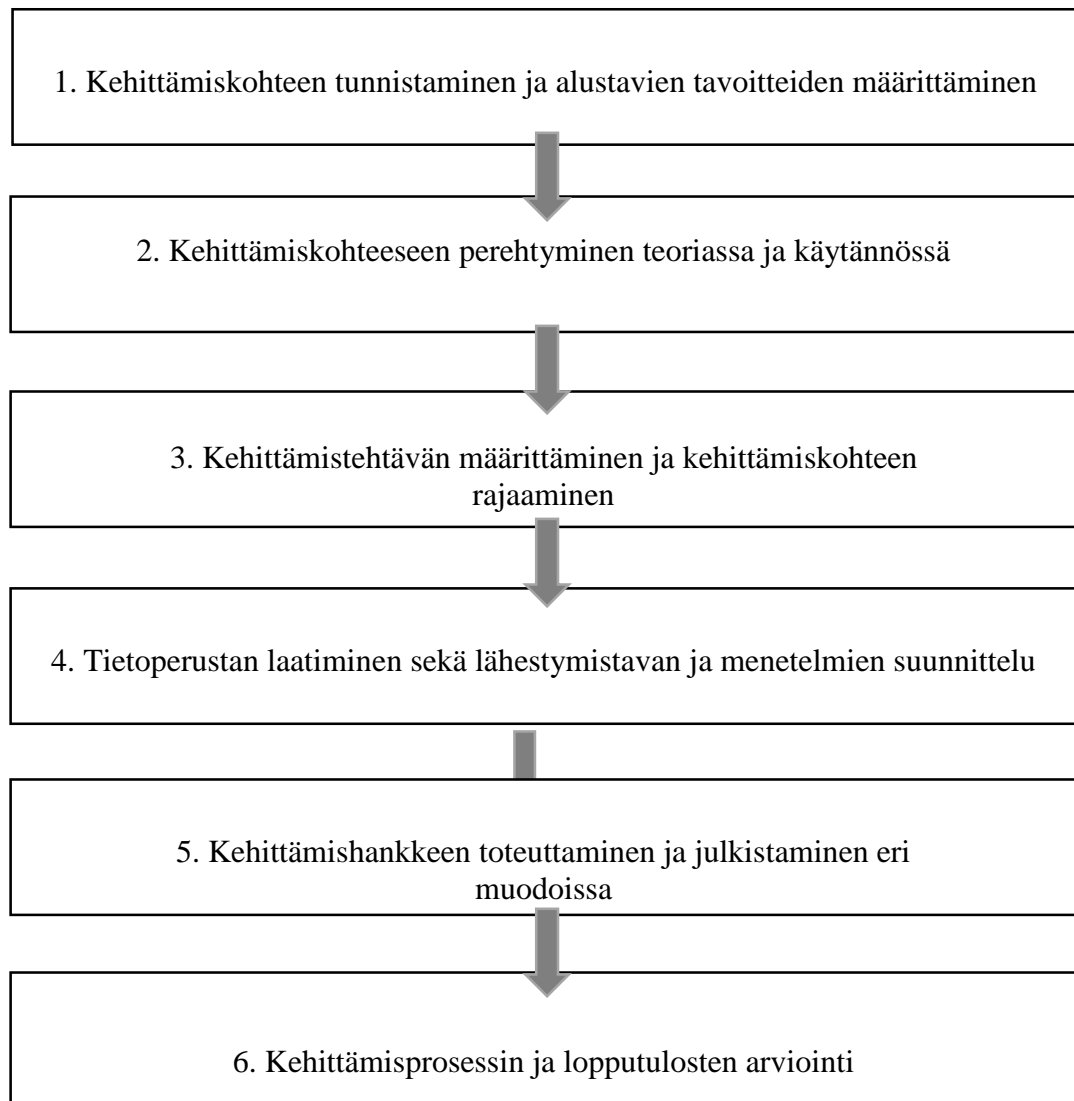
Perinteisten haastattelujen vaihtoehtona voidaan käyttää virtuaalista haastattelua. Tiittula, Rastas & Ruusuvoori (2009, 264) kuvaavat sitä tietotekniikan välityksellä tapahtuvana kommunikointina joko Internetissä tai sähköpostia hyödyntäen. Kun käytetään kyseistä haastattelumuotoa, haastattelijan ja haastateltavan välinen matka ei ole este ja vastausajankohta on vastaajan itse päätettävissä. Toisaalta virtuaalihaastattelulla ei välttämättä tavoiteta niitä ihmisiä, joilla ei ole esimerkiksi tietoteknisiä taitoja tai tietokonetta käytettävissään. Virtuaalisesti tapahtuvassa vuorovaikutuksessa painottuvat sanalliset ilmaisut, jolloin vastauksista jää huomioimatta osapuolten sanaton viestintä ja heidän aito kohtaamisensa. Tällöin kysymyksenasettelun tärkeys korostuu entisestään, jotta haluttuihin asioihin saadaan vastaukset. (Tiittula ym. 2009, 264–268.)



## 7 Opinnäytetyön prosessi

### 7.1 Prosessin käynnistäminen

Kehittämistyön prosessi muodostuu toisiaan seuraavista vaiheista, joiden mukaan eteneminen mahdollistaa järjestelmällisen työskentelyn. Prosessimallin avulla kehittämistyötä tekevä pystyy vaiheistamaan toimintaansa ja tarkastelemaan työstään muodostuvaa kokonaisuutta. Vaikka kehittämistyön prosessi kuvataan peräkkäisinä vaiheina, käytännössä nämä eivät välttämättä erotu toisistaan niin selkeästi. Jokainen prosessi etenee omalla tavallaan ja toisinaan voi olla tarpeen palata edellisiin vaiheisiin. (Ojasalo, Moilanen & Ritalahti 2014, 22–23.)



Kuvio 1. Mukailten Ojasalon ym. (2014, 24) tutkimuksellisen kehittämistyön prosessia

Kehittämistyön prosessi lähtee liikkeelle kehittämiskohteen etsimisestä esimerkiksi yrityksessä tai organisaatiossa. Tulevan prosessin onnistumisen näkökulmasta on tärkeää tunnistaa tarpeellinen ja ajankohtainen kehittämisen kohde. (Ojasalo ym. 2014, 26.) Työskentelymme opinnäytetyön parissa alkoi yhteydenotolla Joensuun kaupungin vammais- palveluihin. Yhteinen tapaaminen johtavan sosiaalityöntekijän kanssa järjestyi nopealla aikataululla, jolloin saimme muutamia ehdotuksia tarjolla olevista opinnäytetyön aiheista. Mielenkiintomme herätti toimeksiantajan ehdottama lievästi kehitysvammaisille suunnattu muuttovalmennus, jonka pohjalta opinnäytetyömme muotoutui uudistamispe- rustaiseksi kehittämiseksi. Sen tarkoituksena on luoda esimerkiksi uusi toimintamalli tai palvelu (Ojasalo ym. 2014, 26).

Kehittämiskohteen löytymisen jälkeen on tarpeen pohtia, mitä kehittämistyöllä halutaan saavuttaa. Tämän pohjalta nousee ajankohtaiseksi asettaa tavoitteet, joita kohti työskentelyssä edetään. (Ojasalo ym. 2014, 26–27.) Tehtävänäimme oli laatia opas muuttoval- mennuksesta. Lisäksi saimme tehtäväksi suunnitella ja toteuttaa muuttovalmennusryh- män. Kehittämistyön prosessin alkuvaiheissa asetetut tavoitteet ovat vasta suuntaa anta- via, koska teorian tiedon kerääminen on vielä alkutekijöissään (Ojasalo ym. 2014, 26).

## **7.2 Kehittämiskohteeseen perehtyminen**

Prosessin toisessa vaiheessa perehdytään kehittämisen kohteeseen ja siihen liittyviin il- miöihin. Jotta työskentely etenee oikeaan suuntaan, on tärkeää kartoittaa kehittämiskoh- teen historiaa ja nykytilaa. Kartoittaminen voi olla esimerkiksi syventymistä aikaisempiin tutkimuksiin, teoriaan ja organisaation käytäntöihin. (Ojasalo ym. 2014, 28.) Kehittämis- työmme aiheeseen tutustuminen olikin työskentelyn seuraava askel. Saimme toimeksian- tajalta materiaalia muun muassa vaikeasti vammaisille suunnatusta muuttovalmennuk- sesta. Lisäksi otimme selvää opinnäytetöistä ja kehittämishankkeista, jotka liittyivät omaan kehittämistyöhömmme.

Kehittämiskohteeseen tutustuminen ja sen hahmottaminen voivat viedä paljon aikaa. Tämä on kuitenkin olennainen osa koko prosessia, sillä huolellinen pohjatyö edesauttaa työskentelyn etenemistä. (Ojasalo ym. 2014, 28.) Haimme tässä vaiheessa tietoa teoriakir-

jallisuudesta muuttovalmennukseen ja kehittämistyöhön liittyen, mikä auttoi muodostamaan kokonaiskuvaa aihepiiristä ja kehittämistyön luonteesta. Ojasalon ym. (2014, 29) mukaan kehittämiskohteeseen liittyvään käsitteistöön tulisi tutustua huolella, sillä se luo paremmat mahdollisuudet ilmiön ymmärtämiseen.

### **7.3 Kehittämistehtävän rajaaminen**

Työskentelyn edetessä kolmanteen vaiheeseen kehittämisessä pysähdytään kirkastamaan tavoiteltua päämäärää (Ojasalo ym. 2014, 32). Tässä vaiheessa keskustelimme toimeksiantajan kanssa muuttovalmennuksen suuntaviivoista. Kävimme pohdintaa muun muassa siitä, suunnataanko muuttovalmennus muuttajille vai muuttajille ja heidän läheisilleen. Yhteisen harkinnan kautta päädyimme kohdistamaan valmennuksen molemmille osapuolille. Opinnäytetyömme rajattiin muuttajille pidettävään ryhmään, jolloin vammaispalvelujen työntekijöiden tehtäväksi jäi organisoida muuttajien läheisille tapaamisia. Saimme muuttovalmennusryhmän pohjalta kehittämistehtäväksemme laatia oppaan toteutuneesta prosessista. Se on Ojasalon ym. (2014, 32) mukaan on esimerkki kehittämistyön päämäärästä. Lisäksi keskustelimme toimeksiantajan kanssa käytännön järjestelyistä, jotka liittyivät muun muassa muuttovalmennuksen ajankohtaan, paikkaan ja käytettävissä oleviin resursseihin.

Lopputuloksen kannalta on tärkeää käyttää aikaa kehittämistehtävän rajaamiseen, jotta työskentelystä on mahdollisimman suuri hyöty käytännön toimintaan. Tehtävän rajaaminen tukee prosessin arviointia, jolloin nähdään onko kehittämistyölle asetettu tavoite saavutettu. (Ojasalo ym. 2014, 33.) Kehittämistehtävämme rajaamisessa yhteinen sävel löytyi melko helposti. Toimeksiantajan näkemys muuttovalmennuksen sisällöstä kohtasi ammatilliset valmiutemme sosionomiopiskelijoina. Valmennuksen painopisteeksi nousi muuttajien keskinäinen ryhmäytyminen ja heidän valmentautumisensa muuttoon. Yhteistuumin päädyimme siihen, että muuttajat harjoittelevat arjen taitoja muissa yhteyksissä.

## 7.4 Suunnitelman laatiminen

Prosessin neljännessä vaiheessa työskentelyssä keskitytään tietoperustan muodostamiseen. Tuolloin kehittämistyön onnistumisen kannalta nousee keskiöön aihealueen tuntemus. Tietoperusta muodostetaan kehittämistyöhön läheisesti liittyvistä käsitteistä ja aihepiireistä sekä tutkimuksista. Tietoperustan tarkoitus on koota kehittämistyöhön keskeisesti liittyvää ajankohtaista tietoa ja keskeisiä käsitteitä. (Ojasalo ym. 2014, 34.) Kun kehittämistyön aihe ja resurssit olivat selvillä, oli vuorossa suunnitelman laatiminen. Kuvasimme siinä keskeisiä käsitteitä, työskentelyn aikataulua ja aihepiirejä sekä valitsemiamme menetelmiä. Perehdyimme myös aiheeseen liittyviin oppinäytetöihin ja kehittämishankkeisiin, joita toimme suunnitelmassamme esiin.

Kehittämiskohteeseen perehtyminen mahdollistaa prosessia eteenpäin vievien lähestymistapojen valinnan. Tätä ohjaa aiemmin valittu kehittämistehtävä. Ojasalo ym. (2014, 36) esittelee viisi erilaista lähestymistapaa, joiden painopisteet vaihtelevat kehittämisen ja tutkimuksen välimaastossa. Tapaustutkimuksessa pyritään syventymään kehittämiskohteeseen erilaisten tiedonhankintamenetelmien avulla. Sen kautta voidaan löytää ratkaisuja ja ideoita kehittämistyön eteenpäin viemiseksi. Toisena lähestymistapana Ojasalo ym. (2014, 37) mainitsevat toimintatutkimuksen, jossa on keskeistä tutkimuksesta saatu tieto. Siinä on tavoitteena muutoksen aikaansaaminen osallistumisen ja vuorovaikutuksen keinoin. Käytännön ongelmaan voidaan etsiä ratkaisua tuotoksen avulla, jolloin on kyse konstruktivisesta tutkimuksesta. Kehittämiskohde on tällöin konkreettinen asia, esimerkiksi käsikirjan laatiminen. Neljäs lähestymistapa on palvelumuotoilu. Sen avulla pyritään tuottamaan kauaskantoisia toimintamalleja. Keskeisessä roolissa ovat palveluja käyttävät henkilöt. Kehittämistyön tarkoituksena on osallistaa kohderyhmä mukaan muun muassa uusiin prosesseihin. Viimeisenä Ojasalo ym. (2014, 38) esittelevät innovaatioiden tuottamisen ja tutkimisen. Siinä korostuu uudenlaisen palvelun tai toimintamallin luominen ja sen taloudellinen hyöty. Tähän lähestymistapaan lukeutuu esimerkiksi tiedon hankinta, arviointi ja tuotoksen kaupallistaminen. (Ojasalo ym. 2014, 36–39.)

Kehittämistyön lähestymistapoja on siis useita ja kehittämistehtävän määrittämisen jälkeen mietitään, mikä tapa on kyseiselle työlle sopivin. Aiheen lähestymiseen voidaan käyttää kehittämistyön luoneesta riippuen yhtä tai useampaa lähestymistapaa. Sen valinta oli Ojasalon ym. (2014, 36–39) osoittamien vaihtoehtojen joukosta haasteellista, koska

niissä painottuu liike-elämä ja vahva taloudellisen hyödyn näkökulma. (Ojasalo ym. 2014, 36–39.) Tällainen näkökulma voi olla vaikea yhdistää sosiaalialan kentälle. Löysimme lähemmän tarkastelun jälkeen kehittämistyöstämme kuitenkin yhtymäkohtia muutamiiin aiemmin mainittuihin lähestymistapoihin.

Kehittämistyömme tavoitteena oli luoda muuttovalmennuksen ryhmätoiminnan pohjalta vammaispalvelujen käyttöön suunnattu opas. Tässä tavoitteessa on nähtävissä yhtäläisyyksiä innovaatioiden tuottamiseen ja tutkimiseen. Siinä syntyy jokin uusi toimintamalli, prosessi tai tuote (Ojasalo 2014, 38–39). Suurin eroavaisuus kyseisessä lähestymistavassa omaan kehittämistyöhömmme verrattuna oli hyödyn näkökulma. Innovaatioissa tavoitellaan usein kaupallistamista, mutta tekemämme tuotos on vammaispalvelujen vapaassa käytössä, jolloin siitä hyötyvät niin työntekijät kuin asiakkaatkin. Prosessimme aikana olemme kehittäneet Joensuun kaupungin vammaispalveluille uutta toimintamallia. Tämä viittaa palvelumuotoiluun, jossa keskiössä on luoda asiakkaille toimivia palvelupolkuja ja samalla tehostaa organisaation toimintaa. Kauaskantoisemmin ajateltuna palvelumuotoilun tuloksena voidaan saada aikaan hyödyllisiä ja toistettavia käytänteitä (Ojasalo ym. 2014, 38). Kuten olemme edellä maininneet, lähestymistapana konstruktiivinen tutkimus tähtää konkreettiseen tuotokseen. Tämän vuoksi myös omassa kehittämistyössämme on nähtävissä piirteitä kyseisestä lähestymistavasta.

Yleensä lähestymistapa ohjaa kehittämistyön suuntaa ja siitä riippuen käytössä on erilaisia työmenetelmiä. Lähestymistavan valinta tulisikin tehdä ennen menetelmällisiä pohdintoja. (Ojasalo ym. 2014, 36–37.) Kehittämisprosessissa voidaan hyödyntää useita työskentelymenetelmiä, joiden avulla saadaan erilaisia näkökulmia ja monipuolista teoriatieta. Menetelmien valintaa ohjaa se, millaista tietoa halutaan saada ja mihin sitä hyödynnetään. (Ojasalo ym. 2014, 40.) Valitsimme työskentelymenetelmät opinnäytetyön tavoitteen pohjalta, emmekä kokeneet ongelmalliseksi lähestymistavan varsinaista puuttamista. Käytimme menetelminä opinnäytetyöpäiväkirjaa, keskustelua, ryhmän ohjaamista ja toiminnallisia menetelmiä.

## 7.5 Toteutus ja oppaan laatiminen

Kehittämistyön viidennessä vaiheessa kulkevat rinnakkain konkreettinen kehittäminen ja kirjallinen työskentely. Raportointi on läsnä koko prosessin ajan, mutta välillä se voi keskittyä enemmän omien muistiinpanojen kirjoittamiseen ja kehittämistyön pohdiskeluun, kun taas toisinaan varsinaisen raportin tuottamiseen. Kirjoittaminen edistää kehittämistyötä, sillä se auttaa hahmottamaan prosessin alkutaivalta ja synnyttää ideoita kehittämisen eteenpäin viemiseksi. (Ojasalo ym. 2014, 46.)

