

LUONTOLÄHTÖINEN VERTAISRYHMÄTOIMINTA MAA- HANMUUTTAJILLE

Pohjoinen luonto maahanmuuttajien kotoutumisessa 2017–2019- hanke

Kellokumpu Sanna

Opinnäytetyö
Hyvinvointipalvelujen osaamisala
Sosiaalialan koulutus
Sosionomi (AMK)

2018

School of Social Services, Health
and Sports
Degree Programme of Social Services
Bachelor of Social Services

Author	Sanna Kellokumpu	Year	2018
Supervisor	Laura Jokela Päivi Muranen		
Commissioned by	Northern Nature in the integration of immigrants 2017-2019- project		
Subject of thesis	Nature- based peer group activity for immigrants		
Number of pages	58 + 1		

My thesis is a practice-based thesis commissioned by Northern Nature in the Immigrant Integration 2017-2019 project. The thesis provides a project model for the nature-based peer group activities of the immigrant groups involved in the 2018-2019 period. The thesis highlights the importance of nature-based peer group activities as a factor contributing to the integration of immigrants. Immigrants' experiences of the nature-based peer group have been obtained through interviews with group members and participatory observation. I designed, developed and implemented the Nature Based Peer Group Activity with the employee of immigrant social work in the Rovaniemi City project and the first immigrant group participating in the project in November 2017-March 2018.

The practice-based part of the Bachelor's Thesis is divided into conceptualization, sketching and development phases, as well as for the initial testing and evaluation of nature-based peer group activities. The peer group activities were carried out by nature-oriented methods and by the wishes of the group members. The aim of the peer group activity was to strengthen the participation, sense of community, local knowledge, natural knowledge, language skills of the group members and increase contacts with local people. In addition, the peer group activities aim to ensure that immigrants continue to act in a group on a voluntary basis, thereby strengthening the immigrants' participation, sense of community and becoming rooted in their place of residence and promoting two-way integration in Lapland. The concepts of development, group management and the Green Care method have been utilized in the development of the functional part of the thesis as well as the opening of key concepts related to immigration, integration, two-way integration and peer group. The nature-based peer group's operating model can also be utilized for other people in the social services field working with groups.

Key words peer group, immigrant, integration, Green care

SISÄLLYS

1 JOHDANTO.....	6
2 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS.....	8
2.1 Opinnäytetyöprosessi	9
2.2 Tavoitteet ja tarkoitus sekä rajaukset.....	10
3 TIETOPERUSTA JA KESKEISET KÄSITTEET.....	13
3.1 Maahanmuuttaja, maahanmuuttajat Lapissa.....	13
3.2 Kotoutuminen, kotouttamistyö ja kaksisuuntainen kotoutuminen.....	14
3.3 Green care ja luontolähtöinen toiminta kotoutumisen tukena.....	16
3.4 Vertaisryhmästä ja sen ohjaamisesta.....	20
4 VERTAISRYHMÄTOIMINNAN KEHITYSPROSESSI.....	24
4.1 Ideointivaihe.....	24
4.2 Luonnosteluvaihe.....	26
4.3 Kehittelyvaihe ja esitestaus.....	28
5 VERTAISRYHMÄTOIMINNAN RAPORTOINTI.....	30
5.1 Ensimmäinen vertaisryhmätapaaminen.....	30
5.2 Toinen vertaisryhmätapaaminen.....	33
5.3 Kolmas vertaisryhmätapaaminen.....	35
5.4 Neljäs vertaisryhmätapaaminen.....	38
5.5 Viides vertaisryhmätapaaminen.....	41
6 VERTAISRYHMÄTOIMINNAN ARVIOINTI.....	43
6.1 Haastattelujen ja palautekyselyjen tulokset sekä havainnot.....	43
6.2 Opinnäytetyön eettisyyden ja luotettavuuden arviointi.....	49
7 TOIMINTAMALLI LUONTOLÄHTÖISEEN VERTAISRYHMÄTOIMINTAAN..	52
8 POHDINTA.....	53
LÄHTEET.....	56
LIITTEET.....	59

ALKUSANAT

Haluan kiittää Pohjoinen luonto maahanmuuttajien kotoutumisessa 2017–2019-hankkeessa mukana olleita toimijoita, että pääsin mukaan joukkoonne oppimaan luontolähtöisten menetelmien hyödyntämisestä sosiaalialan työssä sekä luontolähtöisten menetelmien hyödyntämisestä maahanmuuttajien kotoutumista edistävänä tekijänä. Lisäksi haluan kiittää siitä, että sain arvokkaan mahdollisuuden kehittää ryhmän suunnittelu, toteutus, ohjaus- ja arviointitaitoja. Erityisesti haluan kiittää Rovaniemen kaupungin maahanmuuttajasosiaalityön työntekijää/ Polut 2017–2019- hanke työntekijää yhteistyöstä vertaisryhmätoiminnan kehittämisessä, sen suunnittelussa ja toteutuksessa sekä arvioinnissa.

1 JOHDANTO

Maahanmuutto, maahanmuuttajat ja kotouttamistyö ovat ajassamme ajankoh-
taisia ilmiöitä ja vaativat palvelujärjestelmältämme syrjimättömän ja yhdenver-
taisen yhteiskunnan järjestämistä. Julkinen sektori toteuttaa lakisääteistä ko-
touttamistyötä ja kolmannen sektorin järjestöt ja yhdistykset tekevät osaltaan
tärkeää maahanmuuttajien kotouttamista edistää työtä. Pääsin mukaan kotout-
tamista edistävään toimintaan Pohjoinen luonto maahanmuuttajien kotoutumi-
sessa 2017–2019- hankkeen etsiessä opiskelijoita tekemään hankkeelle eri ai-
heista opinnäytetöitä.

Pohjoinen luonto maahanmuuttajien kotoutumisessa 2017- 2019- hanke eli Po-
lut-hanke toimii Lapin alueella ja hankkeen yhtenä tavoitteena on edistää maa-
hanmuuttajien kotoutumista lappilaiseen kulttuuriin ja luontoon. Kohderyhmäksi
hanke on ottanut erityistä tukea tarvitsevat maahanmuuttajat kuten työelämän
ulkopuolella olevat, luku- ja kirjoitustaidottomat ja kotiäidit. Hankkeen konkreet-
tisina toimenpiteinä ovat työpajat omasta luontosuhteesta ja sen kehittamisestä,
luontolähtöisen toiminnan suunnittelu, toteutus ja mallien luominen, teemapäi-
vät, ohjattu työtoiminta, vertaisryhmätoiminta ja kehittämistoiminnan arviointi
sekä toimintamallien kuvaaminen. Hankkeen toteuttajina ovat Lapin ammatti-
korkeakoulu, Rovaniemen kaupunki ja Luonnonvarakeskus. Hankkeen rahoitta-
jina ovat Pohjois- Pohjanmaan Ely-keskus, Kestävää kasvua ja työtä ohjelma,
toimintalinja 5 sekä ESR (Jokela, L. 5.10.2017).

Opinnäytetyö on toiminnallinen opinnäytetyö ja tuottaa hankkeelle toimintamal-
lin luontolähtöiseen vertaisryhmätoimintaan hankkeessa 2017–2019 vuosina
mukana oleville maahanmuuttajaryhmille. Opinnäytetyön toiminnallinen osuus
jakautuu ideointi, luonnostelu ja kehittälyvaiheeseen sekä luontolähtöisen ver-
taisryhmätoiminnan esitestaukseen ja arviointiin. Toimintamalli luontolähtöiseen
vertaisryhmätoimintaan syntyi toteutuneen luontolähtöisen vertaisryhmätoimin-
nan kautta. Luontolähtöisen vertaisryhmätoiminnan kehitin yhteistyössä hank-
keessa mukana olleen ensimmäisen maahanmuuttajaryhmän sekä Rovanie-
men kaupungin maahanmuuttajasosiaalityön työntekijän/ Polut 2017–2019 –
hanke työntekijän kanssa.

Teoreettisena viitekehyksenä työssäni ovat maahanmuuttajat, kotoutuminen, kotouttamistyö, Green care ja luontolähtöinen toiminta kotoutumisen tukena, vertaisryhmä ja sen merkitys maahanmuuttajalle sekä vertaisryhmän ohjaus. Vertaisryhmätoiminnan tavoitteena on lisätä maahanmuuttajien osallisuutta, yhteisöllisyyttä, luontotietämystä, paikallistuntemusta ja luoda kontakteja paikallisväestöön vahvistamalla näin juurtumista asuinpaikkakunnalle sekä edistämällä kaksisuuntaista kotoutumista Lapin alueella.

Vertaisryhmätoiminnan tavoitteena on, että maahanmuuttajat jatkaisivat ohjatun ryhmätoiminnan päättymisen jälkeen ryhmää omaehtoisesti. Tähän tavoitteeseen on pyritty vertaisryhmämme viimeisellä tapaamiskerralla 15.3.18, johon pyysimme mukaan Monikulttuurisuuskeskus MoniNetin vapaaehtoistyöntekijää pohtimaan naisten kanssa yhteistyön aloittamista luontolähtöisen vertaisryhmätoiminnan jatkamiseksi.

Tutkin opinnäytetyössäni luonnon, luontolähtöisen toiminnan ja vertaisryhmän merkitystä maahanmuuttajien kotoutumisen edistämisessä. Tutkimuskysymyksiin haen vastausta aiheeseen liittyvistä tutkimuksista, toteutuneen luontolähtöisen vertaisryhmän ryhmähaastattelun tuloksista sekä vertaisryhmänohjaajien palautteista ja havainnoista. Luontolähtöisen vertaisryhmätoiminnan toimintamalli sekä kuvaus toteutuneesta vertaisryhmätoiminnasta ja sen kehittämisen prosessista on helposti hyödynnettävissä myös muille sosiaalialan ryhmänohjauksen ja suunnittelun parissa työskenteleville.

2 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS

Opinnäytetyöni on käytännönläheinen ja työelämälähtöinen toiminnallinen opinnäytetyö ja se tavoittelee ammatillisessa kentässä käytännön toiminnan ohjeistamista ja toiminnan järjestämistä. Ammattikorkeakoulun toiminnallisessa opinnäytetyössä on tärkeää, että siinä yhdistyy käytännön toteutus ja sen raportointi tutkimusviestinnän keinoin. Opinnäytetyön tulisi olla työelämälähtöinen, käytännönläheinen ja tutkimuksella asenteella toteutettu ja työn tulisi osoittaa riittävällä tasolla alan tietojen ja taitojen hallintaa. (Vilkkä & Airaksinen 2003, 9-10)

Toiminnallisesta opinnäytetyöstä käytetään myös käsitettä kehittämistoiminta, mikä mielestäni kuvaa hyvin opinnäytetyötäni. Sillä tarkoitetaan toiminnan kokonaisymmärtämistä, työskentelyä ja kuvausta, jonka perusteella syntyy uusi asia. Opinnäytetyöni etenee kehittämistoiminnan spiraalimallin mukaisesti ja kehittäminen kuvataan prosessinomaisesti. Spiraalimallissa tunnistetaan ja otetaan huomioon kehittämistoiminnan inhimilliset, kulttuuriset ja sosiaaliset piirteet ja ne ovat jatkuvasti osana työskentelyä (Salonen 2013, 7, 13–14).

Spiraalimallin mukaisessa kehittämistoiminnassa tapahtuu jatkuvaa arviointia, paluuta ja pysähtymistä sekä tarvittaessa sisältöjen ja toimintojen uudelleen suuntaamista tai tarkentamista. Malli tunnistaa yhteisöllisen työskentelyn ja työskentelyn moniulotteisuuden sekä se tunnistaa ihmisen oppijana ja toimijana, jonka kulttuuriset, sosiaaliset, kognitiiviset ja emotionaaliset elämänsä aikana syntyneet tiedot ovat läsnä ja hyödynnettävissä. Malli on pienten askelten etenemisen malli, jossa ennen hankkeen alkua ymmärretään, ettei kaikkea voi suunnitella etukäteen vaan asiat tarkentuvat työskentelyn edetessä ja voivat myös muuttua (Salonen 2013, 7, 13–14).

Kehittämistoiminnan prosessissa hyödynnän lisäksi tuotekehitysprosessin teoriaa, jolla saan esiin kehittämistoiminnan monet vaiheet. Nämä vaiheet tuon esiin opinnäytetyön toiminnallisen osuuden raportoinnissa kappaleessa ”Vertaisryhmätoiminnan kehitysprosessi”.

2.1 Opinnäytetyöprosessi

Aikataulu	Kehittämistyö	Toimijat	Menetelmät	Materiaalit
Lokakuu 2017	Kehittämistyön aiheen alustava suunnitelma	Hankkeen projektipäällikkö Laura Jokela	Keskustelu puhelimitse	Opinnäytetyön ideaperin palautus.
Lokakuu 2017	1. PoLut ryhmän 4. työpa-jatapaaminen. Tutustumi-nen ryhmään/ toimintaan.	Polut hankkeen toimijat. Neljä naista 1. ryhmästä	Ulkoilu Vaattunkikön-käällä. Oman roolin esittely.	Päiväkirja muistiinpanot
Marraskuu 2017	Teoriaan perehtymistä kirjallisuuden avulla: Green care, kehittämistyö, vertaisryhmä		Opinnäytetyön suunnitelman kirjoittamista, teoriaan perehtymistä.	Opinnäytetyön suunnitelman palautus
	Green care koulutus Ke-missä 16.11.17	Polut hankkeen toimijoiden toteuttama koulutus	Green care- menetelmä tutuksi koulutuksella	Koulutusmateriaali
	1. PoLut ryhmän 2. tee-mapäivä Louella. Tutus-tuminen ryhmään/ toimin-taan.	Polut hankkeen toimijat. Neljä naista 1. ryhmästä + muita maahanmuuttajataustaisia	Tutustuimme luonto-alan koulutukseen ja Kaasilan maatilaan.	Päiväkirja muistiinpanot
Marraskuu 2017	1. PoLut ryhmän viimeinen tapaaminen 23.11.17. Vertaisryhmätoiminnan esittely.	Polut hankkeen toimijat. Laura Jokela esitteli vertaisryhmätoiminnan 1. PoLut ryhmän naisil-le.	Keskustelu, yhteinen jatkotoiminnan suunnittelu. Tulkkaus.	Muistio vertaisryhmätoi-minnan suunnitelmasta.
Joulukuu 2017	Vertaisryhmätoiminnan suunnittelupalaveri 14.12 ja 21.12.	Suunnittelutapaamiset/ohjaajat.	Vertaisryhmätoiminnan suunnittelua keskustel-len, ideoiden, luonnos-tellen ja yhdessä kehitellen ohjaajat sekä ohjaajat ja ryh-mäläiset. Heijastin askartelu. Videot heijastimen käytöstä.	Muistiot tapaamisista sekä havainnollistavat kuvat eri teemoista tuleville tapaamisille. Askartelu, ”Näy pimeäs-sä”-teema. Muistio tapaamisesta. Ohjaajien palautteet.
	Vertaisryhmätoiminnan 1. tapaaminen 29.12.17.	Vertaisryhmätoiminnan 1. tapaamisella 4 vertaisryhmän naista sekä 2 ohjaajaa.		
Tammikuu 2018	11.1.18 2. Vertaisryhmän tapaaminen.	Ohjaajat, sosionomi-opiskelija sekä neljä vertaisryhmän naista.	Tutustuminen luon-nonkosmetiikkaan opiskelijan johdolla sekä talvi-ihon hoitoa ja luonnonkosmetiikan valmistusta.	Luonnon materiaalit kosmetiikan valmistami-seen. Muistio tapaami-sesta. Ohjaajien palaut-teet.
	25.1.18 suunniteltu ver-taisryhmätapaaminen peruuntui. 31.1.18 pidim-me ohjaajien suunnittelu-palaverin, jossa ryhmäläi-sistä kaksi mukana osan aikaa.	Ohjaajat, sekä vertaisryhmän kaksi naista osan aikaa.	Suunniteltiin tulevia tapaamisia. Havainnol-listavat esitteet tule-vasta/tulevista tapaa-misista	Esitteet tulevista tapaa-misista. Muistio suunnit-telutapaamisesta.
Helmikuu	8.2.18 3. Vertaisryhmän-	Ohjaajat, neljä vertaisryhmän	Kauppavierailu, tutus-	Esite luomu- ja sesonki-

2018	tapaaminen. Sesonki- ja luomutuotteisiin tutustuminen ja ruuan laitto Martoilla.	naista. Viisi sosionomi-opiskelijaa. Martat.	tuminen sesongin tuotteisiin sekä luomumerkkiin. Ruuan valmistus.	tuotteista. Muistio tapaamisesta. Ohjaajien palautteet. Opiskelijat kuvasivat.
	22.2.18 4. Vertaisryhmän tapaaminen. Lumikenkäkävely Ounasvaaralla ja luontovisailu Rovakatu 2.	Ohjaajat. 3 opiskelijaa. 2 vertaisryhmän naista.	Talviseen luontoon tutustuminen lumikenkäillen. Luontovisailu luontokuvien.	Keskustelu luontoaiheista sanoista kuvien avulla suomeksi ja persiaksi. Muistio tapaamisesta.
Maaliskuu 2018	15.3.18 5. Vertaisryhmän tapaaminen. Palautekeskustelu. Ryhmähaastattelu. Pilke-vierailu peruuntui.	Ohjaajat, naiset, tulkki, Moni-Netin vapaaehtoistyöntekijä sekä kaksi Moninetin työntekijää aluksi.	Ryhmähaastattelu, joka nauhoitettiin	haastatteluaineisto, muistio tapaamisesta

Mukaillen Järvi 2012 Kehittämistyön kulku teoksesta Salonen 2013, 34.

2.2 Tavoitteet ja tarkoitus sekä rajaukset

Opinnäytetyön tavoitteena on tuottaa helposti sovellettavissa oleva toimintamalli luontolähtöiseen vertaisryhmätoimintaan kotoutumisvaiheessa oleville maahanmuuttajille, jotka ovat osallistuneet Polut 2017–2019-hankkeen työpaja- ja toimintapäiviin. Luontolähtöinen vertaisryhmätoiminta on jatkumoa työpaja- ja toimintapäivien päätyttyä niille maahanmuuttajille, jotka haluavat jatkaa luontolähtöistä ryhmätoimintaa.

