

“Olin itse asiassa viimeisen kerran jälkeen aika energinen”

Osallistujien kokemuksia Mikaelin seurakunnan yhteisövalmennuksesta

Henrika Hyttinen
Opinnäytetyö, syksy 2016
Diakonia-ammattikorkeakoulu
Sosiaalialan koulutusohjelma
Sosionomi (AMK)
Diakoni (AMK)

TIIVISTELMÄ

Hyttinen, Henrika. "Olin itse asiassa viimeisen kerran jälkeen aika energinen" Osallistujien kokemuksia Mikaelin seurakunnan yhteisövalmennuksesta. Syksy 2016. 47 s. 1 liite. Diakonia-ammattikorkeakoulu. Diakonisen sosiaalityön suuntautumisvaihtoehto. Sosionomi (AMK), diakoni. Diakonin virkakelpoisuus.

Opinnäytteen tarkoituksena oli laadullisen haastattelututkimuksen avulla selvittää, minkälaisena osallistujat kokivat Mikaelin seurakunnan yhteisövalmennuksen.

Opinnäytteen aineiston keruumetodina oli teemahaastattelut, joissa haastattelin yhtä henkilöä jokaisesta viidesti järjestetystä yhteisövalmennuskerrasta teemahaastattelurungon avulla. Haastattelurunko koostui osista minä, seurakunta ja omat lahjat.

Tulosten mukaan osallistujille yhteisövalmennus oli miellyttävä kokemus ja suurin osa heistä olisi halunnut jatkaa sitä pidempään. Muutamien osallistujien mielestä kynnys osallistua seurakunnan muuhun toimintaan oli madaltunut yhteisövalmennuksen myötä. Yhden osallistujan mielestä seurakunnissa pitäisi järjestää enemmän opetusta kristinuskosta. Kaikki osallistujat pitivät oman elämänkaaren pohjimuksesta ja erityisesti ryhmissä muodostuneesta yhteisöllisyydestä.

Asiasanat: voimaantumisen, CABLE-menetelmä, diakoniatyö, kvalitatiivinen tutkimus

ABSTRACT

Hyttinen, Henrika. "After the last time I was actually quite energetic"- Experiences of participating in a Cable group organized by the Helsinki Mikael's Parish. Helsinki, fall 2016. 47 p. 1 appendix. Language: Finnish. Diaconia University of Applied Sciences. Degree Programme in Social Services, option in Diaconial work. Degree: Bachelor of Social Services.

The purpose of the Bachelor's thesis was to analyze how the participants experienced the Cable- group held by the Helsinki Mikael's parish. The research was a qualitative case study. One person was interviewed from all five groups using a themed interview method. The theoretical framework of the research was empowerment and cable-management.

The results showed that all the participants liked the Cable-group and most of the participants would have liked for the group to continue longer. Some of the participants felt that the threshold to participate in other activities held by The Evangelical Lutheran Church had lowered after participating in the Cable-group.

One person felt like the church should organize more teachings about the Christian faith. All of the participants enjoyed the task where they got to ponder on their own circle of life. The group members specifically enjoyed the sense of community they experienced within the groups.

Keywords: Empowerment, CABLE- approach, diaconia work, qualitative research

SISÄLLYS

| | |
|---|----|
| 1 JOHDANTO | 5 |
| 2 KONTEKSTUAALINEN TEOLOGIA | 6 |
| 2.1 Exposure | 8 |
| 2.2 CABLE-menetelmä..... | 9 |
| 2.3 Yhteisödiakonia CABLE-menetelmällä | 11 |
| 3 YHTEISÖVALMENNUS | 15 |
| 3.1 Mikaelin seurakunnan yhteisövalmennus | 16 |
| 3.2 Hengellinen ohjaus yhteisövalmennuksessa | 17 |
| 4 TUTKIMUKSEN TARKOITUS, TAVOITTEET JA TUTKIMUSKYSYMYKSET | 19 |
| 5 AINEISTON KERUU JA ANALYYSI | 20 |
| 6 TULOKSET | 23 |
| 6.1 Yhteisöllisyys | 23 |
| 6.2 Oman elämänsä tarkastelu..... | 28 |
| 6.3 Seurakuntayhteys..... | 31 |
| 6.4 Ryhmän jatkuvuus | 35 |
| 7 JOHTOPÄÄTÖKSET | 38 |
| 8 LUOTETTAVUUS JA EETTISYYS | 40 |
| 9 POHDINTA | 42 |
| LÄHTEET..... | 44 |
| LIITE 1: HAASTATTELURUNKO | |

1 JOHDANTO

Nykypäivänä elämme yksilökeskeisesti ja yksinäisyydestä kärsii yhä useampi suomalainen. Suomen kirkko ei ole enää luonnollinen kohtaamispaikka ihmisille niin kuin ennen ja kirkkoon kuulumisen määrä vähenee vuosi vuodelta. Yhteisöllisyyden ja hyväksytyksi tulemisen tarve on suurempi kuin koskaan. Kirkon on löydettävä uusia toimintamuotoja, jotka kutsuvat kaikkia luokseen riippumatta siitä, ovatko he kirkon jäseniä tai hartaita uskovaisia.

Diakoniatyö Suomessa on aina pyrkinyt auttamaan yksinäisiä ja suurimmassa hädässä olevia ihmisiä. Rahallisen avustamisen ja asiakastyön ohelle tarvitaan myös muita toimintamuotoja, jotka tuovat ihmisiä erilaisista lähtökohdista yhteen. Yhteisövalmennus on yksi esimerkki yhteisöllisestä toiminnasta, jota Mikaelin seurakunta on järjestänyt jo viidesti. Itä-Helsingissä sijaitsevan Mikaelin seurakunnan yhteisövalmennus on diakoniatyön järjestämä yhteisöllinen ryhmä, jonka tavoitteena on voimaannuttaa ryhmäläisiä heidän elämässään. Yhteisövalmennus voi toimia osallistujille porttina seurakuntayhteyteen tai voimaannuttavana kokemuksena.

Opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää, minkälainen kokemus osallistujilla on ollut Itä-Helsingissä sijaitsevan Mikaelin seurakunnan pitämästä yhteisövalmennuksesta, joka pohjautuu CABLE-menetelmään. Otsikko ”olin itse asiassa viimeisen kerran jälkeen aika energinen” on lainaus yhden haastateltavan yhteisövalmennuskokemuksesta. Laadullisen tutkimuksen keinoin olen teemahaastattelun avulla haastatellut yhtä osallistujaa jokaisesta viidesti järjestetystä yhteisövalmennuksesta. Opinnäytetyön tavoitteena oli tuottaa tietoa Mikaelin seurakunnan diakoniatyön kehittämisen tueksi.

2 KONTEKSTUAALINEN TEOLOGIA

Kontekstuaalisella teologialla tarkoitetaan kykyä elää kirkkona tässä ja nyt. Aiemmin teologinen näkemys ja yhteiskunnan todellisuus olivat kaukana toisistaan, jonka myötä 1960-luvulla ihmiset kiinnostuivat siitä, miten eri maiden kulttuurit ja ympäristöt vaikuttivat evankeliumin ymmärtämiseen ja tulkintaan. Avainasemassa kontekstuaaliselle teologialle on vapautus koko luomakunnalle, josta myös vapautuksen teologia on lähtöisin. (Björklund, Sandahl & Stenow 2004, 39–40.) Vapautuksen teologia syntyi latinalaisen Amerikan katolisen kirkon uudistusliikkeenä 1960 ja 1970-luvuilla, jolloin tarve asettaa Jumala ja evankeliumi ympärillä olevaan kontekstiin oli suuri.

Vapautuksen teologialla tarkoitetaan teologisen viitekehyksen uudelleenarviointia, ja tähtää vapauttamaan sorretut ja antamaan heille äänen ja oikeudenmukaisen elämän. Vapautuksen teologiaan kuuluu muun muassa musta teologia, feministinen teologia ja dalit-teologia. Vapautuksen teologiaa tulisi arvioida perusyhteisöissä joissa teologiaa ja kristinuskoa eletään todeksi ja johon tavallinen kansa kuuluu. Vapautuksen teologiaa muotoilevat kansan lisäksi piispat, kirkkoherrat ja seurakunnan eri työntekijät ammateissaan. Teologisen-teoreettinen taso on myös keskeinen osa vapautuksen teologiaa, jossa keskeisenä on kontekstuaalisuus, eli teologisen käytännön ensisijaisuus sekä käytännön ja teorian yhteen liittäminen. (Latvus 2002, 22.)

Kontekstuaalinen teologia on syntynyt vapautuksen teologiasta ja se alleviivaa kulloisenkin sosiaalisen paikan merkitystä rakenteita ja sisältöä ajatellen. Esimerkiksi Helsingissä on 21 evankelis-luterilaista seurakuntaa, ja ne ovat varmasti sisällöllisesti erilaisia, asunalueiden tarpeista riippuen. Kontekstuaalinen teologia tähtää sorrettujen vapautukseen ja luokkaerojen poistamiseen. (Björklund, Sandahl & Stenow 2004, 42.)

Erityisen tärkeää kontekstuaalisessa teologiassa on nähdä ja kuulla vaietetut, ympärillä olevat yksilöt ja yhteisöt ja tukea heitä ilmaisemaan uskoa, toivoa ja lau-

peutta. Tavoitteena on, että Jumalapuheesta ”God talk” tulisi ”God walk”, Jumalan tekoja, jolloin usko, elämä ja politiikka liittyvät yhteen. (Latvus 2002, 23.) Mitä hyötyä kauniista ja lähimmäisenrakkaudesta kertovasta saarnasta on, ellemmme auta toisiamme käytännön tasolla? Kontekstuaalinen teologia on aina tilanteeseen, aikaan ja paikkaan sidottua teologiaa. Siinä korostuu myös se, että kristinuskon sanoman esilletuontia täytyy muotoilla kutakin kulttuuria kunnioittaen. Kristinuskoa ei voi riistää sen kulttuurista. (Latvus 2002, 25.) Evankeliumi on ikuinen, mutta ihmiselämä ja globaali maailma alati muuttuva.

Sanonta kuuluu, että kaikki teologia on kontekstuaalista, aikaan ja historialliseen hetkeen sidottua (Latvus 2002, 30). Täytyy kuitenkin muistaa se, ettei esimerkiksi sorrettujen teologiasta tule oikeudenmukaista ja tasa-arvoista, elleivät itse sorretut ole mukana vaikuttamassa sen tulkintaan. Kontekstuaalisen teologian vaikuttamiseen täytyy kutsua mukaan köyhät, syrjäytyneet ja marginalisoituneet ihmiset. (Latvus 2002, 32.) Iso-Britanniassa kontekstuaalinen teologia on näyttäytynyt Raamatun ja arkitodellisuuden väkevänä dialogisuhteena, jossa hengellinen painoarvo on noussut ratkaisevaksi.

Latvus (2002, 160) toteaa, että Iso-Britannian mallia seuraten, tulee huomioida että onnistuneen kontekstuaalisen teologian syntymiseen hengellisyyden luominen on elintärkeää. Paikallisten yhteisöjen näkökulmien esiintuominen ja yksittäisten ihmisten kertomuksien tärkeys on kasvanut isojen ihmisryhmien analysoimisen rinnalle. Sosiaalinen media on myös vaikuttanut siihen, että yksilön mielipiteiden merkitys on korostunut. Tämän myötä herää kysymys siitä, että tarvitaanko kontekstuaalista teologiaa, jonka avulla tähdättäisiin jonkun tietyn ihmisryhmän vapautukseen? Vastaus kuuluu kyllä, kontekstuaalisen teologian kysymyksistä tulee ajankohtaisia aina kun ihmisten tai yhteisöjen eriarvoisuus ilmenee yhteiskunnassa (Latvus 2002, 160.) Suomi ei ole vielä tasa-arvoinen maa. Vielä vuonna 2016 voidaan havaita suurta eriarvoistumista ja kaupunginosien polarisoitumista, etenkin Itä-Helsingissä, jossa taloudellinen hätä ja ahdinko on suuri.

Kontekstuaalinen teologia asettaa kristillisen uskon ja todellisuuden leikkauspisteeseen, ja on ratkaisevasti vaikuttamassa teologian harjoittamiseen ja kirkon

työhön. Latvuksen (2002, 174) mukaan yhdessä tekeminen, arjen näkeminen ja oikeudenmukaisuuteen pyrkiminen ja osallistava hengellisyys ovat tärkeimpiä työkaluja, jotta kontekstuaalinen teologia toteutuisi käytännössä. Ihmisten tulee saada paikallisissa yhteisöissään vaikuttamaan ympäristönsä tulkintaan. Teologia on siis elämäntulkintaa, johon kaikkien tulisi saada osallistua. (Björklund, Sandahl & Stenow 2004, 41.) Kun kirkko järjestää CABLE-ryhmiä, tulisi pohtia etenkin sitä, ketä kaikkia yhteisöön kutsutaan ja mistä näkökulmasta kirkko yhteisöjä muodostaa.

2.1 Exposure

Exposure on työmenetelmä, jonka avulla voimme viedä kontekstuaalista teologiaa käytäntöön. Exposure merkitsee valottumista ja sen tarkoituksena on, että työmenetelmää käyttävät ihmiset jalkautuvat kaupungin eri asuinalueisiin ilman päämäärää tai agenda ja sitä kautta valottuvat (exposed) ympäristölle tullen tietoisiksi tunteista, joita alue heissä herättää. Juuret exposure-menetelmälle ovat kontekstuaalisessa teologiassa, hollantilaisessa yhdyskuntatyössä sekä vapautuksen teologiassa. Vapauttaaksemme sorretut, meidän tulee tunnistaa ympärillä olevat ongelmat ja hätä, jotta voimme kohdistaa avun oikeaan paikkaan. Exposure-menetelmässä osallistujat kysyvät itseltään, mitä he näkevät, mitä he tuntevat, ja mitä he ajattelevat siitä mitä he näkevät ja tuntevat.