Varsinainen toteutusvaihe on ollut keskeisin osa opinnäytetyöprosessiamme. Ajallisesti tähän kului noin puolisen vuotta helmi–elokuun 2015 välillä. Edellisessä vaiheessa laatimamme suunnitelma sisälsi karkean rungon ryhmätoiminnan sisällöistä. Runko toimi hyvänä pohjana yksityiskohtaisemmalle suunnittelutyölle, jonka aikana huomioimme työntekijöiden toiveita ja lopputuloksena syntyi muuttovalmennuksen kertakohtainen ohjelma. Tuntemus ryhmästä lisääntyi ryhmäkertojen edetessä, minkä avulla pystyimme huomioimaan ryhmän tarpeet ja heille sopivat työskentelytavat.

Käytännössä kehittämistyötä tehdään usein useamman henkilön yhteistyönä. Tällainen työskentely tuo uutta ulottuvuutta matkan varrella tapahtuvaan arviointiin, reflektointiin ja toiminnan eteenpäin viemiseen. (Ojasalo ym. 2014, 46–47.) Koska olemme tehneet kehittämistyötä kahdestaan, yhdessä kirjoittaminen ja asioiden pohtiminen ovat olleet keskeisessä roolissa koko prosessimme ajan. Vaikka parityöskentely on ollut alusta asti kantava voima, olemme kuitenkin jakaneet esimerkiksi kirjoitusvastuuta ja hyödyntäneet molempien vahvuusalueita.

Opinnäytetyömme keskeinen tehtävä on ollut laatia opas muuttovalmennuksesta. Dokumentointi on kulkenut käytännön työskentelyn rinnalla koko prosessin ajan. Ryhmän toteutusvaiheessa dokumentoimme esimerkiksi käyttämiämme harjoituksia, tarvittavia materiaaleja ja pohdimme muita käytännön asioita. Prosessin loppuvaiheessa raportin kirjoittaminen ja oppaan laatiminen muistiinpanojen pohjalta ovat olleet työskentelymme päämääriä. Tämän raportin liitteenä oleva opas kuvaa toteuttamaamme muuttovalmennusta. Opinnäytetyöraportissa painopiste on tietoperustassa, käytetyissä menetelmissä ja kehittämistyön prosessimme näkyväksi tekemisessä. Ojasalon ym. (2014, 47) mukaan

kehittämistyön raportointiin liittyikin keskeisesti tietoperustan ja kuluneen prosessin kuvaamisen lisäksi työn tulosten esille tuominen ja arviointi.

## 7.6 Arviointi

Prosessin viimeinen vaihe painottuu kehittämistyön arviointiin, jota tehdään koko työskentelyn ajan. Tällä tavoin kehittämistyötä voidaan suunnata sille asetettuja tavoitteita kohti. Arvioinnin tarkoituksena on kerätä tietoa toteutuneesta kehittämistyöstä. Loppuarviointi osoittaa sen, mitä kehittämistyöllä on saavutettu ja millaisia vaikutuksia sillä on ollut. (Ojasalo ym. 2014, 47.) Arviointi on kohdistunut matkamme varrella ensisijaisesti muuttovalmennustapaamisten sisältöön ja sitä kautta tapaamisten kehittämiseen tarvetta paremmin vastaavaksi. Tätä olemme toteuttaneet reflektoimalla ja keräämällä palautetta niin ryhmään osallistuneilta muuttajilta kuin siinä mukana olleelta työntekijältä. Näitä asioita kirjasimme opinnäytetyöpäiväkirjaamme.

Loppuarviointi kehittämistyössämme suuntautui pääasiassa laatimaamme oppaaseen, koska sen tuottaminen ryhmän toiminnan pohjalta on ollut opinnäytetyömme tehtävä. Arviointitietoa voidaan kerätä eri toimijoilta, kuten esimerkiksi ryhmältä tai organisaatiolta (Ojasalo ym. 2014, 47). Kehittämistyön konkreettisen lopputuloksen arvioinnissa tarkastellaan merkittävyyttä, helppokäyttöisyyttä, jatkohyödynnettävyyttä ja muokattavuutta. (Ojasalo ym. 2014, 47.) Toimeksiantaja on arvioinut tuotostamme kahdessa vaiheessa. Ensimmäisellä kierroksella lähetimme suuntaa-antavan version tuotoksesta sähköpostin välityksellä toimeksiantajalle. Palautteen saamisen tarkoituksena oli kuulostella, olimmeko lähteneet oppaan laatimisessa oikeaan suuntaan. Saamamme palautteen perusteella jatkoimme työskentelyä samalla linjalla, jonka jälkeen lähetimme oppaan toimeksiantajalle lopulliseen arviointiin. Halusimme kuulla toimeksiantajan kommentteja muuttovalmennusoppaan eri osa-alueisiin liittyen. Näin ollen lähetimme toimeksiantajalle sähköpostia lokakuussa 2015, jossa oli liitteenä tuotos. Sovimme samalla palautekeskustelun ajankohdan viikon päähän tuon viestin lähettämisestä. Keräsimme palautetta valmiista tuotoksesta sähköpostin välityksellä ja palautekeskustelulla.

Koimme tärkeäksi kerätä palautetta sekä toimeksiantajalta että muuttovalmennukseen osallistuneilta henkilöiltä. Keräsimme ryhmäläisiltä palautetta kunkin muuttovalmennuskerran päätteeksi toiminnallisia menetelmiä hyödyntäen. Lisäksi käytimme kuudennella tapaamisella enemmän aikaa arviointiin, jolloin muuttajat saivat vastata laatimaamme palautelomakkeeseen. Kysymykset liittyivät käytännön järjestelyihin, ryhmätoiminnan sisältöön ja käyttämiimme työskentelytapoihin. Palautteen avulla saimme tietoa siitä, mitä tällaiseen prosessiin osallistuminen on antanut muuttajille. Tulevaisuuden kannalta oli tärkeää kuulla muuttajien mielipiteitä siitä, millaisissa asioissa onnistuimme ja missä asioissa olisi vielä kehittämisen paikka. Joensuun kaupungin vammaispalvelut voivat jatkossa hyödyntää saamaamme tietoa oman toimintansa kehittämisessä.

## **8 Tuotos**

### **8.1 Tuotoksen kuvaus**

Opinnäytetyömme tuotoksena syntyi 46-sivuinen opas, joka on tämän raportin liitteenä. Se on tarkoitettu vammaispalvelujen työntekijöiden käyttöön ja siinä kuvataan helmikuuhun 2015 aikana toteuttamamme muuttovalmennusprosessi. Opas on ulkoasultaan ja rakenteeltaan asettamiemme tavoitteiden mukainen. Toimeksiantajan esittämät toiveet liittyivät oppaan selkeään ulkoasuun ja sen jatkohyödynnettävyyteen. Näin ollen opas on kuvitettu piirtämillämme kuvilla ja toteutuksen aikana otetuilla valokuvilla. Piirtämämme kuvat on tehty Fresh Paint -ohjelmalla ja oppaan valokuvissa esiintyvät henkilöt ovat kyseisen opinnäytetyön tekijät. Oppaassa olevat valokuvat esimerkiksi askarteluista ovat meidän valmistamiemme mallikappaleita, joilla halusimme havainnollistaa kirjoittamamme tekstiä. Näin ollen oppaassa ei esiinny asiakkaita tai heidän työskentelynsä tuloksia.

Muuttovalmennusoppaassa kerromme ohjaamamme ryhmän tavoitteet, joissa painottuivat osallistujien valmentautuminen muuttoon ja heidän keskinäinen ryhmäytymisensä. Oppaan kantava voima on lievästi kehitysvammaisten henkilöiden valmistautuminen tulevaan muuttoon ja itsenäiseen asumiseen. Tuotoksessa kuvataan työskentelyn toiminnallisuutta. Tämän lisäksi osallistujien sosiaalisten suhteiden vahvistaminen sekä tuleviin



naapureihin tutustuminen ovat läsnä jokaisen tapaamiskerran kuvauksessa. Rajasimme oppaan sisältöä siten, että kuvaamme siinä vain muuttovalmennusryhmässä toteutunutta toimintaa.

Muuttovalmennus -opas työntekijälle koostuu kolmesta luvusta. Näiden lukujen lisäksi oppaan lopussa on liitteenä ryhmän toimintaan tarvittavia materiaaleja. Oppaan ensimmäisessä luvussa kerromme työn lähtökohdista, joiden pohjalta lähdimme työstämään tuotosta. Mikä muuttovalmennus?-luvussa kerromme ryhmän perustiedot. Ohjaamaamme ryhmään kuului 19 lievästi kehitysvammaista muuttajaa ja meidän lisäksi yksi vammaispalvelujen työntekijä. Ryhmä kokoontui yhteensä seitsemän kertaa, joista jokainen oli kestoltaan noin kaksi tuntia. Pääsääntöisesti kokoontumiset tapahtuivat toimintakeskuksen tiloissa ja sen lähiympäristössä. Samasta luvusta on myös ryhmätoiminnalle asetetut tavoitteet ja oppaan käyttöohjeet.

Kolmas luku on kuvausta muuttovalmennuksen sisällöstä. Siinä kaikki seitsemän ryhmätapaamista jakautuvat jokainen omaksi alaluvukseen. Ryhmätapaamiset on jaettu aloitus-, toiminta- ja lopetusvaiheisiin. Ne on kuvattu oppaan selkiyttämisen vuoksi eri väreillä: aloitusvaihe vihreällä, toimintaosuus violetilla ja lopetus sinisellä. Kunkin kerran alussa on tuotu esiin kyseisen tapaamisen tavoitteet ja kerrottu lyhyesti tapaamisen sisällöstä. Lisäksi oppaaseen on koottu ohjaajan työn tueksi jokaiselle kerralle muistilistat tarvittavista materiaaleista.

Ensimmäisen tapaamisen aiheena on muuttovalmennusryhmän käynnistäminen. Tällöin painopisteenä on ryhmäytyminen ja tutustuminen toisiin muuttajiin toiminnallisten harjoitusten keinoin. Toimintaosuudessa ohjeistetaan kuvalliseen työskentelyyn, jonka aiheena on tuleva muutto ja sen herättämät tunteet. Oppaassa on ohjeet kansioiden valmistamiseen, joihin muuttajat kokoavat valmennuksen aikana syntyvää materiaalia. Jokaisen muuttovalmennuskerran päätteeksi ohjaaja toteuttaa toiminnallisen arvioinnin, jossa osallistujat saavat kertoa tapaamisen herättämistä tuntemuksistaan ja ajatuksistaan.

Toisella kerralla käsitellään muuttajien sosiaalisia suhteita. Tämän lisäksi ryhmäytyminen on keskeisessä roolissa muun muassa toiminnallisen tekemisen kautta. Muuttajat täyttävät verkostokartan ja lomakkeen heille itselleen tärkeistä henkilöistä, joiden avulla he pääsevät pohtimaan omia sosiaalisia verkostojaan ja läheisiä ihmissuhteitaan.

Kolmas tapaaminen keskittyy yksin asumiseen ja siihen liittyviin tunteisiin. Tunteiden tunnistamiseen liittyvät harjoitukset ovat ryhmäkerran punainen lanka. Nämä toteutetaan pienryhmätyöskentelynä ja niissä käytetään apuna esimerkiksi lehdistä leikattuja hahmo-kuvia. Toisen harjoituksen pohjalta on tarkoitus laatia materiaali muuttajille. Tuolloin keskustellaan pienryhmissä asioista, jotka yksin asuessa herättävät erilaisia tunteita esimerkiksi pelkoa tai iloa.

Tapaamiskertojen puolivälissä suunnataan ryhmän kanssa kohti rakenteilla olevaa taloa. Tarkoituksena on hyödyntää kävelymatkaa talolle siten, että matkan varrella muuttajat pysähtyvät pienryhmissä neljälle rastille. Niiden avulla pyritään vahvistamaan ryhmän yhteistyötaitoja ja samalla tutustumaan tulevaan asuinympäristöön. Oppaassa on numeroitu neljän eri rastin toiminnot ja apukysymyksiä ohjaan työn tueksi.

Ryhmän jäsenillä on voinut herätä kysymyksiä tulevaan muuttoon ja uuteen kotiin liit-tyen. Viidennellä kerralla talon suunnitellut arkkitehti kutsutaankin vierailulle. Muuttajat ovat edellisellä kerralla saaneet lomakkeet, joihin he ovat voineet miettiä kysymyksiä arkkitehdille. Ohjaaja kirjoittaa kysymykset ja niihin saadut vastaukset ylös ja kooste jae-taan muuttajille seuraavalla ryhmätapaamisella.

Toiseksi viimeisen tapaamisen aiheena on tuleva kotini. Tuolloin ryhmäläiset saavat tu-levan kotinsa pohjapiirustuksen, joiden äärellä työskennellään pienryhmissä. Pohjapiirus-tusten tarkastelun lisäksi muuttajat tekevät kollaasin siitä, mitä asioita haluaisivat omaan kotiinsa. Muuttovalmennukseen osallistuneilta kerätään palautetta toteutuneesta proses-sista. Palautelomakkeessa on monivalintakysymyksiä, jotka on toteutettu hymynaama-asteikolla ja niiden lisäksi lomakkeessa on muutama avoin kysymys.

Viimeisen ja sitä edeltävän tapaamisen välillä on noin kahden kuukauden tauko, jonka jälkeen palataan muuttoasian äärelle. Tarkoituksena on vahvistaa ryhmähenkeä ja luoda yhteinen taideteos pullovärejä apuna käyttäen. Valmiista taideteoksesta tehdään yhdessä runo, jolloin jokainen saa vuorollaan kertoa, mitä yhteinen tuotos tuo heille mieleen.

## 8.2 Muuttovalmennusoppaan arviointia

Opas on ollut toimeksiantajan arvioitavana sekä työstöversiona että lopullisessa muodossaan. Lähetimme ensimmäisellä kierroksella prosessissa mukana olleille työntekijöille raakaversion sähköpostilla, jossa tekstiosa oli lopullisessa muodossaan ilman kuvia. Olimme ryhmitelleet kaksi tapaamista aloitus-, toiminta- ja lopetusvaiheisiin. Tämän avulla toimeksiantaja voisi hahmottaa paremmin, millaista lopputulosta tavoittelimme. Tuosta työstövaiheen versiosta toimeksiantaja antoi meille positiivista palautetta.

Lähetimme viimeistellyn oppaan toimeksiantajan arvioitavaksi sähköpostin välityksellä. Pyysimme työntekijöitä kiinnittämään huomiota tuotoksen ulkoasuun, rakenteeseen ja jatkohyödynnettävyyteen. Toivoimme kommentteja myös mahdollisista muutosehdotuksista ja sovimme samalla ajankohdan palautekeskustelulle reilun viikon päähän oppaan palauttamisesta. Siihen osallistui meidän lisäksi muuttovalmennusryhmässä mukana ollut työntekijä ja toinen vammaispalvelujen edustaja.

Toimeksiantajan puolelta oppaamme ulkoasuun oltiin kaiken kaikkiaan tyytyväisiä. Työntekijät käyttivät ilmaisuja ”tosi hyvä” ja ”tosi selkeä” kuvatessaan oppaan ulkoasua. Kuvat, piirustukset ja väriytyivät saivat kiitosta, sillä ne toivat oppaaseen raikkaan vaikutelman ja houkuttelivat tutustumaan siihen tarkemmin. Oppaan visuaalinen ilme saikin plussaa ja kuvat koettiin tärkeäksi osaksi kokonaisuutta, sillä niiden koettiin tukevan ja havainnollistavan tekstiä. Aloitus-, toiminta- ja lopetusvaiheisiin jaettu jäsenitys oli toimeksiantajan mielestä toimiva. Heidän mielestään ”tarinamuotoinen” kerronta oli lukijaystävällinen valinta.

Joensuun kaupungin vammaispalveluissa oltiin erittäin tyytyväisiä tekemäämme oppaaseen. Oppaamme sai asteikolla 1-5 kokonaisarvosanaksi 5 eli erinomaisen. Näin ollen oppaaseen ei tarvinnut tehdä muutoksia, vaan se oli toimeksiantajan mielestä valmis tuotos. Toimeksiantajan mielestä opinnäytetyön tuotoksena syntynyttä opasta on mahdollista hyödyntää jatkossa. Jatkohyödynnettävyydessä nähtiin erilaisia vaihtoehtoja, kuten esimerkiksi tapaamiskertojen räätälöintiä kulloiseenkin ryhmään sopivaksi. Myös muut asiakasryhmät, muun muassa ikäihmiset voisivat hyötyä oppaassa kuvatusta toiminnasta. Tätä mallia pystyy soveltamaan myös vaikeammin vammaisten henkilöiden muuttovalmennusprosesseissa.

## 9 Pohdinta

### 9.1 Pohdintaa opinnäytetyöprosessista

Suomen hallitus hyväksyi vuosille 2010–2015 kehitysvammaisten asumisen ohjelman (KEHAS), jonka tavoitteena oli mahdollistaa kehitysvammaisten henkilöiden asuminen tavallisissa asuinympäristöissä. Tämä edellyttää sitä, että kehitysvammaisten henkilöiden palveluja kehitetään vastaamaan heidän yksilöllisen asumisen haasteisiin. (Kehitysvamma-alan asumisen neuvottelukunta 2010, 2.) Sen lähtökohtana ovatkin erilaiset asumisen mahdollisuudet henkilön toimintakyvyn ja tuen tarpeiden mukaan. (Kehitysvammaisten Tukiliitto ry 2008, 2, 6.)

Opinnäytetyömme aiheesta käy ilmi, että Joensuun kaupungin vammaispalveluissa kehitysvammaisten asuminen ja yksilöllisten asumisratkaisujen löytäminen on yksi kehittämisen kohde. Kehitysvammaisille on tarjolla erilaisia asumisen mahdollisuuksia heidän toimintakykynsä mukaan (Kehitysvamma-alan asumisen neuvottelukunta 2010, 2). Tällaisia vaihtoehtoja ovat muun muassa laitosasuminen, palveluasuminen ja tuettu asuminen. Yksilöllisen suunnittelun ja toimintakyvyn arvioimisen avulla kehitysvammaisten henkilöiden asuminen on mahdollista järjestää heidän tarpeidensa mukaan. (Kehitysvamma-alan asumisen neuvottelukunta 2010, 2; Kehitysvammaisten Tukiliitto ry 2008, 6.)