Polut- hankkeen projektipäällikkö esitteli hankkeen ensimmäisen maahanmuuttajaryhmän viimeisellä tapaamiskerralla marraskuussa luontolähtöiseen vertaisryhmätoimintaan osallistumisen mahdollisuuden ja kertoi toiminnan tarkoituksesta. Naisille kerrottiin, että heidän kanssaan on tarkoitus yhdessä kehittää luontolähtöistä vertaisryhmätoimintaa ja toteutuneen vertaisryhmätoiminnan pohjalta luodaan toimintamalli myös hankkeen tuleville maahanmuuttajaryhmille luontolähtöiseen vertaisryhmätoimintaan. Polut- hankkeen ensimmäisen maahanmuuttajaryhmän neljä naista halusivat jatkaa työpaja- ja toimintapäivien jälkeen luontolähtöiseen vertaisryhmätoimintaan.

Luontolähtöisen vertaisryhmätoiminnan kehittelyryhmään kuuluu neljä maa-

hanmuuttajanaista, joilla on yhteinen äidinkieli ja jotka ovat asuneet Suomessa Rovaniemellä yli neljä vuotta. Naiset ovat keskenään suunnilleen samaa ikäluokkaa ja toisilleen jo entuudestaan tuttuja. Naisten suomen kielen taito on kohtalaisen heikko, mutta arkinen kommunikointi suomen kielellä sujuu hyvin. Toisena ohjaajana lisäksi vertaisryhmätoiminnassa on Rovaniemen kaupungin maahanmuuttajasosiaalityön työntekijä/ Polut 2017–2019- hanke työntekijä. Luontolähtöisen vertaisryhmätoiminnan tavoitteena on edistää maahanmuuttajien osallisuutta, luontotietämystä, kotoutumista, kielitaitoa sekä paikallistuntemusta. Tutkimuskysymyksiä työssäni ovat:

Mikä merkitys luonnolla on maahanmuuttajan kotoutumisessa?

Mikä merkitys vertaisryhmällä on maahanmuuttajan kotoutumisessa?

Miten luontolähtöistä vertaisryhmätoimintaa voisi kehittää?

Tutkimuskysymyksiin haen vastausta toiminnallisessa opinnäytetyössäni osallistuvaa havainnointia ja ryhmän ohjaajien palautetta hyödyntäen sekä ryhmän naisille toteutetun ryhmähaastattelun avulla. Osallistuva havainnointi tarkoittaa tutkijan aktiivista vuorovaikutusta havainnoitavan toimintaympäristön kanssa. Havainnointi voi olla koko kehittämisprosessin kestävä ja tiiviisti kehittämiseen kytkeytyvä. Etnografisessa tutkimuksessa tutkija lähtee toimintaan mukaan ilman tarkkaa kysymyksenasettelua ja yhdistää havainnoinnin muihin aineiston tiedon tuottamisen tapoihin. (Toikko & Rantanen 2009, 143–144)

Etnografisen tutkimuksen mukaisesti olen ollut mukana ryhmän toiminnassa aktiivisena ja tasavertaisena toimijana. Jokaisen tapaamisen jälkeen olen kirjoittanut havaintoja tapaamisesta muistioon sekä täyttänyt laatimani palautelomakkeen vertaisryhmän toisen ohjaajan kanssa ryhmämme tapaamisista. Lisäksi ryhmäläisiltä on kysytty palautetta ryhmämme tapaamisissa. Opinnäytetyöni kuvaa muistioiden pohjalta esiin nousseita havaintoja, palautetta ja haastatteluaineiston tuloksia sekä raportoi toteutuneen kehittämistoiminnan tuotekehitysprosessia mukaillen.

Laadullisena tutkimusmenetelmänä opinnäytetyössäni on ryhmähaastattelu. Toiminnallisissa opinnäytetöissä ei ole välttämätöntä käyttää tutkimuksellisia

menetelmiä ja onkin tärkeää miettiä työn rajausta, sillä jos toiminnalliseen opinnäytetyöhön liittyy laajan selvityksen työmäärä voi kasvaa kohtuuttomaksi. Omat ajalliset resurssini kartoittaessa päädyin laadullisen aineiston osalta aloittamaan selvityksen siitä, mitä tietoa tarvitsen opinnäytetyöni toiminnallisen osuuden tueksi ja pohdin valintaa tehdessä sitä, miksi tämä tieto on tärkeää opinnäytetyöni toteutuksen kannalta. Toiminnallisessa opinnäytetyössä ei ole välttämätöntä analysoida aineistoa yhtä tarkasti kuin tutkimuksellisessa opinnäytetyössä. Tällöin haastatteluaineistolla saatua tietoa käytetään opinnäytetyössä päättelyn ja argumentoinnin tukena ja tuomaan teoreettista syvyyttä opinnäytetyössä käytyyn keskusteluun. (Vilkkä & Airaksinen 2004, 56–58)

Teoreettisen viitekehyksen rajasin käsitteiden osalta tiiviisti keskeisiin käsitteisiin, jotka nousevat esiin myös Polut -hankkeessa tuotetusta materiaalista. Keskeiset käsitteet ovat maahanmuuttajat, kotoutuminen, kotouttamistyö, kaksisuuntainen kotoutuminen, Green care, luontolähtöinen toiminta kotoutumisen tukena ja vertaisryhmä. Teoriaosuudessa tuon esiin aiempia tutkimustuloksia Pohjoismaissa toteutetuista maahanmuuttajien luontolähtöisistä kotouttamistoimista.

Toiminnallisen osuuden ollessani työni keskiössä ja toiminnallisen osuuden ollessa melko laaja, pyrin pitämään teoreettisen osuuden ja käsitteiden kuvaamisen opinnäytetyössäni tiivistettyinä. Toiminnallisen osuuden raportoinnin tukena käytän kehittämistoiminnan, ryhmän suunnittelun ja ohjauksen sekä tuotekehitysprosessin teoriaa, sillä kyseiset teoriat sopivat mielestäni hyvin ryhmätoiminnan jäsentelyyn ja toiminnan suunnitteluun eli kehittämistoimintaan.

3 TIETOPERUSTA JA KESKEISET KÄSITTEET

3.1 Maahanmuuttaja, maahanmuuttajat Lapissa

Maahanmuuttajalla tarkoitetaan ulkomaalaista, joka muuttaa pysyvästi asumaan oman kotimaansa ulkopuolelle. Toisen sukupolven maahanmuuttajasta puhutaan, jos henkilö on syntynyt Suomeen, mutta hänen vanhempansa tai toinen vanhemmista on muuttanut Suomeen. Suomessa maahanmuuttajia on eniten Virosta ja Venäjältä ja näiden maiden kieltä puhuvat ihmiset ovat myös suurin vieraskielisten ryhmä (Väestöliitto). Maahanmuuttajat ovat pakolaisia tai siirtolaisia. Siirtolaisista puhutaan, kun henkilö muuttaa vapaaehtoisesti esimerkiksi työn tai opiskelun vuoksi. Pakolainen muuttaa pois kotimaastaan pakon edessä, syynä ovat esimerkiksi sodat, poliittiset ja uskonnolliset erimielisyydet tai luonnonkatastrofit (Vilén, Leppämäki, Ekström 2002, 310).

Suomi on pitkään ollut maa, josta muutettiin muualle työn perässä. 1980-luvulta alkaen Suomeen muutettiin pakolaisuuden tai perheen yhdistämisen vuoksi. 1990-luvulta alkaen Suomeen on tullut noin 13 000 henkeä vuosittain ja 2000-luvulle tultaessa määrä alkoi kasvaa niin, että nykyisellään maahanmuuttajia tulee Suomeen vuosittain noin 30 000 henkeä. Maahanmuuttajia on vuoden 2014 tilastojen mukaan noin neljä prosenttia koko Suomen väestöstä, mikä on vähiten verrattuna muihin läntisen Euroopan maihin (Väestöliitto).

Lappi on kansainvälinen, täällä puhutaan yli 80 eri kieltä, joista puhutuimpia kieliä ovat venäjä, arabia, persia, englanti ja saksa. Vieraskielinen väestö on Lapissa nuorempaa kuin kantaväestö, mikä korjaa ikärakenteen vinoumaa alueellamme. Vieraskielisestä väestöstä suurin osa on iältään 30–34-vuotiaita. Valtaosa Lappiin tulevista tulee perhesyistä, osa työhön tai opiskelemaan. Lappiin tullaan myös kansainvälisen suojelun tarpeen vuoksi ja pakolaisten osuus Lapissa on suhteellisen korkea. Rovaniemi, Kemi ja Tornio ovat ottaneet kiintiöpakolaisia useiden vuosien ajan ja Rovaniemellä ja Kemissä on toimineet vastaanottokeskukset jo pitkään. Syksyllä 2015 Lapin alueelle saapui 2500 turvapaikanhakijaa, jolloin myös pienemmille paikkakunnille perustettiin vastaanottokeskuksia. Lapin koko väestöstä ulkomaan kansalaisia oli vuoden 2016 lopussa 2,2 % (Kotouttaminen.fi).

3.2 Kotoutuminen, kotouttamistyö ja kaksisuuntainen kotoutuminen

Vieraaseen maahan muutto on aina iso kriisi. Läheisten jättäminen, tutusta arjesta luopuminen sekä luopuminen omasta sosiaalisesta ja ammatillisesta asemastaan on aina raskasta jossakin vaiheessa sopeutumista. Lisäksi taustalla voi olla traumaattisia kokemuksia, jotka lisäävät stressitekijöitä ja altistavat mielenterveyden ongelmille. Sopeutuminen uuteen kulttuuriin, kieleen ja sosiaalisiin tapoihin on myös stressitekijä. Pakolaisena maahan tulevat eivät usein tiedä paljon maasta mihin saapuvat. Kriisiin vaikuttavat myös taakse jääneen asuinmaan ja uuden asuinmaan kulttuurien eroavaisuudet, se minkä varaan ihminen on identiteettinsä rakentanut, voi joutua uudessa asuinmaassa kyseenalaistetuksi. Tähän liittyy näkemykset uskonnosta, rooleista, pukeutumisesta, oikeudenmukaisuudesta, hyvyydestä, terveydestä ja sopivista vuorovaikutustavoista (Vilén ym. 2002, 310–311).

Kotoutuminen on monivaiheinen prosessi, se tarkoittaa oman paikkansa löytämistä uudessa asuinmaassa ja asuinpaikkakunnalla sekä hyväksytyksi tulemisen kokemusta ja syrjimättömyyttä. Kotoutuminen on yhdenvertaisten mahdollisuuksien toteutumista ja osallisuutta yhteisöjen ja yhteiskunnan toiminnoissa. Kotoutuminen voidaan jakaa eri osa-alueisiin, rakenteellisella kotoutumisella tarkoitetaan maahanmuuttajan sijoittumista työmarkkinoille ja yhteiskunnan taloudellisiin rakenteisiin, sijoittumista koulutukseen ja niissä pärjäämistä, turvallisia asumisolosuhteita, fyysistä ja psyykkistä hyvinvointia ja poliittista sekä muuta osallisuutta. Kulttuurisella kotoutumisella tarkoitetaan asuinmaan kielen, paikallisten arvojen ja normien oppimista sekä yhteiskunnan pelisääntöjen omaksumista. Vuorovaikutuksellisella kotoutumisella tarkoitetaan sosiaalisten suhteiden monipuolista rakentamista ja luottamusta muihin ihmisiin ja yhteiskunnan instituutioihin. Identifioivalla kotoutumisella tarkoitetaan kokemusta yhteiskunnan täysivaltaisesta ja yhdenvertaisesta jäsenyydestä sekä kokemusta yhteenkuuluvuudesta samaan yhteiskuntaan kuuluvien kanssa (Elykeskus/14.6.2017/Pasi Saukkonen).

Kotouttamistyötä linjaa lainsäädäntö, lain kotoutumisen edistämisestä on tarkoituksena tukea ja edistää kotoutumista ja maahanmuuttajien mahdollisuutta osallistua aktiivisesti suomalaisen yhteiskunnan toimintaan. Kotoutumislain tar-

koituksena on edistää tasa-arvoa, yhdenvertaisuutta ja vuorovaikutusta eri väestöryhmien kesken. Laissa säädetyillä toimenpiteillä on tavoitteena tukea maahanmuuttajien osallisuutta, vaikutusmahdollisuuksia sekä kaksisuuntaista kotoutumista. Maahanmuuttajalle tulee tarjota kotouttamistoimenpiteenä palveluita, kuten suomen tai ruotsin kielen opetusta, tietoa yhteiskunnasta, sen kulttuurista sekä työllistymis- ja koulutusmahdollisuuksista erityisesti maassa olon alkuvaiheessa (Kotouttaminen.fi; laki kotoutumisen edistämisestä 1386/2010).

Kotouttamissuunnitelmat velvoittavat maahanmuuttajaa suomen kielen opiskeluun ja aktiiviseen työnhakuun toimeentulon vastineeksi. Maahanmuuttajalla on samat oikeuden ja velvollisuudet tasavertaiseen poliittiseen, sosiaaliseen ja taloudelliseen elämään kuin muillakin Suomen kansalaisilla. Maahanmuuttaja sitoutuu kotouttamistoimenpiteisiin ja viranomaisten tulee sitoutua järjestämään kotouttamista edistävät toimenpiteet (Vilén ym. 2002, 319–320).

Kotouttamistoimenpiteiden tavoitteena on, että maahanmuuttaja saa perustiedot suomalaisen yhteiskunnan toiminnasta, oikeuksista, velvollisuuksista ja työelämästä sekä riittävän kielitaidon, jonka perusteella maahanmuuttajan on mahdollista kouluttautua tai työllistyä. Luku- ja kirjoitustaidottomien on mahdollista saada luku- ja kirjoitustaidon täydentävää opetusta. Maahanmuuttajilla on kotouttamistoimenpiteiden myötä mahdollisuus saada kosketus maansa asukkaisiin ja yhteiskuntaelämään. Kotouttamispolitiikan tavoitteena on lisäksi tukea maahanmuuttajan oman kielen ja kulttuurin säilymistä (Vilén, Leppämäki, Ekström, 2008, 246).

Maahanmuuttajalla on kotoutumisessa aina aktiivinen rooli, maahanmuuttajan motivaatiolla, sitoutumisella ja omatoimisuudella on aina suuri merkitys kotoutumisen prosessissa. Kotoutuminen on kaksisuuntainen muuttumisen prosessi, jossa yhteiskunta muuttuu väestön monimuotoisuuden mukana ja maahanmuuttaja hankkii tietoa mitä yhteiskunnassa ja työelämässä tarvitaan. Yhteiskunnan on tarjottava maahanmuuttajalle riittävät palvelut, jotka tukevat kotoutumista ja aktiivista osallistumista ja maahanmuuttajan on osaltaan huolehdittava rakentavan vuoropuhelun ylläpitämisestä. Kotoutuminen tapahtuu vuorovaikutuksessa suomalaisen yhteiskunnan kanssa, arkipäivän tilanteissa, lähiyhteisöissä, kuten

koulussa, päiväkodissa ja työpaikoilla ja se on pitkäkestoista ja jatkuvaa (kotouttaminen.fi).

Kaksisuuntaista kotoutumista voi sosiaalialan ammattilainen edistää harjoittelemalla kulttuurista vuorovaikutusta, kuten opettelemalla tietoja toisen kulttuurista sekä hahmottamalla oman käyttäytymistävän taustalla olevia kulttuurisia tekijöitä. Suvaitsevainen asenne kulttuurien kohtaamisessa on tärkeintä, kun pyritään ymmärtämään toista. Väärinymmärryksiä voi tulla puolin ja toisin eri kulttuurien kohdatessa, mutta niistä ei kannata lannistua, todelliseen vuorovaikutukseen pyrkimisellä voi tehdä toiseen vaikutuksen. Työntekijän on hyvä hahmottaa, että maahanmuuttaja saattaa jossain kotoutumisen vaiheessa kokea kulttuurishokkia ja käyttäytyä siksi tiukan oloisesti, maahanmuuttaja saattaa esimerkiksi turvautua oman kulttuurinsa periaatteisiin voimakkaammin kuin turvautuisi niihin kotimaassaan, sillä se on keino turvata omaa identiteettiä kun pelkää sen sortumista uudessa elämäntilanteessa. Vaihe menee yleensä vähitellen ohi, kun maahanmuuttaja ei koe enää uutta kulttuuria uhkaksi omalle identiteetilleen (Vilén ym. 2008, 247–248, 252–253).

3.3 Green care ja luontolähtöinen toiminta kotoutumisen tukena

Green care tarkoittaa suomeksi vihreää hoivaa ja se on luontolähtöistä hyvinvointia vahvistavaa toimintaa puutarhassa, kaupungissa, sisätiloissa ja metsässä. Menetelmää hyödynnetään terapioissa, kuntoutuksessa, valmennuksessa ja kasvatustyössä. Green care työmenetelmät voidaan jakaa kahteen alueeseen vihreään hoivaan ja vihreään voimaan. Vihreä hoiva tarkoittaa ammatillista, tavoitteellista terapia- ja kuntoutustyöskentelyä ja edellyttää menetelmän käyttäjältä asianmukaista sosiaali-, terveys- tai kasvatustalon koulutusta ja riittävää ammattitaitoa ja työkokemusta. Turvallisuus ja vastuukysymyksien huomioiminen sekä retkien ammattitaitoinen organisointi ovat keskeisiä asioita kun liikutaan luonnossa. Usein on hyvä, että Green care ammattilaisen työparina toimii esimerkiksi kokenut eräopas. Vihreä voima menetelmä puolestaan soveltuu kaikille itsehoitomenetelmäksi, lasten kasvatukseen, nuorisotyöhön, itsetunteumuksen, pari- ja perhesuhteiden vahvistamiseen ja voimavarojen lisäämiseen (Suomi, Juusola & Anundi 2016, 9).

Green care – menetelmä ja luonnon hyvinvointia edistävät vaikutukset tunnistettiin jo 1900-luvulla kun keuhkoparantolat rakennettiin mäntymetsän keskelle ja mielisairaalat ympäröitiin puutarhoilla. Menetelmän historialliset juuret ovat jo ensimmäisen maailmasodan veteraanien kuntoutuksessa käytetyssä ekopsykologiassa ja puutarhaterapiassa. Ekopsykologit ovat jo 40–50- vuoden ajan kehittäneet ihmisten luontoyhteyttä vahvistavaa terapiamuotoa ja sitä on kutsuttu kansainvälisesti muun muassa luontoterapiaksi, ekoterapiaksi ja luontokeskeiseksi terapiaksi (Suomi ym. 2016, 11).