Exposure-työotteeseen liittyy kolme tilaa. Ensimmäiseksi tulee luoda tyhjä tila, kun kulkee kaduilla, kohdaten kaiken avoimin mielin ilman ennakko-oletuksia. Seuraavaksi tulee huomioida ympäristöä hieman tarkemmin ja sitten tulee seurata ei-rationaalista ja intuitiivista ruumiin viisautta kohdatessa esiin tulevia asioita ja ilmiöitä. (Porkka, Kökkö & Pentikäinen 2013, 17–20.) Exposure on havainnoinnin lisäksi myös menetelmä, jonka avulla tuotetaan uutta tietoa. Uudella tiedolla, joka saadaan exposuren kautta, on aina toimintaan tähtäävä tavoite. (Valve 2011, 7.)

Exposuren tarkoitus on evankeliumin pohjalta antaa tukea ihmisille ja ryhmille sekä yhteisöille, joilla on matala sosiaalinen status, ja antaa tukea heille itsearvonsa säilyttämiseen. Exposure-työtettä käyttäessään täytyy varoa, ettei katso ympäristöään kristillisestä näkökulmasta, sillä muita asioita ja todellisuuksia voi silloin jäädä huomioimatta. Sen sijaan sekulaarisen näkökulman optimointi on avainasemassa. Havaintoja ei kannata liian nopeasti analysoida tai selkeyttää omaan kontekstiin ja maailmankuvaan. (Björklund, Sandahl & Stenow 2004, 25–27.)

Kirkon työntekijöiden näkökulmasta tiedolla on valtaa, ja exposuren tehtävä on tyhjentää aivot ennakkotiedosta ja asenteista. Exposure-työote auttaa kirkon työntekijää lisääntyneeseen itsetuntemukseen kohtaamalla ja työstämällä omia asenteita, ennakkokäsityksiä ja arvoja. Ensin täytyy ymmärtää itseään ja ympäristöä, jossa toimii, saadakseen perustan ammatilliselle työskentelylle marginaalissa elävien ihmisten kanssa. (Björklund, Sandahl & Stenow 2004, 11–12.) Työntekijän tietoisuus sen alueen ihmisten todellisuudesta, jolla hän toimii, kasvaa havainnoinnin myötä.

2.2 CABLE-menetelmä

Mikaelin seurakunnan yhteisövalmennus toteutettiin CABLE-menetelmän avulla. CABLE on kirjainlyhenne sanoista Community Action Based Learning for Empowerment ja se on yhteisölliseen toimintaan pohjautuva työote, jonka tavoitteena on voimaannuttaa yhteisöjä ja yksilöitä. CABLE-menetelmää ei ole määritelty työotteena tai menetelmänä, joten käytän tekstissä termistä molempia ilmaisuja sillä CABLE voi olla sekä työote että menetelmä. CABLE-menetelmää voidaan pitää yhteistoiminnallisena oppimisprosessina, jossa yhteisön ammatilliset valmiudet vahvistuvat osallisuutta lisäävillä menetelmillä (Hakkarainen & Kylmälä 2015, 6). Kyseessä on prosessi, joka luo uudenlaisen orientaation sosiaalityöhön (Valve 2011, 7). Tavoitteena on yhdessä tekeminen ja oppiminen, eivätkä tavoitteet CABLE työskentelylle tule valmiiksi annetuista strategioista tai ohjelmista.

CABLE tarjoaa mahdollisuuden pyrkiä pois julkisen vallan tiukasta hallinnallisesta otteesta. CABLE-työotteessa tavoite määritellään yhdessä ryhmäläisten kanssa. CABLE on asiakaslähtöinen, reflektiivinen ja osallistava sekä ryhmäläistä että työntekijää palveleva työkalu. (Hakkarainen & Kylmä 2015, 9.) CABLE-työote haastaa traditionaalisen ammattilainen-asiakas asetelman, ja vaatii työntekijältä kykyä asettaa itsensä likoon eri tavalla kuin tavanomaisessa diakonisessa sosiaalityössä.

CABLE-työote rantautui Suomeen Järvenpään Diakonia-ammattikorkeakoulun henkilöstön kautta, joka sai koulutuksen exposure-työotteeseen Rotterdamissa kesäkuussa vuosina 2001 ja 2002. Suomessa CABLE-työotetta hyödyntävät tänä päivänä sosiaalialan ja kirkonalan eri toimijat. CABLE-verkosto pyrkii olemaan avoimeen ja läpinäkyvään toimintaan tähtäävä projekti, jonka tavoitteena on kehittää oppimista, jonka erityisen kiinnostuksen kohteena ovat hengellisyys, uskonto ja diakonia. CABLE-työotetta voidaan hyödyntää, kun halutaan kehittää erilaisia yhteisöjä toimimaan itsenäisemmin ja täydempää potentiaaliaan hyödyntäen. (Porkka, Kökkö & Pentikäinen 2013, 13–25.)

Alun perin CABLE-menetelmä oli tarkoitettu seurakuntien ja sosiaalialan työntekijöiden käyttöön, mutta Helsingin Diakonissalaitos otti siitä käyttöön oman version nimeltään Kaapeli-menetelmä. Jonkin verran nämä poikkeavat toisistaan. Esimerkiksi Mikaelin seurakunnan yhteisövalmennuksessa hengellisyys tuotiin esille esimerkiksi hartauksien muodossa. Diakonissalaitoksen Kaapeli-ryhmät eivät sisällä kristillistä opetusta.

CABLE-työote haastaa työntekijät pohtimaan työkalua uudesta näkökulmasta: ketä varten työntekijä on olemassa ja kuka on ammattilaisen kohteena, asiakas, ihminen vai kansalainen? Mitä ammatillisuus tarkoittaa CABLE-työotetta hyödynnettäessä, jos työntekijä ei enää ole se, joka määrittelee työn tavoitteet, vaan tavoitteista sovitaan yhdessä ryhmän kanssa? Yhteisövalmennuksessa pyritään hahmottamaan, millä tavoin kansalaisen vapaudet ja asiakkaan normatiiviset pakot kohtaavat palvelutilanteissa. Normatiivisessa palvelujärjestelmässä työntekijä tietää, missä asiassa asiakas tarvitsee vapautumista ja hoitoa. CABLE-

työotteessa työntekijä onkin rinnallakulkija, joka pyrkii siihen, että ryhmäläinen itse löytäisi ratkaisut elämäntilanteissa vallitseville ongelmilleen. (Hakkarainen & Kylmä 2015, 9.)

Kun yhteisöt hyödyntävät CABLE-menetelmää, he määrittelevät itse, mitkä ovat työn tavoitteet ja missä asioissa he haluavat vahvistua ja voimistua. Kyseessä voi olla esimerkiksi työn kehittäminen, yhteisöllisen toiminnan lisääminen tai uudenlaisen työotteen aloittaminen. Yhteisenä tavoitteena CABLE-työotteessa on kuitenkin aina jonkun yhteisön voimaantuminen, niin kuin nimi jo kertoo- Community Based Learning for Empowerment eli yhteisöön pohjautuva voimaantuminen. (Valve 2011, 6.)

CABLE-työotteessa tärkeintä on rakentaa luottamus yhteisön kesken ja löytää erilaisia mahdollisuuksia ja vaihtoehtoisia palvelumalleja yksilöiden parhaaksi. Vertaisuuden kokeminen on tärkeää ja tiedostamisprosessit ovat osa CABLE-työotetta, jonka avulla yhteisö oppii tunnistamaan kulttuurisia ja sosiaalisia rakenteita, jotka vaikuttavat osallistujien elämään. CABLEn tavoite on maksimoida yksilöiden osallisuutta päätöksissä, jotka koskevat heitä, ja voimaannuttaa ihmisiä omassa elämässä toimimiseen. Lähtökohtana tiedostamisprosessille on oman identiteetin pohtiminen omaa elämänkaarta läpikäyden. Miten minusta tuli minä ja mitkä asiat ovat vaikuttaneet identiteetin muodostumiseen, ovat lähtökohtia elämänkaariryöskentelyssä. (Valve 2011, 8.)

Voimaantuminen on CABLE-menetelmän keskiössä ja toivo siitä, että raskaatkin elämäkokemukset voidaan kääntää voimavaraksi (Valve 2011, 8–9). Yhdessä tekeminen, omien elämäkokemusten jakaminen ja yhteisön tuki ovat CABLE-menetelmässä avainasemassa. CABLE toimii aina yhteisön parhaaksi ja pyrkii kutsumaan kaikki ihmiset siihen osallisiksi. Kun diakoniatyö järjestää CABLE-menetelmällä toimivia ryhmiä, se pyrkii kutsumaan kaikki eri yhteiskuntaluokissa olevat ihmiset mukaan. Se pyrkii näkemään myös sellaiset syrjityt ihmiset, joita muut eivät näe. (Videll 2016.) Tähän auttaa yhteisödiakoninen näkemys.

2.3 Yhteisödiakonia CABLE-menetelmällä

CABLE-menetelmän asiantuntija Tony Addyn (2013, 132–133) mukaan, on kriittistä kysyä, miten yhteisö ymmärretään kirkon näkökulmasta. Koostuuko yhteisö alueella asuvista, kirkkoon kuuluvista vai muista henkilöistä? Jos puhutaan yhteisön kehittämisestä, se tarkoittaa sitä, että yhteisöön kuuluvat ihmiset tekevät kollektiivisesti työtä saavuttaakseen tarpeensa ja päämääränsä. Yhteisöä ei siis johdeta ylhäältä käsin. Yhteisöjen kehittämisessä tärkeintä on työskennellä yhteisön jäsenten näkökulmasta kuunnellen heidän toiveitaan ja unelmiaan. Yhteisödiakonia koostuu fyysisestä alueesta, jolla seurakunta sijaitsee. Esimerkiksi Mikaelin seurakunnan yhteisödiakoninen alue koostuu siihen kuuluvista kaupunginosista, ei siitä, kuinka monta jäsentä Mikaelin seurakunnalla on.

Yhteisödiakoniaa voidaan Addyn (2013, 133) mukaan katsoa kahdesta eri näkökulmasta: yksi näkökulma rakentuu ideasta kirkosta yhteisönä, jonka tavoitteena on kehittää kirkon asemaa paikallisessa naapuristossa. Toinen tapa katsoa yhteisödiakoniaa on huomioida ”diakoniset yhteisöt”, jotka koostuvat marginaalissa elävistä ihmisistä. Voidaan siis liittää yhteen ihmisiä, joilla ei ole kosketuspintaa kirkkoon etsimällä unohdetut ihmiset unohdetuista paikoista tai naapuristosta. (Addy 2013, 132–134.) Liitämistä käytetään myös sosiaalialalla, joka kuvaa sitä, miten erilaisia ihmisiä liitetään yhteen kokemaan yhteisöllisyyttä (Pohjola 2002, 25).

Diakoniset yhteisöt voivat löytyä jalkautumisen kautta. Jalkautuminen voi merkitä sitä, että diakoni menee virastosta kaduille sekä yhteisöihin ja yksikköihin, joissa syrjityt ihmiset liikkuvat. Mikaelin seurakunnan diakoni on tästä hyvä esimerkki: hän jalkautuu kerran viikossa Kontulan matalan kynnyksen kohtaamispaikkaan Symppikseen kohtaamaan suuressa hädässä olevia ihmisiä, jotka eivät muuten kirkolle tietään löytäisi.

Diakonisen yhteisötyön tulisi myös pyrkiä siihen, että tarjotaan tiloja, joissa ihmiset, joilla on erilaiset ideat, arvot ja odotukset, kohtaavat. Tämä on haaste tulevaisuuden seurakuntatyössä, jossa toimintatilat vähenevät. Tapahtumia ei välttämättä enää tulevaisuudessa voida järjestää kirkon seinien sisällä. Mikäli yhteiset

kohtaamispaikat häviävät, syrjintä ja marginaalissa eläminen lisääntyy, jos erilaiset ihmiset eivät enää missään kohtaa toisiaan. (Addy 2013, 134–137.) Mikaelin seurakunnan yhteisövalmennukset pyrkivät juuri tähän- tuomaan eri tilanteissa ja yhteiskuntaluokissa eläviä ihmisiä yhteen.

Yhteisödiakonia merkitsee myös sitä, että muut kuin kirkon työntekijät ovat mukana järjestämässä kirkossa toimintaa. Tämän takia diakoninen näkemys vapaaehtoisuutta ajatellen on tärkeää. Asiakaslähtöinen näkemys vapaaehtoisuudesta on merkittävä - seurakuntalaisen tulisi itse valita, missä tehtävässä hän haluaa toimia vapaaehtoisena. Diakonin tulee myös hyväksyä vapaaehtoisiksi sellaiset henkilöt, joita muihin paikkoihin ei ole hyväksytty. Diakonin tulee kysyä vapaaehtoisen lähtökohdista ja toiveista sekä olla valmis sietämään epävarmuuden tunteet uutta toimintaa kohtaan. Kun ihminen kokee, että hän on avoin muille ihmisille ja toimintatavoille, hän on avoin myös oppimaan muilta.

Valtosen (2015) mukaan kirkko on tulevaisuudessa kansalaistoiminnan keskus ja hänen mielestä työntekijöiden tulisi varautua siihen, että muutaman vuoden päästä kirkko tulee olemaan puhtaasti kolmannen sektorin toimija. Hänen mukaan diakonia ja hyvän tekeminen ovat osa syistä, joiden takia vielä 50 prosenttia helsinkiläisistä kuuluvat kirkkoon.