Lievästi kehitysvammaisten henkilöiden toimintakyky mahdollistaa useimmiten tuetun asumisen ratkaisut, sillä he voivat asua hyvinkin itsenäisesti pienen tuen avulla. Tuettua asumista voidaan räätälöidä kehitysvammaisten henkilöiden yksilöllisiin tarpeisiin, jolloin he voivat toimia tarvitsemansa tuen avulla oman elämänsä päämiehinä. (Kehitysvammaisten Tukiliitto ry 2008, 5-6; Kaski ym. 2012, 19.) Kuntien tehtävänä on tukea kehitysvammaisten muuttoprosessia. Näin ollen kehitysvammaisilla henkilöillä on mahdollisuus osallistua kunnan organisoimaan muuttovalmennukseen. (Sosiaali- ja terveystieteiden ministeriö 2012, 11; Vammaispalveluhanke 2013.) Opinnäytetyömme oli osa Joensuun kaupungin vammaispalvelujen järjestämiä muuttovalmennuksia. Sen aikana kehitysvammaisia henkilöitä ja heidän läheisiään valmennetaan tulevaan elämänmuutokseen, jolloin

molempia osapuolia pyritään tukemaan sekä tunne-elämän että arkisten asioiden äärellä (Kehitysvamma-alan tuki- ja osaamiskeskus 2015; Vernerin 2014).

Muuttovalmennusprosessin keskeisenä ajatuksena on ollut vastata Joensuun kaupungin vammaispalvelujen asettamiin tavoitteisiin muuttovalmennusryhmän ja tuotoksen osalta. Otimme tämän haasteen vastaan odottavin mielin, sillä se tarjosi mahdollisuuden kehittyä ammatillisesti ja olla mukana kehittämässä heidän toimintaansa. Olemme huomioineet opinnäytetyöprosessin aikana toimeksiantajan toiveita ja mielipiteitä niin ryhmän kuin tuotoksen suhteen. Koimme tärkeäksi kuulla toimeksiantajan näkemyksiä, sillä opinnäytetyön tarkoituksena on ollut kehittää Joensuun kaupungin vammaispalvelujen muuttovalmennusta.

Ryhmämuotoisen toiminnan avulla pyrimme tukemaan muuttajien ryhmäytymistä ja heidän sosiaalisten suhteidensa muodostumista. Luovat ja toiminnalliset menetelmät olivat keskeisessä roolissa ryhmän tapaamisissa. Niiden avulla voidaan vahvistaa yksilöiden osallisuutta ja luoda toiminnallisten menetelmien avulla vaihtoehtoinen tapa itsensä ilmaisuun esimerkiksi yhteisön toiminnassa (Ruusunen 2005, 54–56). Lisäksi siinä korostuu yksilöiden elämänhallinnan vahvistuminen ja heidän henkinen kasvunsa sekä yksilöinä että yhteisön jäseninä (Ruusunen 2005, 55). Huomasimmekin, että muuttovalmennusryhmälle asetetuissa tavoitteissa on havaittavissa samankaltaisia piirteitä toiminnallisiin menetelmiin nähden. Ryhmätapaamisten aikana käsitellyt aiheet saivat muuttajat pohtimaan lähestyvää muuttoa ja yksin asumista. Aihetta oli helpompi lähestyä toiminnan kautta ja erilaiset menetelmät sekä lähestymistavat tarjosivat muuttajille mahdollisuuden osallistua muuttovalmennukseen monenlaisen tekemisen muodossa. Ryhmä on mielestämme ollut tärkeä tuki muuttajien uudessa elämäntilanteessa. Sen kautta he ovat voineet jakaa kokemuksiaan ja luoda sosiaalisia suhteita tuleviin naapureihin.

Toiminnalliseen opinnäytetyöhön kuuluu raportin ohella tuotos, joka voi olla esimerkiksi ammattihenkilöstölle suunnattu ohje. Tuotoksen on tarkoitus palvella työelämää, jolloin on kyse organisaation toiminnan kehittämistä. (Vilka & Airaksinen 2003, 9–10.) Opinnäytetyömme tehtävänä oli laatia opas muuttovalmennuksesta. Toimeksiantaja toivoi selkeää opasta, jota on mahdollisuus hyödyntää jatkossa vammaispalvelujen toiminnassa. Prosessin lopputuloksena syntyi käytännönläheinen opas. Mielestämme se vas-

taa sekä toimeksiantajan odotuksiin että meidän itse omalle työllemme asettamiin tavoitteisiin. Kerromme oppaassa yksityiskohtaisesti ryhmäkertojen etenemisestä ja ohjeiden avulla sosiaalialan työntekijä voi jatkossa ohjata vastaavanlaista ryhmätoimintaa. Visuaalisesti kiinnostavalla ulkoasulla voi mielestämme herättää ohjaajan mielenkiinnon aiheetta ja ryhmätoimintaa kohtaan. Koemmekin että oppaassa käyttämämme värit ja valokuvat paitsi havainnollistavat tekemistä, myös innostavat ohjaajaa lukemaan opasta eteenpäin. Tärkeintä on kuitenkin se, että opas on hyödynnettävissä myös jatkossa. Mielestämme Joensuun kaupungin vammaispalvelut voi käyttää sitä sellaisenaan tai soveltaa opasta esimerkiksi vaikeammin kehitysvammaisille henkilöille. Oppaan käyttäjäkuntaa voi laajentaa myös muiden sosiaalialan asiakasryhmien parissa työskenteleville ammattiryhmille.

Yhteiskunnallisesta näkökulmasta tarkasteltuna opinnäytetyömme aihe on mielestämme tärkeä ja ajankohtainen. Susan Eriksson on tehnyt vuosina 2007–2008 tutkimusta vammaisten henkilöiden elinoloista, jonka mukaan heidän itsemääräämisoikeutensa ja täysi-valtainen kansalaisuutensa eivät välttämättä toteudu kaikilla elämän osa-alueilla. Koska vammaisen ihminen on riippuvainen muiden ihmisten tuesta, voi vammaisesta henkilöstä tuntua, ettei hänellä ole päätösvaltaa elämäänsä koskevissa asioissa. (Eriksson 2008, 177–178, 78, 87.) Asuminen omassa asunnossa tuo kehitysvammaisille mahdollisuuden tehdä päätöksiä omassa arjessaan. Asumisen järjestelyjen tavoitteena on ollut kehittää vammaisten henkilöiden asumisen yksilöllisiä ratkaisuja ja mahdollistaa heidän asumisensa tavallisissa asuinympäristöissä (Kehitysvamma-alan asumisen neuvottelukunta 2010, 2). Kunnan järjestämä muuttovalmennus on mielestämme yksi keino vastata tähän yhteiskunnalliseen ilmiöön. Tällaisen valmennuksen ja siinä käsiteltävien aiheiden avulla kehitysvammaiset henkilöt saavat valmiuksia itsenäiseen asumiseen ja omassa kodissa elämiseen.

## 9.2 Opinnäytetyön eettisyys

Tutkimusetiikka mielletään keskeiseksi osaksi hyvien käytänteiden mukaista tutkimusprosessia. Se on aina läsnä riippumatta siitä, kuka tutkimusta tekee tai missä instituutiossa sitä toteutetaan. Eettinen keskustelu kulkee tutkimuksen mukana prosessin alusta loppuun. (Vilka 2005, 29.) Kaiken tutkimustyön perustana on ihmisarvon kunnioittaminen. Tällöin tutkija täytyy huolehtia siitä, että osallistujien itsemääräämisoikeus toteutuu ja he ovat mukana vapaaehtoisesti. Ennen suostumuksen pyytämistä osallistujille tulee kertoa tutkimuksesta ja sen kulusta. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2007, 25.)

Tapasimme sekä muuttajat että heidän läheisensä ennen muuttovalmennusryhmän käynnistymistä. Kerroimme heille opinnäyteyöstämme, johon kuuluu muuttajille suunnattu ryhmä ja sen pohjalta laadittu opas. Suullisen kertomisen lisäksi jaoimme osallistujille pienen infokirjeen samasta aiheesta, jonka pyrimme kirjoittamaan selkeällä kielellä. Halusimme tällä tavoin varmistaa, että kaikki voisivat sisäistää mistä muuttovalmennusprosessissa on kyse. Kysyimme muuttajilta suostumuksen heidän mielipiteidensä hyödyntämiseen lopullisessa tuotoksessa. Tämä tapahtui kirjallisesti laatimamme suostumuslomakkeen muodossa, jotka tuhoamme asianmukaisesti opinnäytetyömme hyväksymisen jälkeen.

Tutkimuksen tekijää sitoo vaitiolovelvollisuus (Tampereen yliopisto 2013). Kirjoittamamme toimeksiantosopimus jo itsessään velvoittaa meitä vaitiolovelvollisuuteen tehdessämme opinnäytetyötä. Omassa toiminnassamme tästä on tullut itsestään selvä toimintatapa, jota noudatamme kaikessa työskentelyssämme. Tutkimustyössä puhutaan tunnistetekijöistä, joilla viitataan suoriin ja epäsuoriin tunnisteisiin. Suoria ovat esimerkiksi nimi ja syntymäaika ja epäsuoriin lukeutuu muun muassa asuinpaikkakunta, perheen koostumus ja koulutus. (Tampereen yliopisto 2013.) Opinnäytetyössämme on mielestämme havaittavissa kaksi epäsuoraa tunnistetta, jotka liittyvät asuinpaikkakuntaan ja ryhmäläisten tulevaan asumismuotoon. Kuten jo aiemmin mainitsimme, keskustelimme tästä asiasta toimeksiantajan kanssa. Pohdimme tuolloin, voimmeko mainita opinnäytetyössämme Joensuun kaupungin vammaispalvelut ja tuetun asumismuodon, mihin saimme toimeksiantajalta myöntävän vastauksen. Tämän lisäksi toimeksiantaja kertoi, että emme tarvitse erillistä lupaa näiden asioiden mainitsemiseen opinnäytetyössämme.

Mielestämme on tärkeää, että olemme saaneet toimeksiantajalta opinnäytetyöprosessimme ja ryhmän ohjaamisen kannalta vain tarpeellisen tiedon. Ryhmän suunnittelun kannalta meille oli tärkeää tietää ryhmään osallistuvien toimintakyvyistä. Halusimme kohdata muuttajat ennen kaikkea yksilöinä, jolloin liika tieto heidän erityisominaisuuksistaan olisi saattanut saada liian suuren painoarvon.

Yhteydenpito toimeksiantajan kanssa on kulkenut mukana koko matkan ajan. Se on tapahtunut pääasiassa sähköpostin välityksellä, jolloin keskustelunaiheet ovat liittyneet esimerkiksi käytännön järjestelyihin ryhmätoiminnan osalta, prosessin aikatauluihin ja tuotoksen työstämisen aikana heränneisiin kysymyksiin. Prosessin aikana järjestettiin muutamia tapaamisia muun muassa alkuvaiheen ideointiin ja loppuvaiheessa tuotoksen arviointiin liittyen. Yksi tärkeimmistä keskustelunaiheista toimeksiantajan kanssa oli pohdintaa aiheen rajaamisesta. Kehittämistyön lopputuloksen kannalta on tärkeää miettiä kuka päättää työn lopullisen suunnan (Ojasalo ym. 2014, 49). Tässä toiminnallisessa opinnäytetyössämme kehittämistehtävä rajattiin muuttajille suunnatun muuttovalmennusryhmän suunnitteluun, toteutukseen ja oppaan laatimiseen. Alkuvaiheessa pyörittelimme myös ideaa läheisten omasta valmennuksesta muuttajien ryhmän lisäksi. Totesimme tämän yhtälön kuitenkin mahdottomaksi esimerkiksi aikataulullisten syiden vuoksi. Onneksi vammaispalvelujen puolelta löytyi resursseja läheisten ryhmän toteuttamiseen.

Työelämälähtöisessä kehittämistyössä pätevät samat eettiset normit, jotka vallitsevat myös yhteiskunnallisessa toiminnassa ja ihmisten välisessä vuorovaikutuksessa. Eettisestä näkökulmasta tarkasteltuna kehittämistyön tulisi olla käytäntöä hyödyttävää. Siihen päästään rehellisellä, huolellisella ja tarkalla työskentelyllä. Tämän lisäksi kehittäjiä on hyvä pitää mielessä toiminnan kohde ja tavoitteet koko prosessin ajan. (Ojasalo ym. 2014, 48.) Oman työskentelymme kiintopisteenä oli tuotos, jota Joensuun kaupungin vammaispalvelujen työntekijät voivat hyödyntää tulevaisuudessa. Tätä päämäärää kohti etenimme suunnitelmallisella ja järjestelmällisellä työskentelyllä. Tutkimuksellisen kehittämistyön prosessi oli oiva väline työskentelyn jaksottamiseen kohti työllemme asetettuja tavoitteita. Pysähdyimme matkan varrella pohtimaan työmme suuntaa ja tarkastelemaan kriittisestikin tekemiämme valintoja.

Kaiken kaikkiaan olemme halunneet saada aikaan viimeistellyn ja omia tavoitteitamme vastaavan kokonaisuuden. Aikataulumme on viivästynyt raportin kirjoittamisen vuoksi,



vaikka tuotos valmistui suunnitellussa aikataulussa. Raportti kävi marraskuussa 2015 ohjaavilla opettajilla kommentoitavana ja tietysin muutoksin olisimme voineet esitellä sen jo joulukuussa 2015. Halusimme kuitenkin ottaa aikaa, jotta pystyimme viimeistelemään raportin omia tavoitteitamme vastaavaksi kokonaisuudeksi. Eettiseltä kannalta pohdittuna se on todennäköisesti hyödyttänyt sekä toimeksiantajaa että meitä itseämme tulevana sosiaalialan osaajina.

### 9.3 Oppimisprosessi

Matka opinnäytetyömme parissa on ollut liki puolentoista vuoden mittainen prosessi. Etsimme aiheita toimijoilta, jotka työskentelevät sosiaalialalla erilaisten asiakasryhmien parissa. Olimme päättäneet tarttua sellaiseen aiheeseen, johon meillä on aitoa mielenkiintoa. Halusimme tehdä opinnäytetyömme meitä motivoivan aiheen parissa ja sitä kautta haastaa itsemme vielä kerran sosionomiopintojemme aikana ennen varsinaista työelämään siirtymistä.

Parityöskentely tuntui meille luontevalta tavalta lähteä toteuttamaan opinnäytetyötämme. Olemme sosionomiopintojemme aikana tehneet yhdessä lukuisia paritöitä, jonka ansiosta meille on muovautunut yhteinen tapa työskennellä kohti yhdessä asetettua päämäärää. Opinnäytetyö on pitkä prosessi, jonka aikana on tärkeä saada jakaa ajatuksia toisen kanssa. Koimme, että saimme parityön voimalla vietyä työskentelyä eteenpäin. Näin pitkällä matkalla tulee toisinaan eteen tilanteita, joissa yksin eteneminen saattaa tuntua mahdottomalta tai vähintäänkin haasteelliselta.

Yhdeksi merkittävimmäksi oppimiskokemukseksi miellämme meille uudehkon asiakasryhmän. Tämän opinnäytetyön ansiosta kiinnostuksemme kehitysvammaisten parissa toimimiseen vahvistui. Prosessin alussa epäroimme, kuinka onnistumme kehitysvammaisten henkilöiden kohtaamisessa. Se huoli kuitenkin hälveni heti ensimmäisen tapaamisen aikana, sillä meidät otettiin innokkaasti ja avoimin mielin vastaan.

Olemme syventäneet tietämystämme opinnäytetyömme kohderyhmästä ja aiheesta niin käytännössä kuin teoriassakin. Ryhmän ohjaaminen oli meille tuttua jo entuudestaan,

tuolloin kuitenkin pienryhmien muodossa. Siitä olemme tulleet aikamoisen hypyn eteenpäin, kun saimme ohjattavaksemme 19 henkilölle suunnatun muuttovalmennuksen. Jouduimme mielenkiintoisen haasteen eteen ryhtyessämme suunnittelemaan ryhmän toiminnan sisältöä ja toteutusta. Käytännön ratkaisuksi löysimme pienryhmätyöskentelyn, jonka avulla muuttajilla oli mahdollisuus saada yksilöllisempää ohjausta. Ryhmän ohjaamisen kautta saatujen kokemusten pohjalta koemme, että toiminnalliset menetelmät ovat nousseet meille tärkeäksi työvälineeksi. Uskomme, että niistä ja ryhmän kautta saadusta käytännön kokemuksesta on tulevaisuudessa hyötyä niin yhteisöjen kuin yksilöidenkin parissa työskennellessämme.

Näin jälkikäteen ajateltuna toiminnallisen opinnäytetyön tekeminen on ollut onnistunut valinta. Pohtiessamme opinnäytetyön aiheita ja mahdollisia toimeksiantajia, olimme enemmän tutkimuksellisen opinnäytetyön kannalla ja toiminnallinen toteutus tuntui meille vieraalta. Muuttovalmennus aiheena herätti kuitenkin niin suuren mielenkiinnon, että päätimme kokeilla vielä kerran rajojamme tämän koulutuksen aikana. Tätä valintaa emme ole katuneet, sillä käytännössä saimme tällä tavalla yhden harjoittelun lisää ja samalla lisää kokemusta asiakastyöstä. Sosionomin (AMK) kompetenssien yksi osa-alue liittyykin asiakastyön osaamiseen (Innokylä 2016). Siihen kuuluu muun muassa kyky ohjata ja tukea asiakkaan kasvua ja kehitystä erilaisissa elämäntilanteissa. Sosionomi (AMK) osaa työskentelyssään huomioida myös asiakkaan voimavarat ja tukea hänen osallisuuttaan. (Innokylä 2016.) Koemmekin, että opinnäytetyön tekeminen on vahvistanut tätä osaamisaluettamme tulevina sosionomeina.

Toiminnallisen opinnäytetyön tekeminen toi työskentelyymme mukanaan kehittämistyön näkökulman. Olemme saaneet vahvistusta kehittämistyön osaamiseemme ja voisimmekin nähdä itsemme tulevaisuudessa esimerkiksi projekti- tai hanketyössä. Pitkäjänteinen työskentely on antanut meille varmuutta sosiaalialan työkentillä toimimiseen. Sosionomin (AMK) tutkimukselliseen kehittämisosaamiseen kuuluu kyky toteuttaa sosiaalialan kehittämishankkeita (Innokylä 2016). Siihen liittyy läheisesti niiden suunnittelu, toteutus, arviointi ja työn raportointi (Innokylä 2016). Edellä mainitut kehittämistyön vaiheet ovat olleet keskeisessä osassa toiminnallista opinnäytetyötämme.