Luonnon terveysvaikutuksiksi tutkijat ovat listanneet lievän ja keskivaikean masennuksen lieventymisen, stressihormonin määrän laskemisen, ADHD- piirteisten lasten keskittymiskyvyn parantumisen, lasten kognitiivisten, motoristen ja sosiaalisten taitojen kehittymisen ja psyykkisen hyvinvoinnin lisääntymisen. Green care työskentelyllä voidaan vaikuttaa ihmisen itsetuntemuksen syventämiseen, tunteiden avautumiseen, oman elämän pohtimisen selkeytymiseen, empatiaan, vastuuntuntoon ja vuorovaikutustaitojen kehittymiseen, keskittymiseen, havainnointiin, läsnäoloon, luovuuteen ja leikkimiskykyyn. Luonnosta voi tulla voiman ja ilon lähde. Keho ja mieli rauhoittuvat luonnossa ja aivot ja hermosto saavat luonnollista hoitoa (Suomi ym. 2016,12–13, 16).

Luontoavusteisesti työskentelevän ihmisen tärkeitä taitoja ovat hyvät ihmisten ja eläinten kohtaamisen taidot, luottamusta herättävä rauhallisuus, innostava, mutta samanaikaisesti jämäkkä suhtautuminen ohjattaviin sekä luottamuksen ja arvostuksen osoittaminen ohjattavia kohtaan. Toiminnan eettisyydessä huomiota tulee kiinnittää luonnon arvostamiseen ja vastuullisuuteen, joka tarkoittaa luonnosta huolenpitämistä kestävästä kehityksen mukaisesti, huomioiden kotimaisuus, paikallinen kulttuuri, paikalliset ihmiset ja heidän elinkeinomahdollisuudet (Suomi ym. 2016, 94,98).

Eettisesti toimiva Green care- toimija kunnioittaa luontoon liittyviä arvoja ja oikeuksia. Green care toiminnassa eläimet ovat yhteistyökumppaneina, eivät käyttöesineinä, joten eläinten viihtyvyydestä ja turvallisuudesta tulee huolehtia sekä noudattaa eläinsuojelulakia ja asetuksia. Ammatillisuuden kannalta on tärkeää tunnistaa omat taidot ja rajallisuutensa. Lait ja asetukset ohjaavat Green care-toimijaa. Ammattitaitoa on tärkeää ylläpitää olemalla perillä alan ajankoh-

taisista julkaisuista ja tutkimuksista. Green care palveluntarjoajan tulee kertoa palveluistaan asiakkaille selkeästi sisällön, perusteiden ja tavoitteiden osalta ja sovittaen menetelmät kullekin asiakkaalle yksilöllisesti asiakkaan tarpeet ja rajoitteet huomioiden (Suomi ym. 2016, 98–99).

Green care -menetelmiä käytetään tavoitteellisesti ja vastuullisesti ja toimintamenetelmien tulee perustua tutkimustietoon. Turvallisuus näkökohtien huomiomisella tarkoitetaan psyykkisen, fyysisen ja sosiaalisen turvallisuuden huomiointia toiminnassa. Eettinen yhteistyö eri toimijoiden kesken tarkoittaa muiden alan ammattilaisten osaamisen arvostamista ja hyviä keskinäisten suhteiden ja yhteistyön edistämistä ja Green care -toiminnan arvon kohottamista oman toiminnan kautta. Asiakassuhteen tulee edistää osallisuutta, joka lisää asiakkaan mahdollisuuksia vaikuttaa elämäänsä koskeviin päätöksiin ja toimiin. Ihmisoikeuksien ymmärtäminen, tasavertainen, oikeudenmukainen, kokonaisvaltainen asiakkaan asemasta, elämäntilanteesta, sukupuolesta, iästä, uskonnosta, kulttuurista, rodusta vakaumuksesta ja mielipiteestä riippumaton asiakkaan kohtaaminen on työn eettisten periaatteiden mukaista. Green care-toimijaa ohjaa salassapitovelvollisuus mikä vahvistaa asiakassuhteen luottamuksellisuutta (Suomi ym. 2016, 99–100).

Nature based integration- Nordic experiences and examples (2017)- tutkimus on tuonut esiin maahanmuuttajien luontolähtöisen integraation tuloksia Pohjoismaissa. Tutkimuksen päätelmissä tuotiin esiin, että maahanmuuttajat pitivät luontoa tasavertaisena paikkana kohdata toisia ja tutustua. Kotoutumisen kannalta maahanmuuttajan on tärkeää oppia ymmärtämään uutta asuinmaata, pohjoisen kulttuuria ja mentaliteettia, jossa luonto on ihmiselle luonnollinen toimintaympäristö. Tutkimus toi myös esiin, että luontoon perustuvan integraation ei pidä olla pelkästään yksisuuntaista viestintää, jossa annetaan tietoa Pohjoismaiden luonnosta maahanmuuttajille, vaan myös me voimme oppia maahanmuuttajilta heidän luontosuhteestaan. Yksilön luontosuhteen vahvistamisen uskottiin lisäävän hyvinvointia (Pitkänen ym. 2017, 30–33).

Tutkimuksessa luontolähtöisten menetelmien soveltamista toivottiin laajemmin yhteiskunnallisella tasolla käyttöön. Tutkimuksessa tuotiin esiin, että maahanmuuttajien on tärkeää saada riittävät tiedot ja taidot asuinmaan luonnosta ja

kansalaisoikeuksista, jotta maahanmuuttajat rohkaistuvat liikkumaan luonnossa. Maahanmuuttajien pääsyn luontoon nähtiin myös lisäävän heidän vapauttaan, laajentaen heidän elinympäristöä ja sen käyttämisen mahdollisuuksia (Pitkänen ym. 2017, 30–33).

Tutkimus toi esiin, että yksityisellä sektorilla on ollut nähtävissä kasvavaa kiinnostusta hyödyntää sosiaalisessa kuntoutuksessa luontolähtöistä toimintaa. Julkinen sektori on tullut hieman perässä luontolähtöisen kotouttamistyön kanssa, mutta kiinnostus luontolähtöisiä menetelmiä kohtaan on kasvanut maahanmuuttajatyössä, opetustyössä ja julkisella sektorilla. Luontoon perustuvia menetelmiä on otettu käyttöön esimerkiksi päiväkodeissa ja kouluissa. Tutkimuksen mukaan Pohjoismaissa on käynnistetty useita hankkeita liittyen luonnon hyödyntämiseen maahanmuuttajien kotoutumisen edistämiseksi, mutta tieto ja kokemukset ovat vielä hajanaisia. Erityisesti lisääntyneiden maahanmuuttaja ja pakolaismäärien vuoksi Pohjoismaat kaipaavat uudenlaisia menetelmiä maahanmuuttajien onnistuneeseen integroimiseen. Tutkimushanke pyrki selvittämään luonnon roolia maahanmuuttajille sekä miten maahanmuuttajat voisivat hyödyntää luontoa virkistyskäyttöön maahanmuuttajien kotouttamisen helpottamiseksi Pohjoismaissa (Pitkänen ym. 2017, 97–98).

Ruotsalainen tutkimus toi puolestaan esiin, että maahanmuuttajat viihtyvät usein kaupunkiympäristöissä ja puistoissa ja puistopiknikit ovat tärkeässä asemassa sosiaalisessa kanssakäymisessä. Maahanmuuttajien kotimaan luonnossa erona ruotsalaiseen luontoon tuotiin esiin se, että hedelmiä sai suoraan jonkun puutarhasta ja vihreä ympäristö ja kasvillisuus olivat monille tärkeitä. Monilla oli myös ollut kotimaassaan puutarhoja. Luontolähtöinen toiminta oli nähty erityisen tärkeänä naisille, jotka ovat usein sidottuja kotiin ja lastenhoitoon. Myös pelkästään naisryhmät olivat tärkeitä, koska silloin naiset pystyivät paremmin rentoutumaan (Moshtat, Y 2008, 49–52).

Tutkimus toi esiin, että maahanmuuttajat pitivät Ruotsin kesäisestä luonnosta, mutta talven tarjoamia mahdollisuuksia ei tunnustettu. Maahanmuuttajille olisi haluttu esitellä luonnon tarjoamia mahdollisuuksia talvella. Tutkimus toi esiin, että maahanmuuttajille oli vaikea antaa oikeanlaista informaatiota sopivasta vaatetuksesta luontoon, luontoon oltiin tultu esimerkiksi korkokengillä. Maa-

hanmuuttajilla saattaa olla myös pelkoa luonnossa liikkumista kohtaan, he saattavat pelätä, että luonnossa on vaarallisia eläimiä tai myrkyllisiä kasveja. Maahanmuuttajalle on usein myös epäselvää mitä luonnossa voi tehdä ja mitä jokamiehen oikeudet tarkoittavat (Moshtat, Y 2008, 49–52).

Toisaalta tutkimus toi myös esiin sen, että maahanmuuttajien suhtautumista luontoon ei voi yleistää, sillä jokaisella on omanlaisensa perinteet luonnon käyttöön ja maahanmuuttajan tapa olla luonnossa voi olla erilainen kuin ruotsalaisen. Tutkimuksessa maahanmuuttajia oli haastateltu ja haastateltavat olivat tuoneet esiin, että monet luonnon alueet ovat kaukana ja tämän vuoksi huonosti saavutettavissa ilman autoa. Tutkimuksessa maahanmuuttajat toivat esiin, että heitä on tärkeää ottaa mukaan suunnittelemaan toimintaa ja he olivat tykänneet Ruotsissa toteutetusta luontolähtöisestä kotouttamistoiminnasta. Osallistujat olivat kertoneet, että yhdessäolo oli saanut heidät unohtamaan hankalat asiat kotimaastaan, mutta yksin he eivät olleet uskaltaneet luontoon. Talvella nuoret maahanmuuttajat olivat käyneet myös hiihtämässä, mikä oli saanut nuoret arvostamaan talvea (Moshtat, Y 2008, 49–52).

3.4 Vertaisryhmästä ja sen ohjaamisesta

Pohjoismaissa vertaisryhmiä on tutkittu 1990-luvulta alkaen, tutkijoita on kiinnostanut määritelmät vertaisryhmille, sekä syyt miksi ihmiset hakeutuvat vertaisryhmiin. Vertaisryhmien määrää jollakin alueella, niiden syntyä ja niiden saamaa tukea on myös selvitetty. Vertaistoiminnan tutkimuksesta ovat olleet kiinnostuneita sosiaali- ja yhteiskuntatieteet sekä psykologia ja terveystieteet. 2000-luvun tutkimusteemoina ovat olleet yhteisöllisyys, osallisuus, arvot, kohtaaminen, voimaantuminen ja vastavuoroisuus. Vertaisryhmien keskeisinä teemoina vuosikymmenien ajan on ollut vertaistuki sekä kokemusten ja tiedon jakaminen. Määrällisesti isoja vertaisryhmiä Pohjoismaissa ovat olleet alkoholi-riippuvuusryhmät ja fyysisten ja psyykkisten sairauksien ryhmät. Norjassa on tutkittu maahanmuuttajien vertaisryhmiä jo 1990-luvulla. Suomessa omana vertaisryhmien erityispiirteenä näkyivät 1990-laman aikaan vertaisryhmissä työttömien ja velkaantuneiden ryhmät. Sosiaali- ja terveystieteiden järjestöillä on myös vankat perinteet vertaisryhmien perustamisesta Suomessa (Nylund & Yeung 2005, 196–197, 199, 203).

Vertaisryhmiä voi perustaa kansalaiset tai ammattilaiset yksin tai yhdessä. Vertaisryhmät ja verkostot näyttävät kehittyvän nopeasti yhdeksi tärkeistä tuen muodoista, julkiset palvelut eivät näytä Pohjoismaissa vähentävän vertaistuen tarvetta. Ammattilaiset kehittelevät myös erilaisia vertaistuen muotoja ja tukevat toimintaa. Vertaisryhmissä mahdollistuu sosiaalialan asiakkaan kokemus omasta asiantuntijuudestaan ja voimaantumisestaan kun aiemmin sosiaalialan asiakkaan rooli on voinut olla passiivinen (Nylund & Yeung 2005, 203, 207).

Vertaisryhmä on vertaistukiryhmää laajempi käsite, sillä tarkoitetaan vertaistoiminnan muotoja, joissa tuki ja auttaminen eivät välttämättä ole yhteisöllisyyden keskiössä. Tällaisia ryhmiä voi muodostua esimerkiksi samaan ikäryhmään kuuluvien, samaa työtä, ammattia tai elämäntapaa elävien keskuuteen (Nylund & Yeung 2005, 215). Vertaisryhmällä tarkoitetaan ryhmää, jossa samantapaisia asioita kokeneet ihmiset voivat jakaa kokemuksiaan ja tunteuksiaan ja mahdollisia ratkaisujaan. Vertaisryhmässä mahdollistuu vertaistuki ja syntyy mahdollisesti suhteita, jotka jatkuvat ohjattujen tapaamisten jälkeenkin (Alitolppa-Niitamo & Sirkiä 2007, 10–11).

Vertaisryhmästä rakentuu ihmisen lähelle yhteisö, jonka kanssa voi jakaa kokemuksiaan, se antaa myös mahdollisuuden oppia arjen kannalta uutta ja hyödyllistä. Vertaistoiminnan merkitys korostuu jos elämäntilanne poikkeaa kovasti lähiympäristön elämäntilanteesta. Elämän muutostilanteet sekä identiteetin rakentuuessa vertaisten tuesta on paljon apua. Vertaisryhmän tuki voi auttaa selviytymään muutoksesta ja siihen liittyvästä stressistä (Niemelä & Dufa 2003, 30–31)

Vertaisryhmän toiminnan arvopohjana on tasa-arvoisuus, avoimuus ja toisten ihmisten kunnioittaminen, keskiössä on yhdenvertainen kokemusten jakaminen keskinäisessä kanssakäymisessä. Vertaisryhmässä toimiminen on vapaaehtoisista ja vastavuoroista sekä aina osallistujiensa näköistä. Jokainen osallistuja tulee vapaaehtoisesti yhteistyöhön mukaan, ottavat vastaan ja antavat omasta kokemuksestaan. Ryhmät voivat olla erilaisia toiminnan, tapojen, tavoitteiden ja toiminnan keston suhteen (Niemelä & Dufa 2003, 30).

Yhteiskunnan erilaistuesssa ja eriarvoisuuden lisääntyessä kansalaisjärjestöt ovat uudenlaisen haasteen edessä, niiden tärkeä tehtävä on tarjota ihmisille verkostoja ja mahdollisuuksia yhdessäoloon. Vertaistoiminta voi olla yksi tärkeä sosiaalisen pääoman vahvistaja, yhteisöihin kuulumisen vahvistaa ihmisen sosiaalista pääomaa ja yhteisöissä syntyvä luottamus, vastavuoroisuus ja verkostot suojaavat ihmistä elämän vastoinkäymisissä. Tutkimukset ovat osoittaneet muun muassa, että vertaisryhmän toiminnassa mukana olevien ihmisten itsetuntemus on kasvanut, omien kykyjen moninaisuudesta on syntynyt uusia oivalluksia, omien vahvuuksien tunnistaminen oli lisännyt itseluottamusta ja luottamus muilta ihmisiltä saatavaan tukeen on vahvistunut. Ihminen tekee huomauttamattaan identiteettityötä hakeutuessa yhteisöön, osaksi jotain ryhmää, jossa löytyy jokin samankaltaisuus esimerkiksi elämän tilanteesta. Ihminen voi etsiä vertaistoiminnan avulla uudenlaista minuutta (Niemelä & Dufa 2003, 36–38).

Maahanmuuttajat hyötyvät erityisesti vertaisryhmätoiminnasta siksi, kun heiltä puuttuu uudessa kotimaassa usein luonnolliset tukiverkostot. Uusi ympäristö, uuden kielen opettelu, uudet tavat ja uuden kulttuurin ymmärtäminen ovat useille maahanmuuttajille haasteellisia ja näiden käsittelemiseksi maahanmuuttajan on tärkeää saada työkaluja. Vertaisryhmä voi olla yksi työkalu käsitellä uutta elämäntilannetta. Maahanmuuttajien oma vertaisryhmä voi olla erityisen tärkeä tuen muoto juuri kotoutumisvaiheessa. Maahanmuuttajien omia vertaisryhmiä voi järjestää eri aiheiden ympärille, ryhmästä nousevista tarpeista käsin, ryhmät voivat käsitellä esimerkiksi vanhemmuutta, kulttuuria tai koulutusta (Toivikko, Halme & Rustanius 2011, 7-9)

Maahanmuuttajien vertaisryhmissä voidaan välittää tietoa, tukea ja vahvistaa kuulumisen tunnetta. Vertaisryhmästä ihminen voi löytää paikan jossa rentoutua ja tavata muita samassa elämäntilanteessa olevia. Vertaisryhmästä maahanmuuttaja voi löytää paikan, jossa oppia suomen kieltä ja suomalaisesta yhteiskunnasta. Vertaisryhmä voi vahvistaa maahanmuuttaja osallisuutta tarjoamalla tietoa ja kokemuksia esimerkiksi harrastusmahdollisuuksista ja palveluista, joissa kohdata syntysuomalaisia (Alitolppa-Niitamo ym. 2014, 6). Pakolaisavun tuottamalla videolla voimaa arkeen: vertaisryhmä kotoutumisen tukena (2014) maahanmuuttajat kertovat vertaisryhmän tärkeäksi tekijäksi sen, että ryhmässä on samasta kulttuurista tulevia ihmisiä sekä samaa äidinkieltä puhuvia. Haastat-

telussa nainen ja mies molemmat toivat esiin, että ryhmien avoimen ja luottamuksellisen ilmapiirin syntymiseksi on tärkeää, että vertaisryhmässä olisi vain naisia tai miehiä.

Ryhmän ohjaajan taidoiksi luetaan muun muassa reaktio-, vuorovaikutus- ja toimintataidot. Reaktiotaidot ovat tarpeellisia ryhmän tarpeiden ymmärtämisessä ja näitä taitoja ovat esimerkiksi kuuntelu, empatia, selventäminen, toistaminen ja tiedon jakaminen. Vuorovaikutustaitoihin kuuluu tasapuolisuus, yhdistäminen, tukeminen ja yhteyden rakentaminen ja näillä taidoin ohjaaja tukee ryhmäläisiä vuorovaikutukseen. Toimintataitojen avulla ryhmänohjaaja rohkaisee ryhmäläisiä ilmaisemaan itseään ja näitä taitoja ovat muun muassa kysyminen, vahvuuksien esiin nostaminen, välittömyys, omien kokemusten jakaminen, prosessin havainnointi ja mallin antaminen toiminnalle. Ryhmän ohjaajan on tärkeää tunnistaa ryhmän kehittymisen vaiheita, jolloin ryhmän ohjaaja osaa reagoida niihin ja voi esimerkiksi lisätä ryhmään sitoutumista erilaisilla harjoituksilla. Ryhmän hoitavista tekijöistä on myös hyvä olla tietoinen (Vilén ym. 2008, 274,276,280–281).