Tulevia diakonityöntekijöitä tulisi perehdyttää vapaaehtoisen kansalaistoiminnan kehittämiseen. Siihen tarvitaan vaan kaksi asiaa: tehokas ja provokatiivinen viestintä sekä struktuuri, joka pystyy tarjoamaan ihmisille mahdollisuuden tehdä hyvää. Diakoniatyön tulisi panostaa vapaaehtoistyön organisoimiseen. (Valtonen 2015.) Yhteisövalmennus on parhaimmillaan työmuoto jossa vapaaehtoiset pääsevät toteuttamaan itseään yhdessä muiden kanssa.

Seurakunnan työntekijöiden tulee myös tunnustaa, että vapaaehtoiset ovat samassa arvossa kuin työntekijät. Tämä on diakonisuutta toisia kohtaan. (Wierdsma 2013, 142–145.) Diakoni ei ole aina se, joka tietää seurakuntalaisten tarpeet parhaiten. Uudet ihmiset ja näkökulmat voivat parhaimmillaan rikastuttaa seurakuntaelämää merkittävällä tavalla. Diakoninan ongelmana voidaankin nähdä syrjittyjen integroiminen seurakuntaelämään.

Kirkossa on havaittava ero keskiluokan ja marginaalisuuden välillä. Yksi tapa luoda monimuotoisempia yhteisöjä on tuoda marginaalissa elävät ihmiset mukaan toteuttamaan seurakuntaelämää, esimerkiksi jumalanpalveluksiin tai toiminnallisiin ryhmiin. Tähän kontekstuaalinen teologia tähtää. (Björklund, Sandahl & Stenow 2004, 11–12.) Näkevätkö kuitenkin diakoniatyöntekijät asiakkaansa ”klientteinä” eli objekteina, sen sijaan, että he osallistaisivat heitä seurakuntaelämään? (Jokela 2013, 146–147.)

Addyn (2013) mukaan diakoni toimii työssään kahdessa roolissa: toteuttaen asioita alueella asuville yhteisöille, yhteiskunnan ja työkuvaransa puitteissa. Klassinen työskentelytapa kirkon yhteisöä kehittäessä on aloittaa seurakunnan sisältä rakentaen diakonista toiminta vapaaehtoistyön, asiakastyön tai kirkkorakennuksen kautta. Yhteisödiakoniaa voidaan myös kehittää eri näkökulmista pohtimalla, millä tavoin seurakunta ja työntekijät ovat vuorovaikutuksessa erilaisten alueella olevien yhteisöjen, ryhmien ja rakenteiden kanssa (Addy 2013, 136.)

Etenkin monikulttuurisella asuinalueella yhteisödiakoninen näkemys on avainkysymys. Alueella voi asua suuri osa ihmisiä, jotka edustavat toista uskontoa. Miten heidät kohdataan? Vapaaehtoiset tai kirkon aktiiviset toimijat eivät välttämättä edusta asuinalueen ”normia”. Millä tavoin diakoniatyö voi kehittää sosiaalista integraatiota? Vahvistaako kirkko jo dominoivaa kulttuurista ryhmää vahvistamalla kirkkoyhteisöä? Tony Addyn (2013, 137) mukaan kirkon on vaikea edustaa osallistavaa demokratiaa, kun kirkko on niin hierarkkisessa asemassa. On olennaista kysyä, miten erilaiset ihmiset löytävät tiensä yhteisövalmennukseen?

3 YHTEISÖVALMENNUS

Yhteisövalmennuksia järjestetään CABLE-menetelmää hyödyntäen ihmisille, jotka kaipaavat yhteisöllisyyttä ja voimaantumista (Hakkarainen & Kylmälä 2015, 9). Yhteisövalmennus on yhteisöllisyyttä vahvistava kokonaisuus, joka vahvistaa osallistujien tietoisuutta omasta elämästään sekä ympäristöstä, jossa he elävät. Yhteisövalmennuksen tavoite on vahvistaa osallistujien hyvinvointia ja toiminta- valmiuksia.

Yhteisövalmennuksessa käsitellään omaa elämäntarinaa, hyödynnetään fenomenologista työskentelytapaa, tutkien tietoisuuden rakenteita havaintokokemusten kautta. Valmennukseen kuuluvat myös yhteiset keskustelut, joiden avulla osallistujat oppivat analysoimaan yhteiskunnallisia prosesseja, jotka vaikuttavat heidän arkielämäänsä. Menetelmät, joita yhteisövalmennuksessa käytetään, ovat itsereflektio, ryhmätyöskentelyn eri muodot, havainnointi, analysointi ja yhdessä reflektointi sekä erilaiset luovat menetelmät, jotka tukevat näitä prosesseja. (Hakkarainen & Kylmälä 2015, 6.) Tutkimukset osoittavat, että dialogiset, tarinalliset, ja yhteisölliset menetelmät tukevat työttömien aktivointia. Ryhmässä oppiminen on joillekin ihmisille voimaannuttavampi kokemus kuin se, että he pohtisivat elämänsä yksin. (Hakkarainen & Kylmälä 2015, 9.)

Yhteisövalmennuksen voi järjestää kenelle vain, joka haluaa voimaantua ja vahvistua elämässään. Voidaan ajatella, että yhteisövalmennuksella tarkoitetaan erilaisten ihmisten yhteen liittämistä, joka on yksi sosiaalityön muoto. Liittäminen tapahtuu, kun erilaiset toimijat kohtaavat. Liittäminen onnistuu, kun hyvä luottamusuhde on saavutettu. (Pohjola 2015, 19.)

Yhteisöt, jotka osallistuvat yhteisövalmennukseen, voivat olla esimerkiksi seurakunnan alueella asuvia ihmisiä, pitkäaikaistyöttömiä tai maahanmuuttajia. Yhteisövalmennuksia Suomessa järjestävät muun muassa seurakunnat sekä Helsin-

gin Diakonissalaitos. Mikaelin seurakunnan yhteisövalmennus on tarkoitettu kaikille siitä kiinnostuneille. Yhteisövalmennukset voivat olla erinimisiä, järjestäjästä riippuen. (Videll 2016.)

Yhteisövalmennuksen tavoitteena on yhteisöllisyyden rakentuminen, tilan salliminen osallistujille, yhdessä jakaminen ja osallistujien vahvuuksien löytäminen. Yhteisövalmennustapaamiset ovat kuudesta kahdeksaan kertaa, pituudeltaan neljä tuntia, sisältäen ruokailut ja kahvitauon, joten vapaa-ajalle ja vapaalle keskustelulle on tilaa. Valmentajat käyttävät omaa persoonaansa ja omaa tarinaansa valmennuksessa tukiessaan osallistujia heidän elämässään. (Hakkarainen & Kylmä 2015, 22.)

3.1 Mikaelin seurakunnan yhteisövalmennus

Itä-Helsingissä sijaitsevaan Mikaelin evankelis-luterilaiseen seurakuntaan kuului helmikuussa 2016 19 004 henkilöä (Sinfo 2016). Seurakunnan alueen muodostavat kaupunginosat Kontula, Östersundom, Vesala, Mellunmäki, Kivikko ja Kurkimäki. Mikaelin seurakunnassa työskentelee neljäkymmentä työntekijää, neljä vakituista diakoniatyöntekijää ja yksi määräaikainen diakoni (Helsingin seurakunnat 2015).

Mikaelin seurakunnan yhteisövalmennuksen päätavoitteena on voimaannuttaa osallistujia heidän elämässään. Yhteisövalmennus, jota aiemmin kutsuttiin nimeltä seurakuntaroottori, on CABLE-menetelmään pohjautuva valmennus, jonka Mikaelin seurakunta on järjestänyt viidesti vuodesta 2012 alkaen. Yhteisövalmennukseen on yhteensä osallistunut 45 henkilöä, joista 16 henkilöä on keskeyttänyt ryhmän. Valmennusta on ohjannut diakoni sekä muutama vapaaehtoistyöntekijä. Valmennuksessa käytetään omaelämäkerrallista työskentelytapaa, jossa käsitellään omaa elämänjanaa, pohditaan omia voimavaroja ja mahdollisia esteitä omalle toimintakyvylle.

Yhteisövalmennuksessa työskennellään paljon toiminnallisilla menetelmin. Mikaelin seurakunnan yhteisövalmennus sisältää alkuhartauden sekä Martin Lönnebon rukoushelmien läpikäynnin, joiden tavoitteena on rukouksen kautta tulla lähemmäs Jumalaa. Yhteisövalmennus koostuu kahdeksasta ryhmätapaamisesta, jotka ovat pituudeltaan neljä tuntia. Yhteisövalmennus koostuu kolmesta osiosta, josta ensimmäisessä pohditaan omaa elämänkaarta ja identiteettiä, toisessa osiossa tutustutaan seurakuntaan ja kirkon toimintaan ja kolmannessa osiossa pohditaan omia lahjoja ja voimavaroja, joita voi jakaa itselleen ja muille. (Videll 2016.) Haastattelurunkoni koostui myös näistä kolmesta osiosta, mielestäni se on loogisin tapa selvittää osallistujien kokemuksia yhteisövalmennuksen sisällöstä.

Jokainen yhteisövalmennuksen suorittanut saa siitä diplomin. Viimeisellä yhteisövalmennuskerralla pohditaan jokaisen osallistujan lahjoja, joita hän voi mahdollisuuksien mukaan tuoda seurakuntaan, yhteisövalmennusryhmälle tai hyödyntää omassa elämässään. Nikkaroiminen tai joku muu taito, jonka osallistuja hallitsee, voi olla esimerkki lahjasta, jonka voi jakaa muille. Vaikka voimaantuminen on yhteisövalmennuksen tavoite, voimaantuminen näyttäytyy aina yksilöllisellä tavalla. Sängystä yhdeksältä aamulla arkipäivänä nouseminen voi olla suuri saavutus yhdelle henkilölle, kun taas toinen henkilö voi voimaantua vapaaehtoistyöstä seurakunnassa. (Videll 2016.)

Diakoni toimii yhteisövalmennuksessa vertaisena eikä klassisena ryhmän ohjaajana. Tämä haastaa työntekijää pohtimaan, kuinka paljon hän voi itsestään antaa. CABLE rikkoo traditionaalisen diakonisen asiakastyösuhteen. Diakoni kertoi haastattelussa, että yhteisövalmennuksia ei voi pitää asettamatta itseään likoon. Diakoni on kuitenkin samalla vastuuhenkilönä ryhmätilanteissa, eikä siellä hoitama itseään. Vertaisuudessa työntekijän tulee tiedostaa omat rajat siinä, kuinka paljon voi itsestään antaa. Joskus osallistujat yhteisövalmennuksessa ovat diakoniatyön asiakkaita. (Videll 2016.)

3.2 Hengellinen ohjaus yhteisövalmennuksessa

Voidaan ajatella, että diakoni on yhteisövalmennuksessa hengellisen ohjaajan roolissa. Hengellistä ohjausta voidaan toteuttaa diakoniatyöntekijän ohjaamana ryhmätyöskentelynä. Vertaistuella on myös suuri vaikutus hengellisessä ohjauksessa, eikä sitä yksilöohjauksessa samalla tavalla synny. Ohjaaja ei aseta omia arvojaan ja näkemyksiään hyvästä elämästä ryhmälle. Hengellisen ohjauksen lähtökohta osallistujille ryhmä- sekä yksilötyöskentelyssä on rukoileva kuunteleminen sekä syvä halu kuunnella Jumalan sanaa. Ryhmissä hengellisinä ohjaajina toimivat koko ryhmän yhteinen kantava voima. Varsinainen ohjaaja on kuitenkin Pyhä Henki, mutta organisoimisesta vastaa diakoniatyöntekijä. Ryhmien sisältö voi vaihdella, mutta keskeisenä toimintana on rukous, sekä yhteisen hiljaisen tilan luominen. (Maarala 2006, 172–174.)

Seurakunnan diakonin on tärkeä luoda yhteys ryhmään vuorovaikutuksen ylläpitämiseksi (Kanerva 2006, 187). Hengellisyys yleisesti katsottuna on kirkon aarre, joka tulisi olla koko toiminnan perusta ja keskus. Kontekstuaalisen teologian kannalta hengellisyyden vaaliminen on tärkeässä asemassa seurakuntatyössä (Latvus 2002, 160). Ryhmissä ohjaajan tulee sivuttaa omat tarpeet ja oma minä, ja toimia kanavana ryhmäläisille. Muuten vaarana on, että tilanne muuttuu vallankäytöksi tai manipuloinniksi. Hengellisen ohjaajan pitää osata nähdä ryhmän kätkeyt, kielletyt ja torjutut tarpeet. Tämä vaatii pitkäjänteistä työskentelyä. (Kettunen 2013, 65.)

Ohjaajan rooli on enemmän taustalla olemista verrattuna muihin toiminnallisiin ryhmiin. Hän luo tilan ryhmälle, jakaa puheenvuorot tasaisesti, ohjaa keskustelun uusille raiteille, mikäli ohjauksessa olevat jäävät paikalleen, mutta ennen kaikkea ohjaaja on taustalla. Muuten hän vaikuttaa liikaa ryhmän sisältöön. Fasilitaattori on hyvä termi, jolla voi kuvata ohjaajan rooliaan ryhmässä. Hänen ei tarvitse olla kokenut hengellinen ohjaaja taikka teologi. Riittää, että ohjaaja toimii läsnä olevana mahdollistajana ryhmälle. (Maarala 2006, 176.) CABLE-menetelmän tavoitteena on että ryhmä asettaa itselleen tavoitteet, joten siitä näkökulmasta katsoen on hyvä, ettei ryhmän ohjaaja vaikuta liikaa ryhmän sisältöön. (Hakkarainen & Kylmä 2015, 9.)

4 TUTKIMUKSEN TARKOITUS, TAVOITTEET JA TUTKIMUSKYSYMYKSET

Tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää, minkälaisia kokemuksia osallistujilla oli Mikaelin seurakunnan yhteisövalmennuksesta. Tutkimuksen tavoitteena oli tuottaa tietoa Mikaelin seurakunnan diakoniatyön kehittämisen tueksi. Hakalan (2010, 15) mukaan tutkimustyö nousee tai kaatuu tutkimuksen tavoitteen mukana ja pidin tämän mielessä valitessani tutkimusmenetelmää.