Kaiken kaikkiaan prosessi on kasvattanut paineensietokykyämme, kehittänyt yhteistyötaitojamme, opettanut kantamaan vastuuta ja näyttänyt meille millaista esimerkiksi kehitysvammatyö voi käytännössä olla. Koemme saaneemme paljon vastuuta toiminnan suunnittelun ja toteuttamisen myötä. Työskentelyymme luotettiin alusta saakka, sillä saimme käytännössä itse päättää ryhmätoiminnan sisällöstä ja oppaan toteutuksesta. Tämän myötä suunnittelimme toiminnan tarkemmat sisällöt, joiden avulla etenimme kohti työskentelylle asetettuja tavoitteita. Tämä toi mukanaan onnistumisen paineita, jotta pystyimme vastaamaan sekä omiin että toimeksiantajan odotuksiin. Opinnäytetyöprosessi on kokonaisuudessaan vaatinut paljon aikatauluttamista, sillä työskentelyn rinnalla on kulkenut paitsi muut keskeneräiset opinnot myös työssä käyminen. Tämä on osaltaan kasvattanut paineensietokykyämme ja vaatinut joustamista suuntaan sekä toiseen. Uskomme, että matkan varrella oppimistamme asioista on tulevaisuudessa hyötyä niin ammatillisessa mielessä kuin myös yksityiselämän puolella.

#### **9.4 Jatkokehittämisideat**

Tämän opinnäytetyön pohjalta mieleemme on noussut muutamia jatkotyöskentelyideoita. Olemme kuvanneet tekemässämme oppaassa yksityiskohtaisesti ryhmätoiminnan sisältöä ja ohjeistaneet työskentelyn etenemistä. Laatimamme oppaan avulla voisi järjestää toisen vastaavantyyppisen muuttovalmennuksen ja testata sen toimivuutta uuden ryhmän kohdalla. Opasta voisi kehittää eteenpäin esiin nousevien havaintojen pohjalta. Toisena vaihtoehtona oppaasta voisi tehdä version, joka on suunnattu erilaisen vammaisryhmän parissa työskentelevälle henkilöstölle, esimerkiksi vaikeavammaisten henkilöiden ohjajille.

Mielestämme olisi mielenkiintoista kuulla muuttovalmennusryhmässämme mukana olleiden kokemuksia prosessiin osallistumisesta. Tämän voisi toteuttaa laadullisen tutkimuksen keinoin. Tutkittavia asioita olisi tällöin esimerkiksi ryhmän kautta syntyneet tai vahvistuneet sosiaaliset suhteet ja se, millaisia eväitä ryhmässä mukana olo on heille mahdollisesti antanut. Tässä voisi kuulla myös läheisten kokemuksia toteutuneesta muuttovalmennuksesta. Muuttajien läheiset saisivat mahdollisuuden kertoa millaisena valmennusprosessiin osallistuminen heille näyttäytyi, ja mitä he kokevat sen antaneen kehitysvammaisille henkilöille.

Ryhmätoimintaa voisi jatkossa kehittää eteenpäin läheisille suunnatun toiminnan muodossa. Läheiset saattaisivat hyötyä vertaistoiminnasta, jossa käsitellään kehitysvammaisen perheenjäsenen tulevaa muuttoa ja sen herättämiä tunteita sekä ajatuksia. Tapauksia tulisi mielestämme järjestää säännöllisesti muuttajien ryhmän rinnalla ja ryhmätoiminnan sisällön suunnittelussa voisi kuulla myös läheisten toiveita.

## Lähteet

- Arvio, M. 2011. Kehitysvamma-käsite. Teoksessa: Arvio, M. & Aaltonen, S. (toim.) Kehitysvammaisen potilaana. Kustannus oy Duodecim. 12–16.
- Eriksson, S. 2008. Erot, erilaisuus ja elinolot -vammaisten arkielämä ja itsemäärääminen. Kehitysvammaliiton tutkimuksia 3/2008. Helsinki: Kehitysvammaliitto ry.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2007. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Holopainen, M. 2011. Muuttovalmennus -toimintamalli Palvelukeskus Väinölään. Diakonia-ammattikorkeakoulu. Sosiaalialan koulutusohjelma. Opinnäytetyö. [https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/35604/Holopainen\\_Minna.pdf?sequence=1](https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/35604/Holopainen_Minna.pdf?sequence=1). 29.10.2015.
- Hynynen, R. 2013. Kehas-ohjelmalla monipuolisia vaihtoehtoja yksilölliseen asumiseen. <http://www.aspasaatio.fi/suuntaaja/suuntaaja-22013/kehas-ohjelmalla-monipuolisia-vaihtoehtoja-yksil%C3%B6lliseen-asumiseen>. 29.10.2015.
- Hämäläinen, J. 1999. Johdatus sosiaalipedagogiikkaan. Kuopio: Kuopion yliopisto.
- Innokylä 2016. <https://www.innokyla.fi/documents/1167850/7e5cfcaf-42e5-496f-8568-5937786cd4b2>. 11.3.2016.
- Joensuun kaupunki. 2014a. Arvot vammaispalveluissa.
- Joensuun kaupunki. 2014b. Sosiaalipalvelujen organisaatio. PowerPoint-esitys.
- Joensuun kaupunki. 2010. Asumisen strateginen suunnitelma 2010–2015. [https://www.google.fi/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&ved=0CB4QFjAAAhUKEwi2vvGwrfIAhUFVSwKHcsbD5E&url=http%3A%2F%2Fwww.ymparisto.fi%2Fdownload%2Fnoname%2F%257B6000920F-70E4-4C9F-8804-8860794E53FB%257D%2F101705&usg=AFQjC-NELaQF0Gvke0EUP\\_YmwaA0SOI8cDZQ&sig2=hKijIkQ\\_-vd6lEGN2ozcg&cad=rja](https://www.google.fi/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&ved=0CB4QFjAAAhUKEwi2vvGwrfIAhUFVSwKHcsbD5E&url=http%3A%2F%2Fwww.ymparisto.fi%2Fdownload%2Fnoname%2F%257B6000920F-70E4-4C9F-8804-8860794E53FB%257D%2F101705&usg=AFQjC-NELaQF0Gvke0EUP_YmwaA0SOI8cDZQ&sig2=hKijIkQ_-vd6lEGN2ozcg&cad=rja). 27.10.2015.
- Jämsén, A. & Pyykkönen, A. 2014. oSallisuuden jäljillä. <http://www.jelli.fi/lataukset/2014/05/oSallisuuden-j%C3%A4ljill%C3%A4-verkkoversio-pakattuna-16052014.pdf>. 20.10.2015.
- Kaski, M., Manninen, A. & Pihko, H. 2012. Kehitysvammaisuus. Helsinki: Sanoma Pro Oy.
- Kataja, J., Jaakkola, T. & Liukkonen, J. 2011. Ryhmä liikkeelle! Toiminnallisia harjoituksia ryhmän kehittämiseksi. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Kaukkila, V. & Lehtonen, E. 2007. Ryhmästä enemmän. Käsikirja ryhmänohjaajan taitoja tarvitsevalle. Helsinki: SMS-Tuotanto Oy.
- Kauppila, R. A. 2005. Vuorovaikutus- ja sosiaaliset taidot. Vuorovaikutusopas opettajille ja opiskelijoille. Jyväskylä: PS- Kustannus.
- Kehitysvammaisten palvelusäätiö. 2016a. Elämänmuutostoiminta -tukea elämän eri vaiheisiin. <http://www.kvps.fi/images/tiedostot/Esitteet/Elamanmuutostoiminta.pdf>. 16.2.2016.
- Kehitysvammaisten palvelusäätiö. 2016b. Mikä KVPS? <http://www.kvps.fi/kvps/mika-kvps>. 22.1.2016.
- Kehitysvammalaki 1977/519. Laki kehitysvammaisten erityishuollosta.
- Kehitysvamma-alan asumisen neuvottelukunta. 2010. Laatusuositukset kehitysvammaisten henkilöiden asuntojen rakentamiseen vuosina 2010–2017. [http://www.kvank.fi/wp-content/uploads/laatusuositukset\\_asuntojen\\_rakentamiseen\\_2010\\_2017.pdf](http://www.kvank.fi/wp-content/uploads/laatusuositukset_asuntojen_rakentamiseen_2010_2017.pdf). 29.10.2015.

- Kehitysvamma-alan tuki- ja osaamiskeskus. 2015. Muuttovalmennus. <http://www.kto-vs.fi/palvelut/muuttovalmennus/Sivut/default.aspx>. 28.10.2015.
- Kehitysvammaisten Tukiliitto ry. 2015. Tärkeimmät lait. <http://www.kvvl.fi/fi/lakineuvonta/tarkeimmat-lait/>. 29.10.2015.
- Kehitysvammaisten Tukiliitto ry. 2011. Oma kotia kohti. Tampere: Kehitysvammaisten Tukiliitto ry.
- Kehitysvammaisten Tukiliitto ry. 2008. Oma ovi, oma tuki. [http://www.kvvl.fi/media/Julkaisut/Oppaat/1256545820oma\\_ovi\\_-opas.pdf](http://www.kvvl.fi/media/Julkaisut/Oppaat/1256545820oma_ovi_-opas.pdf). 29.10.2015.
- Kehitysvammaliitto. 2015. Kehitysvammaisuus. <http://www.kehitysvammaliitto.fi/suomeksi/tietoa-liitosta/kehitysvammaisuus/>. 10.3.2016.
- Kiilakoski, T. 2007. Johdanto: lapset ja nuoret kuntalaisina. Teoksessa Gretschel, A. & Kiilakoski, T. (toim.) Lasten ja nuorten kunta. Nuorisotutkimusverkosto. 8–20.
- Laine, K. 2015. Toimintakyvyn arviointi. <https://www.thl.fi/fi/web/vammaispalvelujen-kasikirja/palvelujen-jarjestamisprosessi/palvelutarpeen-selvittaminen/toimintakyvyn-arviointi#maaritelma>. 28.10.2015.
- Lampinen, R. 2007. Omat polut! Vammaisesta lapsesta täysivaltaiseksi aikuiseksi. Helsinki: Edita Publishing.
- Malm, M., Matero, M., Repo, M. & Talvela, E-L. 2006. Esteistä mahdollisuuksiin. Vammaistyön perusteet. Helsinki: Werner Söderström Osakeyhtiö.
- Mast. 2015. Ryhmäytämisoapas. <http://www.mastohjaus.fi/pdf/Ryhmayttamisopas.pdf>. 29.10.2015.
- Miettinen, S. 2010. Vammaisuutta kuvaamassa. Maailman terveysjärjestön toimintakykyluokitukset vammaisuutta koskevan tiedon tuottamisen käytäntöinä. Teoksessa Teittinen, A. (toim.) Pois laitoksista! Vammaiset ja hoivan poliitikka. Gaudeamus Helsinki University Press Oy Yliopistokustannus, HYY yhtymä. 42–64.
- Mäkinen, P., Raatikainen, E., Rahikka, A. & Saarnio, T. 2011. Ammattina sosionomi. Helsinki: WSOYpro Oy.
- Nietosvuori, L. 2008. Luovat ja toiminnalliset menetelmät sosionomin työssä. Teoksessa Viinamäki, L. (toim.) 14 puheenvuoroa sosionomien (AMK) asemasta Suomen hyvinvointiasiantuntijajärjestelmässä. Kemi: Kemi-Tornion ammattikorkeakoulu. 135–142.
- Ojasalo, K., Moilanen, T. & Ritalahti, J. 2014. Kehittämistyön menetelmät. Uudenlaista osaamista liiketoimintaan. Helsinki: Sanoma Pro Oy.
- Puhakka, R. 2015. Itsemääräämisoikeutta koskeva lakiuudistus loppusuoralla. <http://ketju-lehti.fi/aiheet/itsemaaraaminen/itsemaaraamisoikeutta-koskeva-lakiuudistus-loppusuoralla/>. 8.11.2015.
- Puranen, T. 2016. Muuttovalmennus -opas itsenäistyvän kehitysvammaisen muuttajan vanhemmille. Kehitysvammaisten Palvelusäätiö. <http://www.kvps.fi/images/tiedostot/Julkaisut-Raportit/muuttovalmennus-2007.pdf>. 22.1.2016.
- Ruusunen, T. 2005. Ilmaisulliset menetelmät -siltoja itseen ja toisiin. Teoksessa Ranne, K., Sankari, A., Rouhiainen-Valo, T. & Ruusunen, T. (toim.) Sosiaalipedagoginen ammatillisuus. Madsenin kukasta toiminnan tulppaaniksi. Pori: Satakunnan ammattikorkeakoulu. 53–61.
- Salonen, K. 2013. Näkökulmia tutkimukselliseen ja toiminnalliseen opinnäytetyöhön. Opas opiskelijoille, opettajille ja TKI-henkilöstölle. Turun ammattikorkeakoulu. Puheenvuoroja 72. <http://julkaisut.turkuamk.fi/isbn9789522163738.pdf>. 29.10.2015.

- Savon Vammaisasuntosäätiö. 2009. MINÄ MUUTAN -asumisvalmennusprojekti 2007–2009. Kuopio: Savon Vammaisasuntosäätiö. [http://www.savas.fi/userfiles/file/projektit/MIMU\\_LOPPURAPORTTI\\_2009\\_yhd.pdf](http://www.savas.fi/userfiles/file/projektit/MIMU_LOPPURAPORTTI_2009_yhd.pdf). 22.1.2016.
- Seppälä, H. & Sundin, M. 2011. TOIMI. Menetelmä psykososiaalisen toimintakyvyn kuvaamiseen. Helsinki: Kehitysvammaliitto ry.
- Seppälä, H. 2010. Hoivan ja asumisen välimaastossa. Pohdintoja kehitysvammaisuuden kaksista kasvoista. Teoksessa Teittinen, A. (toim.) Pois laitoksista! Vammaiset ja hoivan politiikka. Helsinki: Gaudeamus Helsinki University Press Oy Yliopistokustannus, HYY yhtymä. 180–198.
- Sosiaali- ja terveysministeriö. 2015a. Vammaispolitiikka. <http://stm.fi/vammaispolitiikka>. 29.10.2015.
- Sosiaali- ja terveysministeriö. 2015b. Työryhmä ehdottaa: Vammaiset henkilöt saisivat palvelut toimintakyvyn haitan perusteella. [http://stm.fi/artikkeli/-/asset\\_publisher/tyoryhma-ehdottaa-vammaiset-henkilot-saisivat-palvelut-toimintakyvyn-haitan-perusteella](http://stm.fi/artikkeli/-/asset_publisher/tyoryhma-ehdottaa-vammaiset-henkilot-saisivat-palvelut-toimintakyvyn-haitan-perusteella). 8.11.2015.
- Sosiaali- ja terveysministeriö. 2012. Vammaisneuvoston periaatepäätös kehitysvammaisten henkilöiden yksilöllisen asumisen ja palveluiden turvaamisesta. <https://julkari.fi/bitstream/handle/10024/112513/URN%3aNB%3afe201504226062.pdf?sequence=1>. 29.10.2015.
- Sosiaali- ja terveysministeriö. 2011. Suomen vammaispoliittinen ohjelma vuosiksi 2010–2015. Oikeus yhdenvertaiseen kohteluun ja tasa-arvoiseen osallistumiseen. [https://www.thl.fi/documents/470564/817072/selko\\_vampo.pdf/198538d9-a87f-46cd-9e0d-1134f519b081](https://www.thl.fi/documents/470564/817072/selko_vampo.pdf/198538d9-a87f-46cd-9e0d-1134f519b081). 29.10.2015.
- Suhonen, L. 2015. Opinnäytetyön toimintaympäristön kuvaus. Emmi.Muho-  
nen@edu.karelia.fi. 22.10.2015.
- Suomen perustuslaki 731/1999.
- Suomen YK-liitto. 2012. YK:n yleissopimus vammaisten henkilöiden oikeuksista ja sopimuksen valinnainen pöytäkirja. [http://www.ykliitto.fi/sites/ykliitto.fi/files/ykn\\_vammaissopimus\\_uudistettu\\_painos\\_2012.pdf](http://www.ykliitto.fi/sites/ykliitto.fi/files/ykn_vammaissopimus_uudistettu_painos_2012.pdf). 29.10.2015.
- Särkelä-Kukko, M. 2014. Osallisuuden eriarvoisuus ja eriarvoistuminen. Teoksessa Jämsén, A. & Pyykkönen, A. (toim.) oSallisuuden jäljillä. <http://www.jelli.fi/lataukset/2014/05/oSallisuuden-j%C3%A4ljill%C3%A4-verkkoversio-pakattuna-16052014.pdf>. 29.10.2015. 34–50.
- Tampereen Yliopisto. 2013. Yksityisyys ja tietosuojat. <http://www.uta.fi/tutkimus/etiikka/periaatteet/yksit.html>. 11.3.2016.
- Tiittula, L., Rastas, A. & Ruusuvoori, J. 2005. Kasvokkaisesta vuorovaikutuksesta tietokonevälitteiseen viestintään. Virtuaalihaastattelun näkymiä. Teoksessa Ruusuvoori, J. & Tiittula L. (toim.) Haastattelu. Tutkimus, tilanteet ja vuorovaikutus. Tampere: Vastapaino. 264–271.
- Vammaispalvelulaki 1987/380. Laki vammaisuuden perusteella järjestettävistä palveluista ja tukitoimista.
- Vammaispalveluhanke. 2013. Opas onnistuneen muuton avuksi kehitysvammaisille ihmisille ja heidän läheisilleen. <https://www.innokyla.fi/documents/295898/bffcafd-7186-4f72-b543-5deae3689d2d>. 29.10.2015.
- Vehmas, S 2005. Vammaisuus. Johdanto historiaan, teoriaan ja etiikkaan. Helsinki: Gaudeamus Kirja. Oy Yliopistokustannus University Press Finland Ltd. HYY yhtymä.
- Vernerit 2014. Muuttovalmennus. <http://verneri.net/yleis/muuttovalmennus>. 28.10.2015.