Vertaistuen vahvuuksia ovat tilanneherkkyys ja tasa-arvoisuus, ymmärtäminen ja myötäeläminen, siinä ammattirooli jätetään taustalle ja jokainen on tasaveroinen oman elämänsä ja arkensa asiantuntija. Vertaisryhmässä jokaisella on mahdollisuus auttaa toista tai itseään ammattiroolista riippumatta. Ammattiapu ja vertaistuki eivät sulje pois toisiaan vaan voivat olla toisiaan täydentäviä avunmuotoja (Niemelä & Dufa 2003, 34).

4 VERTAISRYHMÄTOIMINNAN KEHITYSPROSESSI

Luontolähtöisen vertaisryhmätoiminnan kehittämistä kuvaan tuotekehitysprosessin vaiheita mukaillen. Tuotekehitysprosessin vaiheiden hyödyntämiseen vertaisryhmätoiminnan kehittämisessä sain inspiraation lukemalla opinnäytetöitä vertaisryhmätoiminnan kehittämisestä. Löysin opinnäytetyön jossa oli kehitetty vertaisryhmä tuotekehitysprosessina ja päätin hyödyntää tuotekehitysprosessia myös omassa työssäni, sillä se selkiytti vertaisryhmätoiminnan kehittämisen eri vaiheita ja tavoiteltavaa lopputulosta eli toimintamallia vertaisryhmätoimintaan. Tämä opinnäytetyö, joka minua inspiroi on nimeltään Vaipparallia ja vertaistukea: Nuorten perheiden vertaisryhmätoiminnan toteuttaminen Kajaanissa (Lähteenaro, Tihinen & Tihinen 2016).

Tuotekehitysprosessi käynnistyy kun tunnistetaan kehittämistarve (Jämsä & Manninen 2000, 28). Kehittämistarve opinnäytetyössäni kumpuaa Pohjoisen luonto maahanmuuttajien kotoutumisessa 2017–2019- hankkeen toimenpidetavoitteista, joihin kuuluu vertaisryhmätoiminnan suunnittelu ja ohjaaminen sekä luontolähtöiseen vertaisryhmätoimintaan mallin luominen. Tuotekehitysprosessi käynnistyi marraskuussa 2017 yhteisellä vertaisryhmän käynnistymiskeskustelulla, jossa olivat mukana hankkeen toimijat, vertaisryhmän tulevat ohjaajat ja vertaisryhmässä aloittavat neljä maahanmuuttajanaista.

4.1 Ideointivaihe

Ideointiprosessi eri vaihtoehtojen löytämiseksi käynnistyy, kun varmuus kehittämistarpeesta on saatu, mutta päätöstä ratkaisukeinoista ei ole tehty. Tämä ideointivaihe voi olla lyhyt, mikäli on jo olemassa valmis tuote. Ideavaiheessa on tavallista käyttää luovan toiminnan ja ongelmanratkaisun menetelmiä, sosiaali- ja terveysalan ammattilaisille sopivat menetelmät esimerkiksi aivoriihi, aloitteet ja palautteet joita voi kerätä ideapankkiin. Menetelmälle on ominaista, että avoimella otteella etsitään vastauksia, millainen tuote vastaa eri tahojen tarpeeseen tai ongelman ratkaisuun. Ideavaiheessa luovuutta ja huumoria hyödyntäen yritetään saada mahdollisimman monta ideaa, joita ruvetaan arvioimaan vasta kun ei enää uusia ideoita synny. Arviointivaiheessa ideoita hylätään, yhdistellään ja mahdollisesti pisteytetään. Ideapankkimenetelmällä tarkoitetaan eri ta-

hoilta kerättyjä ideoita ongelman, opinnäytetyössäni toiminnan kehittämiseksi. Tähän kerätään esimerkiksi asiakkailta ja työntekijöiltä saatuja ideoita ja ehdotuksia. Ideoiden arviointia suorittavat niiden kehittäjät itse ja arviointia voi pyytää myös kehittämishankkeen muilta toimijoilta (Jämsä & Manninen 2000, 35–38).

Vertaisryhmätoimintaa ideoin yhdessä hankkeessa mukana olevan Rovaniemen kaupungin maahanmuuttajatosiaalityön työntekijän / Polut 2017–2019-hanke työntekijän sekä vertaisryhmän ryhmäläisten kanssa, ideointivaihe toteutui vertaisryhmässämme ideapankki- menetelmällä sillä kokosimme mahdollisimman paljon ideoita luontolähtöisestä toiminnasta aluksi yhteen niin ohjaajien kuin ryhmän naisten ja meidän ohjaajien yhdessä ideoimina. Syntyneistä ideoista lähdimme karsimaan pois asioita, jotka vähiten kiinnostivat ryhmämme naisia. Ideointi on kulkenut mukana läpi vertaisryhmämme toiminnan ja toimintaa olemme aktiivisesti suunnanneet naisten toiveiden mukaisesti. Vertaisryhmämme toimintaan on vaikuttanut myös Polut 2017–2019 -hankkeeseen ja vertaisryhmän toimintaan tutustuvat sosiaalialan opiskelijat ja hankkeen antama rahoitus toiminnalle.

Vertaisryhmän toimintaa ideoimme toisen ohjaajan kanssa pitämällä suunnittelupalavereita ennen vertaisryhmätoiminnan alkamista sekä sen aikana. Vertaisryhmän ryhmäläisten kanssa suunnittelimme alustavasti vertaisryhmätoimintaa heidän viimeisellä PoLuT 2017–2019 -tapaamisella sekä meidän ensimmäisellä vertaisryhmätapaamisella marras- ja joulukuussa 2017.

Vertaisryhmätoiminnan ideointia helpotti se, että hankkeesta oli syntynyt jo toimintamalleja luontolähtöisen ryhmätoiminnan suunnitteluun, ohjaukseen ja toteutukseen. Pystyimme hyödyntämään hankkeessa mukana olleen työntekijän eli vertaisryhmän toisen ohjaajan kokemusta ideoiden pohjana ja toteuttamaan luontolähtöistä vertaisryhmätoimintaa aiemmasta toiminnasta syntyneistä tarpeista ja ryhmäläisten toiveista käsin.

Luontolähtöinen toiminta pidettiin hankkeen tavoitteiden mukaisesti vertaisryhmätoiminnan keskiössä, joten jatkoimme tutustumista luontolähtöisiin menetelmiin ja paikkoihin, jotka edistävät paikallistuntemusta ja tutustuttavat paikallisen luontotoiminnan mahdollisuuksiin.

4.2 Luonnosteluvaihe

Tuotteen luonnostelu käynnistyy, kun on päätös siitä, millainen tuote on aikomus valmistaa. Luonnosteluun kuuluu analyysi siitä, mitkä tekijät ja näkökohdat ohjaavat tuotteen suunnittelua ja valmistamista. Tuotekehityksen luonnosteluvaiheessa on huomioitava tuotteen laadun turvaavat osa-alueet, joita ovat tuotteen asiasisältö, palveluntuottaja, rahoitusvaihtoehdot, asiantuntijatieto, arvot ja periaatteet, toimintaympäristö, säädökset ja ohjeet, sidosryhmät ja asiakasprofiili. Tuotteen asiasisältö saattaa edellyttää perehtymistä tutkimustietoon aiheesta sekä asiakkaiden tarpeiden ja erityispiirteiden tunnistamista esimerkiksi aiemman tutkimustiedon pohjalta (Jämsä & Manninen 2000, 43,47).

Luontolähtöisen vertaisryhmätoiminnan luonnosteluvaiheessa perehdyin osaltani huolellisesti Green care -menetelmään sekä ryhmän ohjauksen teoriaan. Tuotteen asiasisällön osalta pystyin tukeutumaan vertaisryhmää kanssani ohjaavan työntekijän tukeen, asiantuntijatietoon ja aiempaan ryhmän ohjauksen kokemukseen. Vastuullisena ryhmän ohjaajana tunnistin myös oman tietämykseni rajat Green care- ja vertaisryhmätoiminnan ohjaamisessa.

Luontolähtöisen vertaisryhmätoiminnan toimintaa rahoitti viiden toteutuneen vertaisryhmätapaamisemme ajan PoLut 2017–2019 – hanke. Hankkeen tavoitteena on, että luontolähtöisen vertaisryhmätoiminnan ryhmä jatkaa toimintaa omaehtoisesti, mikäli ryhmäläiset haluavat. Hankkeen tavoitteena oli saada ryhmäläisille jokin paikallinen toimija mukaan jatkamaan ryhmän toimintaa ja tämä tavoite otettiin huomioon jo toiminnan luonnosteluvaiheessa hahmottelemalla alustavasti yhteistyöhön mukaan Rovaniemen monikulttuurisuuskeskus MoniNetiä.

Luonnosteluvaiheessa toimintaympäristöksi hahmottelimme maahanmuuttajasosiaalityön toimiston tilat sekä paikat, joissa vierailisimme. Säädöksiensä ja ohjeiden osalta olin perehtynyt Green care – toiminnan eettisiin periaatteisiin sekä noudatin hankkeen tuottajan ohjeistuksia luontolähtöisen vertaisryhmätoiminnan toteuttamiseen liittyen. Tulevan sosionomina minua ohjasivat myös sosiaalialan ammattihenkilön ammattieettiset periaatteet. Maahanmuuttoon liittyviä erityispiirteitä minun oli myös tärkeää ryhmän ohjaajana tunnistaa. Tulkkia

saimme käyttää tapaamiskerroilla, joilla se oli erityisesti tarpeen eli ensimmäisellä tapaamisella, jolloin toimintaa yhdessä suunnittelimme ja viimeisellä tapaamisella, jolloin keräsimme toiminnasta palautetta. Ryhmäläisiin pääsin tutustumaan jo ennen vertaisryhmätoimintamme alkua hankkeen työpaja ja toimintapäivillä ja ryhmämme kooksi vakiintui neljä maahanmuuttajanaista sekä kaksi ohjaajaa. Luottamusta minun ja ryhmäläisten välillä lisäsi se, että pääsin tutustumaan heihin jo ennen vertaisryhmätoiminnan alkamista. Hankkeen sidosryhmiin kuuluvat Polut 2017–2019-hankkeen toteuttajat, eli Rovaniemen kaupungin maahanmuuttajasosiaalityö, Lapin ammattikorkeakoulu ja Luonnonvarakeskus. Hanketta rahoittaa Pohjois- Pohjanmaan Ely-keskus, Kestävää kasvua ja työtä – ohjelma, toimintalinja 5 ja ESR. (Jokela, L. 5.10.2017)

Jämsä & Manninen (2000) tuotespesifikaatiota (51–52) mukaillen vertaisryhmätoiminnan luonnosteluvaiheessa tehdään synteisiä analyysejä analysoimalla ketä ovat tuotteen käyttäjät ja hyödynsaajat, keitä ovat muut henkilöt, jotka osallistuvat tuotteen käyttöön, mitkä ovat tuotteen tavoitteet ja mitä niiden saavuttaminen edellyttää, mitä arvoja ja periaatteita tuote todentaa sekä mitkä periaatteet ohjaavat suunnittelua, mitkä ovat tuotteen välittömät yksilöidyt asiasisällöt, mitä asiantuntemusta ja yhteistyötä tuotteen valmistamisessa tarvitaan, mitä materiaalia sekä miten kehitysprosessia on tarkoitus arvioida prosessin eri vaiheissa.

Luontolähtöisen vertaisryhmätoiminnan kehitysprosessia suunnittelimme toisen ryhmän ohjaajan kanssa. Sovimme, että arvioisimme toteutuneita tapaamisia jokaisen tapaamisen jälkeen laatimalleni palautelomakkeelle sekä sovimme, että teen jokaisesta tapaamisesta muistiot sekä suunnitelmat tapaamisista. Luonnosteluvaiheessa suunniteltiin, että ryhmäläisiltä kysytään palautetta myös suullisesti joidenkin tapaamisten lopuksi. Otimme huomioon, että naisten heikohko suomen kielen taito voi hieman rajoittaa palautteen antamista, jolloin ohjaajien havainnot ja palaute korostuvat. Luonnosteluvaiheessa suunnittelimme, että vertaisryhmän naisia haastatellaan viimeisellä vertaisryhmän tapaamisella tulkin välityksellä ja haastattelut nauhoitetaan. Vertaisryhmätoimintaa emme suunnitelleet luonnosteluvaiheessa liian tarkasti, vaan sitä päätettiin muokata tarpeen vaatiessa joustavasti vertaisryhmän naisten toiveiden mukaisesti ja ohjaajien ohjauskokemuksen karttumisen myötä.

Luonnosteluvaiheessa ryhmätapaamisten pituudeksi suunnitelimme noin kolme tuntia kerrallaan ja tapaamiset päätimme toteuttaa kahden viikon välein, tiettyinä päivinä ja tiettyyn aikaan ryhmäläisten tarpeet ja toiveet huomioon ottaen. Vertaisryhmätapaamisia päätimme luonnosteluvaiheessa pitää kuusi ja ensimmäisen tapaamisen tavoitteeksi asetettiin yhteisen toiminnan suunnittelun ja tutustumisen toisiimme. Viimeiselle tapaamiskerralle hahmottelimme aiheeksi miten ryhmän toiminta voisi jatkua omaehtoisesti sekä suunnitelimme alustavasti palautekeskustelun ja tulkin varaamisen tapaamiselle.

Käyttäjiksi ja hyödynsaajiksi toiminnassa kirjattiin kotoutumisvaiheessa olevat maahanmuuttajat sekä toiminnan ajattelin myös tuottavan tärkeää maahanmuuttajien kokemustietoa sosiaalialan ammattilaisille Green care – toiminnan ja vertaisryhmän merkityksestä kotoutumisen edistämiseksi. Kehittämisen prosessin myötä syntyy raportti maahanmuuttajien luontolähtöisestä vertaisryhmätoiminnasta, joka antaa mallin toteuttaa luontolähtöistä vertaisryhmätoimintaa tuleville hankkeen maahanmuuttajaryhmille. Luontolähtöinen vertaisryhmätoiminta toteuttaa Green care -toiminnan eettisiä periaatteita sekä sosiaalialan ammattieettisiä arvoja. Yksilöityinä asiasisältöinä vertaisryhmän toiminnassa ovat maahanmuuttaja, kotoutuminen, Green care, luontolähtöinen toiminta sekä vertaisryhmän merkitys maahanmuuttajien kotoutumisessa.

4.3 Kehittelyvaihe ja esitestaus

Vertaisryhmätoimintaa suunniteltaessa pitää ottaa huomioon siihen osallistujat eli kohderyhmä, heidän tarpeet, mikä heitä motivoi, heidän lähtökohta ja voimavarat. Kohdeanalyysistä käynnistyy sisällön suunnittelu ja käytettävien menetelmien valinta. Ryhmätoimintojen ohjaajien joustavuudesta riippuu kuinka paljon suunnittelussa jätetään tilaa asiakaslähtöiselle etenemiselle. Turvallisinta ohjaustapahtuman onnistumisen kannalta on, että se on suunniteltu tarkasti asiasisältöjen, vaiheiden ja menetelmien osalta. Suunnitellun ohjaustapahtuman muutostarpeita on hyvä osata ennakoida ja tehdä tarvittaessa varasuunnitelmia. Tilaisuuksien ajankohdat ja käytettävissä oleva aika myös ohjaavat sitä, kuinka paljon on mahdollista jättää joustonvaraa suunnitelmiin. Ulkoisia puitteita on myös tärkeää miettiä tilaisuuden onnistumisen kannalta, koska myös se vaikut-

taa osallistujien kokemukseen siitä, mitä viestiä toiminnalla halutaan osallistujille välittää (Jämsä & Manninen 2000, 65–66).

Luontolähtöistä vertaisryhmätoimintaa suunniteltiin edellä mainitut näkökohdat huomioon ottaen. Ryhmätapaamisten toimivuuden kannalta uskon, että väljä suunnitelma jokaisen vertaisryhmätapaamisen toiminnasta oli tärkeää tehdä ja oli tärkeää varautua ennalta myös yllättäviin tilanteisiin. Kun toiminta oli hahmoteltu etukäteen ja suunniteltu paperilomakkeelle, oli minulla ohjaajana myös varmempi olo ohjata ryhmää. Toiminnan suunnittelussa huomioimme, ettei aikataulu ole liian tiukka, jotta jää aikaa myös mahdollisesti syntyville keskusteluille. Jokaisella tapaamisella joimme kahvia tai teetä ja tarjosimme kahvileipää, jonka uskoimme vaikuttavan positiivisesti tunnelmaan. Ryhmän toimintojen suunnittelussa meitä helpotti se, että ryhmämme oli melko pieni ja kaikki osallistujat olivat samaa ikäluokkaa olevia naisia ja heillä oli yhteinen äidinkieli. Seuraavaksi raportoin vertaisryhmätoiminnan esitestauksen eli toteutuneen luontolähtöisen vertaisryhmätoiminnan tapaamiset ja niistä esiin nousevat havainnot.

5 VERTAISRYHMÄTOIMINNAN RAPORTOINTI

5.1 Ensimmäinen vertaisryhmätapaaminen

Ennen ensimmäistä vertaisryhmän tapaamista olimme toisen ohjaajan kanssa hahmotelleet tapaamisten määrää, ajankohtaa, aikataulua sekä sisältöjä alustavasti ryhmäläisiltä 23.11.17 tapaamisella saatujen toiveiden mukaisesti. Ensimmäisellä vertaisryhmätapaamisella suunnittelimme yhdessä ryhmäläisten kanssa vertaisryhmämme toimintaa. Emme tarvinneet tapaamisen alkuun erityisiä ryhmäytymisleikkejä tai tutustumisia, sillä ryhmäläiset olivat jo toisilleen entuudestaan tuttuja ja minä olin tutustunut heihin kolme kertaa osallistuen ryhmäläisten mukana Polut -hankkeen työpaja- ja toimintapäiviin ennen vertaisryhmätöimintämme alkua. Toinen ohjaaja oli myös ryhmäläisille tuttu Polut – hankkeen työpaja- ja toimintapäiviltä ja kulkenut ryhmäläisten mukana toiminnassa elokuusta 2017 alkaen.

Päätimme ryhmäläisten kanssa tapaavamme yhteensä kuusi kertaa ja äänestimme neljälle tapaamiselle tapaamisten sisällöt. Esitimme eri toimintoja kuvien ryhmäläisille, josta jokainen sai äänestää suosikkitoimintansa ja suosituimmat neljä valittiin tapaamistemme sisällöiksi. Ensimmäisen ja toisen tapaamisen sisällöt olimme joutuneet toisen ohjaajan kanssa suunnittelemaan etukäteen aikataulullisista syistä. Tiesimme kuitenkin jo aiemmin käytyjen keskustelujen pohjalta että suunnittelemamme toiminta on ryhmäläisille mieleistä.