Laadullinen tutkimus soveltui parhaiten tutkimusmenetelmäksi, kun kyse oli selvittää, minkälaisena osallistajat kokivat yhteisövalmennuksen. Kvalitatiivisen tutkimusmenetelmän hyödyntäminen vaatii päättäväisyyttä ja selkeyttä sekä analyysiosaamista jo aineenkeruuvaiheessa. Tulkintaa rupesin tekemään jo aineistoa kootessa, mutta lopullinen analyysi muutti muotoaan, kun tarkastelin aineistoa eri näkökulmista muutaman lukemiskerran jälkeen. Haastattelurunko ja yksilöhaastattelut tukivat minua ja olivat tärkeä esityö lopulliselle ja selkeälle tutkimukselle (Hakala 2010, 18).

Määrittelin tutkimuskysymyksen itselleni selkeäksi, niin kuin teoria neuvoo. Muuten aineistosta olisi tullut liian laaja. Tutkimustehtävän muoto, eli laadullisen tutkimuksen valitseminen syntyi tutkimuskysymyksen asettamisen myötä. (Hakala 2010, 16.) Tutkimuskysymys on, miten osallistajat ovat kokeneet yhteisövalmennuksen Mikaelin seurakunnassa.

5 AINEISTON KERUU JA ANALYYSI

Aloitin opinnäytetyöprosessin maaliskuussa 2016. Valitsimme aiheen yhdessä toimeksiantajani, Mikaelin seurakunnan diakoniatyöntekijän kanssa. Seurakuntaa kiinnosti tietää, miten osallistujat olivat kokeneet yhteisövalmennukset, joita seurakunta oli järjestänyt viisi kertaa yhdessä vapaaehtoisten kanssa. Yhteisövalmennus pohjautuu CABLE-menetelmään. Opinnäytetyön tutkimus on toteutettu laadullisena tutkimuksena koska siten oli mahdollista selvittää ihmisten kokemuksia osallistumisesta yhteisövalmennukseen.

Toteutin aineiston teemahaastatteluinä käyttäen teemahaastattelurunkoa. Teemahaastattelussa on kyse tietyntyyppisestä keskustelusta, jossa tutkija ohjaa ja määrittää keskustelun aihepiirin (Eskola & Vastamäki 2010, 27.). Jokaisen tutkijan pitää kohdata omat rajansa siinä, kuinka paljon hän haastattelutilanteissaan itsestään antaa, ja missä hän vetää rajat. Pysin huomioimaan sen, miten oma käyttäytyminen vaikutti haastattelutilanteisiin ja keskustelun laatuun. En halunnut olla liikaa esillä, omia mielipiteitä tuoden, etten olisi värittänyt vastauksia mieleni mukaan. Teemahaastattelujen vahvuutena on kuitenkin se, että minulla oli vapauksia kysyä jatkokysymyksiä tai tarkentavia kysymyksiä tarpeen mukaan. (Eskola & Vastamäki 2010, 28.)

Teemahaastatteluja määrittelee aihepiirit, jotka on etukäteen määrätty. Haastattelurunko koostui yhteisövalmennuksen rakenteesta. Yhteisövalmennuksessa käydään läpi omaa elämänkaarta, seurakuntaelämää sekä omia voimavaroja. Haastattelurunko koostuu minä- osiosta, seurakunta- osiosta sekä omat lahjat- osiosta. (Liite 1)

Teemahaastatteluista puuttuu tarkka muoto tai järjestys, verrattuna määrälliseen tutkimukseen. Itselleni haastattelurunko oli tukena vapaamuotoiselle keskustelulle. Vastaukset voivat olla hyvin erityyppisiä haastattelusta toiseen, ja haastattelijan täytyy varmistaa, että kaikki etukäteen päätetyt teemat käydään haastattelussa läpi. (Eskola & Vastamäki 2010, 29.) Haastattelurunko oli itselleni hyvä

tuki, sillä olisi ollut helppoa päätyä epäolennaisiin aiheisiin. Teema-alueiden läpikäynnin laajuus voi vaihdella suuresti haastattelusta toiseen (Eskola & Vastamäki 2010, 29). Kaikki haastattelut olivat suunnilleen yhtä kattavia. Osa haastateltavista olivat puheliaampia kuin toiset.

Toimeksiantajani, Mikaelin seurakunnan diakoniatyöntekijä, valitsi haastateltavaksi ihmisiä, joita hän tiesi haastattelun kiinnostavan ja jotka olivat suorittaneet yhteisövalmennuksen loppuun. Toisena opinnäytetyön aiheena olisi voinut olla haastatella keskeen jättäneitä, sillä heitä oli 16 henkilöä yhteensä. Minun on vaikea arvioida miten objektiivisesti haastateltavat valikoituivat. Olisiko materiaali ollut erilainen, jos eri ihmiset olisivat osallistuneet haastatteluun? Varmasti. Haastattelin viittä henkilöä, yhden henkilön jokaisesta yhteisövalmennusryhmästä, jottei aineistosta tulisi liian laaja.

Toimeksiantaja antoi kahden henkilön yhteystiedot joka ryhmästä, jos ensimmäiselle haastattelu ei olisi ollut mahdollinen. Varavaihtoehtoja ei jouduttu käyttämään. Ensin hän ehdotti yhtä haastateltavaa, joka oli jättänyt yhteisövalmennuksen kesken, mutta emme saaneet päivämäärää sovittua, joten päädyin haastattelemaan pelkästään ihmisiä, jotka olivat suorittaneet koko valmennuksen loppuun.

Mikaelin seurakunnan diakoniatyöntekijä otti ensin yhteyttä haastateltaviin kysyäkseen, mikäli he haluaisivat osallistua haastatteluun opinnäytetyötä varten. Kaikki joita hän pyysi, suostuivat haastateltaviksi, ja sain sen jälkeen heidän yhteystietonsa. Haastateltavista kolme oli naista ja kaksi oli miestä. He olivat keskiikäisiä, Helsingissä asuvia ihmisiä. Kaikki heistä eivät asuneet Mikaelin seurakunnan alueella. En tiedä kuuluivatko he kirkkoon. Valitsin yksilöhaastattelut ryhmähaastattelun sijaan sen perusteella, että haastateltavat olivat eri yhteisövalmennusryhmistä. Oletin että yksilötilanteessa voi helpommin tuoda rehellisiä mielipiteitään esiin. Yhteisövalmennus on henkilökohtainen prosessi, vaikka se ryhmässä koetaan, joten halusin, että he saivat kertoa yksityisesti omista kokemuksistaan.

Kolme haastattelua oli Kontulassa Mikaelin kirkolla, yksi haastateltavan kodissa ja yksi tapahtui puhelimitse. Nauhoitin kaikki haastattelut omalla puhelimella, paitsi puhelinhaastattelun. Puhelinhaastattelu tapahtui niin, että puhelin oli kaiuttimella ja nauhoitin puhelun nauhurilla. Nauhoitettua aineistoa kertyi 2 tuntia ja 50 minuuttia. Litteroinnin jälkeen poistin nauhoitteet. Haastattelutilanteessa oli helppo keskittyä haastateltavaan ja jatkokysymyksiin. Tein muistiinpanoja haastattelun yhteydessä jotka auttoivat aineiston jäsentelyssä. Litteroitua aineistoa kertyi 15 sivua. Litteroinnissa en kirjoittanut kaikkia äännähdyksiä, kuten yskähdyksiä, mukaan aineistoon. Äänteet ”mm” tai muut, joita voi tulkita vastaukseksi kysymykseen, otin aineistoon mukaan.

Tärkeintä kvalitatiivisessa tutkimuksessa ei ole kootun datan määrä, vaan mitä haastatteluista saa irti, eli analyysin kelvollisuus (Hakala, 2010, 20). Tutkimuksessani auttoi se, että nauhoitin kaikki haastattelut ja kysyin selkeitä kysymyksiä ja jatkokysymyksiä, jos jokin asia jäi epäselväksi.

Analyysivaiheen aloitin niin, että tulostin kaikki haastattelut paperille ja tarkastelin, mitä teemoja tuli esille. Huomasin, mitkä aiheet nousivat useassa haastattelussa esille sekä asioita, joissa vastaukset poikkesivat toisistaan. Analyysitavan valitsin teemoittamalla vastaukset, niin kuin yleensä on tapana teemahaastattelujen jälkeen tehdä (Eskola & Vastamäki 2010, 43). Teemoitin vastaukset ja niistä hahmottui neljä pääteemaa, jotka olivat yhteisöllisyys, oman elämänsä tarkastelu, seurakuntayhteys sekä ryhmän jatkuvuus.

6 TULOKSET

Osallistujat olivat rekrytoituneet yhteisövalmennukseen eri väylien kautta. Muutama henkilö osallistui yhteisövalmennukseen diakoniatyön kautta, joten seurakunta oli heille siitä tuttu. Yhtä osallistujaa pyydettiin diakoniatyön kautta yhteisövalmennukseen.

No joo, kyl se mielenkiintoselt kuulosti ja halus niinku, et mul oli sellainen elämäntilanne yksinäinen ja kaikkee. Et se niinku tuntu just sopivalta silloin et. Halus just niinku sellast yhteisöllisyyttä et. Yhdessä tekemistä.

Yksi osallistujista näki Myllypurossa ilmoitustaululla mainoksen, jossa luki jotain yhteisöistä ja se sai hänet ajattelemaan hänen omaa asemaansa yhteiskunnassa. Hän ei ensin ajatellut, että yhteisövalmennus olisi kirkon järjestämä ryhmä. Kirkko oli hänelle entuudestaan tuttu, vaikka hän ei ollut siellä paljon liikunut sitä ennen. Osallistujista yksi löysi tiensä Helsingin Diakonissalaitoksen työkokeilun kautta, jossa oli kerrottu paljon kaapelista, joka myös pohjautuu CABLE-menetelmään. Hänelle Mikaelin seurakunta ei ollut erityisen tuttu, vaikka hän muiden seurakuntien toimintaan osallistuukin.

CABLE-menetelmän tavoitteena on tuoda ihmisiä erilaisista lähtökohdista yhteen (Hakkarainen & Kylmä 2015, 9) ja haastateltavat olivat löytäneet eri reittejä yhteisövalmennusryhmiinsä. Usein ihmisillä on alussa vaikea sitoutua uusiin asioihin, ja haastatteluvastauksista on käynyt ilmi, kuinka merkittävää oli, että ryhmän ohjaajat pyysivät aktiivisesti henkilöitä yhteisövalmennusryhmään mukaan.

6.1 Yhteisöllisyys

Haastatteluissa nousi esille, miten merkittävää yhteisössä oleminen oli ryhmäläisille ollut. Muutama haastateltava kuvasi oloaan yksinäiseksi ennen ryhmää ja sitä, miten he olivat kaivanneet yhdessä olemista ja yhdessä tekemistä. Yhden

haastateltavan tavoitteena yhteisövalmennuksen myötä oli nimenomaan yhteisöön kuuluminen. Häntä oli alussa pelottanut ajatus ryhmästä, ja hän ajatteli, että hänestä ei ole ryhmän jäseneksi, mutta mukavat ihmiset ja hyvät ohjaajat saivat hänet unohtamaan pelkonsa. Hänen mielestään ryhmässä oli mukavia ihmisiä, joiden kanssa oli helppoa keskustella. Hyvän ilmapiirin luomisesta vastaa ryhmän ohjaajat jotta vuorovaikutus ryhmässä olisi hedelmällistä (Kanerva 2006, 187).

Toinen haastateltava kuvasi itseään ujoksi ja hän ei ollut ennen yhteisövalmennusta tottunut olemaan ja vitsailemaan vieraiden ihmisten kanssa ja koki aluksi, että ryhmätoiminnassa ujous olisi voinut olla haaste. Hän halusi raitistumisen myötä oppia enemmän itsestään ja ympäristöstään, joten yhteisövalmennus oli hänelle siihen hyvä tuki. Hänelle tuli yhteisövalmennuksen myötä itsevarmempi olo ja sai siitä virtaa ja energiaa mennä muihinkin asioihin mukaan.

Yhteisöt voivat rakentua sijainnin perusteella tai perustua kiinnostuskohteiden perusteella, jolloin yhdistävä tekijä ihmisten välillä on muu kuin sijainti, esimerkiksi yhteinen harrastus voi olla ihmisten välinen yhdistävä tekijä. Tutkimukset osoittavat, että yhteisöihin kuuluminen voi vaikuttaa ihmisen terveyteen merkittäväällä tavalla. Henkilöt, jotka kuuluvat vahvoihin yhteisöihin, potevat vähemmän sydänsairauksia ja toipuvat nopeammin stressaavista tilanteista kuin henkilöt, jotka eivät kuulu yhteisöihin. (Twelvetrees 2008, 10–15.)

Haastateltavista yksi kertoi, ettei hänellä ollut mitään odotuksia ryhmästä, mutta hän kuvasi saaneensa siitä enemmän kuin mitä hän odotti. Hän oli myös ryhmän alussa yllätynyt omista ennakkokäsityksistään muita kohtaan, mutta huomasi nopeasti, miten kaikki ryhmässä olivat vertaisia toisilleen. Hän huomasi, ettei voinut suojautua työroolin taakse. Vaikeinta hänelle yhteisövalmennuksessa oli aloittaminen. Hänelle jäi tunne siitä, että diakonit olivat tehneet pitkän pohjustustyön siinä, keitä he olivat ryhmään kutsuneet.