- Vesala, H.T. 2010. Hameennappi ja haalari. Tutkimus puhumattoman, vaikeasti kehitysvammaisen naisen itsemääräämisestä ja valinnanmahdollisuuksista. Teoksessa Teittinen, A. (toim.) Pois laitoksista! Vammaiset ja hoivan politiikka. Gaudeamus Helsinki University Press Oy Yliopistokustannus, HYY yhtiö. 123–161.
- Vilka, H. & Airaksinen, T. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Vilka, H. 2005. Tutki ja kehitä. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- World Health Organization. 2004. ICF. Toimintakyvyn, toimintarajoitteiden ja terveyden kansainvälinen luokitus. file:///D:/Lataukset/ICF\_2013\_2503verkko.pdf. 11.1.2015.
- Äikäs, A. 2012. Toiselta asteelta eteenpäin. Narratiivinen tutkimus vaikeavammaisen nuoren aikuisen koulutuksesta ja työllistymisestä. [http://epublications.uef.fi/pub/urn\\_isbn\\_978-952-61-0776-9/urn\\_isbn\\_978-952-61-0776-9.pdf](http://epublications.uef.fi/pub/urn_isbn_978-952-61-0776-9/urn_isbn_978-952-61-0776-9.pdf). 22.2.2016.





## OPINNÄYTETYÖN TOIMEKSIANTOSOPIMUS

Toimeksiantaja	
Organisaation nimi:	Joensuu kaupunki / vammaispalvelut
Toimeksiantajan edustaja:	vs. palveluvastaava [redacted]
Osoite:	Länsikatu 15, rak 2
Puhelinnumero:	80110 Joensuu
Sähköposti:	[redacted]

Opiskelijan/opiskelijoiden tiedot	
Koulutusohjelma:	Sosiaalialan ko. sosionomi
Opiskelijanumero(t) ja nimi(et):	Vilhelmiina Nisinen (1201343), Emmi Muhonen (1001259)
Puhelinnumero:	[redacted]
Sähköposti:	[redacted]

Toimeksiannon kuvaus	
Aihe	Muuttovalmennuksen suunnittelu ja toteutus
Toteutusmuoto	Toiminnallinen opinnäytetty
Aikataulu	09/14 - 10/15
Kustannusarvio ja kustannusvastuu	

Toimeksiantajan sitoumukset	
Materiaalikustannukset, tuki	

Opiskelijan sitoumukset	

Opinnäytetyön ohjaus Karelia-amk:ssa	
Ohjaaja(t):	Terttu Mollanen, Riitta Räsänen

Opinnäytetyön julkisuus	
Opinnäytettyö on julkinen asiakirja ja se voidaan julkaista Theseus-verkkokirjastossa.	

Allekirjoitukset	
Päiväys 9.3.2015	Opiskelijan allekirjoitus ja nimenselvennys V. N. Vilhelmiina Nisinen Emmi Muhonen
Päiväys 9.3.2015	Toimeksiantajan edustajan allekirjoitus ja nimenselvennys [redacted]
Päiväys 17.3.2015	Opinnäytetyön ohjaajan allekirjoitus ja nimenselvennys Riitta Räsänen Riitta Räsänen

Muuttovalmennus on osa opiskelijoiden opinnäytetyötä.

Muuttovalmennuksen aikana opiskelijat kysyvät sinulta ajatuksia valmennukseen osallistumisesta.

Niitä käytetään opinnäytetyön raportissa ja henkilökunnan oppaassa.

Tiedon kerääminen on tärkeää, koska joku muu muuttaja voi myöhemmin hyötyä siitä.

Sinua ei voida tunnistaa vastaustesi perusteella.

Annatko luvan käyttää opiskelijoiden keräämää tietoa opinnäytetyön raportissa ja henkilökunnan oppaassa?

Annan luvan

En anna lupaa

Sinun nimi: \_\_\_\_\_

Sinun allekirjoitus: \_\_\_\_\_

Alle 18-vuotiaalta muuttajalta huoltajan nimi ja allekirjoitus: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Päivämäärä: \_\_\_\_\_

Hei!

Olemme sosiaalialan opiskelijoita.

Opiskelemme Karelia-ammattikorkeakoulussa kolmatta vuotta.

Teemme opinnäytetyötä, jossa järjestämme muuttovalmennusta henkilöille, jotka muuttavat \_\_\_\_\_.

Muuttovalmennuksessa tutustutaan toisiin muuttajiin.

Siellä käydään läpi muuttoon liittyviä asioita.

Muuttovalmennuksen avulla me opiskelijat teemme raportin ja

oppaan henkilökunnan käyttöön.

Kerromme raportissa ja henkilökunnan oppaassa muuttovalmennuksen toteutumisesta.

Muuttovalmennuksen aikana kysymme muuttajien ajatuksia muuttovalmennukseen osallistumisesta.

Käytämme tietoa raportissa ja henkilökunnan oppaassa.

Ajatusten kysyminen tapahtuu ilman nimeä.

Ketään henkilöä ei voida tunnistaa vastauksista.

Tiedon kerääminen on tärkeää, koska joku muu muuttaja voi myöhemmin hyötyä siitä.

Terveisin,

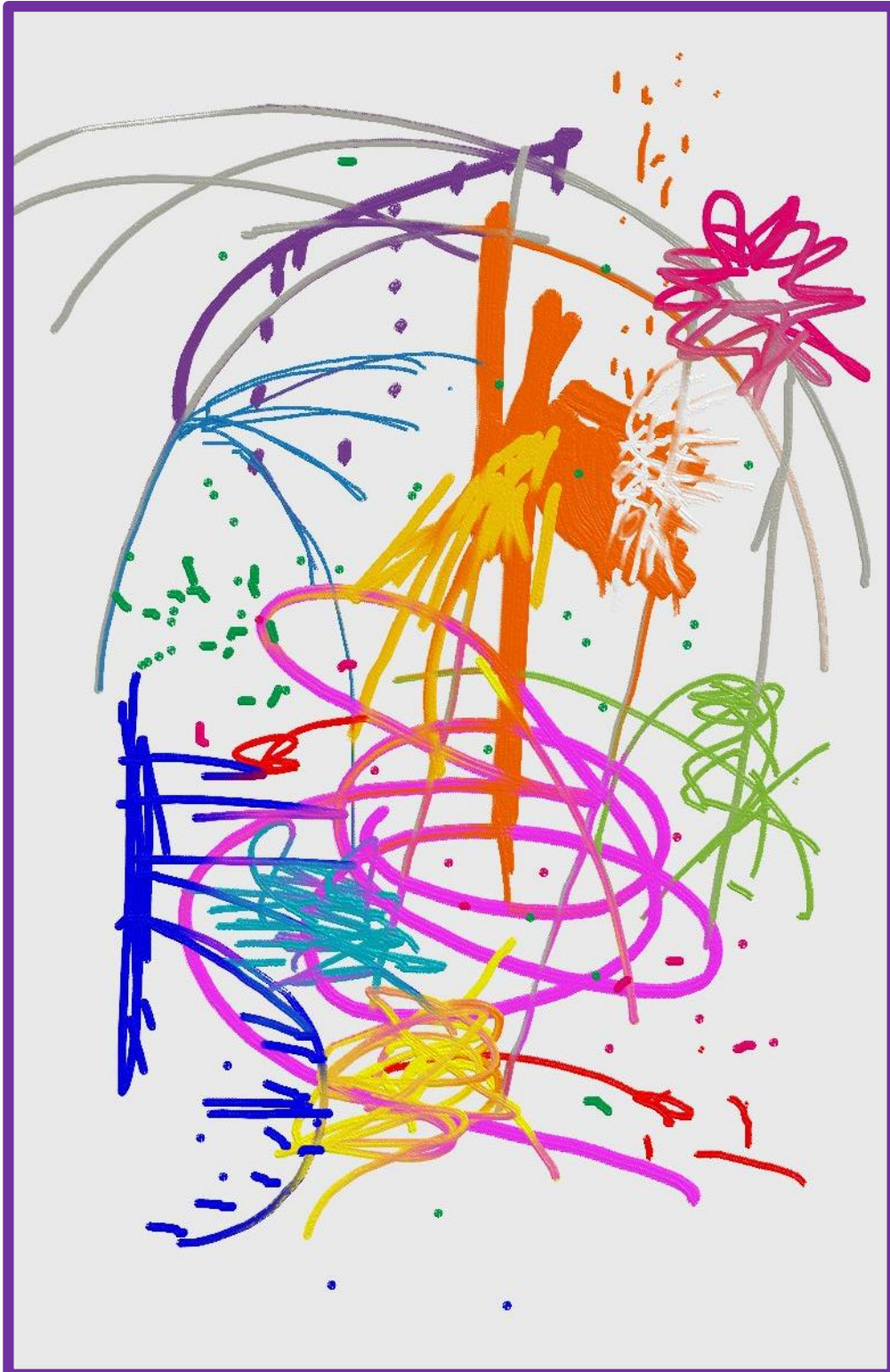
opiskelijat Emmi ja Vilhelmiina

<b>Kuukausi</b>	<b>Tapahtuma</b>
<u>Syyskuu 2014</u>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Ensimmäinen tapaaminen toimeksiantajan kanssa, jossa keskustelua erilaisista vaihtoehdoista opinnäytetyön aiheeksi</li><li>• Tartuimme toiminnalliseen opinnäytetyöhön, jonka aiheena muuttovalmennus. Tehtävänä ryhmän suunnittelu ja toteutus sekä tuotoksen laatiminen toteutuneesta ryhmätoiminnasta.</li></ul>
<u>Lokakuu 2014</u>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Palaveri Joensuun kaupungin vammaispalveluissa, jossa sovimme toimeksiantajan kanssa suuntaviivat muuttovalmennukselle (sisältää, painopiste henkilökohtaisessa puolessa ja ryhmäytymisessä).</li></ul>
<u>Marraskuu 2014</u>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Ryhmätoiminnan rungon hahmottelua ja suunnittelua.</li></ul>
<u>Joulukuu 2014</u>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Suunnitelman laatimista.</li></ul>
<u>Tammikuu 2015</u>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Tapaaminen toimeksiantajan kanssa</li><li>• Suunnitelman valmistuminen.</li></ul>
<u>Helmikuu 2015</u>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Toimintakeskuksen tiloihin tutustuminen</li><li>• Läheisten ja muuttajien yhteinen ilta</li><li>• Ryhmätoiminnan suunnittelua, materiaalien valmistamista ja hankkimista</li><li>• Ensimmäinen muuttovalmennus: Muuttovalmennusryhmän käynnistäminen</li><li>• Ryhmätoiminnan arviointia.</li></ul>
<u>Maaliskuu 2015</u>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Ryhmätoiminnan suunnittelua, materiaalien valmistamista ja hankkimista</li><li>• Toinen muuttovalmennus: Muuttajien sosiaaliset suhteet</li><li>• Kolmas muuttovalmennus: Tunteet ja yksin asuminen</li><li>• Ryhmätoiminnan arviointia.</li></ul>

<u>Huhtikuu 2015</u>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ryhmätoiminnan suunnittelua, materiaalien valmistamista ja hankkimista</li> <li>• Neljäs muuttovalmennus: Talolla vierailu</li> <li>• Viides muuttovalmennus: Arkkitehdin vierailu</li> <li>• Ryhmätoiminnan arviointia.</li> </ul>
<u>Toukokuu 2015</u>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ryhmätoiminnan suunnittelua, materiaalien valmistamista ja hankkimista</li> <li>• Kuudes muuttovalmennus: Tuleva kotini</li> <li>• Ryhmätoiminnan arviointia.</li> </ul>
<u>Elokuu 2015</u>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ryhmätoiminnan suunnittelua, materiaalien valmistamista ja hankkimista</li> <li>• Seitsemäs muuttovalmennus: Yhteisen taipaleen loppusuoralla</li> <li>• Ryhmätoiminnan arviointia</li> <li>• Oppaan työstämistä.</li> </ul>
<u>Syyskuu 2015</u>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Oppaan työstämistä.</li> </ul>
<u>Lokakuu 2015</u>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Oppaan työstämistä</li> <li>• Oppaan lähettäminen arvioitavaksi toimeksiantajalle</li> <li>• Arviointikeskustelu toimeksiantajan kanssa.</li> </ul>
<u>Marraskuu 2015</u>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Oppaan viimeistelyä.</li> </ul>
<u>Joulukuu 2015</u>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Valmis opas ja antaminen toimeksiantajan käyttöön.</li> </ul>

# Muuttovalmennus

## Opas työntekijälle



# Sisällys

Alkusanat.....	3
Mikä muuttovalmennus? .....	4
Ryhmän perustiedot.....	4
Tavoitteet .....	4
Oppaan käyttöohjeet.....	5
Muuttovalmennuksen sisältö .....	6
1. tapaaminen: Muuttovalmennusryhmän käynnistäminen .....	6
2. tapaaminen: Muuttajien sosiaaliset suhteet.....	12
3. tapaaminen: Tunteet ja yksin asuminen .....	17
4. tapaaminen: Talolla vierailu .....	23
5. tapaaminen: Arkkitehdin vierailu.....	29
6. tapaaminen: Tuleva kotini .....	32
7. tapaaminen: Yhteisen taipaleen loppusuoralla.....	37
Lähteet.....	42

## Liitteet

Liite 1	Pohja verkostokartalle
Liite 2	Tärkeät henkilöt -pohja
Liite 3	Kysymyksiä arkkitehdille -pohja
Liite 4	Muuttovalmennuksen arviointi- lomake

# Alkusanat

Tämä opas on toiminnallisen opinnäytetyömme tuotos, jonka toimeksiantajana toimi Joensuun kaupungin vammaispalvelut. Opas on tarkoitettu vammaispalvelujen henkilöstön käyttöön. Tehtävänämmä oli suunnitella ja toteuttaa muuttovalmennus lievästi kehitysvammaisille henkilöille. Näin ollen opas on kuvaus siitä, mitä teimme muuttovalmennusryhmän kanssa. Käyttämämme harjoitukset ovat joko meidän aikaisemman kokemuksen pohjalta hyväksi koettuja tai olemassa olevien harjoitusten soveltamista tälle kohderyhmälle sopiviksi. Ryhmä kokoontui seitsemän kertaa helmi-elokuun 2015 aikana. Sen keskeisiksi osa-alueiksi nostimme yhdessä toimeksiantajan kanssa muuttajien ryhmäytymisen ja heidän valmentautumisensa muuttoon. Yhteisten suuntaviivojen löytyttyä saimme suunnittelutyöhömme melko vapaat kädet. Prosessin ajan olimme tiiviisti yhteydessä toimeksiantajaan ja saimme toimintakeskuksen työntekijästä kolmannen ohjaajan ryhmäkerroille. Lähes vuoden kestäneen matkamme lopputuloksena on syntynyt tämä opas, josta toivomme olevan iloa seuraavissa muuttovalmennuksissa!



Terveisin,  
Emmi Muhonen ja  
Vilhelmiina Nissinen

Sosionomiopiskelijat  
Karelia-ammattikor-  
keakoulu



# Mikä muuttovalmennus?

## Ryhmän perustiedot

### Ryhmän koko?

- \* 19 muuttajaa
- \* Kolme ohjaajaa

### Tapaamisten määrä?

- \* Seitsemän tapaamista

### Tapaamisen kesto?

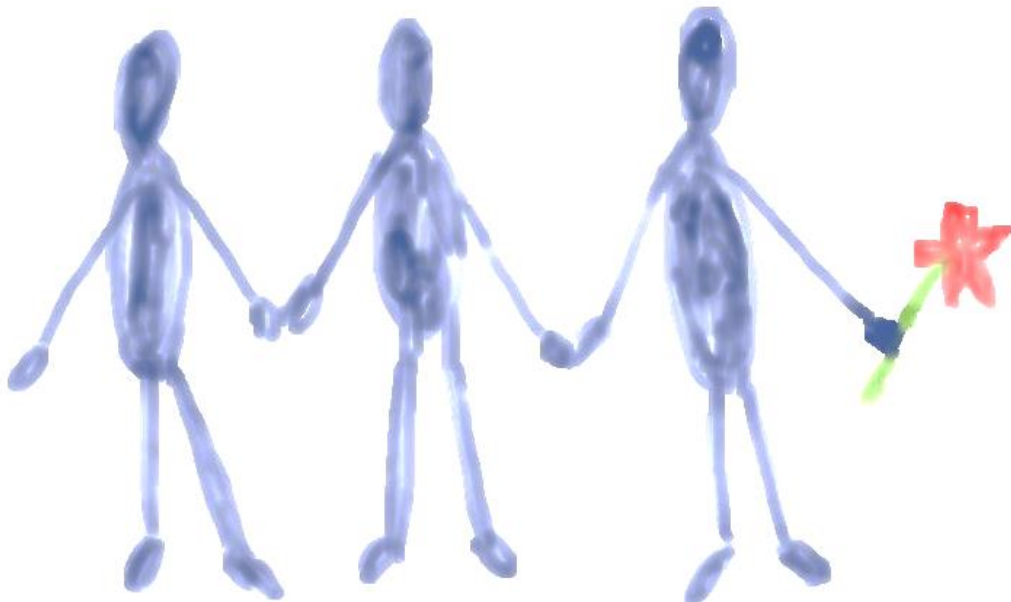
- \* Kaksi tuntia

## Tavoitteet

Muuttovalmennuksen tavoitteissa on nähtävissä kaksi osa-aluetta: muuttajien henkinen valmentautuminen ja heidän keskinäinen ryhmäytyminen. Valmennuksen aikana on pohdittu asioita, jotka liittyvät tulevaan muuttoon ja itsenäiseen asumiseen. Prosessin kannalta tärkeäksi koettiin esimerkiksi tunteisiin ja sosiaalisiin suhteisiin liittyvät seikat, ei niinkään arjen taitojen opettelu. Näkökulma on vahvasti sidoksissa sosionomin osaamiseen. Ryhmän työskentelyssä on pyritty toiminnallisuuteen ja osallistujien keskinäiseen ryhmäytymiseen. Nämä koettiin tärkeiksi asioiksi sosiaalisten suhteiden vahvistamisen ja tuleviin naapureihin tutustumisen näkökulmasta.