Vertaisryhmämme kokoontui ensimmäisen kerran 29.12.17 maahanmuuttajasosiaalityön tiloissa. Tulkki oli varattu meille tunniksi, jonka välityksellä keräsimme toiminnan tarkoitusta sekä suunnittelimme toimintaa yhdessä. Tulkin käytöllä halusimme varmistaa sen, että jokainen saa äänensä kuuluviin ja toiminnan tarkoitus tulee varmasti jokaiselle riittävän selväksi. Ensimmäisen tapaamisen pituus oli kolme tuntia. Toiminnan tarkoitukseksi sovittiin yhteisymmärryksessä mukavan yhdessäolon ja yhteisen toiminnan suunnittelun. Polut -hankkeen tavoitteen mukaisesti halusimme liittää luonnon tapaamisiamme ohjaavaksi elementiksi eri tavoin.

Kerroin lyhyesti aluksi opinnäytetyöstäni johon kuuluu vertaisryhmätoiminnan suunnittelemisen yhdessä ryhmäläisten ja toisen ohjaajan kanssa sekä ryhmän ohjaaminen ja ryhmässä mukana oleminen ja vertaisryhmätoiminnan arviointi yhdessä toisen ohjaajan ja ryhmäläisten kanssa. Kerroin, että meidän toteutuneen vertaisryhmätoiminnan pohjalta luodaan toimintamalli myös tuleville hankkeen vertaisryhmille. Painotin vielä lopuksi, että ketään ryhmäläisistä ei voi tunnistaa opinnäytetyöstäni vaikka opinnäytetyö tulee sisältämään havainnointia vertaisryhmän toiminnasta sekä ryhmäläisten palautetta ja haastatteluiden tuloksia. Kertasin ryhmäläisille vielä, että tutkimuslupa opinnäytetyölleni on saatu ryhmäläisiltä hankkeen alussa.

Kerroimme naisille, että toisen tapaamisen teemana on talvi-ihon hoito ja luomukosmetiikkaan tutustuminen sosionomiopiskelijan johdolla ja tämä toiminta kiinnosti kaikkia ryhmäläisiä. Ryhmäläisissä herätti huolta se, ymmärtävätkö he luonnontuotteista ja niiden käytöstä tarpeeksi ilman tulkkia. Ryhmäläisille kerroimme, että sosionomiopiskelijalla on paljon kokemusta maahanmuuttajien kanssa toimimisesta ja hän osaa selittää asiat selkeästi. Ryhmäläiset toivat kautta ensimmäisen tapaamisen esiin, että kokevat tulkin tarpeelliseksi tapaamisillemme, mutta rohkaisimme ryhmäläisiä, että he selviävät suunnitellusta toiminnasta varmasti ilman tulkkia vaikka ymmärrämmekin heidän toiveen. Toimme myös esiin, että selvitämme tulkin käytön mahdollisuuksia joillekin kerroille hankkeen projektipäälliköltä.

Toiseksi tapaamisen teemaksi vahvistettiin siis talvi-ihon hoito ja luomukosmetiikkaan tutustuminen. Muiden tapaamisten teemoiksi vahvistettiin luomu- ja seoskituotteisiin tutustuminen kaupassa asioiden yhteistyössä Marttojen kanssa sekä ruuanvalmistus tai leipominen Marttojen kanssa, vierailu tiedekeskus Pilkkeeseen, lumikenkäväely Ounasvaaran talvikävelyreitillä ja nuotiolla eväät sekä kyläily jonkun ryhmäläisen kotona esimerkiksi nyyttäriperiaatteella ja ulkoilu lähimaastossa.

Ryhmäläiset toivat 23.11.17 tapaamisella esiin, että haluaisivat opetella pyöräilemistä vertaisryhmässä, mutta kerroimme, että selvittelimme asiaa MoniNetin kanssa ja turvallisuussyistä sitä ei voida talvella toteuttaa. Kerroimme, että Mo-

niNetissä alkaa toukokuussa pyöräilyn harjoittelukursseja joita on pitkin kesää ja yksilöopetustakin pyöräilyyn voi saada. Palstaviljely oli myös yksi ehdotus tutustumiskohteeksi 4 H:lle, mutta siihen ei ollut nyt kiinnostusta kun se ei ole tähän vuodenaikaan nähden ajankohtaista. Yksi ryhmäläisistä kysyi onko palstan pitäminen maksullista ja siitä kerroimme, että on. Pajukranssiaskartelu ei kiinnostanut ketään ryhmäläisistä ja yksi ryhmäläisistä toi esiin, että askartelut ovat lasten juttuja. Toimimme esiin, että suomessa aikuisetkin askartelevat. Kysyimme myös olisiko jollakin ryhmäläisellä innostusta jakaa jotain omaa osaamistaan, esimerkiksi kädentaitoja meille muille ryhmäläisille, mutta siihen ei ollut kenelläkään kiinnostusta. Yksi osallistujista olisi halunnut päästä tutustumaan kangastehtaaseen ja kysyi löytyykö täältä paikallista kangastehdasta. Kerroimme, että epäilemme, että ei ole, sillä Suomessa on enää vähän paikallista kangastuotantoa.

Tulkkausajan loppuksi kertosimme vielä lyhyesti toimintaa, kerroimme, että se on ryhmäläisille täysin vapaaehtoista ja tapaamisia tuetaan kuuden tapaamiskertamme ajan rahallisesti Polut -hankkeesta. Ryhmäläiset voivat näiden tapaamiskertojen jälkeen jatkaa toimintaa omaehtoisesti mikäli haluavat. Yksi ryhmäläisistä kysyi, voiko pyytää muitakin mukaan ryhmään mitä lupasimme vielä selvittää. Jaoimme ryhmäläisille tapaamisten aikataulut paperilomakkeella. Ennen tulkin lähtöä kerroimme päivän teemasta, joka oli "Näy pimeässä" ja teemaan kuului heijastin askartelu.

Ennen kahvittelua ja omien eväiden syöntiä katsoimme kaksi liikenneturvan videota heijastimen käytöstä, mitkä johdattelivat tapaamisemme "Näy pimeässä"-teemaan. Elimme vuoden pimeintä aikaa, joten heijastinaskartelu oli siksikin hyvin ajankohtainen. Suunnittelemastamme heijastimesta olimme tehneet mallikappaleen ja sitten jokainen sai tehdä kaksi tasseliheijastinta itselleen tai esimerkiksi lapselleen. Ensimmäisen tapaamisemme tavoitteena oli siis yhdessä kehittää toimintaa ja suunnitella tapaamisia ja siihen tavoitteeseen päästiin. Polut -hankkeen tavoitteen mukaisesti liitimme luonnon tapaamisen teemaksi vuoden aika huomioiden ja askartelimme vuoden pimeimmän ajan vuoksi heijastimia ja keskustelimme niiden käytön tarpeellisuudesta. Yhdessä tekeminen sai mukavasti keskustelua myös suomen kielellä aikaan. Tulevien tapaamisten

sisältöihin vaikutti myös luonnollisesti vuoden aika ja siltä osin onkin huomioitava, että toiminta tulee järjestää tuleville ryhmille tietysti ennen kaikkea ryhmäläisten toiveista käsin, mutta myös vuodenaikaan liittyvät vaatimukset huomioon ottaen.

Keskustelimme naisten kanssa heijastimen kiinnityspaikoista ja kommunikoinnin tukena aihe-alueeseen tutustuessa käytimme kuvia ja nettiä apuna. Naiset kertoivat meille, että ovat huomanneet, että lasten vaatteissa on heijastimet valmiina, mutta aikuisten vaatteissa heijastimia ei ole samalla tavoin huomioitu. Tapaamisen lopuksi muistutimme vielä seuraavan kerran tapaamisen ajankohdasta ja sisällöstä.

5.2. Toinen vertaisryhmätapaaminen

Toinen vertaisryhmätapaaminen pidettiin 11.1.18 klo 15:30–18 Rovaniemen maahanmuuttajasosiaalityön tiloissa. Tapaamiselle olimme pyytäneet PoLut-hankkeessa työharjoittelun aloittaneen sosionomiopiskelijan esittelemään meille luonnonkosmetiikkaa ja opastamaan sen valmistuksessa. Tapaamisemme teemana oli talvi-ihon hoito, sillä naiset olivat aiemmin esittäneet kiinnostuksen myös kauneudenhoitoon liittyviin asioihin ja talvi tunnetusti aiheuttaa haasteita iholle, joten näitä asioita oli hyödyllistä käydä läpi.

Aloitimme toisen ohjaajan kanssa tilojen valmistelun klo 15 ja sosionomiopiskelija saapui ennen klo 15:30 asettelemaan illan teemaan tarvitsemiamme välineitä ja tuotteita esille. Aloitimme tapaamisemme suunnitellussa aikataulussa ja vertaisryhmästä kolme naista pääsi tapaamiseemme. Sosionomi-opiskelija aloitti itsensä esittelyllä ja illan aiheen esittelemisellä. Vertaisryhmäläiset saivat reseptit sokerikuorintamassan ja ihovoiteen valmistamista varten, minkä jälkeen aloimme tutustua luonnontuotteisiin. Tutustuimme sosionomi-opiskelijan viimekesänä ja syksynä kuivattamiin kukkiin, ruiskaunokkiin, horsmaan, kanervaan ja kahteen eri ruusulajiin, saimme haistella ja tunnustella kukkia. Katsoimme myös puhelimesta kuvia näistä kukista luonnossa ja naiset tunnistivatkin hyvin kukkia. Luonnonkosmetiikkaan jota valmistimme tuli kookosöljyä ja se sai naisissa hyvin keskustelua aikaan, se oli monille tuttu niin ruuanlaitossa kuin hampaiden puhdistuksessa, mutta myös sen antibakteerinen vaikutus tunnettiin sekä käyttö

hiusten hoidossa ja kuivan ihon voiteena. Opiskelija otti jokaisen naisen vuorolleen kanssaan valmistamaan luonnonkosmetiikan pohjamassaa, ensiksi valmistimme sokerikuorintamassan ja tässä tuli hyvää keskustelua suomeksi tuotteista ja tuotteiden mittaamisesta annosastioihin. Kun pohjamassa sokerikuorinnalle oli tehty, sai jokainen ottaa sitä omaan rasiaan ja värjätä luonnon väriaineilla ja kuivatuilla kukilla. Luonnonväriaineista kerrottiin, että ne ovat samoja mitä meikissäkin käytetään. Saimme herkullisen värisiä kuorintamassoja aikaiseksi ja sitten sosionomi-opiskelija selvitti hyvin havainnollistaen miten niitä käytetään oikeaoppisesti.



Kuorintamassan jälkeen valmistimme ihovoiteen ja nyt toinen vertaisryhmäläinen pääsi tekemään ihovoiteen pohjaa lieden äärelle. Ensiksi käytiin yksitellen läpi tuotteet, joita ihovoiteen pohjana tullaan käyttämään. Mehiläisvaha aiheutti hyvää keskustelua ja käytimme sanan selvittämiseen myös google-kääntäjää apuna. Jokainen sai kaataa omaan puhtaaseen purkkiin ihovoidetta ja jätimme ne jähmettymään kahvitelujen ajaksi. Sokerikuorintamassan ja ihovoiteen naiset valmistivat myös ryhmäläiselle, joka ei päässyt tähän tapaamiseemme mukaan.

Kahvitelujen lomassa kävimme seuraavan tapaamisen sisältöä läpi ja havainnollitimme sitä kuvin. Kerroimme, että seuraavalla tapaamisella menemme luontokävelylle Arktikumin puistoon, jonka jälkeen menemme kahville ja vierai-

lulle tiedekeskus Pilkkeeseen. Naisille kerroimme, että he voivat pyytää myös ystäviään mukaan seuraavalle tapaamisellemme. Tämän päivän tapaamisesta naiset kertoivat tykänneensä. Ensimmäisen kerran tapaamisella valmistetun heijastimen yksi naisista kertoi antaneensa lapselleen käyttöön. Puhuimme myös tulevasta lumikenkävälystä Ounasvaaralla ja sopivasta talvivarustuksesta sinne, naiset toivat esiin, että heillä ei ole oikein sopivia kenkiä olemassa. Meillä oli illan tapaamisessa iloinen tunnelma ja saimme paljon keskustelua suomeksi aikaan, keskustelimme muun muassa suomalaisista ja afganistanilaisista häistä.

5.3 Kolmas vertaisryhmätapaaminen

Kolmas vertaisryhmätapaaminen pidettiin 8.2.18 klo 12:30–16. Suunniteltu 25.1.18 tapaaminen peruuntui, mutta tämän päivän tapaaminen eteni alustavan suunnitelman mukaisesti. Tapaamisen aloitimme ohjaajien ja tapaamiseemme osallistuvien sosionomiopiskelijoiden kanssa Rovakatu 2:ssa, maahanmuuttajasosiaalityön toimistolla. Vertaisryhmän naisille oli kerrottu ennen tapaamista, että tämän päivän tapaamiseen tulee mukaan sosionomi-opiskelijoita, jotka kuvaavat toimintaa. Kävimme opiskelijoiden kanssa läpi päivän suunnitelmaa sekä esitettä, jonka olimme laatineet naisille sesonki- ja luomutuotteista, sillä päivän teemana oli sesonki- ja luomutuotteisiin tutustumisen kaupassa ja ruuan laitto Martoilla.

Toinen ohjaajista kertoi opiskelijoille maahanmuuttajasosiaalityöstä ja PoLut-hankkeesta lyhyesti ja minä esittelin roolini vertaisryhmässä. Opiskelijoiden tarkoituksena oli kuvata tapaamisemme, joten kävimme läpi kuvaukseen liittyviä asioita, ketä vertaisryhmäläistä esimerkiksi ei saa kuvata. Toisen ohjaajan kanssa vielä nopeasti kertosimme ennen kaupalle lähtöä seuraavan tapaamisen asioita. Olimme sopineet, että vertaisryhmän naiset menevät suoraan Kauppatorin K-Supermarketille klo 12:30 mennessä, josta aloitamme kauppavierailun tutustuen sesonki- ja luomutuotteisiin.

Kaupalle saavuimme suunnitellussa ajassa ja naiset olivatkin siellä jo yhtä lukuun ottamatta odottamassa meitä. Esittäydymme ja odotimme puuttuvan osallistujan. Opiskelijat kävivät kaupan henkilökunnalle kertomassa vierailustamme

ja kysyivät kuvausluvan. Toisen ohjaajan johdolla etenimme kaupassa tutustuen tuotteisiin ja naisille jaoimme laatimamme esitteen luomu- ja sesonkituotteista, joihin oli myös käännökset persian kielellä tehty. Aluksi kävimme läpi sesongin kasviksia sekä luomu- ja paikallinen tuote-merkintöjä ja kerroimme myös kaupan omasta Pirkka-merkistä. Teimme myös yhdessä hintavertailua, esimerkiksi Pirkan omat luomuporkkanat olivat edullisempia kuin toisen merkin luomuporkkanat. Naiset olivat kiinnostuneita perunoiden eri lajikkeista ja niiden eri käyttötavoista.

Kasviksista siirryimme katsomaan kaaleja ja hedelmiä, kaalit olivat naisille tuttuja ruuanlaitossa ja salaateissa. Kerroimme, että kaalit ovat nyt sesongissa ja siksi edullisia. Naisille kerrottiin, että kaupassa on yleensä hyvin esillä sesongissa olevat tuotteet, nytkin kaupassa oli isoja mainoksia sesongissa olevista sitrushedelmistä. Yksi naisista kysyi myyjältä kananmunien käytöstä kakun valmistuksessa. Naisten silmiin pisti kaupassa laskiaispullat, kerroimme, että laskiainen on ensiviikolla ja pullat ovat laskiaisen perinteisiä herkkuja. Seuraavaksi tutustuimme maitotuotteiden runsaaseen valikoimaan. Kävimme läpi, mitä eri värit maidoissa tarkoittavat ja kerroimme muun muassa rahkan käytössä esimerkiksi välipaloissa. Saimme keskustelua suomeksi aikaan, naiset kertoivat muun muassa tuotteista, joita olivat itse valmistaneet ja he olivat kiinnostuneet purkka-tuotteista.

Kaupalta lähdimme kävelemään Martoille ja Martoilla esittelimme itsemme. Olimme sopineet Lapin Marttojen kanssa aiemmin, että tulemme Martoille ruokaa valmistamaan klo 14. Martoilla oli alkamassa Arki-hanke yhteistyössä Monikulttuurisuuskeskus MoniNetin kanssa, joten ryhmämme maahanmuuttajanaisille vierailu oli ilmainen. Martoilla toivottiin, että tapaamisella puhuttaisiin mahdollisimman paljon suomeksi. Martta jakoi reseptit ruuista, mitä tänään valmistaisimme ja esitteli tuotteet, joita käytämme. Sitten Martta otti kaksi naisista kanssaan valmistamaan marja-piirakkaa ja opiskelijat ottivat kaksi muuta naista kanssaan valmistamaan sienikeittoa ja perunarieskoja. Kasvisliemikuutio herätti kysymyksiä naisissa. Huomasimme ruokaa valmistaessa joitakin kulttuurisia eroja, esimerkiksi yksi naisista halusi vielä huuhtoa kasvikset pilkkomisen jälkeen uudelleen. Kieliongelmien vuoksi oli hieman haasteita selvittää asiaa, mik-

si kasviksia ei kannata uudelleen pestä. Martoilla olisi ollut hyvä esitellä tilat naisille tarkemmin, erityisesti hanojen osalta, että naiset olisivat tienneet, mitä hanaa saa käyttää kasvistien huuhtomiseen, sillä opetuskeittiöstä löytyi hanoja moniin tarkoituksiin.

Yllättäen meille tarjoutui mahdollisuus tulkin käyttöön, mikä oli mukava asia, että saimme selvitettyä hanojen käytön ja kasvistien huuhtomiseen liittyvät asiat, muun muassa sen miksi ruokaan ei saa käyttää lämmintä vettä hanasta. Tulkin välityksellä saimme myös hyvin kysytyä samalla naisten palautteen kauppareissusta. Naiset olivat kauppareissusta todella iloisia, se oli ollut heille hyvin hyödyllinen ja naiset kertoivat, että on aivan eri asia oppia käytännössä kuin, että joku kertoisi asioita. Naisille oli uusi tieto esimerkiksi se, että kaupasta löytyy paikallisia tuotteita, he olivat ajatelleet, että kaikki tulee ulkomailta tänne kauppoihin. Eri jauholajikkeista naiset halusivat saada vielä lisää tietoa, naisia kiinnostivat jauhot, mitä voisi leivän valmistuksessa käyttää. Martta esitteli joitakin jauholaatuja, mitä käytimme esimerkiksi marjapiirakan valmistuksessa.