Joskus työntekijän tulee ottaa riskejä ja osata viedä ryhmä uuteen suuntaan, jos jokin asia tai työskentelytapa ei toimi ollenkaan. Työntekijä on myös aina avoin uuden oppimiselle, eikä vähättele ryhmässä olevaa osaamisen taitoa. Hänen täy-

tyy tasapainoilla kahden ulottuvuuden välillä— hän ei tiedä parhaiten, mutta samalla kuin hän on vastuussa oleva henkilö, joka aina vie ryhmää eteenpäin määrätietoisesti. (Thompson 2007, 44–46.)

Yhden henkilön mielestä on tärkeä lähteä mukaan ja heittäytyä eri asioihin eikä haastateltava ole pelännyt ihmisten kanssa olemista.

Ilmapiiri oli yhden osallistujan mielestä mieleenpainuvien asia yhteisövalmennuksessa. Hänen mukaansa ryhmän ohjaajilla oli suuri vastuu positiivisen tunnelman luomisessa ja he onnistuivat hänen mielestä siinä hyvin. Heidän innostuneisuutensa ja positiivinen energiansa tarttui kaikkiin ihmisiin ja he olivat hyviä saamaan ihmisiä tuntemaan olonsa tervetulleiksi. Hänen mielestään oli myös puhuttelevaa, että hyvin eri lähtökohdista tulleet ihmiset olivat kaikki samalla viivalla, eikä ryhmää määritellyt ihmisten eri tittelit.

Ja me oltiin jokainen ihan erilaisia, hyvin eri lähtökohdista sinne tulleita, mut et sit jotenki sen mikä siin oli se puhuttelevin, et me oltiin niinku oikeasti ihminen ihmiselle, et siel ei ollut titteleitä et siel oli tilaa jokaiselle.

Ylläolevan lainauksen perusteella, voidaan tulkita, että sosiaalialalla käytettyä liittämistä on tapahtunut. Liittävät suhteet syntyvät silloittavan toiminnan yhtenä muotona, kun toimijat, joilla on vähäisiä keskinäisiä siteitä kohtaavat. Sosiaalityön asiakastilanteissa on usein kysymys ihmisten liittamisestä heidän arjen selviytymistään tukeviin yhteiskunnallisiin suhteisiin ja yhteisöihin. Hyvän luottamussuhteen rakentaminen on tärkeässä asemassa, jotta liittäminen onnistuisi hyvin. Optimaalisesti onnistunut liittäminen lisää yhteisön jäsenien yhteisöllisyyden tunnetta ja tasa-arvoa. (Pohjola 2015, 19.)

Voidaan myös ajatella, että ihmisen voimaantumisen ja hyvinvoinnin olevan yhteydessä muiden ryhmäläisten voimaantumiseen ja hyvinvointiin. Kaikki osaprosessit ovat tärkeitä tekijöitä kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin kannalta. Prosessit

sisältävät muun muassa vapauden, itsenäisyyden ja vastuullisuuden tunteita. Hyvinvoinniksi lasketaan kokonaisvaltainen sosiaalinen, psyykkinen ja fyysinen hyvinvointi. (Siitonen 1999, 163.)

Aratkin ihmiset rohkaistuivat yhden haastateltavan mukaan puhumaan ryhmässä ja hänen mielestään oli hyvä nähdä yhteisövalmennusprosessi itsessään, mutta hänelle oli myös palkitsevaa seurata muiden kehitystä ryhmän aikana. Hänelle yhteisövalmennus toimi kokonaisuutena, jossa ryhmätehtävien kautta hän tutustui eri ihmisiin. Pienryhmätehtävissä osallistujat aina jaettiin eri tavoin, jotta ryhmäläiset eivät hakeutuneet samaan ryhmään joka kerta.

Voimaantumista voidaan Thompsonin (2007, 22) mukaan määritellä siten, että autetaan ihmisiä saavuttamaan parempaa päätäntävaltaa heidän elämästään ja olosuhteistaan. Tämän kautta he saavat positiivista toimintavoimaa kaikilla voiman kolmella tasolla. Voimaantunut henkilö saa henkilökohtaista voimaa, joka parantaa hänen itsetuntoa ja omia taitoja, kulttuurista voimaa murtamalla stereotyyppisiä, tai strukturoitua voimaa ymmärtäen, miten ympärillä olevat rakenteet voivat vaikuttaa hänen omaan hyvinvointiin. Tämän myötä hänen itsetunto ja tasa-arvon tunne vahvistuu. (Pohjola 2015, 25.) Voimaantuminen on myös vuorovaikutusprosessi, joka sisältää sen, että joku mahdollistaa, toisen henkilön voimaantumiskokemuksen ja toinen henkilö kontrolloi ja mahdollistaa, miten voimaantuminen käytännössä tapahtuu. Ihminen päättää kuitenkin itse, miten ja kuinka hän haluaa voimaantua. (Thompson 2007, 22–24.)

Ryhmään oli yhden haastateltavan mukaan mukava mennä joka kerta. Muutama ihminen oli hänen mukaansa levottomia, mutta he jättivätkin yhteisövalmennuksen kesken. Hänen mielestään se oli hyvä asia, sillä heidän levottomuutensa vaikutti negatiivisesti ilmapiiriin, mutta heidän lähdettyään ilmapiiri oli hänestä todella hyvä.

Voimaantumisteorian valossa ihminen nähdään vapaana, luovana sekä toimeliikkeen ja itselleen tavoitteita asettavana tekijänä. Kuitenkin olosuhteet, sosiaaliset rakenteet ja lähiympäristövaikuttavat voimaantumiskokemukseen merkittäväällä tavalla. (Siitonen 1999, 118.) Tämän takia ei tule aliarvioida ryhmädynamiikkaa,

ohjaajien roolia tai ryhmän sisältöä. CABLE-ryhmää järjestäessä olisi hyvä pitää mielessä, miten suuri vaikutus sisällöllä ja jokaisen osallistujan läsnäololla on ryhmään. Hyvä ohjaaja tukee kaikkien voimaantumisprosessia parhain mahdollisin tavoin. Voimaantumisprosessiin vaikuttaa myös henkilön oma sitoutuminen ja motivaatio. (Siitonen 1999, 159.)

Yksi haastateltavista odotti aina innolla ryhmään pääsemistä. Hänen mielestä arki sujui mukavammin yhteisövalmennuksen ansiosta. Yhteisöllisyyden kokemisen myötä haastateltava jakso arjessa paremmin ja ryhmä toi hänelle siihen voimaa. Jos hänellä oli alakuloinen olo ryhmään mennessä, hänen mielialansa nousi aina, kun hän pääsi tekemään asioita yhdessä toisten ihmisten kanssa. Yhdessä tekeminen ja jakaminen vaikuttivat merkittäväällä tavalla hänen mielialaan ja hän kuvasi kaivanneensa yhteisöä elämäänsä. Onnistunut liittäminen kasvattaa yhteisöllisyyttä ja lisää tietoisuuden omaan hyvinvointiin vaikuttavista tekijöistä (Pohjola 2015, 25).

Tutkimusten mukaan ihminen on luonteeltaan sosiaalinen olento ja saa toiminta-voimaa ja energiaa toisista ihmisistä. Sosiaalisiksi pääomaksi lasketaan se, että ihmisellä on paikkoja ja yhteisöjä, jonne hän kokee kuuluvansa. Yhteisö voidaan yleisesti määritellä muodostelmaksi, johon kuuluvilla ihmisillä on jotain yhteistä ja yhteisöjen kautta ihminen vahvistuu. Yhteisöt ympäröivät meitä kaikkialla jokapäiväisessä elämässä, vaikka nykyään keskustellaan paljon siitä, että eletään yhä yksilökeskeisemmin. Ehkä tämän uhkakuvan takia uusiyhteisöjä muodostuu koko ajan ja yhteisöllisyyden tarve kasvaa. (Twelvetrees 2008, 8–9.)

Yksi haastateltava oli muutoksen tiellä päihteiden väärinkäytön takia ja hän kuvasi tarvitsevansa siihen taisteluun voimia paremman elämän puolesta ja tämä olisi voinut olla osasyynä siihen, että hän osallistui ryhmään. Hän kuvasi yhteisövalmennusta alkusysäyksenä omalle muutokselle. Hän oivalsi ryhmässä, miten voi olla ihmisten kanssa ilman päihteitä ja sen, ettei hänen tarvitse mennä juomaan keskustellakseen asioista.

Voimaantuminen on tarkoitettu työvälineeksi, jonka avulla ihmiset tunnistavat ja osaavat kehittää omia voimiaan. Usein ihmiset eivät kuitenkaan tarvitse tämän

kaltaista apua vaan he ovat hyvin tietoisia omista kyvyistään. On kuitenkin joitain tilanteita, joissa ihmiset tarvitsevat apua omien kykyjensä huomioimiseen. Sellaiset tilanteet ovat pelko, huono itsetunto, painostus, ahdistus, konfliktit, kipu, suru, velat, mielenterveysongelmat, oppimisvaikeudet tai riippuvuudet. Kun työntekijä kohtaa näitä ilmiöitä toimiva työote on narratiivisuus: työntekijä ei ole ongelman ratkaisija, vaan henkilö, joka luo osallistujien tarinaa itsestään uuteen muotoon ja auttaa heitä rakentamaan uuden yhdessä kirjoitetun tarinan. (Thompson 2007, 28–30.)

6.2 Oman elämänsä tarkastelu

Yhteisövalmennuksen ensimmäisessä osassa käsiteltiin ryhmäläisten omaa elämänjanaa ja historiaa eri menetelmien keinoin. Kaikki vastaajat toivat esille elämänkaaritehtävän miellyttävänä kokemuksena. Elämänkaari-tehtävän aikana osallistujat pohtivat aihetta miten minusta tuli minä- toiminnallisissa menetelmissä (Videll 2016). Yksi osallistujista yllättyi siitä, kuinka hyvin hän pystyi omaa elämänjanaa pohtimaan, vaikka hän ei ollut tehnyt vastaavaa tehtävää aikaisemmin. Hänen mielestä oli mielenkiintoista jäsentää elämäntapahtumat yhden tehtävän avulla.

Yhden haastateltavan mukaan elämänkaaritehtävä pisti hänet miettimään asioita, joita hän ei ollut koskaan aikaisemmin ajatellut. Tehtävän myötä hän rupesi muistamaan, mitä oli tapahtunut ennen yhteisövalmennusta ja miten kokemukset asioista olivat muuttuneet yhteisövalmennuksen lopussa. Tehtävässä hän ei käynyt vuosi vuodeltaan historiaansa läpi, vaan mitä tapahtumia oli milloinkin elämän aikana ollut.

Kyl se oli niinku varmaan toi semmonen just se oman elämänkaaren miettiminen, et missä on niinku tavallaan. Ei nyt ollut mitenkää et olis vuosi kerrallaan käyny läpi mut sillee, vähän kattoo et missä on mitäki ollu ja tapahtunu, mitä on ollu ennen ja aikaisemmin ja mitä on niinku nyt ja.. Vähän niinku, teki tälläst et mitä on just ennen yhteisövalmennusta ja mitä on sen yhteisövalmennuksen lopussa, et se oli oikeis-

taan ihan mielenkiintoinen tehdä et, rupes niinku tavallaan muistamaan. Et kyl se niinku tuli mieleen kaikkee semmosta mitä ei oo koskaan oikeestaan miettiny tai ajatellut.

Yhteinen kommunikaatio ryhmässä on avainasemassa, kun käytetään voimaantumismenetelmää työvälineenä. Pitää myös olla realistinen sen suhteen, että voimaantumista ei aina tapahdu, vaikka se olisi työn tavoitteena. Haasteena voimaantumiselle on ihmisen kasvu itsessään sekä itsetuntemuksen vahvistuminen ja siihen havahtuminen. Havahtuminen ja valtaistuminen ovat lähtökohtia sille, että ihminen voimaantuu. (Räsänen 2006, 95.)

Yhdelle henkilölle vaikeinta yhteisövalmennuksessa oli omasta elämästä kertominen. Hän kertoi olleensa jännittynyt, kun hänen piti kertoa vaikeista asioista toisille tilanteissa, joissa purettiin hänen menneisyyttään. Yksi toinen haastateltavista taas koki, ettei yhteisövalmennus ole mitään puristusta, jossa otettaisiin kaikki ihmisestä irti, vaan kaikki saivat osallistua ryhmään omien voimavarojensa mukaan.

Yhtä haastateltavaa jännitti etukäteen yhteisövalmennuksen henkilökohtaisuus, kun siinä mentiin niin syvälle, mutta hän pääsi jännityksestä yli ryhmän aikana.

ihan kiva että, siinä sai näitä, oli aika mukavia ihmiset siinä, vähän niinku pelotti tommoset kysymykset ku mentiin niin syvälle, mut ei se sit mitää eikai tässä sen kummosempaa ihmisillä oo, ku ihan tätä normaalia. Alkuun vähän pelotti, ajatteli et mitä tässä, mentiin niin syvälle sillai, mut ei siin mitää.

Tutkimukset osoittavat, että tärkein syy epäviralliseen ryhmään osallistumisessa on turvallisuus, itsetunnon kohentuminen, tiedon saaminen sekä sosiaalisten tarpeiden tyydytys ja tietyn päämäärän edistäminen. Epäviralliset ryhmät tarjoavat jäsenilleen turvallisuutta, koska ihmiset pystyvät yhdessä muiden kanssa paremmin kohtaamaan vaikeita tilanteita kuin yksin. Ryhmissä korostuu myös usein se, että ei ole ongelmiansa kanssa yksin, vaan monet muutkin ovat kohdanneet samankaltaisia asioita elämänsä varrella. Tämän tyyppiset tilanteet kasvattavat ryhmäläisen itsetuntoa, kun he oivaltavat että he eivät ole yksin. (C. Pennington 2002, 14–15.)