## Oppaan käyttöohjeet

Tämä opas on koottu toteutuneen muuttovalmennusprosessin pohjalta. Siitä on pyritty tekemään selkeä ja helposti hyödynnettävä. Oppaassa kuvataan jokainen muuttovalmennuskerta omana osionaan. Kerrat on jaettu aloitus-, toiminta- ja lopetusvaiheisiin ja lukemisen helpottamiseksi nämä vaiheet esitetään omilla väreillään. Muuttovalmennuksen havainnollistamiseksi tekstin joukossa on kuvia toteutuneen prosessin varrelta. Oppaan lopusta löytyy liitteinä tarvittavia materiaaleja, joita voi jatkossa hyödyntää sellaisenaan tai muokattuina.



# Muuttovalmennuksen sisältö

## 1. tapaaminen: Muuttovalmennusryhmän käynnistäminen

### Tavoitteet:

- \* Ryhmytyminen
- \* Tutustuminen toisiin muuttajiin
- \* Muuttovalmennuksesta kertominen.

### Tapaamisen sisältö:

Ensimmäisellä tapaamisella ohjelmassa on ryhmytymistä tutustumisharjoitusten avulla. Muuttoteemaan virittäydytään kuvallisen työskentelyn keinoin. Muuttajat askartelevat itselleen kansiot prosessin aikana syntyvää materiaalia varten. Osallistujat jaetaan pieniin ryhmiin, jotta työskentely on sujuvampaa. Lopuksi muuttajat saavat ilmaista mielipiteensä kuluneesta kerrasta.

# Aloitus

## 1) Tutustuminen piirissä

Piirissä olijat kertovat vuorollaan nimensä, ja mistä ovat muuttamassa uuteen kotiin (esimerkiksi lapsuudenkodista, asumisyksiköstä, omasta kodista).

## 2) Noppapeli piirissä

Materiaaliksi tarvitaan iso noppa.

Nopan sivuilla on erilaisia kysymyksiä tutustumisen tueksi. Ryhmäläiset heittävät vuorollaan noppaa, lukevat kysymyksen ääneen ja vastaavat siihen.

Kysymykset:

- \* Mikä eläin olisit?
- \* Mikä on lempiruokasi?
- \* Mistä haaveilet?
- \* Mikä on lempivärisi?
- \* Mitä harrastat?
- \* Mistä asioista tykkäät?



### 3) Kosketa väriä

Harjoituksen tarkoituksena on ottaa tilaa haltuun ja luoda kontaktia muihin ryhmäläisiin. Työskentely aloitetaan yhteisellä piirillä ja tehtävänä on havainnoida tilasta erilaisia värejä. Ohjaaja sanoo esimerkiksi "kosketa punaista", jolloin kaikki koskettavat kyseistä väriä. Väri voi löytyä esimerkiksi matoista, seinistä, tauluista tai kaverin vaatteista. Ohjeiden antamisen yhteydessä on hyvä muistuttaa siitä, että toisen ihmisen koskettamiseen tarvitaan häneltä lupa. Tunnelman rentouduttua myös ryhmän jäsenet voivat ehdottaa uusia värejä.

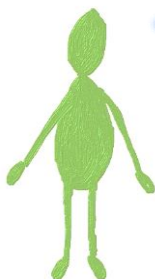
## Toiminta

### 4) Kuvallinen työskentely

Materiaaleiksi tarvitaan paperia, värikyniä, liimaa, saksia ja lehtiä.

Työskentely toteutetaan pienryhmissä, joissa on yksi ohjaaja. Jokainen tekee piirustuksen/kollaasin/kirjoitelman siitä, miltä tuleva muutto tuntuu.

Työskentelyn päätteeksi jokainen saa kertoa tekemästään tuotoksesta muille sen verran kuin haluaa.



Apukysymyksiä työskentelyn tueksi:

- \* Mitä odotat muutolta?
- \* Mikä muutossa jännittää?
- \* Millaisia ajatuksia sinulla on muuttoon liittyen?

## 5) Muuttovalmennuksesta kertominen ja keskusteleminen

Ohjaaja kertoo muuttovalmennuksen sisällöstä ryhmäläisille ja vastaa heidän esittämiinsä kysymyksiin.

## 6) Kansioiden askartelu

Työskentely toteutetaan pienryhmissä, joissa on yksi ohjaaja. Ryhmäläiset tekevät itselleen kansion, johon kootaan muuttovalmennuksen aikana syntyvää materiaalia.

Esimerkki kansion valmistamiseen:

Materiaaleiksi tarvitaan A2-kokoisia kartonkeja, lankaa ja rei'ittämiä.

Kartonki taitetaan puoliksi ja sen lyhyet sivut rei'itetään tasaisin välein. Rei'kien läpi pujotetaan lankaa, jotta sivut saadaan kiinnitettyä yhteen. Lopputuloksena syntyy taskun mallinen kansio.



# Lopetus

## 7) Fiilisjana hymynaamoilla

Materiaaleiksi tarvitaan kolme eri-ilmeistä hymynaamaa, jotka on tehty erillisille papereille.

Harjoituksen tarkoituksena on kerätä ryhmäläisiltä palautetta kuluneesta kerrasta. Fiilisjana on kuvitteellinen suora, jonka muodostamisessa hyödynnetään koko käytettävissä olevaa tilaa. Hymynaamat asetetaan fiilisjanalle siten, että hymyilevä ja surullinen naama ovat janan vastakkaisissa päädyissä. Näiden ääripäiden välille sijoitetaan neutraalia fiilistä kuvaava hymynaama.

Ryhmäläiset saavat miettiä, mikä hymynaama tai kohta janalla vastaa heidän tunteuksiaan kuluneesta kerrasta. Tämän jälkeen kukin asettuu kuvitellulle janalle valitsemalleen kohdalle. Lopuksi voidaan keskustella tapaamisen herättämistä tunteuksista.



**Tarvittavat materiaalit:**

- \* Iso noppa
- \* A4-kokoisia papereita
- \* Värikyniä/liituja/tusseja
- \* Liimaa
- \* Saksia
- \* Lehtiä kuvallista työskentelyä varten
- \* Materiaalit kansioiden valmistamiseen.





## 2. tapaaminen: Muuttajien sosiaaliset suhteet

### Tavoitteet:

- \* Ryhmytyminen
- \* Muuttajien sosiaaliset suhteet ja niiden tarkastelu.

### Tapaamisen sisältö:

Toisella tapaamisella jatketaan ryhmytymistä. Työskentelyn painopiste on muuttajien tärkeiden ihmissuhteiden tarkastelussa. Tämä toteutetaan kirjallisenä työskentelynä pienryhmissä. Palautetta kerätään edelliseltä kerralta tuttuun tapaan.



# Aloitus

## 1) Tutustumisharjoitus piirissä

Harjoituksen tarkoituksena on jatkaa tutustumista muihin ryhmäläisiin. Ohjaaja on miettinyt valmiiksi erilaisia väittämiä, jotka liittyvät arkeen. Oma mielipidettä ilmaistaan peukalon avulla.

Ohjaaja kertoo yhden väittämän kerrallaan. Ryhmäläiset näyttävät peukalollaan ylös, mikäli pitävät asiasta, ja alas jos väittäjä ei pidä heidän kohdalla paikkaansa. Tunnelman rentouduttua myös ryhmäläiset voivat keksiä omia väittämiään.



### Esimerkkejä väittämistä:

- \* Tykkään jäätelöstä
- \* Tykkään kesästä
- \* Tykkään talvesta
- \* Tykkään koirista
- \* Tykkään siivoamisesta
- \* Tykkään laittaa ruokaa
- \* Tykkään nukkua päiväunet
- \* Tykkään askarrella
- \* Tykkään lenkkeillä
- \* Tykkään nähdä ystäviä
- \* Tykkään lukea kirjoja.

# Toiminta

Psst!

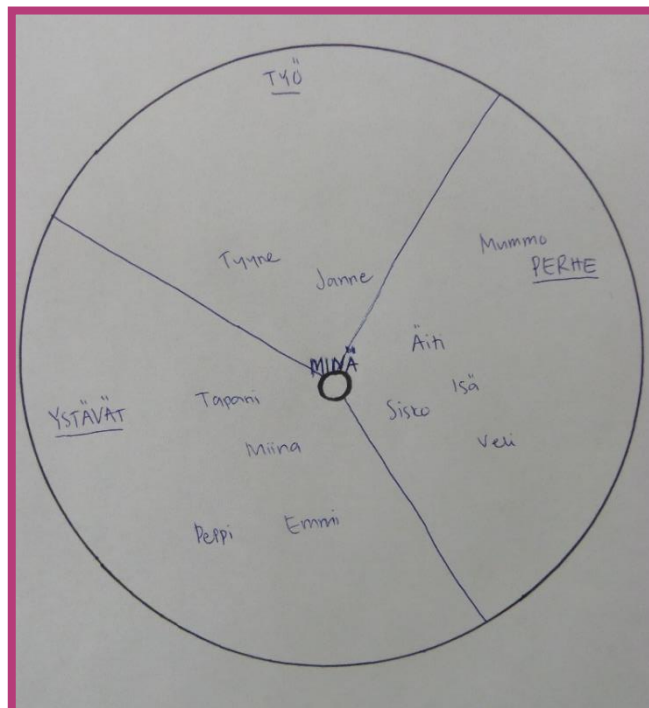
Verkostokartan  
pohja on liite 1!

## 2) Omien verkostojen tarkastelu

Materiaaleiksi tarvitaan verkostokarttapohjat ja kyniä.

Harjoituksen tarkoituksena on kartoittaa ryhmäläisten lähiverkostoja. Työskentely toteutetaan pienryhmissä, joissa on yksi ohjaaja. Ryhmissä pohditaan, millaisia ihmissuhteita kenenkin elämään kuuluu.

Keskustelun jälkeen jokainen saa valmiin verkostokartan pohjan. Keskellä oleva piste kuvaa henkilöä itseään. Ryhmäläiset jakavat verkostokartan erilaisiin "osa-alueisiin", esimerkiksi perhe, ystävät, työ ja harrastukset. Ohjaaja on apuna osa-alueiden hahmottamisessa. Jokainen merkitsee näihin osa-alueisiin, keitä ihmisiä siihen kuuluu.



### 3) Jonojen muodostaminen

Harjoituksen tarkoituksena on vahvistaa ryhmäytymistä ja yhteistyötaitoja. Ohjaaja jakaa muuttajat kahteen ryhmään, joissa muodostetaan erilaisia jonoja.

Ohjaaja antaa joukkueille yhden tehtävän kerrallaan esimerkiksi asettuminen jonoon pituusjärjestyksessä. Jonoja voidaan muodostaa myös ilman puhetta tai silmät sidottuina, jolloin se on haastavampaa!

Esimerkkejä jonojen muodostamisesta:

- \* Pituus
- \* Kengännumero
- \* Ikä
- \* Hiusten pituus
- \* Nimen alkukirjain.

### 4) Itselle tärkeät henkilöt

Materiaaleiksi tarvitaan tärkeät henkilöt -lomake ja kyniä.

Harjoituksen tarkoituksena on kartoittaa ryhmäläisten verkostoja. Työskentely herättää pohtimaan, keneen muuttaja voi ottaa yhteyttä erilaisissa arjen tilanteissa. Kyse voi olla esimerkiksi avun (ongelmat tekniikan kanssa tms.) tai vaikkapa juttuseuran tarpeesta.

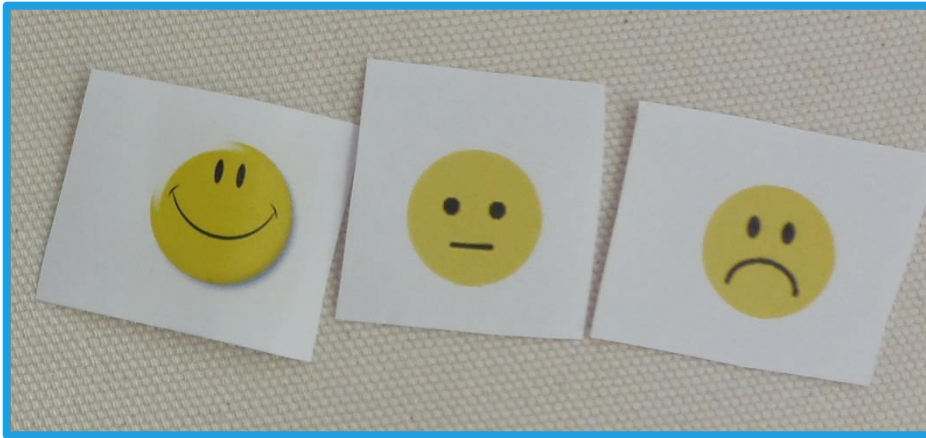
Lomakkeessa on erilaisia lauseiden alkujia, joihin ryhmäläiset kirjoittavat henkilön nimen, josta voi olla apua kyseisessä tilanteessa. Jokainen täyttää tyhjiä kohtia oman tarpeensa mukaan ja niitä voidaan käydä yhdessä läpi.

Valmis lomake  
liitteessä 2!

# Lopetus

## 5) Fiilisjana hymynaamoilla

Harjoitus on sama kuin aiemmalla kerralla.



### Tarvittavat materiaalit:

- \* Pohjat verkostokartalle ja tärkeiden henkilöiden kartoituspaperille (liitteet 1 ja 2)
- \* Kyniä
- \* Hymynaamat arviointia varten.

### 3. tapaaminen: Tunteet ja yksin asuminen

#### Tavoitteet:

- \* Erilaisten tunteiden tunnistaminen
- \* Yksin asuminen ja siihen liittyvät tunteet.

#### Tapaamisen sisältö:

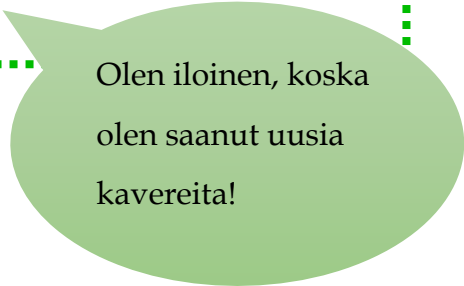
Kolmas tapaaminen aloitetaan aiheeseen liittyvällä lämmittelyharjoituksella. Varsinainen työskentely toteutetaan pienryhmissä, joissa pohditaan erilaisia tilanteita ja niiden herättämiä tunteita. Tapaamisen arvioinnissa muuttajat saavat ilmaista mielipiteensä päivän työskentelystä.



# Aloitus

## 1) Lämmittelyharjoitus piirissä

Tarkoituksena on virittäytyä tunnetyöskentelyyn. Ryhmäläiset saavat hetken aikaa miettiä, miltä heistä tuntuu. Muuttajat kuvaavat vuorollaan mielialaansa tai tunnetilaansa adjektiivilla. Halutessaan saa kertoa, miksi on esimerkiksi iloinen.



Olen iloinen, koska olen saanut uusia kavereita!

# Toiminta

## 2) Kuvatyoöskentely

Materiaaliksi tarvitaan lehdistä leikattuja henkilö- tai hahmokuvia, joista on tunnistettavissa erilaisia tunteita. (Esimerkkejä tunteista seuraavalla sivulla).

Työskentelyn tarkoituksena on käydä läpi tunteita ja tunnistaa niitä. Työskentely toteutetaan pienryhmissä, joissa on yksi ohjaaja. Ryhmissä tarkastellaan yhtä kuvaa kerrallaan ja pohditaan, mitä tunteita kuvassa näkyy. Ohjaajalla on lista tunteista, mitä voi hyödyntää, mikäli tunteita on vaikea nimetä.

### 3) Yksin asuminen ja siihen liittyvät tunteet

Työskentelyn tarkoituksena on pohtia muuttoon ja yksin asumiseen liittyviä tunteita. Työskentelyä jatketaan pienryhmissä.

Ryhmissä käsitellään yhtä tunnetta kerrallaan. Tarkoituksena on keskustella siitä, millaiset tilanteet tai asiat saattavat herättää kyseisen tunteen, esimerkiksi mitkä asiat jännittävät tai saavat iloiseksi. Näkökulmaa suunnataan erityisesti muuttoon ja yksin asumiseen. Yhdessä pohditaan myös keinoja siihen, kuinka tunteiden ja tilanteiden kanssa tulee toimeen. Ohjaaja tekee keskustelusta muistiinpanoja, joista kootaan yhteenveto ryhmäläisille jaettavaksi.

#### Käsiteltäviä tunteita:

- \* Pelko
- \* Hämmästyminen
- \* Suru
- \* Ilo
- \* Suuttumus
- \* Onnellisuus
- \* Huolestuneisuus
- \* Yksinäisyys.



# Lopetus

## 4) Arviointi

Materiaaleiksi tarvitaan kyniä, Post-it -lappuja, teippiä ja paperia.

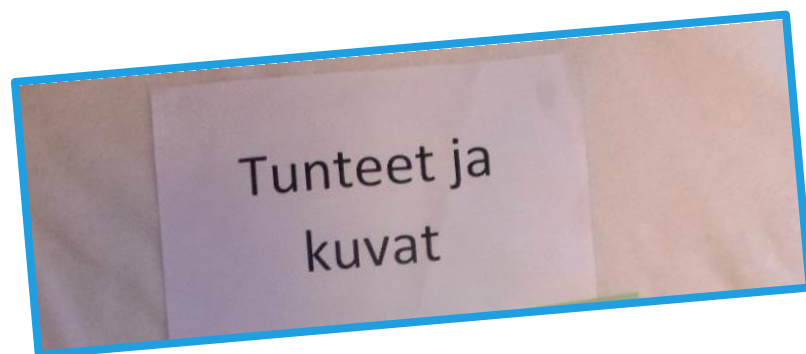
Työskentelyn tarkoituksena on kerätä palautetta sekä tunnetyöskentelystä että kuluneesta muuttovalmennuskerrasta.

### Tunnetyöskentelyn arviointi:

Palautetta kerätään kahdesta tunnetyöskentelyn harjoituksesta, ”Tunteet ja kuvat” ja ”Omat tunteet ja muutto”. Arviointi toteutetaan hymynaamoilla, jossa asteikkona käytetään kolmea erilaista ilmettä. Ryhmäläiset piirtävät Post-it -lappuihinsa mielipidettään ilmaisevan hymynaaman.