Ruuan valmistumista odotellessa kävimme läpi seuraavan tapaamisen sisältöä, naiset saivat havainnollistavan esitteen seuraavan tapaamisen sisällöstä, siinä oli kuva lumikengistä ja lumikenkäväelyyn sopivista kengistä sekä talvivarusteista. Naisille kerrottiin, että myös seuraavaan tapaamiseen osallistuu sosionomi-opiskelijoita, jotka tutustuvat vertaisryhmämme toimintaan. Naiset toivoivat, että seuraava tapaaminen alkaisi aiemmin, sillä heille klo 16 tapaamisen päättymisaika on hieman liian myöhäinen kun lapset odottavat heitä kotiin ja ruuan laittoon. Sovimme, että selvitämme mahdollisuutta aikaistaa seuraavaa tapaamista. Yksi naisista kertoi, että ei välttämättä pääse tapaamiseen, sillä hänellä ei ole sopivia kenkiä. Kerroimme, että emme mene hankeen vaan pysyttelemme polulla, joten matalilla kengillä pitäisi pärjätä. Lopuksi söimme valmistamaamme sienikeittoa ja perunarieskaa ja jälkiruuaksi marjapiirakkaa. Ruoka sai paljon kehuja. Otimme opiskelijoista ja naisista yhteiskuvan ja kiitimme toisiamme tapaamisesta.



5.4 Neljäs vertaisryhmätapaaminen

Neljäs vertaisryhmätapaaminen pidettiin 22.2.18 klo 10–13 ja tapaamisen teemana oli lumikenkäkävely Ounasvaaralla ja luontovisailu maahanmuuttajasosi-aalityön toimistolla kahvitte-lujen lomassa. Tulin vertaisryhmäläisiä ja opiskelijoita sekä toista ohjaajaa vastaan Ounasvaaralle, jossa opiskelijat jo odottivatkin. Opiskelijat ja ohjaaja sekä yksi vertaisryhmäläinen olivat tavanneet klo 10 maahanmuuttajasosi-aalityön toimistolla, jossa oli ollut tarkoituksena käydä välineitä läpi ja esittäytyä. Kaksi ryhmämme naista ei päässyt tapaamiseen ja yksi nainen oli vielä kotonaan, joten toinen ohjaaja ja paikalle saapunut nainen lähtivät hakemaan yhtä naisista kotoaan ja he tulivat hieman suunniteltua aikataulua myöhemmin Ounasvaaralle.

Aikataulun myöhästyminen ei haitannut päivän teeman kannalta, sillä pakkasta oli -19 astetta, minkä vuoksi emme voineet olla ulkona pitkään. Ounasvaaralla tutustuimme toisiimme ja lumikenkäilyvarusteisiin ja kävelimme polun varteen, jossa laitoimme lumikengät jalkaan ja sauvat sopivan mittaisiksi. Naisten kengät olivat sään mukaiset, mutta molemmilla naisilla oli liian ohuet sormikkaat käsissä. Onneksi toisella ohjaajalla oli mukana varahanskoja. Kävelimme pienen lenkin lumikengillä Ounasvaaralla, sää oli aurinkoinen, luonto kaunis ja lumi kantoi meitä mukavasti, mutta kylmä yllätti nopeasti ja naiset halusivat noin puolen tunnin kävelyn jälkeen lähteä takaisin autolle. Joitakin kuvia luonnossa otimme ja opiskelijatkin kuvasivat hieman opintojaksoonsa kuuluvan tehtävänannon

mukaisesti. Nuotiopaikalle emme tällä reissulla menneet kylmän sään vuoksi. Naiset eivät olleet aiemmin käyneet Ounasvaaralla eivätkä he olleet aiemmin lumikenkiä kokeilleet. Kun olimme pakanneet varusteet autoon, päätimme käydä Sky hotellilla näyttämässä maisemia naisille paluumatkalla. Kerroimme naisille, että hotellin viereltä lähtee lasketteluhissit ja hotellilla voi käydä vaikka kahvilla, jos haluaa tehdä retken Ounasvaaralle. Naiset kysyivätkin kiinnostuneena, että kulkeeko linja-autoja Ounasvaaralle.



Maahanmuuttajasosiaalityön toimistolla meitä odotti lämmin kahvi ja teevesi ja aloimme syödä omia eväitä sekä opiskelijat pitivät suunnittelemansa luontoaiheisen tietovisan kahvittelujen lomassa naisille. Tietovisassa oli kuvia suomalaisesta luonnosta ja eläimistä paperilla ja vastaavat sanat paperille kirjoitettuna. Naisten tehtävänä oli yhdistää oikeat sanat ja kuvat toisiinsa. Toinen ohjaajista keksi kivan lisäyksen tehtävään, että kävisimme sanat myös persiaksi läpi, jotta mekin voisimme oppia ryhmämme naisilta. Tästä meille muodostuikin mukava tuokio, jossa naiset pääsivät kertaamaan suomen kielen sanastoa ja me pääsimme harjoittelemaan persian kielisiä luonto- ja eläin sanoja sekä niiden ääntämistä. Yksi naisista toi esiin kuinka tuntuu, että suomen kielen sanat eivät jää päähän, tämä oli meille hyvä tilaisuus osoittaa se, että myös meille käy niin kun harjoitteleimme sanoja persiaksi. Jotkin sanat jäivät mieleen paremmin kuin toiset, esimerkiksi osalla meistä jäi mieleen sanat, jotka olivat lähellä suomen kielen sanaa, kuten metsä, joka on persiaksi gangal ja sana lausuttiin ”jänkä”, joka toi meille mieleen jänkän ja jäi siten paremmin mieleen. Joen, meren ja

järven selvittäminen tuotti haasteita, havainnollistimme asiaa piirtäen ja suomen kartan avulla sekä käytimme apuna Google -kääntäjää.



Tapaamisen lopuksi kerroimme, että seuraava tapaaminen on viimeinen tapaamisen meidän ohjaajien johdolla, mutta mahdollisuus on jatkaa vertaisryhmässä, mikäli ryhmäläisiltä löytyy halukkuutta jatkaa. Kerroimme, että selvitämme vertaisryhmän toiminnan jatkajaksi Monikulttuurisuuskeskus MoniNetiä. Kerroimme, että ilmoitamme myöhemmin viimeisestä tapaamisesta tarkemmin. Lopuksi täytimme ESR osallistuja-lomakkeet ja siivosimme yhdessä tilan.

Toisen ohjaajan täytyi lähteä pian tapaamisen jälkeen palauttamaan auto, mutta kävimme nopeasti läpi päällimmäiset ajatukset viime- ja tämän päiväisestä tapaamisesta. Meillä ohjaajilla nousi esiin yhteinen ajatus siitä, miten tärkeää on kaksisuuntaisen kotoutumisen kannalta asenne ja ymmärrys siitä, että me voimme myös oppia maahanmuuttajilta, siinä missä he voivat oppia meiltä ja pohdimme, että olemme ohjaajina pyrkineet saavuttamaan tapaamisillamme aidosti vastavuoroisia ja kaksisuuntaista kotoutumista edistäviä hetkiä.

5.5 Viides vertaisryhmätapaaminen

Viides vertaisryhmätapaaminen pidettiin 15.3.18 klo 13–15 MoniNetin tiloissa ja teemana oli vertaisryhmätoiminnan jatko- ja palautekeskustelu sekä tiedekeskus Pilke-vierailu. Tulkki oli varattu tapaamiseen puoleksitoista tunniksi ja tapaaminen järjestettiin MoniNetin tiloissa mahdollisen vertaisryhmätoiminnan jatkamisen suunnittelemiseksi yhteistyössä MoniNetin kanssa. MoniNetistä jatkotoimintaa suunnittelemassa olivat MoniNetin kaksi työntekijää sekä yksi vapaaehtoinen työntekijä, jota oli alustavasti suunniteltu vertaisryhmätoimintaa jatkamaan naisten kanssa.

Aluksi otimme toiminnan jatkokeskustelun, sillä MoniNetin työntekijöillä oli muita menoja myöhemmin. MoniNetin vapaaehtoinen kertoi esimerkkejä millaisia toiminnan jatkamisen mahdollisuuksia olisi. Me vertaisryhmän ohjaajat kerroimme lyhyesti millaista toimintaa on tähän mennessä ollut ja kuinka usein olemme tavanneet. Vapaaehtoinen ehdotti naisille, että he voisivat jatkaa vertaisryhmän toimintaa kevään aikana esimerkiksi aloittamalla yrttien kasvattamisen ja rouvilita kysyttiin, mitä yrttejä he käyttävät ruuan laitossa. Naiset kertoivat yrteistä käyttävänsä muun muassa timjamia, basilikaa. Vapaaehtoinen kertoi, että näitä yrttejä on helppo kasvattaa itse ja jos on parveke, voi siellä pitää omaa pientä parvekepuutarhaa, jossa voi kasvattaa salaattia ja tomaattiakin.

Vapaaehtoinen toi esiin, että tykkää tehdä asioita ekologisesti ja parvekeviljely olisi ekologista. Yrttipurnukkoina voisi hyödyntää käytettyjä maitopurkkeja tai kanamunakennoja. Vapaaehtoinen kertoi myös, että pienen parvekepuutarhan pitäminen ei vaadi paljon huolenpitoa vaan kerran päivässä kastelu kesäaikana riittää. Naisille kerrottiin myös, että vapaaehtoisia voisi saada heille kotiin kuljetamaan parvekeviljelyyn tarvittavat välineet ja mullat, mutta yrtit voisi laittaa itämään MoniNetin tiloissa.

Naiset kiinnostuivat parvekepuutarhan pitämisestä ja vertaisryhmätoiminnan jatkamisesta taimikasvatusteemalla. Naiset jättivät MoniNetiin yhteystietonsa, että voivat yhdessä sopia ensimmäisen tapaamisen. Naisista kaksi oli ensin sitä mieltä, että parvekepuutarhan pitämiseen ei olisi aikaa, mutta innostuivat kun

vapaaehtoinen kertoi siitä tarkemmin. Vapaaehtoinen toi esiin, että taimikasvatusryhmään voisi pyytää mukaan myös muita maahanmuuttajia.

Toinen ohjaajista ilmoitti, että voi tulla johonkin taimikasvatusryhmän tapaamiseen mukaan saattaen vaihtaen periaatteen mukaisesti. Vapaaehtoinen ja naiset sopivat, että tapaavat taimikasvatusryhmän kanssa kevään aikana ja alkavat suunnittelemaan yhdessä toimintaa. Naiset toivat esiin, että käyttävät ruuan valmistuksessa myös mausteina chiliä, korianteria, timjamia, basilikaa ja minttua, vapaaehtoinen totesi, että niiden kasvattaminen parvekelaatikoissa onnistuu hyvin. Naiset toivat esiin, että kaipaavat kotimaastaan Bolan nimistä ruokaa, johon käytetään vihreää kasvusta, joka muistuttaa purjoa, mutta on kuitenkin eri kasvi. Naiset eivät ole löytäneet Suomesta vastaavaa. Naiset esittelivät meille videoita Bolanin valmistuksesta ja piirsivät kuvan kasvusta.

Naiset kertoivat, että Polut – hankkeen aiemmista tapaamisista heillä on jäänyt ruuanlaitto mieleen, niin luonnossa kuin Martoilla. Naiset kertoivat, että Suomessa ruuanlaitto on yksinkertaisempaa kuin heidän kotimaassa, jossa ruuan valmistukseen kuuluu monia vaiheita ja jossa hyvä ruoka on tärkeässä roolissa. Luonnosta naisille oli jäänyt mieleen metsä ja sienet sekä marjat syksyisestä metsästä sekä meidän talvisessa luonnossa tehty lumikenkäkävely. Sienien tunnistamisen naiset kertoivat myös jääneen mieleen ja sen mitkä sienistä ovat myrkyllisiä ja mitkä myrkyttömiä.

Lopuksi pidimme palautekeskustelun toteutuneista vertaisryhmän tapaamisista ja palautekeskustelu nauhoitettiin. Palautekeskustelun tulokset löytyvät alta vertaisryhmätoiminnan arviointi-osuudesta. Palautekeskustelu jäi harmillisesti vajaaksi, sillä naisilla oli kaikilla sovittua menoa ja heidän täytyi lähteä tapaamisesta sovittua aiemmin pois. Myös Pilke-vierailu jouduttiin perumaan tämän vuoksi.

6 VERTAISRYHMÄTOIMINNAN ARVIOINTI

Arvioinnin tehtävänä kehittämistoiminnan prosessissa on tuottaa tietoa, minkä avulla kehittämisprosessia voidaan ohjata. Arvioinnissa kehittämisen peruste-lua, organisointia ja toteutusta puntaroidaan. Tällaisella prosessiarvioinnilla voi-daan tuoda näkyviin se, että kehittämistoiminnan tavoitteet ja toimintatavat voi-vat muuttua toiminnan edetessä. Yksinkertaisimmillaan arviointiprosessi tuo esiin sen mikä toimii ja mikä ei (Toikko & Rantanen 2009, 61).

6.1 Haastattelujen ja palautekyselyjen tulokset sekä havainnot

Toiminnallisissa opinnäytetöissä haastattelujen tuloksissa riittää usein suuntaa antava tieto, jolloin haastattelutapa on tärkeää valita sen mukaan millaista ja miten tarkkaa tietoa toiminnallisen opinnäytetyön tueksi tarvitaan. Jos työssä on tarkoitus hakea suuntaa antavaa tietoa, ei aineiston litterointi ole yhtä välttämä-töntä, järjestelmällistä eikä täsmällistä kuin tutkimuksellisissa opinnäytetöissä (Vilkkä & Airaksinen 2004, 63–64). Ryhmähaastattelua kuvataan tehokkaaksi tiedon keruun muodoksi, koska samalla saadaan tietoja usealta eri henkilöltä yhtä aikaa. On kuitenkin hyvä huomioida ryhmähaastattelun tuloksia tulkitessa, että ryhmän kontrolloivalla vaikutuksella voi olla myönteinen ja kielteinen puoli, jotain kritiikkiä voi jäädä sanomatta, mutta toisaalta muut ryhmän jäsenet voivat auttaa muistinvaraisissa asioissa ja väärinymmärrysten korjaamisessa. Tärkeää on myös huomioida tulosten tulkinnassa, jos ryhmässä on jäsen jolla on haas-tattelussa dominoiva rooli (Hirsijärvi ym. 2009, 210–211).

Opinnäytetyöni toiminnallisen osuuden aineiston keräämisen tapana oli toteut-taa vertaisryhmän naisille ryhmähaastattelu viimeisellä tapaamiskerralla. Ryh-mähaastattelun valitsin erityisesti aikataulullisista syistä haastattelutavaksi. Ryhmähaastattelua varten oli varattu aikaa tulkin kanssa puolitoista tuntia, mut-ta tunti tästä ajasta meni vertaisryhmätoiminnan jatkamisesta käytyyn keskuste-luun. Ryhmähaastattelun pyrin pitämään mahdollisimman avoimena ja keskus-televana, sillä tarkoitus oli saada naisilta laajasti mielipiteitä ja kokemuksia mitä vertaisryhmän toiminnan aikana heillä oli herännyt sekä saada myös mahdolli-sia kehitysideoita ja toiveita esiin. Haastateltavan ryhmän koko, neljä naista, tuntui sopivalta ohjata ja haastatella, sekä aineisto pysyi hallittavan kokoisena

sen analysoinnin kannalta. Haastattelun aihealue sopi myös hyvin keskusteltavaksi ryhmämuotoisesti, sillä kysymykset eivät olleet erityisen sensitiivisiä vaan niillä haettiin esiin vertaisryhmässä koettuun liittyviä ajatuksia ja tunteita. Naisten sovittujen menojen vuoksi haastattelu jäi harmillisen lyhyeksi, mutta opin näytetyön tutkimuskysymyksiin sain kuitenkin vastaukset. Rauhallisempi haastattelutilanne tosin olisi saattanut antaa myös toisenlaisia tuloksia.

Haastattelukysymykset laadin pitämällä mielessä tulevia vertaisryhmiä ja vertaisryhmätoiminnan merkitystä kotoutumisen tukena, hain kysymyksilläni vastausta siihen miten vertaisryhmän toimintaa voisi kehittää, mikä merkitys muilla vertaisryhmän jäsenillä on ollut naisille ja miten vertaisryhmän toiminta on sopinut heidän arkeen. Luonnon merkityksestä kotoutumisen tukena nauhoitettu haastatteluaineisto jäi vähäiseksi, mutta pyrin arvioinnissa tuomaan esiin ohjaajien havaintoja tältä osin.

Haastatteluaineiston litteroin suppealla tavalla, keräten olennaiset asiat tiedostolle. Haastatteluaineiston litteroinnissa huomioitavaa on myös se, että tulkki käänsi naisten antamat vastaukset kysymyksiin, jolloin jotkin äänne- tai ilme-merkitykset on saattanut jäädä huomaamatta. Kysyessäni vertaisryhmän merkityksestä naisille, yksi naisista totesi, että he ovat päivittäin tekemisissä ja eivät pärjäisi ilman toisiaan. Tähän toinen naisista totesi, että älä puhu noin, on ollut tärkeää tavata toisia ryhmän kautta, koska muuten arki on niin kiireistä, että ei ehdi tavata. Minulle haastattelijana tilanne jäi vähän epäselväksi sen osalta, kokiko tämä nainen kysymyksen jotenkin huonona.

Haastattelun aluksi esitin naisille kysymyksen siitä, miten vertaisryhmän toiminta sopi heidän arkeen ja aikatauluihin. Naiset kertoivat, että tapaamisten ajankohta oli sopiva ja tapaamisten tiheydellä ei niinkään ollut väliä vaan toiminnan sisällöllä. Naiset toivat esiin, että on tärkeää, että voi oppia jotain uutta. Naisista oli mukavaa päästä säännöllisesti liikkumaan kodin ulkopuolelle, mutta jos he kokivat, että toiminta ei ollut heitä kiinnostavaa, eivät he kertomansa mukaan jaksaneet siihen keskittyä eikä näin oppinutkaan mitään. Naiset toivat esiin, että heistä olisi ehkä ollut mukavampaa tavata kavereita kotioloissa, jolloin he olisivat voineet juoruilla vapaasti, toisin kuin vertaisryhmämme tapaamisissa.