Yhden osallistujan mielestä kaikki osallistujat voimaantuivat yhteisövalmennuksen myötä, mutta totesi että hyvinkin voimaannuttavat kokemukset hiipuvat ajan myötä nopeasti. Voimaantuminen oli termi jota haastateltava itse käytti. Toinen haastateltava taas koki, että vielä kolmen vuoden jälkeen hänellä on edelleen energinen ja hyvä olo nimenomaan yhteisövalmennuksesta johtuen. Hänellä oli todella energinen olo viimeisen yhteisövalmennuskerran jälkeen ja hän sai kurssin loputtua sanoitettua laulun.

Teki tosi hyvää mulle, olin itse asiassa viimeisen kerran jälkeen aika energinen, et menin suoraan ku pääsin kotiin, menin suoraan koneelle tekeen musiikkia, tein yhen biisin.

Yhteisövalmennuksen ja CABLE-menetelmän tavoite on voimaantuminen eli empowerment. Voimaantumiskäsitettä ei ole helppoa määritellä tai lokeroida. Voimaantuminen on ihmisestä itsestään lähtevä henkilökohtainen prosessi, jota ei voi antaa tai aiheuttaa toiselle. Voimaantuminen tapahtuu kuitenkin yhdessä muiden kanssa eli se on myös sosiaalinen prosessi, sillä turvallinen ympäristö ja valinnanvapaus voivat vaikuttaa siihen, mikäli joku voimaantuu. Voimaantuminen voi olla todennäköisempää yhdessä tilanteessa ja toimintaympäristössä kuin toisessa. Voimaantunut henkilö on itseään määräävä ja ulkoisesta paineesta vapaa oleva henkilö. (Mattila 2008, 30.) Sisäisellä voimalla ja kanssavoimalla on ero. Sisäistä voimaa voidaan saada voimaantumisen kautta, ja kanssavoimaa voidaan kokea, kun jokin ryhmä ylittää jonkun ryhmäläisten kohtaamansa vaikeuden. Kanssavoima on yksilöä suurempi voima. (Thompson 2007, 15.) Yhteisövalmennuksen avulla ryhmäläiset voivat kokea sekä kanssavoiman että sisäisen voiman.

Siitosen (1999, 161) mukaan voimaantuminen on aina yksilöllinen sekä sosiaalinen prosessi. Hyvät edellytykset ja turvallinen ympäristö voi antaa ihmiselle apuvälineitä voimaantumiseen, vaikka voimaantuminen tapahtuukin omasta tahdosta. Voimaantuminen onkin prosessi eikä lopputulos, johon toimintaympäristö voi vaikuttaa positiivisella tai negatiivisella tavalla. (Siitonen 1999, 161–162.)

6.3 Seurakuntayhteys

Moni vastaajista oli sitä mieltä, että kynnys osallistua seurakunnan toimintaan madaltui yhteisövalmennuksen ansiosta. Mikaelin seurakunnasta oli tullut haastateltaville tutumpi paikka, jonne oli helpompi mennä ryhmän jälkeen. Yksi haastateltavista vastasi, että hän ei ollut osallistunut enemmän seurakunnan toimintaan yhteisövalmennuksen jälkeen, eikä sillä ollut hänelle merkitystä, että nimenomaan seurakunta piti yhteisövalmennuksia. Hänen mielestä hengellisyyttä ei mainostettu ryhmässä, vaikka rivien välistä olisi voinut huomata, että papit tai henkilökunta olivat uskovaisia.

Yhden haastateltavan mielestä kirkko oli tullut yhteisövalmennuksen myötä lähemmäksi ja hän kertoi kokeneensa sen myötä enemmän osallisuutta seurakuntaan.

On se varmaan niinku tullu jotenkin lähemmäksi, niinkun syventänyt sitä ajatusta. Et jotenki päässy sisään enemmän tähän seurakuntaan. Et ennen se ehkä oli näin kaukaisempi, ja nyt kun mä kävin tän, ni nyt tuli lähemmäks jotenki. Lähentyi tää seurakunnan kanssa.

Suomen evankelis-luterilaisen kirkon diakonian ja yhteiskuntatyön 2015 linjaukseen kuuluu seurakunnan lähiyhteisöjen verkostojen vahvistaminen. Niissä osallisuus, luottamus ja lähimmäisenrakkaus ovat tärkeimpiä arvoja. Linjaus korostaa yhdessä elämisen taitoa ja erilaisuuden arvostamista. (Sakasti 2016 a.)

Toisen haastateltavan mielestä Mikaelin seurakunnasta tuli suurempi osa hänen elämää yhteisövalmennuksen myötä ja siellä olemisesta tuli luontevampaa. Hänen mielestä Mikaelin seurakunta oli erittäin miellyttävä paikka, jossa hän on mieltänyt käydä, kohdaten ihmisiä joiden kanssa on miellyttävää keskustella. Hän on käynyt konserteissa ja osallistunut muuhunkin toimintaan ryhmän jälkeen. Haastateltava ei muistanut, millä tavoin hengellisyyttä tuotiin esille ryhmässä, mutta hänelle sopi hyvin, että hartauksia pidettiin. Hänelle oli merkittävää, että nimenomaan seurakunta piti yhteisövalmennuksen, kun hän tunsii ihmisiä sieltä entuudestaan.

No joo, on se. Kyl mä oon enemmän tääl käyny, tää on yhteisövalmennuksen jälkeen tuli tavallaan semmonen että mä mun, tää niinku mikaelin seurakunta rupes olee osa mun elämää niinku sillee, et sitä ennen se oli vaa, et kävin täällä hyvin hermostuneena tapaamassa diakonia, mut sit mul alko tulee niinku kaikkee. Se oli hirveen luontevaa tää mikaelin seurakunta, siitä mä oon tosi ilonen.

Kohtaamisen kirkko- strategian mukaan Suomen evankelis-luterilainen kirkko tähtää vuoteen 2020 mennessä seuraaviin tavoitteisiin. Kirkko haluaa olla kohtaamisen kirkko, jonne lisääntyvä määrä ihmisiä kokee kuuluvansa. Seurakunta tavoittelee olevansa yhteisö, joka tuo erilaisia ihmisiä yhteen ja kirkon viesti on kuultu kaikissa yhteiskuntaluokissa. Kirkko haluaa luoda tilan vuorovaikutukselle ja kirkon tulisi olla läsnä siellä missä ihmiset ovat. Kirkko haluaa olla rinnallakulkijana ihmisten kanssa ja jakaa tarinoita heidän kanssaan. (Sakasti 2016 b.)

Yksi haastateltava oletti, että Mikaelin seurakunnassa olisi avoimet näkemykset asioista ja totesi että homovastaisuus oli joidenkin pappien yksilöllinen kanta. Hänen mielestään oli myös hyvä, ettei uskoa tyrkytetty kenellekään yhteisövalmennuksessa, vaan kaikki saivat uskoa omalla tavallaan.

Kyllähän mä nyt, mä en oo hirveesti päätä vaivannut niillä et, vähän niinku avarakaitseisempii ku mitä nyt joskus lööpeistä lukee et ei naispappej, ei homoj ei mitään tämmöst,, se on nitte yksilöllinen kanta, olettaisin et tääl on aika avointa.

Seurakunnasta oli jäänyt erittäin hyvä kuva yhdelle haastateltavalle. Ilmapiiiri ja ihmiset olivat hänen mukaansa hyviä eikä hänellä ollut negatiivista sanottavaa seurakunnasta. Hän kertoi menevänsä erittäin mielellään kirkolle. Hän sanoi osallistuvansa silloin tällöin seurakunnan toimintaan.

Diakonisen näkemyksen ei tulisi kohdistua pelkästään ongelmiin, vaan työntekijöiden tulisi nähdä myös yhteisöjen voimavarat ja hyödyntää niitä. Transformaatio yhteisöissä ja ihmisissä on mahdollinen, jos työntekijät uskovat siihen. Voimauttava työnäkemyks on voimavara sekä työntekijöille, että seurakuntalaisille. (Jokela 2013, 146–147.)

Yksi henkilö oli harmissaan siitä, ettei seurakunnassa opeteta enemmän perusasioita uskosta. Hän oli joskus kääntynyt seurakunnan puoleen vakavan asian kanssa, mutta hänelle oltiin naurettu eikä hän saanut apua tai vastauksia ongelmaansa. Hän kääntyi lopulta terveysaseman puoleen ja sai adventtikirkolta tukea.

Semmonen juttu, tykkäisin että, tällaisia asioita raamatusta, enempi raamatunopetusta, mä oon ollu adventistien jutuissa mukana ja siellä on ollu paljon tällaista. Se puuttuu seurakunnissa. Yhden kerran menin seurakuntaan kun oli tällainen vakava juttu tällainen, niin ne ei ottanut tosissaan nauro vaan, yks ainoa kerta kun mä menin, jos sieltä saan tollaista. Ei sieltä mitään saanut, yhen kerran kävin keskustelussa, se oli aika koskettavaa ja liikuttavaa kun on vaikeuksia, ja sitten ei saa tukea. Jouduin terveysasemalta lopuksi hakemaan apua. Kauheesti ei opeteta perusasioita, et sä sit ymmärrä niitä. Mä sanoisin et adventisteilla oli tosi hyvä. niillä oli kyllä niin paljon perusopetusta.

Toisen henkilön mielestä seurakunnat tarvitsevat enemmän ihmisten näköisiä asioita, joihin voisivat osallistua myös kirkkoon kuulumattomat ihmiset. Haastateltava totesi, ettei kirkon ensimmäisenä tarvitsisi kysyä, mikä on kenenkin uskonnollinen vakaumus. Haastateltavan mielestä harvalla järjestöllä on ympäri Helsinkiä tilat, joihin ihmiset voivat kokoontua.

Seurakunnissa on paljon ihania ihmisiä ja voimaa, mutta just tämmösten ihmisten näköisten juttujen lisääntyminen, niin se on se mitä seurakunnat oikeasti tarvii, ja niinkun sellasten juttujen jotka ei oo kohdennettu johonkin tiettyyn ryhmään pelkästään. Vaan että niinku tää yhteisövalmennus, nää maalauskurssit, niin ei tarvi olla edes välttämättä kirkkoon kuuluva ihminen, et siel ei niinku kysytä ensimmäisenä et mikä sun uskonnollinen vakaumus on. Vaan se et seurakunta se on kuitenkin, niitä on niin paljon ympäri Helsinkiä, ne vois olla sellaisia paikallisia pisteitä mitkä vois oikeasti auttaa henkisellä puolella, en tarkoita terapiaa, oikeasti yksinkertaisilla menetelmillä saa tosi paljon hyvää aikaan. Et ku vielä monella on semmonen et "ai seurakunnan, pitääkö olla uskovainen"-näkemys. Mulle se ei oo ongelma kun ite oon, mut et tota jotenki se niinku paistais läpi siitä toiminnasta et tänne voi tulla oikeasti kaikki. Se on tulevaisuuden tavoite. Koska harvalla muulla "järjestöllä" on tilat joka kaupunginosassa mihin kaupunginosan ihmiset vois kokoontua.

Paikalla on suuri merkitys yhteisöjen kehittämisessä. Vaikka sosiaalinen media ja virtuaalinen todellisuus on yhä tavallisempi tapa luoda virtuaalisia yhteisöjä, on

kuitenkin fyysisillä paikoilla suuri merkitys ihmisten arjessa. Nuoret ammattilaiset urbaaneissa kaupunginosissa hakeutuvat asumaan tiettyihin paikkoihin asumaan, joihin he voivat identifioitua. Marginaalissa elävät ihmiset eivät voi samalla tavalla vaikuttaa siihen, missä he asuvat, joten diakoninen työskentely sellaisilla alueilla on hyvin tärkeää. Monessa kaupungissa tietyt kaupunginosat ovat saaneet tietyn leiman tai huonon maineen sen perusteella, että niissä elää suuri prosentti marginaalissa olevista ihmisistä. (Addy 2014, 230.)

Tällaisissa kaupunginosissa on tärkeää luoda parempi elämänlaatu vahvistamalla paikallisia yhteisöjä. Liikkuvuudella ja ympäristöllä on myös suuri merkitys ihmisen arjelle. Jos henkilön tai perheen liikkuvuus on syystä tai toisesta rajoitettua, asuinpaikasta tulee todella tärkeä osa hänen elämäänsä. CABLE-työote auttaa yhteisöjen kehittymisessä ja antaa diakoniatyölle mahdollisuuden vaikuttaa näihin kysymyksiin. (Addy 2014, 230–231.)

Yhteisödiakonian tavoitteena on rakentaa solidaarisuutta kirkosta ulospäin. Tämä on hyvä malli työskennellessä monimuotoisella asuinalueella, kun diakonit aloittavat kuuntelemalla alueella asuvien tarpeita ja toiveita, ihmisten tarinoita ja taustoja, eivätkä varusta heitä valmiiksi valmistetulla viestillä. Diakonin ei pitäisi viedä ihmisiä jo valmiiseen yhteisöön, sillä ihmisistä voi herätä aloite johonkin aivan uuteen toimintamalliin, jota kirkko ei olisi tullut ajatelleekseen. (Jokela 2013, 146–147.) Voimaantumisen voi yhteisöissä näyttäytyä siten, että tietty ryhmä kollektiivisesti edistyy itsenäisempään suuntaan. Mitä suurempi yhteisö tai ihmisryhmä voimaantuu, sitä suuremmat ovat siitä näkyvät tulokset. (Thompson 2007, 22–24.)

Yhden henkilön mielestä hengellisyys oli luonteva osa yhteisövalmennusta ja hänen mielestään se tuli luontevasti esille. Hänestä oli hyvä, ettei keneltäkään kysytty, uskooko he Jumalaan. Hänen mielestään rukoukset eivät olisi haitanneet tai ahdistaneet heitä, jotka eivät olisi olleet uskossa. Yksi haastateltavista ei muista tarkkaan, miten hengellisyys tuotiin esille, mutta hänen mielestään se oli kuitenkin miellyttävä osa yhteisövalmennusta. Hän piti nimenomaan siitä, että seurakunta toteutti yhteisövalmennuksen koska siellä oli tuttuja.