Arviointi aloitetaan keräämällä palautetta harjoituksesta, jossa tarkasteltiin kuvia ja niistä esiin nousseita tunteita. Ryhmäläisille jaetaan kynät ja yhdet Post-it -laput. Seinälle kiinnitetään paperi, jossa lukee ensimmäisen tunnetyöskentelyn aihe: ”Tunteet ja kuvat”. Ohjaaja käy arviointiasteikon läpi ryhmäläisten kanssa, jonka jälkeen he piirtävät lapulleen mielipidettään kuvaavan hymynaaman. Hymynaamat kiinnitetään seinällä olevaan arviointipaperiin.

Työskentelyä jatketaan keräämällä palautetta Yksin asuminen ja siihen liittyvät tunteet -työskentelystä. Seinälle kiinnitetään paperi, jonka otsikkona on ”Omat tunteet ja muutto”. Arviointi toteutetaan samalla periaatteella kuin edellinen osio ja tuloksia voidaan tarkastella yhdessä.



### Tapaamisen arviointi piirissä:

Tämän muuttovalmennuskerran arviointiasteikkona käytetään henkilön omaa kehoa. Arviointiasteikon ääripäät ovat kyyristyminen lattianrajaan ja seisoltaan käsien kurkottaminen kattoa kohti. Lattianrajaan asettuminen osoittaa, ettei henkilö pitänyt tämän kerran ohjelmasta. Sitä vastoin kurkottaminen korkealle näyttää, että kerta on ollut mukava.

Hetken miettimisen jälkeen muuttajat asettavat kätensä sille korkeudelle, mikä kuvaa heidän kokemuksiaan tästä kerrasta. Valinta voi olla mikä tahansa kohta edellä mainittujen ääripäiden väliltä.



### Tarvittavat materiaalit:

- \* Lehdistä leikattuja kuvia (jokaiselle ryhmälle omat), joista on mahdollista nähdä erilaisia tunteita henkilöiden ilmeistä
- \* Post-it lappuja
- \* Kyniä
- \* Paperit hymynaama-arviointia varten.

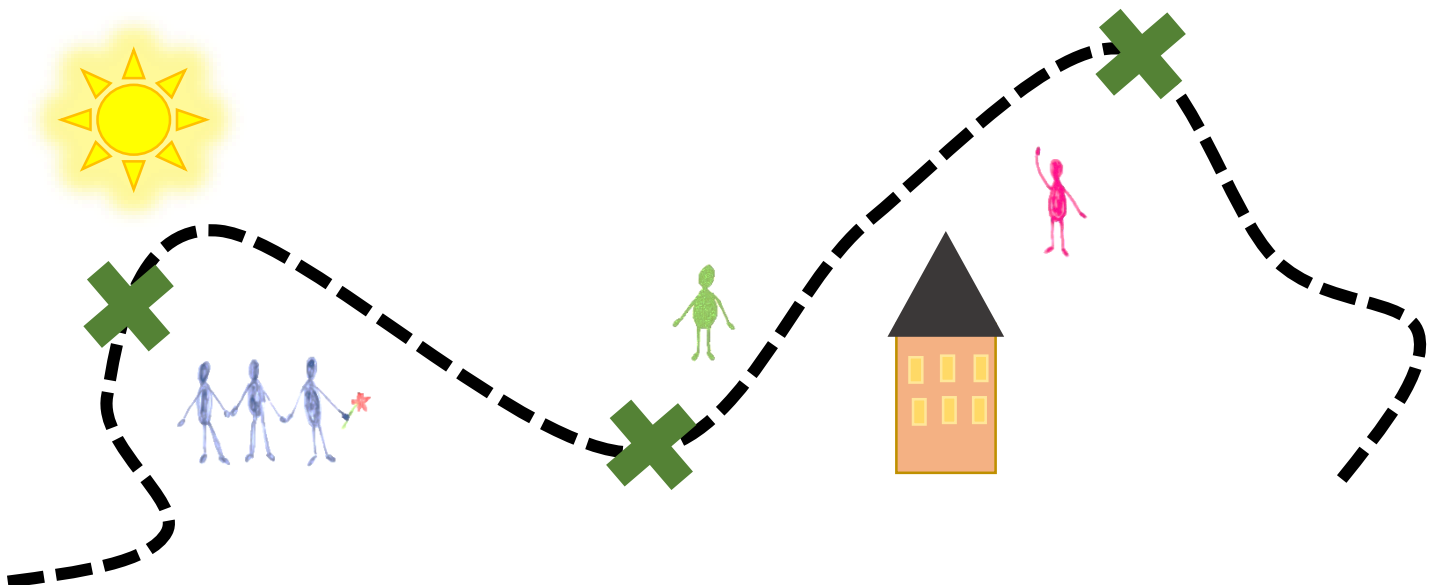
## 4. tapaaminen: Talolla vierailu

### Tavoitteet:

- \* Rakenteilla olevaan taloon tutustuminen
- \* Työskentely saman kerroksen muuttajien kanssa.

### Tapaamisen sisältö:

Neljännellä tapaamisella kuljetaan matka toimintakeskukselta rakenteilla olevalle talolle. Työskentely toteutetaan pienryhmissä, joissa muuttajat etenevät ohjaajien kanssa kohti taloa. Matkan varrella ohjaajat pitävät ryhmilleen rasteja. Perille saavuttuaan ryhmät tarkastelevat tulevaa asuintaloon ja lopuksi kaikki kokoontuvat yhteen arviointia varten.



# Aloitus

## 1) Jakautuminen ryhmiin

Muuttovalmennuskerta aloitetaan ulkona yhteisellä kokoontumisella. Tarkoituksena on saattaa samoihin kerroksiin muuttavat ryhmäläiset yhteen, jotta he saavat tutustua toisiinsa paremmin.

Ohjaaja jakaa muuttajat kolmeen ryhmään heidän tulevien asuinkerrostensa mukaan. Ryhmissä on ohjaaja kulkemassa matkaa muuttajien kanssa ja pitämässä rasteja. Ryhmät lähtevät liikkeelle lyhyin väliajoin, jotta jokainen ryhmä saa toimia rauhassa.

# Toiminta

## 2) Ryhmien matka kohti taloa

Materiaaleiksi tarvitaan valokuvia julkisista paikoista, vinkkilappuja kotitöistä ja kerrosten pohjapiirustukset.

Kuljettavan matkan tarkoituksena on kannustaa ryhmäläisiä yhteistyöhön ja tunnistaa tulevan asuinympäristön palveluita ja paikkoja. Ryhmät etenevät taloa kohti omalla vauhdillaan. Matkan aikana pidettävälle rasteille ei ole sovittu kiinteitä paikkoja. Ohjaajan tehtävänä on katsoa niiden pitämiseen soveltuva paikka matkan varrelta.

## 1. rasti: Kuvien tunnistaminen pienryhmissä

Ryhmänohjaajalla on mukanaan kuvia torista, kirjastosta, elokuvateatterista, liikuntapaikasta sekä uimahallista. Hän näyttää ryhmälle kuvan kerrallaan ja muuttajat miettivät, mistä kuva on otettu.

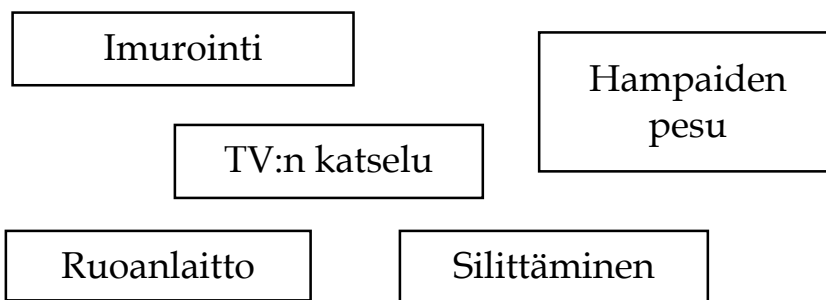
Ohjaajan apukysymykset:

- \* Mikä paikka on?
- \* Missä se sijaitsee?
- \* Kuinka moni siellä on käynyt?
- \* Mitä siellä voi tehdä?
- \* Kenen kanssa sinne voi mennä?



## 2. rasti: Ryhmäytyminen pienryhmissä

Pienryhmän jäsenet asettuvat piiriin. He miettivät sellaisen kotityön tai kotona tehtävän asian, jonka voivat vuorollaan näyttää muille pantomiimina. Muut ryhmän jäsenet yrittävät arvata, mistä kotityöstä tai asiasta on kyse. Ohjaajalla on mukanaan vinkkilappuja, joihin on kirjoitettu kotitöiden nimiä. Niitä voidaan hyödyntää, mikäli ryhmän jäseniltä ei nouse ajatusta näytettävästä liikkeestä.



## 3. rasti: Talon tarkastelua pienryhmissä

Rakennusvaiheessa olevaa taloa tarkastellaan ulkoapäin. Yhdessä voidaan katsoa, missä eri kerrokset sijaitsevat. Pohjapiirustuksia hyödyntäen käydään läpi kunkin asunnon sijainti talossa (ovatko ikkunat esimerkiksi kadun vai pihan puolella). Samalla voidaan selvittää, kuka on kenenkin seinä- tai vastapäinen naapuri. Ryhmäläisillä on mahdollisuus ottaa talosta valokuvia omalla kamerallaan.

#### 4. rasti: Väittämiä kerrostaloasumisesta

Kaikki osallistujat asettuvat piiriin selät sen keskustaa kohti. Ohjaaja kertoo väittämiä, jotka liittyvät kerrostalossa asumiseen. Mikäli väittäjä pitää omalla kohdalla paikkansa, henkilö kääntyy kasvot kohti piirin keskustaa. Jos ryhmäläinen on eri mieltä, hän jää seisomaan paikalleen. Kunkin väittämän jälkeen kaikki kääntyvät takaisin selät piirin keskustaan päin.

#### Esimerkkejä väittämistä:

- \* Hyviin tapoihin kuuluu tervehtiä naapuria
- \* Voin katsoa televisiota tai kuunnella musiikkia yöllä kovalla äänellä
- \* Oman asunnon ovi täytyy pitää suljettuna
- \* Sammutan sähkölaitteet käytön jälkeen
- \* Yleinen hätänumero on 112 (keneltä silloin voin saada apua?)
- \* Tiedän keneltä voin pyytää apua asuessani omassa kodissa
- \* Minä päätän itse, kuinka sisustan oman kotini
- \* Yksin kotona oleminen on mukavaa.





# Lopetus

## 3) Arviointi yhteisessä piirissä

Harjoituksen avulla on tarkoitus kerätä ryhmäläisiltä palautetta kuluneesta kerrasta ja kuulostella heidän tuntemuksiaan. Palaute kerätään piirissä heti viimeisen rastin päätteeksi. Arviointi toteutetaan samalla periaatteella kuin kerrostaloasumiseen liittyvät väittämät. Mikäli väittäjä pitää omalla kohdalla paikkansa, henkilö kääntyy kasvot kohti piirin keskustaa. Jos ryhmäläinen on eri mieltä, hän jää seisomaan paikalleen. Jokaisen väittämän jälkeen kaikki kääntyvät takaisin selät piirin keskustaan päin.

Väittämät arviointiin:

- \* Olen tutustunut tänään uusiin ihmisiin
- \* Muuttaminen jännittää minua
- \* Olen käynyt katsomassa taloa jo aiemmin ulkoapäin
- \* Minulla on ollut tänään mukavaa.

Jaa seuraavan kerran kysymyspaperit! Löydät ne liitteestä 3.

### Tarvittavat materiaalit:

- \* Ohjaajien ottamat valokuvat paikkojen tunnistamiseen
- \* Vinkkilaput kotiaskareisiin.

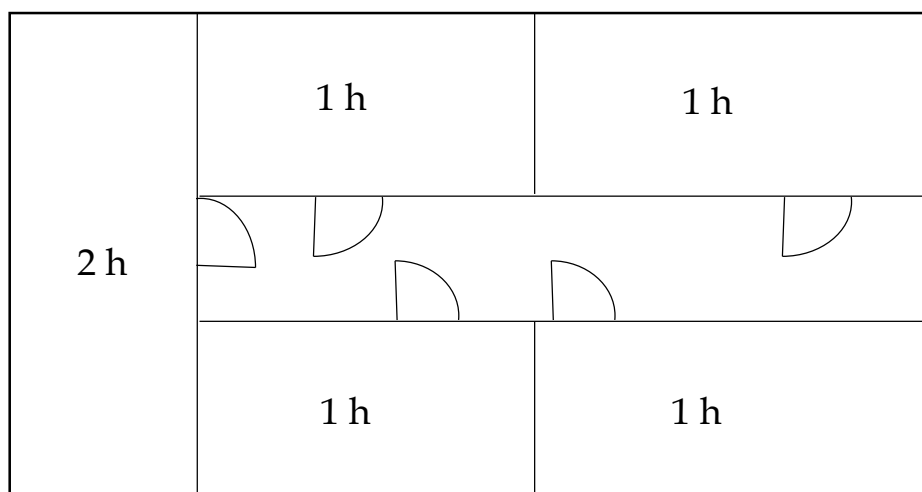
## 5. tapaaminen: Arkkitehdin vierailu

### Tavoitteet:

- \* Vastausten saaminen muuttajia (ja heidän läheisiään) askarruttaviin kysymyksiin
- \* Pohjapiirustusten tarkastelu.

### Tapaamisen sisältö:

Viidennelle kerralle kutsutaan vierailemaan talon suunnitellut arkkitehti. Muuttajille on jaettu edellisellä tapaamisella lomakkeet (liite 4), joihin he ovat saaneet miettiä kysymyksiä arkkitehdille. Muuttajat saavat vastauksia mieltään askarruttaviin kysymyksiin. Arkkitehdin vierailun jälkeen jakaannutaan pienryhmiin pohjapiirustusten tarkastelua varten. Lopuksi muuttajat arvioivat kulunutta kertaa.



# Aloitukset

## 1) Ryhmiin jakautumien

Ryhmäläiset ohjataan tulevien asuinkerrosten mukaisiin ryhmiin ennen arkkitehdin saapumista.

## 2) Kysymysten kokoaminen

Ohjaaja kerää kysymyspaperit ja kokoaa kysymykset tietokoneelle.

# Toiminta

## 3) Arkkitehdin vierailu

Ryhmän kanssa sovitaan etukäteen, esittävätkö he itse kysymyksensä arkkitehdille. Vaihtoehtoisesti ohjaaja voi lukea ennalta kootut kysymykset, joihin arkkitehti pyrkii parhaansa mukaan vastaamaan. Ohjaajan tehtävä on kirjata arkkitehdin vastaukset tietokoneelle, jotta ne voidaan jakaa muuttajille seuraavalla kerralla.

#### 4. Pohjapiirustusten tarkastelu

Työskentely jatkuu asuinkerrosten mukaisissa ryhmissä ohjaajan opastuksella. Ryhmille jaetaan omien kerrosten pohjapiirustukset, joista näkyy esimerkiksi asuntojen koot ja sijainnit. Lisäksi tutustutaan niiden kerrosten piirustuksiin, joissa sijaitsee yhteisiä tiloja (esimerkiksi pyykkitupa ja varastotilat).

Ryhmissä voidaan tarkastella esimerkiksi seuraavia asioita:

- Minkä kokoinen asunto kullakin on?
- Kuka ryhmäläinen asuu naapurissa?
- Millä puolella taloa oma koti on?

## Lopetus

#### 5) Fiilisjana hymynaamoilla

Harjoitus on sama kuin ensimmäisellä kerralla.

#### Tarvittavat materiaalit:

- \* Tietokone tms. muistiinpanoväline
- \* Pohjapiirustukset
- \* Hymynaamat arviointiin.

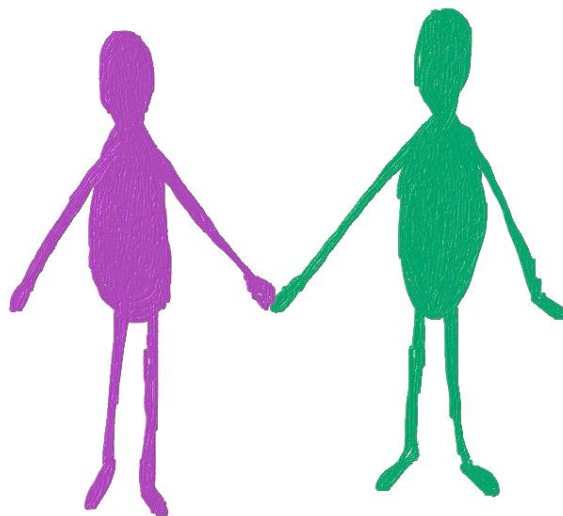
## 6. tapaaminen: Tuleva kotini

### Tavoitteet:

- \* Oman kodin sisustuksen miettiminen
- \* Muuton konkreettisemmaksi tekeminen
- \* Palautteen kerääminen muuttovalmennuksesta.

### Tapaamisen sisältö:

Kuudennelle kerralle jokaiselle muuttajalle on tulostettu oman kodin pohjapiirustus. Niiden äärellä työskennellään pienryhmissä. Tällä kerralla totutetaan myös muuttovalmennusprosessin arviointi, jossa muuttajat saavat ilmaista mielipiteensä kuluneiden tapaamisten sisällöistä



# Aloitus

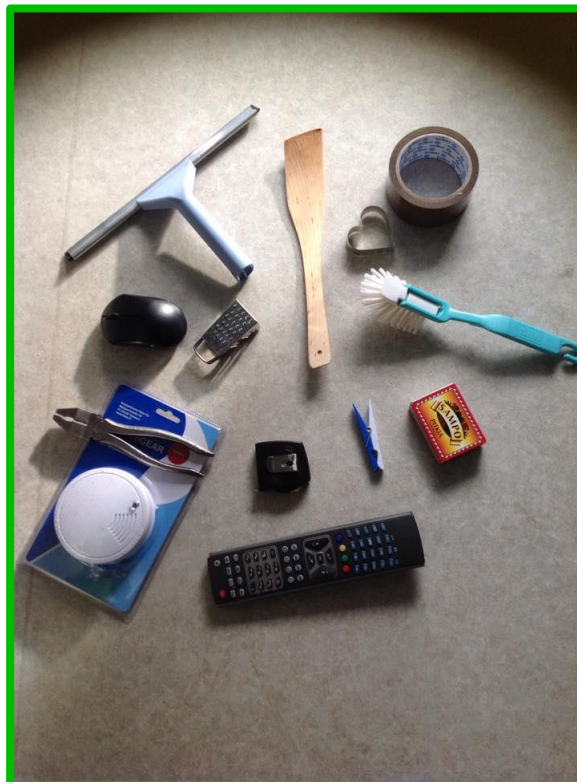
## 1) Kodin esineet

Materiaaleiksi tarvitaan erilaisia kodista löytyviä esineitä, kuten esimerkiksi tiskiharja, tulitikkuaski, teippirolla, palovaroitin ym.