Naiset olisivat toivoneet tapaamisilta matkustamista, he toivat esiin, että ensimmäisellä tapaamisella puhuimme, että selvittäisimme mahdollisuutta matkustaa esimerkiksi Kemiin, mutta tämä ei toteutunut. Naisille kerrottiin, että se oli resurssikysymys ja koska ryhmämme oli pieni, emme voineet sitä toteuttaa kustannussyistä. Kysyessäni ryhmän koosta, naiset toivat esiin, että olisivat toivoneet, että ryhmä olisi suurempi, heidän mielestä nuoret olisivat tuoneet ryhmään voimavaroja. Kerroimme naisille, että he voivat tulevaan taimikasvatusryhmään pyytää mukaan myös ystäviään.

Seuraavaksi kysyin naisilta oliko toteutunut vertaisryhmän toiminta heidän toiveiden mukaista, sillä vertaisryhmän tavoitteena oli toteuttaa toiminta ryhmäläisten toiveista käsin. Tähän naiset sanoivat, että he olivat hieman pettyneitä ryhmään, he olisivat toivoneen, että toiminta olisi ollut mielenkiintoisempaa ja jännittävämpää. Naiset toivat esiin, että he olisivat halunneet oppia ryhmässä jotain uutta, esimerkiksi pyöräilemään, tästä kerroimme, että toteutuneelle toiminnalle ja sen suunnittelulle omat haasteensa toi tämä vuodenaika. Naiset toivat esiin, että he olisivat kaivanneet ryhmään jotain vanhempaa ihmistä opettamaan heille uutta ja kertomaan asioista. Naiset viittasivat paikalla olleeseen vapaaehtoistyöntekijään, jolla oli heille tapaamisessa paljon kerrottavaa taimien kasvattamisesta. Naisille todettiin, että on hyvä kun he antavat palautetta, niin toimintaa voidaan kehittää. Toimme myös esiin, että kaikki suunnittelemamme toiminta ei ikävä kyllä toteutunut yllättävien seikkojen vuoksi.

Viimeiseksi ehdin kysyä, ennen kuin naiset joutuivat lähtemään, vertaisryhmän merkityksestä ryhmäläisille johon naiset totesivat, että on ollut tärkeää tavata toisia ja viettää aikaa yhdessä, kun muuten arki on niin kiireistä. Naiset sanoivat hieman huumorilla, että on tärkeää, että he ovat ehtineet syödä ennen tapaamista, sillä nälkäisenä ei ole mukava olla.

Osallistuva havainnointi oli opinnäytetyöni tutkimusmenetelmä ryhmähaastattelun lisäksi ja sitä toteutin vertaisryhmän jokaisella tapaamisella. Havaintojen muistamiseksi kirjasin tapaamisista muistiot, sekä me ohjaajat kirjattiin palautteet toteutuneista tapaamisista. Osallistuvassa havainnoinnissa onkin tyypillistä, että havainnoija osallistuu tutkittavien ehdoilla heidän toimintaansa ja pyrkii

pääsemään havainnoitavan ryhmän jäseneksi. Ryhmän jäseneksi havainnoija voi pyrkiä jakamalla elämäkokemuksia ryhmän jäsenten kanssa ja ottamalla oma rooli ryhmässä (Hirsijärvi ym. 2009, 216–217). Osallistuvan havainnoijan rooliini ei mielestäni liittynyt eettisiä haasteita, sillä vertaisryhmän tarkoitus ja oma rooli oli esitelty naisille ja toisaalta korostettu sitä, että me ohjaajat olemme ryhmässä naisten kanssa tasavertaisia toimijoita ja tarkoituksena on yhdessä kehittää tätä uudenlaista toimintaa Polut – hankkeen työpaja- ja teemapäivien jatkoksi ja raportoida toteutunut toiminta opinnäytetyössäni. Osallistuvan havainnoijan onkin tärkeä pohtia rooliaan ryhmässä myös eettiseltä kannalta. (Hirsijärvi ym. 2009, 216–217)

Meidän ohjaajien antamissa palautteissa tapaamisten jälkeen nousi keskeisesti esiin se, että tapaamisissa on ollut hyvä tunnelma ja ohjaajina olemme kokeneet, että myös me olemme olleet oppimassa naisilta ja tietysti oppimassa ylipäänsä ryhmän ohjauksesta. Saimme mielestäni aikaan hyviä hetkiä kulttuurien kohdatessa ja pystyimme jakamaan kokemuksia vastavuoroisesti. Naiset myös käyttivät suomen kieltä tapaamisissa ja me harjoittelimme persian kielen sanoja. Jos emme kielimuurin vuoksi ymmärtäneet toisiamme, käytimme luovasti eri menetelmiä yhteisen ymmärryksen löytämiseksi esimerkiksi piirtämällä havainnollistaen ja Google-kääntäjää käyttäen.

Palautteissa nousi haasteena esiin välitön palautteen saanti ryhmän tapaamisista, kun kysyimme mielipidettä tapaamisten jälkeen tapaamisesta, naiset kehuivat, että hyvä tai mukava tapaaminen on ollut, mutta oli vaikeaa saada tarkempaa palautetta. Olisikin ollut hyödyllistä saada jo matkan varrella naisten mielipiteitä esiin toiminnasta, että olisimme voineet suunnata toimintaa enemmän naisten toiveiden mukaisesti. Viimeisellä tapaamisella naisten hieman kriittinen palaute toiminnasta osittain yllätti, sillä meille oli jäänyt positiivinen mielikuva tapaamisista ja koimme, että tunnelma tapaamisissa on ollut hyvä. Naisille oli myös vaikeaa palauttaa mieleen aiemmillä tapaamisilla koettuja asioita palautkeskustelussa, he toivat esiin, että mitään ei ole jäänyt mieleen, mutta vähitellen sitten kuitenkin muistivat luonnosta mieleen jääneitä asioita. Luonnosta naisilla oli jäänyt mieleen aiemmilta Polut – hankkeen tapaamisilta luonnossa

ruuan valmistus ja erilaiset sienet. Lumikenkäkävelyistä Ounasvaaralla naiset olivat tykänneet, tosin siellä meillä oli vain kaksi vertaisryhmän naista mukana.

Ohjaajien mielestä olisi tärkeää, että maahanmuuttajat saisivat enemmän tietoa sään mukaisesta pukeutumisesta, meidän tapaamisissa haasteena oli naisten liian kevyt pukeutuminen kovalla pakkassäällä. Esimerkiksi lumikenkäkävelyyn naisilla oli käsissä vain ohuet sormikkaat, vaikka pakkasta oli -19 astetta. Ohjaajina mietimme, että yksi tärkeä tapaamisen teema olisi voinut olla käydä läpi esimerkiksi kerrospukeutumista pakkassäällä.

Ensimmäisellä kerralla tapaamisessa oli mukana tulkki, mikä auttoi hyvin selkiyttämään ryhmän tarkoitusta ryhmämme naisille. Vertaisryhmä sanana meinasiko sekoittua aluksi vertaistuen ryhmään, mutta ohjaajina toimimme esiin, että vertaisryhmän on tarkoitus olla mukavaa yhdessäoloa, johon liitämme luonnon mukaan tavalla tai toisella, että ryhmässä ei tarkoitus ole niinkään jakaa asioita vertaistuellisessa mielessä. Ohjaajille haastavia tilanteita olivat ne jolloin ryhmäläiset toivat esiin hankalia asioita, mutta tunnelma ei kuitenkaan näiden vuoksi jännittänyt vaan aiemmin käydyt keskustelut ja kokemukset yhdessä auttoivat selviytymään hankalistakin tilanteista ja aiheista. Ohjaajien keskeinen rooli oli saada kaikki ryhmäläiset osallistumaan, motivoida ja pitää tunnelmaa yllä ja siinä tehtävässä mielestäni onnistuimme, sillä tapaamisista ohjaajien palaute on ollut tunnelman suhteen pääosin hyvä.

Martoilla ruuan laitossa koimme kulttuurisia eroavaisuuksia muun muassa hygieniasoioiden vuoksi ja naiset antoivat asiasta myös kriittistä palautetta. Naisilla esimerkiksi on tapana pestä käsiä ruokaa laittaessa useammin kuin kenties suomalaisilla, tosin nämä ovat ehkä yksilöllisempiä eroja, kuin kulttuurisia. Martoilla kuitenkin useammassa asiassa tuli esiin ruuanvalmistus tapojen erilaisuus, tällöin koimme, että tulkki olisi ollut tarpeen, että kenellekään ei olisi jäänyt epäselväksi miten asioita perusteltiin. Saimme onneksi myöhemmin tulkin hetkeksi paikalle ja asiat selvitettyä. Martoilla meillä oli mukana viisi sosionomiopiskelijaa, he toivat positiivista energiaa tapaamiseen ja naiset sekä opiskelijat saivat keskustelua keskenään aikaan.

Opinnäytetyöni toiminnallisen osuuden raportoinnin olen pitänyt melko tarkkana kuvauksena toteutuneesta toiminnasta, mikä lisää osaltaan tutkimuksen luotettavuutta. Haastatteluaineiston analyysissä ja tuloksissa toin esiin kohtaamani haasteet haastattelutilanteessa mitkä voi osaltaan vaikuttaa tulosten luotettavuuteen. Myös ohjaajien palaute toiminnasta tulee huomioida nimenomaan meidän ohjaajien kokemuksena toteutuneesta toiminnasta. Työni arviointiosuudessa nouseekin esiin ristiriita naisten ja meidän ohjaajien kokemuksista toteutuneesta toiminnasta, mutta tässä on huomioitavaa haastattelutilanne, joka oli odotettua lyhyempi ja se, että kaikilla haastateltavilla oli sovittuja pakollisia menoja, mikä aiheutti kiireen tuntua haastattelutilanteeseen ja siten ehkä kriittisempää palautetta kuin toisenlaisessa tilanteessa olisi voitu saada. Naiset kertoivatkin, että on vaikeaa palauttaa mieleen, mitä aiemmin olemme tehneet, joten tässä kohtaa ohjaajien havaintojen ylös kirjaaminen heti tapaamisten jälkeen korostui ja toi esiin tunnelmia tapaamisista.

Laadullisissa tutkimuksissa on tärkeää henkilöiden, paikkojen ja tapahtumien kuvaukset ja validius merkitsee kuvauksen ja siihen liitettyjen tulkintojen yhteensopivuutta eli sitä onko tulokset luotettavia (Hirsijärvi ym. 2009, 231–232). Tulosten luotettavuutta olen pyrkinyt lisäämään tuomalla esiin monenlaisia näkökulmia toteutuneesta toiminnasta, positiivisia ja negatiivisia.

Toteutunut vertaisryhmätoiminta luontolähtöisin menetelmin on mielestäni hyvin sovellettavissa myös tuleville maahanmuuttajaryhmille. Raportti toteutuneista tapaamisista voi antaa suuntaa toteuttaa luontolähtöistä vertaisryhmätoimintaa tuleville ryhmille ja kehittää sitä. Toiminta aikataulullisesti ja ryhmän koon kannalta on helposti toteutettavissa ja luontolähtöiset menetelmät voi räätälöidä tapaamisiin vuodenaikojen mukaisesti ja paikalliset luontoalan yrittäjät, toimijat ja järjestöt mukaan liittäen kaksisuuntaisen kotoutumisen edistämiseksi ja maahanmuuttajien paikallistuntemuksen lisäämiseksi.

Opinnäytetyössäni pääsin tavoitteeseeni sillä raportin myötä toimintamalli vertaisryhmätoimintaan syntyi ja vertaisryhmän viimeisellä tapaamisella vahvistui myös vertaisryhmätoiminnan jatkuminen taimikasvatusryhmänä MoniNetin vapaaehtoisen ohjaamana. Vertaisryhmässä myös maahanmuuttajat pääsivät

käyttämään suomen kieltä arkisissa kohtaamisissa ja tutustumaan Rovaniemen paikallisiin järjestöihin ja paikkoihin, joten maahanmuuttajien paikallistuntemus ja kielitaito vahvistui. Uskon, että luontosanat ja sitä myöten luontotietämys vahvistui kun kävimme luontosanoja ja eläimiä läpi neljännellä tapaamisella luontovisailun muodossa suomeksi ja persiaksi. Vertaisryhmän tapaamisissa yksilön osallisuus vahvistui ja ryhmässä pääsimme kokemaan yhteisöllisyyttä.

Osallisuus on osallistumista ja vaikuttamista sekä itsenä toteuttamista yhdenvertaisesti muiden kanssa. Osallisuuden edistämällä voidaan edistää yksilön mahdollisuutta liittyä yhteiskuntaan ja yhteisöön työn tai muun vaikuttavan toiminnan kautta (Tolvanen 2017, 13). Koen, että yhteisellä vertaisryhmätoiminnan suunnittelemisella pystyimme antamaan naisille mahdollisuuden vaikuttaa ja tätä kautta pystyimme vahvistamaan heidän osallisuuden ja yhteisöllisyyden kokemusta. Säännöllisillä etukäteen sovitulla vertaisryhmätapaamisilla pystyimme tukemaan maahanmuuttajien mahdollisuutta vuorovaikutussuhteisiin myös tavallisen arjen ulkopuolella.

6.2 Opinnäytetyön eettisyyden ja luotettavuuden arviointi

Tutkimuksen eettisyys ei ole yksikössä käsiteltävä asia vaan se eriytyy moniin eri näkökulmiin. Ensimmäisenä lähtökohtana on tiedon intressin etiikka, joka sisältää tutkimusaiheen valinnan, sen teoreettisen ankkuroinnin, tutkimuksen rajauksen ja tutkimuskysymysten asettamisen. Toisena lähtökohtana on tiedon hankkimisen etiikka, joka kattaa tutkijan suhteen tutkimuskohteeseen ja aineiston hankinnan toteuttamisen eri vaiheineen. Kolmantena on tiedon tulkinnan etiikka, johon liittyy aineiston analyysivalinnat ja analyysin toteuttaminen ja tulosten tulkinnat. Edellä mainitut tutkimusprosessin eri vaiheet pelkistetysti paikallistavat eettisten valintojen keskeiset kriittiset kohdat (Viinamäki & Saari 2007, 11–12).

Tutkimusprosessin seurauksena on tärkeää huomioida siinä mahdollisesti syntyvät eettiset haasteet, tutkimuksen tuottama tieto tulee välittää yhteiskuntaan, jolloin on tärkeä pohtia tiedon julkistamisen etiikkaa. Myös tuloksena saadun tiedon käyttämisen etiikkaa on syytä pohtia. Tutkimuksessa korostuu lisäksi ky-

symykset, mitä varten, kenelle ja miksi tietoa tuotetaan, laajemmin tutkimuksen oikeutusta, seurauksia ja vaikutuksia pohdittaessa nousee esiin kysymys sosiaalisen vastuun etiikasta. Kollegiaalinen etiikka on myös syytä huomioida, eli toisten tutkijoiden työn huomioiminen ja kunnioittaminen (Viinamäki, Saari 2007, 12) Opinnäytetyössäni eettisyyttä toteutin perustelemalla aiheen valintani sekä arvioimalla sen käytettävyyttä ja hyötyä muille ja toin esiin aiempia tutkimuksia aiheesta. Kollegiaalisen etiikan huomioimista noudatin tutustumalla lähdeaineistoihin perusteellisesti ja kirjoittamalla lähdeviittaukset oikein sekä toin esiin, että kehitysprosessin idean sain lukiessani toista ammattikorkeakouluopiskelijoiden toteuttamaa opinnäytetyötä. Kollegiaalisen etiikan huomioin myös tuomalla esiin toisen ohjaajan panostuksen vertaisryhmätoiminnan kehittämisen prosessiin. Työssäni olen tutustunut teorian osalta alkuperäislähteisiin, jotta lähteiden käytössä ei tulisi virheitä ja vääriä tulkintoja.

Vertaisryhmätoiminnan eettisyyttä ja luotettavuutta lisäsi se, että ryhmän naiset saivat sen tarkoituksesta ja tavoitteista tulkin välityksellä omalla äidinkielellään tietoa ennen vertaisryhmätoiminnan aloittamista ja vertaisryhmän ensimmäisellä tapaamisella. Vertaisryhmän naisille tuotiin esiin myös toimintaan osallistumisen vapaaehtoisuus. Ryhmän naisille myös kerrottiin, että opiskelija toteuttaa vertaisryhmätoiminnasta opinnäytetyön ja tuotiin esiin, että opinnäytetyössä kukaan osallistujia ei ole tunnistettavissa esimerkiksi haastatteluvastauksien perusteella. Ryhmän naiset ovat antaneet hankkeeseen osallistuessaan suostuksensa siihen, että hankkeessa tehdään tutkimusta. Tulkin oli hyvä olla ensimmäisellä tapaamisella mukana, että ohjaajien ja osallistujien välille syntyi hyvä vuorovaikutus ja riittävä yhteisymmärrys ryhmän toiminnasta. Ryhmän naiset saivat näin paremmin tuotua ajatuksia ja ideoita esiin ryhmän toiminnan suunnittelussa mikä lisäsi osaltaan toiminnan luotettavuutta.

Eettisyyttä ja luotettavuutta lisää myös toiminnan huolellinen etukäteissuunnittelu ja riittävä ammattitaito ryhmänohjauksessa ja luontolähtöisen toiminnan toteuttamisessa. Vertaisryhmätoiminnan raportoinnissa luotettavuutta varmistin tuomalla asiat esiin välttäen omia tulkintoja. Yritin kuvata toiminnan kuten se on toteutunut ja tuoda ryhmäläisten palautteet esiin sen sisältöisesti, miten ryhmä-

läiset ne ilmaisivat. Teoriaosuuden kirjoittamisessa käytin työni kannalta oleellisia lähteitä sekä perehdyin lähteiden osalta alkuperäislähteisiin.

Opinnäytetyöni raportoin opinnäytetyön ohjeistuksen mukaisesti ja hyvää tieteellistä käytäntöä noudattaen. Sovelsin työssäni eettisesti kestäviä tutkimusmenetelmiä sekä suunnittelin tutkimusprosessin, toteutin ja raportoin tieteellisten vaatimusten mukaisesti. Määrittelin työssäni muiden toimijoiden aseman, oikeudet, vastuut ja velvollisuudet ja osuudet tekijyydestä. Näillä periaatteilla sain yleiset raamit tutkimuksen eettisille ratkaisuille (Viinamäki, Saari 2007, 13).

Opinnäytetyön eri vaiheissa muistin pohtia asioita eettisestä näkökulmasta. Huolehdin opinnäytetyössäni hyvästä tieteellisestä käytännöstä raportoimalla tutkimuksen eri prosessin vaiheet ja tulokset, sekä merkitsin lähdemerkinnät tarkasti ja muiden toimijoiden osuudet. Näillä keinoin lisäsin opinnäytetyöni luotettavuutta. Pohjola (Viinamäki, Saari 2007, 15) toi esiin, että väärää lähteiden käyttöä on myös eri lähteiden tietoinen valikoiminen tukemaan omaa tutkimusta, tällöin voi jäädä tuomatta esiin aiheen kannalta tärkeät tutkijat ja tutkimukset. Opinnäytetyössäni varmistin monipuolisten lähteiden käytön perehtymällä aiheeseen liittyvään teoriaan monesta näkökulmasta.