Yksi haastateltava kertoi helminauhoista, joita käsiteltiin rukoushetkien aikana. Hänen mielestään hengellisyyttä oli tarpeeksi ja sitä ei korostettu liikaa. Hän ei olisi kaivannut lisää hengellisyyttä ryhmiin. Latvuksen (2002, 160) teorian mukaan kontekstuaalisesta näkökulmasta hengellisyyden esiin tuominen on ratkaisevaa, mutta haastateltavat eivät olleet sitä mieltä.

6.4 Ryhmän jatkuvuus

Haastateltavista suurin osa oli sitä mieltä, että ryhmä loppui liian nopeasti. Yhden haastateltavan mukaan ryhmä oli juuri sopivan mittainen eikä hän olisi toivonut muuta toimintaa ryhmän jälkeen.

Yhdellä haastateltavalla oli yhteisövalmennuksen jälkeen surullinen olo ja hän oli huolissaan muiden ryhmäläisten puolesta siitä, miten he jatkoivat elämäänsä ryhmän jälkeen. Hänen mielestään heillä ei ollut mitään muuta kuin ryhmä, jossa he olisivat yhteydessä muihin ihmisiin ja hänen mielestään oli kurjaa, että voimaantumisen ja rohkaisun jälkeen ryhmän piti loppua.

Mut et sit ehkä eniten mulle jäi se haikeus muutaman meidän ryhmän ihmisen kohdalla et jotenki kun tavallaan he toi sitä niinku ilmi avoimesti kun ei oo oikeestaan mitään muuta, kun tämä on se ainut missä he on ollut yhteydessä muihin ihmisiin tosi tosi pitkään aikaan.. Nii sit ku näki semmosta rohkastumista ja voimaantumista, ni se tuntu tosi kurjalta et sen piti loppua.

CABLE-menetelmää hyödyntäessä täytyy myös muistaa, ettei voimaantuminen ei ole pysyvä olotila, vaan prosessi joka jatkuvasti muuttaa muotoaan. Elämäntilanteet ja lähiympäristö vaikuttavat voimaantumiskokemukseen joko positiivisesti tai negatiivisesti. (Siitonen 1999, 164.)

Ryhmää jäi kaipaamaan yksi haastateltavista. Hän koki että yhteisövalmennus jäi kesken ja että tapaamisia ei ollut tarpeeksi monta. Hän oli pohtinut ryhmän tuomia asioita paljon jälkeenpäin.

Tavallaan jotenkin jäi kaipaamaan sitten kun se loppu niin sitä. Sitä. Jotenkin semmonen kun oli joka kerta mennyt sinne ja sitten lähti tyytyväisenä pois niin, jollakin tavalla jäi sitten niinkun kaipaamaan, et ikään kuin se olis loppunu kesken vielä. Et kun niit kertoja ei kuitenkaan niin hirveen monta ollut kaiken kaikkiaan. Et semmonen kaipaus sitä ryhmään kohtaan ja sillä tavalla niinkun. Joo kyllä se niinkun kaipaus varmaan on se ja sit tietysti siinä mielti niitä asioita paljon jälkikäteen, tapahtumia, mitä siellä oli.

Yhden haastateltavan mukaan oli haikeaa lopettaa yhteisövalmennus. Hänen mielestään ryhmää olisi voinut jatkaa pidempään, mutta totesi myös että ajat muuttuvat.

No tavallaan haikeetkin, siinä oli ihan käydä aina silloin täällä, et ei häirinnyt elämänrytmiä mitenkään silleen, et se oli muistaakseni aika haikeeta tavallaan. Silloin olisi voinut jatkaa pitempäänkin, tietysti ajat muuttuu et.

Yhden haastateltavan mielestä voimaantuminen ei kantanut niin pitkälle ryhmän lopetettua kuin hän oli ajatellut. Hän kertoi, että ryhmälle oi järjestetty jatkotapaamisia, mutta kertoi, ettei ollut päässyt kuin yhteen tapaamiseen.

Jos ei tarvi mieltä taloutta tai resursseja niin olis ollut tosi hienoa jos tätä oltais ollu mahdollisuus jatkaa, kaikki olisi halunnut jatkaa. Kaikkia tää voimaannutti, mutta ite niinku kokemuksesta tietää et semmoset tosi voimaannuttavatkin kokemukset kantaa tietyn aikaa ja sit se pikkuhiljaa oma pieni vahvistuminen hälvenee että meil on ollu jatkotapaamiskertoja mut mä huomaan et mä en oo ite päässyt niihin ku varmaan yhteen ehkä.

Voimaantuminen voi ainoastaan tapahtua yhteistyössä toisten ihmisten kanssa. Yksilö ei voi voimaantua toisista ihmisistä, mutta voi valita itsensä voimaannuttamisen. Kaksi erilaista ihmistä voivat kokea saman ilmiön hyvin eri tavalla. Toista henkilöä tietty kokemus voi voimaannuttaa ja toista henkilöä se voi masentaa. (Thompson 2007, 5–7.)

Yhden osallistujan mielestä ryhmä olisi voinut kokoontua useammin kuin kerran viikossa, sillä viikossa ehtii tapahtua paljon asioita. Kahden osallistujan mielestä

fyysisiä aktiviteetteja olisi voinut olla useamman kerran, kuten haravataalkoot Östersundomin kirkolla, jotka järjestetään joka yhteisövalmennusryhmän kanssa.

Kokonaisuudessaan moni henkilö olisi kaivannut jatkoa ryhmälle tai muuta yhteisöllistä tekemistä ryhmän loputtua. Osalle ryhmäläisistä yhteisövalmennus toimi alkusysäyksenä omalle muutokselle. Ihmiset ovat hyvin erilaisia ja jotkut pitävät siitä, että asioilla on selkeä alku ja loppu, kun taas toiset ihmiset nauttivat jatkuvuudesta ja epävirallisesta yhdessäolosta.

7 JOHTOPÄÄTÖKSET

Yhteisövalmennus on järjestetty Mikaelin seurakunnassa viisi kertaa ja se on muuttanut vuosien saatossa muotoaan paljon. Haastattelin viittä henkilöä, yhden henkilön jokaisesta yhteisövalmennusryhmästä.

Kaikki osallistujat pitivät yhteisövalmennuksesta hyvänä asiana ja kokemuksena. Muutamalla haastateltavalla ei ollut mitään negatiivista sanottavaa yhteisövalmennuksesta. Neljän henkilön mielestä yhteisövalmennus loppui liian aikaisin. Yhden henkilön mielestä yhteisövalmennus toimi alkusysäyksenä muulle muutokselle. Voidaan todeta, että yhteisövalmennuksen sisältö miellytti kaikkia osallistujia. Yksi henkilö kertoi, että vielä kolmen vuoden jälkeen yhteisövalmennuksen voima kantaa. Yhden haastateltavan mukaan yhteisövalmennus sopii myös epävarmoille ja aroille ihmisille ja totesi, ettei yhteisövalmennus ole mitään ”puristamista” jolloin osallistujista otetaan kaikki irti, vaan kaikki saavat osallistua ryhmään omien voimavarojensa mukaan.

Yhteisöllisyys ja yhteisölähtöisyyden tulisi tarkoittaa sitä, että kaikki saavat tulla kirkkoon ja olla osana seurakuntaa. Diakoniatutkimus yhteisöllisyyteen liittyen kertoo, miten osa seurakuntalaisista voi kokea, etteivät he tunne olevansa osana seurakuntaa. He kokevat epävarmuutta yhteisöön kuulumisen suhteen, ja voivat esimerkiksi pohtia sitä, jos he ovat tarpeeksi hyviä kristittyjä osallistuakseen johonkin ryhmään. (Thitz 2006, 13–14.)

Kysyin, minkälainen mielikuva osallistujilla oli seurakunnan toiminnasta yleisesti. Muutamalle haastateltavalle kynnys seurakunnan toimintaan oli madaltunut. Yksi haastateltavista ei ollut pohtinut seurakunnan tai kirkon roolia hänen elämässään ja yhden henkilön mielestä seurakunnassa ei puhuta tarpeeksi uskonasioista.

Yhteisövalmennuksen yhtenä tavoitteena on voimaannuttaa osallistujia ja voidaan todeta, että se toteutui joidenkin haastateltavien kohdalla. En kysynyt suo-

raan voimaantumista, mutta yksi henkilö käytti itse termiä sanoen voimaantuneensa. Toinen henkilö kuvasi, miten hänellä oli todella energinen olo yhteisövalmennuksen jälkeen. Yhtä henkilöä oli auttanut yhteisövalmennusta edeltävä katkaisuhoido, jonka kautta hän sai voimia tulla yhteisövalmennukseen ja yhtä henkilöä vapaaseurakunnan toiminta oli miellyttänyt enemmän kuin Mikaelin seurakunnan toiminta. Monelle ryhmän tuoma yhteisöllisyys oli kuitenkin merkittävin asia yhteisövalmennuksessa.

Yhden osallistujan mielestä ryhmän jälkeen osallistujat jäivät tyhjän päälle, kun mitään jatkoryhmää tai toimintaa ei ollut. Muutama osallistuja kertoi, että kynnys osallistua muuhun kirkon toimintaan oli yhteisövalmennuksen myötä madaltunut ja että kirkko tuntui enemmän kodinomaiselta nyt kuin aiemmin.

Haastatteluvastauksia tulkitessa voidaan todeta, että tämän tyyppistä toimintaa tarvitaan seurakunnissa ja että ryhmät, jossa osallistujat saavat pohtia omaa elämäntarinaa, ovat hyvin tärkeitä. On olennaista, että seurakunta toimii avoimena yhteisönä kaikille, jossa ihmiset saavat olla sellaisia kuin he ovat. Kristinuskosta opettaminen oli yhdelle henkilölle tärkeä asia, jota hän jäi kaipaamaan. Suurin osa vastaajista ei tuonut hengellisyyttä esille erillisen tärkeänä osana yhteisövalmennusta.

Jatkotutkimuskysymyksinä voidaan pohtia sitä, mitä seurakunta voisi tarjota ihmisille yhteisövalmennuksen jälkeen. Miten seurakunta voisi olla mukana järjestämässä toimintaa arkielämän keskellä eri lähtökohdista tuleville ihmisille? Olisiko joku pysyvämpi toimintamuoto kannattava CABLE-menetelmän rinnalla ja mihin diakoniatyön resurssit tulee kohentaa kirkon kapenevan taloudellisen tilanteen myötä? Yhteisödiakoninen näkemys on yhä tärkeämpi työmuoto monikulttuurisuuden ja moniuskontoisuuden myötä, mutta miten diakonit menetelmää käyttävät? Nämä ovat asioita, joita tulevaisuuden diakonit voivat pohtia.

8 LUOTETTAVUUS JA EETTISYYS

Tutkimusluvan sain Mikaelin seurakunnan kirkkoherralta, Martti Häkkäseltä sähköpostitse. Eettinen toimintatapa haastatteluja tehdessä on suojata haastateltavien henkilöiden yksityisyys muokkaamalla tunnistettavuustietoja (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2004, 25–26). En käyttänyt haastateltavien nimiä tai muita henkilökohtaisia tietoja tutkimustuloksissa, jotta toimeksiantajani tai lukija ei tunnista opinnäytetyötäni lukiessa henkilöitä vastauksista.

Tutkimusten tuloksiin saattavat vaikuttaa kirjoittajan omat arvot ja aikaisemmat tulokset kysymyksen asettelussa (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2004, 161). Haastattelukysymykset olivat avoimia ja pyrin olemaan tietoinen omasta roolistani haastattelijana, etten kysyisi johdattelevia kysymyksiä haastateltavilta. Haastatteluja suorittaessani huomasin, että jotkut kysymykset haastattelurungossa olivat epäselviä. Teemoihin olin tyytyväinen, mutta osan kysymyksistä olisin voinut muotoilla paremmin. Esimerkiksi kysymys ”koetko että yhteisövalmennuksen myötä sait voimia omaan arkeen?” on kyllä/ei kysymys. Kysymyksen vastaukseen olisi voinut vaikuttaa muutkin tekijät kuin yhteisövalmennus. Haastattelutilanteissa en käyttänyt kysymystä tuollaisenaan. Yleisesti haastattelurunko helpotti minua aiheessa pysymisessä.

Osallistujien eri lähtökohdat ja elämäntilanteet ovat voineet vaikuttaneet siihen, millä tavalla he ovat yhteisövalmennuksen kokeneet. Ryhmän ohjaajat eivät joka yhteisövalmennuksessa olleet samat ja ryhmäläisetkin ovat olleet eri ihmisiä joka kerralla. Nämä asiat ovat saattaneet vaikuttaa haastatteluvastauksiin. Yksi haastateltava ei muistanut, minä vuonna hän on yhteisövalmennukseen osallistunut, joten sekin asia on varmasti vaikuttanut vastauksiin, jos yhteisövalmennus ei ole enää tuoreessa muistissa.

Kerroin haastattelutilanteissa, että minulla oli vaitiolovelvollisuus ja että tuhoaisin nauhoitteet litteroinnin jälkeen. Haastateltavat saivat kertoa juuri niin paljon kuin itse halusivat, enkä painostanut heitä tuottamaan vastauksia, jotka miellyttäisivät toimeksiantajaani tai minua.