Harjoituksen tarkoituksena on virittäytyä muuttovalmennuskerran aiheeseen.

Harjoitus aloitetaan kokoontumalla yhteiseen piiriin. Ohjaajalla on pussissa erilaisia kotiin liittyviä esineitä, jotka levitetään kokoontumistilan pöydille.

Ryhmäläiset ohjeistetaan hakeutumaan sellaisen esineen luokse, mitä he arvelevat tarvitsevansa omassa kodissaan. Useampi ihminen voi olla saman esineen äärellä. Lopuksi käydään läpi, minkä esineen kukin on valinnut ja halutessaan saa kertoa, miksi luulee tarvitsevansa sitä.



# Toiminta

## 2) Asuntojen pohjapiirustusten tarkastelu pienryhmissä

Materiaaleiksi tarvitaan asuntokohtaiset pohjapiirustukset.

Ohjaaja jakaa osallistujat pienryhmiin asuinkerrosten mukaan. Ryhmissä työskentelyn tarkoituksena on tarkastella tulevien kotien pohjapiirustuksia.

Pohjapiirustuksista voidaan tarkastella esimerkiksi seuraavia asioita:

- \* Minkä kokoinen asunto on?
- \* Mitä erilaiset merkinnät ja lyhenteet tarkoittavat?
- \* Missä eri toiminnot sijaitsevat (esimerkiksi kylpyhuone, parveke, säilytyskaapit, keittiö ym.)?

### **3) Kollaasin kokoaminen aiheesta: Mitä haluan omaan kotiini?**

Materiaaleiksi tarvitaan asuntojen pohjapiirustukset, aikakauslehtiä, saksia, liimaa ja kyniä.

Työskentelyn tarkoituksena on herätellä miettimään oman kodin sisustusta. Muuttajat saavat koota pohjapiirustustensa oheen kollaasin, johon on tarkoitus kerätä kuvia asioista, joita haluaisi tai tarvitsee omaan kotiin. Yhdessä voidaan keskustella, mitä tavaroita muuttajilla on jo hankittuna ja mitä vielä tarvitsee. Kuvallisen työskentelyn rinnalle voi kirjoittaa tai piirtää omaan kotiin liittyvistä haaveista. Kollaaseja voidaan esitellä lopuksi pienryhmissä.

### **4) Palautteen kerääminen muuttovalmennuksesta**

Materiaaleiksi tarvitaan palautelomakkeet (liite 4) ja kyniä.

Työskentelyn tarkoituksena on kerätä palautetta muuttovalmennukseen osallistuneilta henkilöiltä nimettömänä. Palautteen kerääminen toteutetaan pienryhmissä yksilötyöskentelynä. Lomake sisältää muutamia avoimia kysymyksiä ja muihin kysymyksiin vastataan valitsemalla kolmesta hymynaamasta itselle sopivin vaihtoehto. Kysymykset käydään yksitellen läpi pienryhmissä ongelmakohtien helpottamiseksi, mutta vastauksia ei jaeta muiden kanssa.



# Lopetus

## 5) Kosketa kaveria

Lopetusharjoitus aloitetaan kokoontumalla yhteiseen piiriin, minkä jälkeen tiilassa saa liikkua vapaasti. Tarkoituksena on miettiä erilaisten kysymysten avulla suhdettaan toisiin muuttovalmennusryhmän jäseniin. Kysymykset liittyvät ystävyyteen, ihmissuhteisiin ja siihen, milloin on tutustunut toisiin ryhmän jäseniin. Ohjaaja sanoo yhden kysymyksen kerrallaan, jonka jälkeen jokainen saa hetken aikaa pohtia vastaustaan. Tämän jälkeen muuttajat menevät valitsemiensa ihmisten luo ja koskettavat heitä varovasti olkapäähän.

### Kysymykset:

- \* Keneen tutustuin ensin?
- \* Kenet olen tuntenut jo entuudestaan muuttovalmennusporukasta?
- \* Keneen haluaisin tutustua vielä lisää?

### Tarvittavat materiaalit:

- \* Esineet aloitusharjoitukseen
- \* Pohjapiirustukset
- \* Lehdet kollaaseihin
- \* Liimaa
- \* Saksia
- \* Kyniä
- \* Palautelaput.

## 7. tapaaminen: Yhteisen taipaleen loppusuoralla

### Tavoitteet:

- \* Paluu muuttoasian äärelle
- \* Ryhmähengen vahvistaminen.

### Tapaamisen sisältö:

Kuudennen ja seitsemännen tapaamisen välillä on ollut kahden kuukauden tauko. Tämän vuoksi jaetaan kuulumisia ja palautellaan mieleen lähestyvään muuttoon liittyviä asioita. Viimeisellä kerralla puhalletaan yhteen hiileen kuvallisen työskentelyn merkeissä.



# Aloitus

## 1) Kuvakorttityöskentely

Materiaaleiksi tarvitaan kuvakortteja.

Harjoituksen tarkoituksena on kertoa kuvakorttien avulla kuulumisistaan muille ryhmäläisille. Muuttajat jaetaan kahteen ryhmään, joissa molemmissa on ohjaaja. Pöydille levitetään erilaisia kuvakortteja, joista pienryhmän jäsenet valitsevat itselleen sopivan vaihtoehdon. Kuva voi helpottaa omien kuulumisten jakamista muille, koska se tukee sanallista kerrontaa.

# Toiminta

## 2) Yhteinen taideteos

Materiaaleiksi tarvitaan pullovärejä, sekoitustikkuja, isoa paperia, kertakäyttömukeja ja muistiinpanovälineet.

Tarkoituksena on luoda ryhmätapaamisten päätteeksi jotain pysyvää, johon jokainen on tuonut oman kädenjälkensä. Työskentelyn lopputuloksena syntyy yhteinen taideteos, jonka rinnalle laaditaan runo.

### Taideteoksen ohje:

- I. Ohjaaja kertoo yhteisen taideteoksen luomisesta ja jakaa muuttajat kahteen ryhmään
- II. Ryhmäläisille jaetaan kertakäyttömukit ja sekoitustikut. Pöydissä on pullovärejä, joista jokainen sekoittaa haluamansa värisävyn. Jotta väristä saadaan tarpeeksi juoksevaa, sekoitettavia värejä laimennetaan vedellä. Ohjaaja on apuna värien valinnassa ja sekoittamisessa. Sopiva määrä valmista väriä on muutama sentti mukin pohjalla.
- III. Taideteos ”maalataan” kahdessa eri ryhmässä. Ohjaaja levittää pöydälle paperin taideteosta varten. Pienryhmät asettuvat kumpikin vuorollaan paperin ympärille, jonka reunoista kukin ottaa kiinni. Tämän jälkeen paperi nostetaan ilmaan, jolloin on tärkeää että ryhmäläiset ovat jakautuneet tasaisesti paperin äärelle.
- IV. Jokainen saa ”roiskia” oman värinsä yhteiseen taideteokseen, jonka ohjaaja tuo vuorossa olevalle ryhmäläiselle. Muuttaja saa itse valita, mihin kohtaan paperia haluaa värinsä roiskia. Ei siis haittaa, vaikka värit menevät päällekkäin ja sekoittuvat keskenään. Kun kaikki pienryhmän jäsenet ovat levittäneet värinsä, on toisen ryhmän vuoro.
- V. Taideteos viimeistellään levittämällä paperilla olevia värejä. Tämä tapahtuu kallistamalla paperia sen eri reunoista ylös ja alas.
- VI. Lopuksi kokoonnutaan taideteoksen ympärille. Ohjaaja pyytää muuttajia tarkastelemaan maalausta ja miettimään, mitä se tuo mieleen. Tämän jälkeen jokainen sanoo vuorollaan miettimänsä sanan tai lyhyen lauseen, jotka ohjaaja kirjoittaa ylös. Ryhmän tapaamisen jälkeen ohjaaja laatii esiin nousseiden ajatusten pohjalta runon, joka liitetään osaksi taideteosta.



Tämä taideteos

Tämä taideteos on  
kuin lumimyrsky  
kuin koralliriutta  
kuin ilotulitus yötaivaalla.

Tämä taideteos on  
kuin värien sekamelska  
kuin kartta sateenkaareen,  
kaikki sulassa sovussa.

## Lopetus

### 3) Noppapeli piirissä

Materiaaliksi tarvitaan ensimmäiseltä muuttovalmennuskerralta tuttu noppa.

Tarkoituksena on kuulostella ryhmäläisten tuntemuksia lähenevästä muutosta. Ohjaaja esittää piirissä olijoille kysymyksen: ”Miltä tällä hetkellä tuntuu muuttaa omaan kotiin?” Nopan sivuilla on valmiit vastausvaihtoehdot, joista kukin saa vuorollaan valita tuntemuksiaan kuvaavan vaihtoehdon.

Vastausvaihtoehdot:

- \* Pelottaa
- \* Jännittää
- \* Tuntuu mukavalta
- \* Kutkuttaa
- \* Tuntuu supersiistiltä
- \* Joku muu, mikä.



## 5) Yhteinen lopetus

Viimeisen muuttovalmennuskerran päätteeksi ohjaaja lausuu muutaman sanan kuluneesta matkasta. Ohjaaja voi muistaa muuttajia pienimuotoisesti, esimerkiksi antamalla itse tehdyn avaimenperän uuden kodin avaimille.



### Tarvittavat materiaalit:

- \* Postikortit
- \* Pullovärit
- \* Kertakäyttömukeja ja sekoitustikkuja
- \* Isoa rullapaperia
- \* Noppa
- \* Muistiinpanovälineet runoa varten.

# Lähteet

## Kirjalähteet:

Aalto, M. 2000. Ryppäästä ryhmäksi. My Generation Oy.

Hyppönen, M., Linnossuo, O. 2002. Zip, zap ja boing. Leikkejä ja muita toiminnallisia menetelmiä. Helsinki: Lasten Keskus.

Kataja, J., Jaakkola, T. & Liukkonen, J. 2011. Ryhmä liikkeelle. Toiminnallisia harjoituksia ryhmän kehittämiseksi. Jyväskylä: PS-kustannus.

Leskinen, E. 2009. Ryhmä toimimaan. Vinkkejä tutustumiseen, oppimiseen ja yhteistyöhön. Jyväskylä: PS-kustannus.

## Internetlähteet:

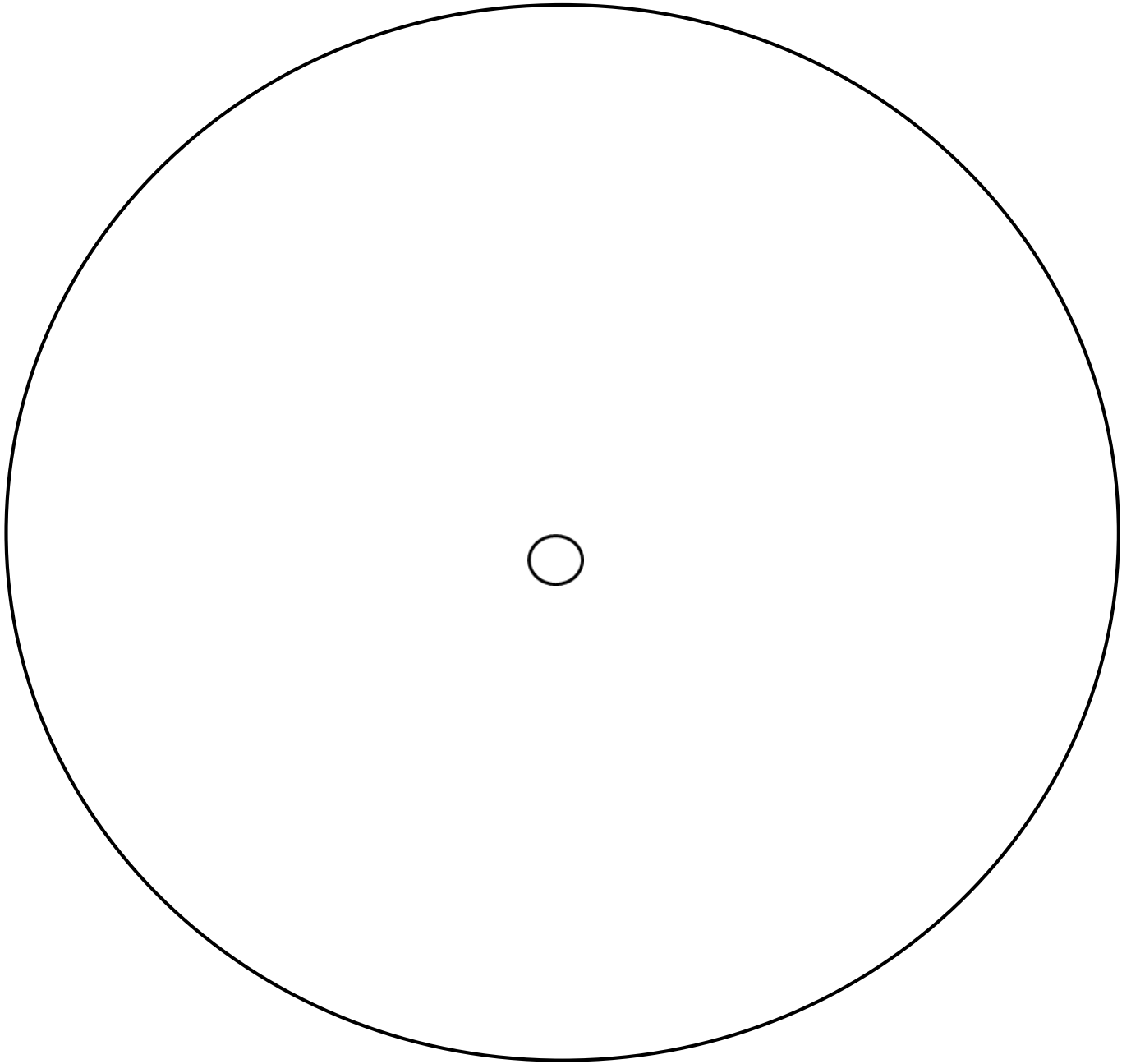
INTO. 2016. Osallistavia menetelmiä. [http://www.innostaja.net/sivu.php?artikkeli\\_id=16](http://www.innostaja.net/sivu.php?artikkeli_id=16). 3.3.2016.

Jyväskylän lukiokoulutus. 2016. Ryhmäytymisleikkejä. [https://peda.net/jao/schildtin\\_lukio/rt/ryhm%C3%A4nohjaajalle/rlm/r](https://peda.net/jao/schildtin_lukio/rt/ryhm%C3%A4nohjaajalle/rlm/r). 3.3.2016.

MAST. 2016. Ryhmäyttämisoapas. <http://www.mastohjaus.fi/pdf/Ryhmayttamisopas.pdf>. 3.3.2016.

MLL. 2016. Nuorten netti. Leikkiasema. <http://www.mll.fi/nuortennetti/tukarit/leikkiasema/>. 3.3.2016.

MLL. 2016. Vanhempainnetti. Tutustumis-, vuorovaikutus- ja nimileikit. [http://www.mll.fi/vanhempainnetti/lasten\\_leikit/tutustumisleikit/](http://www.mll.fi/vanhempainnetti/lasten_leikit/tutustumisleikit/). 3.3.2016.



Esimerkkejä verkostokartan osa-alueista (valitaan 3-4 kappaletta):

- Perhe
- Ystävät
- Koulu
- Työ
- Harrastukset
- Vapaa-aika
- Joku muu?



Tärkeät henkilöt, joille voin soittaa/olla yhteydessä erilaisissa tilanteissa

- Jos kaipaen juttuseuraa \_\_\_\_\_
  
- Jos kaipaen apua jossain asiassa, esimerkiksi
  - Kotiaskareissa \_\_\_\_\_
  - Tekniikan kanssa \_\_\_\_\_
  - \_\_\_\_\_
  - \_\_\_\_\_
  
- Jos olen surullinen \_\_\_\_\_
  
- Jos olen iloinen \_\_\_\_\_
  
- Jos minua pelottaa \_\_\_\_\_
  
- Jos jotain on sattunut
  - \_\_\_\_\_
  - \_\_\_\_\_
  - \_\_\_\_\_
  - \_\_\_\_\_
  - \_\_\_\_\_
  
- Jos kaipaan kaveria ulos \_\_\_\_\_
  
- \_\_\_\_\_

Mieti yhdessä läheistesi kanssa kysymyksiä arkkitehdille. Arkkitehti vierailee muuttajien ryhmässä \_\_\_\_\_. Tuo tämä kysymyspaperi mukaasi seuraavalle muuttovalmennuskerralle.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## ARVIOINTI KEVÄÄN 2015 MUUTTOVALMENNUKSESTA

1. Olemme tähän mennessä kokoontuneet kuusi kertaa. Mitä mieltä olet kertojen määrästä?



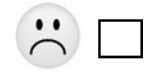
2. Jokainen muuttovalmennus on kestänyt noin kaksi tuntia. Mitä mieltä olet tapaamisten kestosta?



3. Lähes jokaisella kerralla olemme tutustuneet toisiimme erilaisten tutustumisleikkien avulla. Mitä mieltä olet ollut tutustumisleikeistä?



4. Olemme työskennelleet pienemmissä ryhmissä erilaisten aiheiden äärellä. Miltä pienryhmätyöskentely on tuntunut?



5. Olemme työskennelleet myös yksin. Miltä yksin työskenteleminen on tuntunut?



6. Mikä on ollut parasta muuttovalmennuksessa?

---

7. Mikä on ollut huonointa muuttovalmennuksessa?

---

8. Minkä arvosanan antaisit koko muuttovalmennukselle? Ympyröi antamasi arvosana.

paras

5

4

3

2

1

huonoin