En ole eritellyt vastauksiin, minä vuonna haastateltavat ovat osallistuneet yhteisövalmennukseen sillä se ei mielestäni ollut tarpeeksi tärkeä tieto, eikä opinnäytetyön tavoitteena ole ollut tarkistaa jokaista yhteisövalmennusryhmää erikseen. En tuonut vastauksissa esiin, asuiko haastateltava Mikaelin seurakunnan alueella, kuuluiko hän kirkkoon tai mitä sukupuolta hän edusti. En kysynyt haastateltavalta hänen uskonnollisesta taustastaan, sillä en kokenut sitä olennaisena tietona. Koin olennaisempana kysyä, millä tavoin he kokivat seurakunnan toimijana. Tämä oli toimeksiantajalleni tärkeä tieto, jotta he voivat jatkossa kehittää toimintaansa. Helsingin Diakonissalaitos järjestää myös yhteisövalmennuksia, joten halusin korostaa seurakunnan järjestämää yhteisövalmennusta.

Lupasin lähettää kaikille haastateltaville opinnäytetyön, jos he haluavat sitä jälkeinpäin lukea. Eettisyyden näkökulmasta on hyvä, etten tuntenut haastateltavia entuudestaan. Vastaukset olisivat voineet olla erilaisia siinä tapauksessa. En ole itse osallistunut yhteenkään yhteisövalmennukseen, joten minulla ei ollut niistä minkäänlaisia omakohtaisia kokemuksia.

Objektiivisuutta ei voi täysin laadullisessa tutkimuksessa taata (Diakonia-ammattikorkeakoulu, 2010). Analysointi olikin sen takia vaikeaa, ja luin vastaukset kerta toisen jälkeen, ettei minulta olisi jäänyt jokin asia huomaamatta. Haasteellisinta oli kuitenkin kuvata haastateltavien kokemuksia omin sanoin. Tämä on myös osasyy siihen, miksi käytin paljon lainauksia. Teemat jotka nousivat vastauksista kuvasti mielestäni heidän kokemuksiin yhteisövalmennuksesta hyvin, vaikka aluksi ajattelin että olisi ollut helpompaa kuvailla jokainen haastattelu erikseen.

9 POHDINTA

Yhteisövalmennus on merkittävä toimintamuoto diakoniatyölle ja voi olla silloittava toiminta, joka tuo diakoniatyön asiakkaita mukaan seurakunnan toimintaan. Seurakunnan toimintaan aktiivisesti osallistuvat määräytyvät taas usein samasta pienestä ihmisryhmästä, jotka osallistuvat kaikkiin tapahtumiin. Yhteisövalmennus voi olla yksi toimintamuoto joka tuo näitä ryhmiä yhteen. Yhteisövalmennus voidaan nähdä yhtenä sosiaalityön muotona, jossa erilaisia ihmisiä liitetään yhteen (Pohjola 2015, 25). Yhteisödiakonian tarkoituksena on kasvattaa tietoisuutta alueella olevista yhteisöistä ja ihmisistä.

Exposure on merkittävä työväline CABLE-menetelmää käyttäessä. Exposuren tavoitteena on, että katsotaan alueella olevaa ympäristöä uusin silmin, ilman että asetetaan omia tavoitteita tai ennakkoluuloja alueelle. Exposure-työote voi toimia sosiaalialan ammattilaisille, jotka haluavat nähdä ympäristönsä asiakkaidensa silmien kautta, ilman ennako-oletuksia tai arvonäkemyksiä. Tämän työotteen myötä uusia ideoita ja toimintamuuotoja voi syntyä alueella olevien tarpeiden mukaan.

Etenkin kirkolliselle alalle valmistuvat ammattilaiset hyötyisivät yhteisödiakoniasesta näkemyksestä ja CABLE-menetelmästä, pohtiessaan miten erilaiset ihmiset löytäisivät tiensä seurakunnan toimintaan. Yhteisöllisyyden kautta ihminen voimaantuu, joten on tärkeätä, että ihmisille on paikka jossa he saavat sen kokemiselle mahdollisuuden (Valve 2011, 6). Toiminta, jonne kutsutaan ihmisiä erilaisista lähtökohdista yhteen, on kirkon tulevaisuuden kannalta erittäin tärkeää.

Kirkkoon kuulumattomille ja muille seurakunnan alueella asuville seurakunta voi olla aivan vieras paikka, jonne he eivät ikinä löytäisi tietään. Yhteisövalmennus on matalan kynnyksen ryhmä, jonne ei vaadita kirkon jäsenyyttä tai kristillistä taustaa. Yhteisövalmennuksen myötä seurakunta tehdään osallistujille heidän uskoaan kunnioittaen tutummaksi ja osallistujat saavat itse päättää miten ja mitä he uskovat. Yksi henkilö toivoi seurakunnalta enemmän perusopetusta kristinuskosta ja se on myös joillekin merkittävä syy osallistua seurakuntien toimintaan.

Tämän opinnäytetyön tekeminen on ollut haastava mutta palkitseva matka, jonka aikana olen saanut paljon uutta tietoa eri tutkimusmenetelmistä ja niiden hyödyntämisestä tutkimuksellista työtä laatiessani. Olen oppinut tarkastelemaan asioita eri näkökulmista, sekä huomannut miten täysin objektiivista tutkimusta ei ole olemassakaan. Laadullisen tutkimusmenetelmän valinta osoittautui parhaaksi menetelmäksi tätä työtä ajatellen ja koin että haastattelut olivat todella antoisia. Haastattelut tekivät yhteisövalmennuksesta elävän ja kiinnostavan minulle, ja toivottavasti myös lukijalle. Olen havainnut miten kaikissa tutkimusmenetelmissä on hyvät ja huonot puolet. Asioiden kuvaileminen suullisesti on vahvuuteni, mutta olen iloinen siitä, että kirjoituskykyäni on kehittynyt tämän prosessin aikana.

Tämän kirjoitusprosessin aikana ammatillinen reflektointikykyäni on kasvanut ja olen ammentanut paljon uusia asioita voimaantumiseen, CABLE-menetelmään ja kirkon diakoniatyöhön liittyen. Opinnäytetyöhön liittyvät seminaariryhmät ovat myös olleet merkittävä tuki tämän työn aikana. Eettisen herkkyyden merkitystä ei voi pohtia sosiaalialalla liikaa ja olen opintojeni aikana ryhmä- sekä yksilötehtävien parissa pohtinut paljon millä tavoin oma ammatillinen persoonani vaikuttaa asiakastyöhön.

CABLE-menetelmä on mielestäni erittäin kiehtova aihe, ja sain paljon uusia työkaluja joita toivottavasti voin hyödyntämään tulevassa ammatissani sosiaalialalla. Koen että kirkon tulevaisuuden rooli riippuu meidän asenteesta kirkkoa ja lähimmäisiämme kohtaan. Voimaannuttava työote on tärkeimpiä työkaluja sosiaali- ja kirkon alalla, ja meidän pitäisi aina pyrkiä katsomaan ihmisiä kokonaisvaltaisesti. Kaikki yhdessä muodostamme Kristuksen kirkon.

LÄHTEET

- Addy, Tony; Porkka, Jouko & Pentikäinen, Marja (toim.) 2013. Community of the future. Challenges and New Approaches to Community Based Social Work and Diaconia from the CABLE Approach. Tampere: Juvenes Print Oy, 128–141, 228–244.
- Björklund, Sandahl & Stenow 2004, Exposure— att utsätta sig för utsatthet. Lund: Arcus Förlag.
- C. Pennington, Donald 2002. Pienryhmän sosiaalipsykologia. Helsinki: Gaudeamus Helsinki University Press.
- Diakonia-ammattikorkeakoulu 2010. Kohti tutkivaa ammattikäytäntöä. Opas Diakonia-ammattikorkeakoulun opinnäytetöitä varten. C, Katsauksia ja aineistoja 17. Verkkajulkaisuna: <http://www.diak.fi/opiskelu/opinnaytetyo/Documents/Kohti%20tutkivaa%20ammattikäytäntöä.pdf> .
- Eskola & Vastamäki 2010, Ikkunoita tutkimusmetodeihin. Tutkimusmenetelmän valinnasta. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Hakala T. Juha, 2010. Ikkunoita tutkimusmetodeihin. Tutkimusmenetelmän valinnasta. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Hakkarainen, Elina & Kylmälä, Jouni 2015. Yhteisövalmennus pitkäaikaistyöttömien voimavaristajana. Grano Oy: HDL Raportti 1/2015. Viitattu 1.5.2016. https://www.diadome.fi/images/stories/dkp/tyokaapeli_tutkimus.pdf .
- Helsingin seurakunnat 2015. Tilastoja Mikaelin seurakunnasta. Viitattu 19.04.2016. https://www.helsinginseurakunnat.fi/material/attachments/keskusrekisteri/vuositilastot/55MAPfaPn/Vuositilasto_2014.pdf .
- Hirsjärvi, Sirkka; Remes, Pirkko & Sajavaara, Paula 2004. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Jokela, Ulla, Porkka, Jouko, Pentikäinen, Marja (toim.) 2013. Community of the future- Challenges and New Approaches to Community Based Social Work and Diaconia from the CABLE Approach. Tampere: Juvenes Print Oy, 146–147.

- Kanerva, Marjaana 2006. Hengellisen ohjauksen kirja. Heikki Kotila (toim.) Hämeenlinna: Kirjapaja, 186–202.
- Kettunen, Paavo 2013. Auttava kohtaaminen 1. Sielunhoidon perusteet ja teologia. Porvoo: Kirjapaja.
- Latvus, Kari 2002. Arjen teologia. Johdatus kontekstuaaliseen raamatuntulkintaan. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Maarala, Lauri 2006. Hengellisen ohjauksen kirja. Heikki Kotila (toim.) Hämeenlinna: Kirjapaja, 169–185.
- Mattila, Helena 2008. Voimaantumisen ydin. Sosiaali- ja terveysalalla toimivien ihmisten mahdollisuuksia voimaantua työssään. Kuopio: Kopijyvä.
- Pohjola, Anne, Väyrynen, Sanna, Kostamo-Pääkkö, Kaisa, Ojaniemi, Pekka (toim.) 2015. Sosiaalityön yhteisöllisyyttä etsimässä. EU: United Press Global.
- Porkka, Jouko, Kökkö, Jarmo & Pentikäinen, Marja (toim.) 2013. Community of the future. Challenges and New Approaches to Community Based Social Work and Diaconia from the CABLE Approach. Tampere: Juvenes Print Oy, 13–28.
- Räsänen, Juhani 2006. Voimaantumisen mahdollistaminen ja ratkaisu. Yhteiskunnan, yhteisön ja yksilön valtaistaminen. Järvenpää: Julkivies-tintä.
- Sakasti 2016 a. Meidän kirkko – välittävä yhteisö. Suomen evankelis-luterilaisen kirkon diakonian ja yhteiskuntatyön linjaus 2015. Viitattu: 31.3.2016. <http://sakasti.evl.fi/sakasti.nsf/sp?open&cid=Content401510> .
- Sakasti 2016 b. Kohtaamisen kirkko- Suomen evankelis-luterilaisen kirkon toiminnan suunta vuoteen 2020. Viitattu: 16.4.2016. <http://sakasti.evl.fi/sakasti.nsf/sp?open&cid=Content2656A1> .
- Siitonen, Juha 1999. Voimaantumisteorian perusteiden hahmottelua. Väitöskirja Oulun yliopisto.
- Sinfo 2016. Jäsentilastot Helsingin seurakunnissa. Viitattu: 31.03.2106. <https://sinfo.evl.fi/Documents/Kuukausitilasto%20helmi-kuu%202016.pdf> .
- Thitz, Päivi 2006. Yhteisöllisyys diakoniatyössä. Diakonian tutkimus 12/2006, 93-111. Viitattu: 15.02.2016. http://dts.fi/dokumentit/DT_2_2006.pdf .

- Thompson, Neil 2007. Power and empowerment. Oxford: Russelhouse publishing.
- Twelvetrees, Adam 2008. Community work. USA, New York: Palgrave Macmillan.
- Valtonen, Olli 2015. Diakonia ja hyvän tekeminen kirkon avaintehtävät. Yhteisöpaja 1/2015. Tampere: Hämeen Kirjapaino Oy.
- Valve, Katri 2011. Cable-Yhteisövalmennus. Helsingin Diakonissalaitokselle toteutettu työyhteisöjen valmennushanke. Haaga Helia- ammatillinen opettajakorkeakoulu: Kehittämishanke. Viitattu 1.5.2016.
<https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/39140/Katri%20Valve.pdf?sequence=1> .
- Videll, Hanna 2016. Matteuksen seurakunnan yhteisövalmennuksen ohjaaja. Haastattelu yhteisövalmennuksesta Helsingissä 19.04.2016.
- Wierdsma, Fokje, Porkka, Jouko & Pentikäinen, Marja (toim.) 2013. Community of the future. Challenges and New Approaches to Community Based Social Work and Diaconia from the CABLE Approach. Tampere: Juvenes Print Oy, 142–145.

LIITE 1: HAASTATTELURUNKO

MINÄ-OSIO

Mikä sai sinut osallistumaan yhteisövalmennukseen?

Mitä odotuksia ja tavoitteita sinulla oli yhteisövalmennuksesta?

Mitä mieltä olit yhteisövalmennuksen sisällöstä, mikä jäi erityisesti mieleen?

Mitkä olivat hyviä asioita valmennuksessa?

Mitä olisi voitu tehdä toisin tai mitä jäit kaipaamaan?

Toteutuivatko sinun tavoitteet yhteisövalmennukseen liittyen?

SEURAKUNTA-OSIO

Minkälainen mielikuva sinulla on tällä hetkellä seurakunnasta?

Miten hengellisyys tuotiin esille yhteisövalmennuksesta?

OMAT LAHJAT-OSIO

Tunnelmat ja olot jälkeenpäin yhteisövalmennuksesta?

Mikä tuntui vaikeimmalta yhteisövalmennuksessa?

Missä yllätit itsesi yhteisövalmennuksessa, tai sen jälkeen?

Koetko että yhteisövalmennuksen myötä sait voimia omaan arkeen?