7 TOIMINTAMALLI LUONTOLÄHTÖISEEN VERTAISRYHMÄTOIMINTAAN

Polut 2017–2019 -hankkeen maahanmuuttajaryhmän viimeinen tapaaminen. Paikalla hanketoimijat Lapin ammattikorkeakoululta, maahanmuuttajasosiaalityöstä ja Luonnonvarakeskuksesta, tulkki/tulkit sekä ryhmän maahanmuuttajat.		
Polut -hankkeen maahanmuuttajaryhmän viimeinen tapaaminen. Vertaisryhmätoiminnan käynnistämiskeskustelu; Esitellään luontolähtöisen vertaisryhmätoiminnan tarkoitus ja kerrotaan aiemmasta toiminnasta. Kootaan ryhmä maahanmuuttajista, jotka haluavat jatkaa luontolähtöiseen vertaisryhmätoimintaan. Ohjaaja/t voi olla ryhmästä, hankkeesta tai pyydetään joku yhteistyökumppani mukaan toimintaan.	Käydään alustavaa keskustelua tapaamisten ajankohdasta, tiheydestä ja toiminnasta. Kootaan toiveet ylös muistioon ja sovitaan ensimmäisen tapaamisen aika ja paikka sekä tapaamisen teema. Sovitaan yhteydenpitotapa sekä kuka/ketkä organisoivat toimintaa.	Ensimmäinen tapaaminen on hyvä olla kahden viikon kuluessa vertaisryhmän aloituskeskustelusta, jotta ryhmän tiiviys säilyy sekä aiemmin opittu työpaja ja toimintapäiviltä on vielä tuoreena muistissa. Ensimmäiseksi tapaamisen teemaksi on hyvä sopia toiminnan suunnittelu yhdessä ja paikaksi, jokin paikka, missä on tarkoitus pääsääntöisesti kokoontua.

Suunnittelupalaveri 1	1. Tapaaminen	2. tapaaminen
Ohjaaja/t suunnittelevat ensimmäistä tapaamista ja tulevia tapaamisia aiemman muistion pohjalta. Kuusi tapaamista kahden viikon välein. Sama viikonpäivä, jotta toimintaan on helpompi sitoutua. Suunnittelupalaverissa ohjaaja/t ottavat yhteyttä yhteistyötahoihin ja sopivat tapaamisia sekä informoivat ryhmäläisiä tulevista tapaamisista ja niissä huomioon otettavista asioista, kuten pukeutuminen.	Toiminnan suunnittelu yhdessä. (Ohjaaja/t ovat voineet suunnittelupalaverissa hahmotella toimintaa ja aloituskeskustelussa voidaan ideoida yhdessä lisää) Käydään läpi tapaamisajankohtia ja seuraavan tapaamisen teema, aika ja paikka sovitaan. Tulkki mukana 1. tapaamisessa, jotta jokainen saa äänensä kuuluviin ja ymmärtää toiminnan tarkoituksen.	Aiemmin sovittu teema, esimerkiksi tutustuminen paikalliseen järjestöön, toimintaan, kulttuuriin, luontoon tms.
Suunnittelupalaveri 2	3. Tapaaminen	4. Tapaaminen
5. Tapaaminen	Suunnittelupalaveri 3 (tarvittaessa)	6. Tapaaminen. Palautekeskustelu ja jatkotoiminnan suunnittelu. Tulkki tapaamisessa.



Luontolähtöisen vertaisryhmätoiminnan jatkuminen omaehtoisesti tai yhteistyökumppanin/ järjestön ohjaamana ryhmäläisten tarpeista ja toiveista käsin.

8 POHDINTA

Opinnäytetyöni on ollut monivaiheinen prosessi. Prosessi käynnistyi yhteydenotolla lokakuussa 2017 Polut 2017–2019 - hankkeen projektipäällikköön ja tutustumisella hankkeen työpaja- ja toimintapäiviin loka-marraskuussa 2017 sekä tulevan luontolähtöisen vertaisryhmätoiminnan ryhmäläisiin ja vertaisryhmätoiminnan toiseen ohjaajaan. Vertaisryhmätoiminnan toinen ohjaajista tosin oli minulle jo entuudestaan tuttu, mutta ennen vertaisryhmätoiminnan käynnistymistä kävimme yhteistä keskustelua tulevan toiminnan raameista. Ennen luontolähtöisen vertaisryhmätoiminnan alkamista tein opinnäytetyösuunnitelman, mihin hahmottelin, miten vertaisryhmätoiminnan kehittämistyössä etenen ja perehdyin laajasti opinnäytetyön aihetta koskevaan teoriaan sekä valitsin kehittämismenetelmän vertaisryhmän toiminnalle. Pohjatyö luontolähtöisen vertaisryhmätoiminnan suunnittelemisessa ja toteuttamistavan hahmottelemisessa oli työläs, sillä en ole aiemmin suunnitellut tai kehittänyt ryhmän toimintaa enkä ohjannut ryhmiä. Prosessi olikin ammatillisen kehittymisen kannalta arvokas, sillä pääsin kehittämään omia ryhmän kehittämis-, suunnittelu-, arviointi ja ohjaustaitoja.

Haasteena prosessissa oli se, että toinen ohjaajista oli Polut 2017–2019- hanke työntekijä ja Rovaniemen kaupungin maahanmuuttajasosiaalityön työntekijä, jolloin minun tehtävä oli avata opinnäytetyöni vaiheita ja ajatusta hänelle tiiviisti oman opinnäytetyöprosessin kirjaamisen lisäksi, tosin tämä oli myös omalla tavallaan etu, sillä tulin kirjanneeksi tarkasti havaintoja tapaamisesta ja suunnittelin toimintaa tarkasti etukäteen, mikä helpotti opinnäytetyön raportointiosuuden auki kirjoittamisessa. Vaikka toinen ohjaaja ei ollut opiskelija, joka kanssani olisi toteuttanut toiminnallisen opinnäytetyön, sain häneltä kuitenkin suuresti apua opinnäytetyön kirjoittamiseen hänen antaman ohjaajan palautteen avulla sekä yhteisten keskustelujen ja suunnittelupalavereiden kautta. Ryhmän ohjaajina pidimme tiiviisti toisiamme kartalla yhteisestä suunnasta luontolähtöisen vertaisryhmätoiminnan kehittämisessä.

Luontolähtöisen vertaisryhmätoiminnan suunnittelu oli ammatillisesti opettava kokemus, opin paljon teoriassa uutta ihan käsitteiden tasolla, sillä Green care-menetelmä ei ollut minulle entuudestaan tuttu eikä kehittämistoiminta eri vaihei-

neen. Tärkeimpänä antina koko prosessina koen olleen yhteistyön toisen ohjaajan ja ryhmäläisten kanssa. Itselleni avautui hyvin se, mitä kaksisuuntainen kotoutuminen ja kotouttamistyö voi parhaimmillaan olla ja miten aito vuorovaikutus syntyy tilanteissa kun on valmis myös itse oppimaan ja osoittaa aitoa halua oppia myös toiselta. Meidän vertaisryhmän toiminnassa korostuikin tasavertainen toimijuus ja yhdessä tekeminen sekä kehittäminen.

Luontolähtöisen vertaisryhmätoiminnan suunnittelu PoLut 2017–2019 -hankkeen ensimmäisen ryhmän kanssa oli sujuvaa, sillä ryhmäläisillä oli yhteinen äidinkieli, mikä helpotti tilanteissa, joissa tulkki oli mukana sekä ryhmäläisiä tilanteissa, joissa paremmin suomea osaava pystyi kääntämään asiaa toiselle ryhmäläiselle, jos hän ei ymmärtänyt jotakin. Ryhmän kokoonpanon kannalta on tärkeää, että ryhmäläisiltä löytyy jokin yhdistävä tekijä ja tässä ryhmässä se oli yhteinen äidinkieli ja sama lähtömaa sekä se, että kaikki osallistujat olivat naisia ja äitejä. Polut hankkeessa olevia ryhmiä yhdistää tietysti myös yhdessä luonnossa koettu aiemmilla työ- ja toimintapäivillä ja heillä oli siten jo valmiiksi luottamuksellinen suhde toisiinsa ja meihin ohjaajiin.

Meidän luontolähtöisessä vertaisryhmässä oli ohjaajien lisäksi neljä osallistujaa mikä oli toimiva ryhmä myös, mutta kaksi tai useampi lisää olisi hyvin mahtunut mukaan, tällöin esimerkiksi jonkun ryhmäläisen poissaolo tapaamisesta ei olisi vaikuttanut niin suuresti ryhmän toimintaan. Tämän vertaisryhmätoiminnan ensimmäinen ryhmä tosin toi esiin, että olisivat tykänneet reilusti isommasta ryhmästä, jolloin ryhmässä olisi ollut enemmän voimaa ja he olisivat myös tykänneet, että ryhmässä olisi ollut mukana nuorempia naisia tuomassa voimavaroja ryhmään, mutta nämä seikat tulee ottaa huomioon jokaisen ryhmän toiveiden mukaisesti ja toteuttaa luontolähtöistä vertaisryhmätoimintaa aina kulloisenkin ryhmän toiveista ja tarpeista käsin.

Luontolähtöisen vertaisryhmätapaamisten teemat voivat olla esimerkiksi paikallistuntemusta lisääviä vierailuja eri järjestöihin ja kulttuuria tuottaviin paikkoihin, luonnossa ajan viettoa vuoden aika huomioiden ja näihin tapaamisiin voisi kaksisuuntaista kotoutumista edistävänä toimenpiteenä pyytää mukaan myös paikallisia. Ryhmämme naiset toivat esiin, että arvostavat vanhemmilta ihmisiltä

saatuja tarinoita ja elämänkokemuksen jakamista, joten vuorovaikutusta paikallisten ja maahanmuuttajien välillä olisi hyvä lisätä ja luonto ympäristönä olisi suomalaisille luontainen väylä tutustua maahanmuuttajiin.

Luontolähtöisen vertaisryhmän tapaamisten kesto oli noin kolme tuntia kerrallaan, mikä oli mielestäni sopiva aika suunniteltuun toimintaan nähden. Naiset toivat esiin, että olisivat kaivanneet jännittävämpää toimintaa ja mietin, että olisiko heidän kohdalla toiminut paremmin harvat tapaamiset, mutta jotka olisivat kestäneet kerralla sitten pidempään ja joissa olisi käyty esimerkiksi lähikuntiin tutustumassa. Ensimmäisellä vertaisryhmällä tapaamisia oli yhden peruuntuneen tapaamisen vuoksi viisi ja se tuntui sopivalta määrältä meidän ohjaajien ohjaamana toimintana. Ryhmä oli jo tiivis aiemmasta Polut- toiminnasta johtuen ja tiivistyi entisestään vertaisryhmätapaamisten aikana. Mielestäni nämä viisi tapaamista juurruttivat toimintaa jo hyvin ryhmäläisten arkeen ja uskoisin, että tästä heidän on hyvä jatkaa toimintaa yhteistyössä MoniNetin kanssa.

Opinnäytetyön kirjoitusprosessi on ollut omalta osaltaan työläs vaihe, tuntuu, että kielenhuoltoa on saanut tehdä loputtomasti, mutta siltikään en ole kaikkiin osiin teksteissä tyytyväinen. Toivon kuitenkin, että opinnäytetyöni avaa ymmärrettävästi toteutuneen toiminnan ja sen taustalla vaikuttaneen teorian sekä tuo osaltaan esiin maahanmuuttajien kokemuksia luontolähtöisestä toiminnasta ja vertaisryhmän merkityksestä kotoutumisen tukena.

LÄHTEET

Alitolppa-Niitamo, A & Sirkiä, J. 2007. Monikulttuuriset vertaisryhmät, ohjaajan opas. 1. painos. Helsinki: Topnova.

Hirsijärvi, S. Remes, P. Sajavaara, P. Tutki ja kirjoita. 15., uudistettu painos. Hämeenlinna: Kariston kirjapaino Oy.

Jokela, L. 2017. Hanke-esittely diat 5.10.2017. Viitattu 4.3.2018.

Jämsä, K. Manninen, A. 2000. Osaamisen tuotteistaminen sosiaali- ja terveysalalla. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Lähteenaro, L. Tihinen & Tihinen, E. 2016. Vaipparallia ja vertaistukea: Nuorten perheiden vertaisryhmätoiminnan toteuttaminen Kajaanissa. Opinnäytetyö. Kajaanin ammattikorkeakoulu. Hoitotyön koulutusohjelma.

Niemelä, J. Dufa, V. (toim.) 2003. Hyvinvoinnin arjen asiantuntijat. Sosiaali- ja terveysjärjestöt uudella vuosituhanalla. Juva: PS- kustannus

Nylund, M. Yeung, A. (toim.) 2005. Vapaaehtoistoiminta. Anti, arvot ja osallisuus. Tampere: Vastapaino.

Salonen, K. 2013. Näkökulmia tutkimukselliseen ja toiminnalliseen opinnäytetyöhön. Opas opiskelijoille, opettajille ja TKI-henkilöstölle. Turku: Suomen yliopistopaino.

Suomi, A. Juusola, M. Anundi, E. 2016. Vihreä hoiva ja voima. Tallinna: Raamatutrukikoda

Toikko, T & Rantanen, T. 2009. Tutkimuksellinen kehittämistoiminta. Tampere: Tampereen yliopistopaino Oy.

Tolvanen, T. 2017. Opas yksilökeskeiseen luontotoiminnan suunnitteluun. Luontoa elämään, luontoa kuntoutukseen – teemajulkaisu 2/3. Rovaniemi: Lapin ammattikorkeakoulun julkaisuja.

Vilén, M. Leppämäki, P. Ekström, L. 2008. Vuorovaikutuksellinen tukeminen. 3.painos. Helsinki: WSOY Oppimateriaalit oy.

Vilén, M. Leppämäki, P. Ekström, L. 2002. Vuorovaikutuksellinen tukeminen sosiaali- ja terveysalalla. 1. painos. Juva: WS Bookwell oy.

Vilka, H. Airaksinen, T. 2004. Toiminnallinen opinnäytetyö. 1.-2. painos. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Viinamäki, L. Saari, E (toim.) 2007. Polkuja soveltavaan yhteiskuntatieteelliseen tutkimukseen.

Laki kotoutumisen edistämisestä 30.12.2010/1386. Viitattu 5.3.2018

Alitolppa-Niitamo, A. Kerkkänen, H. Lee, M. Novitsky, A. Säävälä, M. Zandkariemi, M. 2014. Puhutaan kotoutumisesta, ryhmänohjaajan opas. Väestöliitto. Helsinki: OY FRAM AB. Viitattu 4.3.2018. <https://vetoverkosto-fi-bin.directo.fi/@Bin/0eb82cd0fb13e85016c09b9a762f95b4/1519757506/application/pdf/338184/Puhutaan%20kotoutumisesta%20-%20ryhm%C3%A4nohjaajan%20opas.pdf>

Miettinen, A. Salo, J. Maahanmuuttajien määrä. Viitattu 15.11.2017 http://www.vaestoliitto.fi/tieto_ja_tutkimus/vaestontutkimuslaitos/tilastoja/maahanmuuttajat/maahanmuuttajien-maara/

Moshtat, Y. 2008. Med andra ögon-Naturmöten med invandrare. Naturvårdsverket 2007. Viitattu 16.3.18. <https://www.naturvardsverket.se/Documents/publikationer/620-5808-1.pdf>

Pitkänen, K. Oratuomi, J. Hellgren, D. Furman, E. Gentin, S. Sandberg, E. Oian, H. Kränge, O. 2017. Nature -based integration-Nordic experiences and examples. Denmark: Rosendahls. <http://norden.diva-portal.org/smash/get/diva2:1099117/FULLTEXT01.pdf>

Saukkonen, P. 2017. Viitattu 15.11.2017. <https://www.ely-keskus.fi/documents/10191/20388605/Saukkonen+Milloin+kotoutuminen+on+onnistunut.pdf/4d47a0a2-d2db-4a3c-a07d-043d818166d2>

Toivikko, K. Halme, E. Rustanius, M. 2011. Vertaisryhmätoiminnan opas maahanmuuttajatyöhön. Helsinki: Trinket oy. Viitattu 4.3.2018. <https://vetoverkosto-fi-bin.directo.fi/@Bin/55e9096e3eb64b99dedd3d56d9765c7c/1520179994/application/pdf/173102/Vertaisryhm%C3%A4toiminnan%20opas%20maahanmuuttajaty%C3%B6h%C3%B6n.pdf>

Kotoutumisen kaksisuuntaisuus. Viitattu 15.11.2017. <http://kotouttaminen.fi/kotoutumisen-kaksisuuntaisuus>

Kotouttamistyön periaatteet. Viitattu 15.11. 2017. <http://kotouttaminen.fi/kotouttamistyon-periaatteet>

Laki kotoutumisen edistämisestä. Viitattu 15.11.2017. <http://kotouttaminen.fi/laki-kotoutumisen-edistamisesta>

Maahanmuuttajat Lapissa. Viitattu 15.11.2017. <http://kotouttaminen.fi/maahanmuuttajat-lapissa>

Voimaa arkeen: vertaisryhmä kotoutumisen tukena. Suomen pakolaisapu.
2014. Video. Viitattu 4.3.2018. <https://www.youtube.com/watch?v=gzdpkAjkeIY>

LIITTEET

Liite 1 Luontolähtöisen vertaisryhmän tapaamiset

VERTAISRYHMÄN TAPAAMISET

Kuusi tapaamiskertaa ajalla 29.12.17–15.3.18

1. Tapaaminen perjantaina 29.12.17 klo 10–13:30, Maahanmuuttajasosiaalityön tiloissa

Teema: Vertaisryhmätapaamisten suunnittelutapaaminen sekä ”Näy pimeässä”-teema, heijastinaskartelu

2. Tapaaminen torstaina 11.1.18 klo 15:30–18, Maahanmuuttajasosiaalityön tiloissa

Teema: Talvi-ihon hoito, luonnonkosmetiikkaan tutustuminen Maija sosionomi-opiskelijan johdolla

3. Tapaaminen torstaina 25.1.18 klo 13–16, PERUUNTUI!

Teema: Luontokävely Arktikumin puistossa ja tiedekeskus Pilke-vierailu

4. Tapaaminen torstaina 8.2.18 klo 12.30–16,

Teema: Luomu- ja sesonkituotteisiin tutustuminen kaupassa, ruuanlaittoa Marttojen luona

5. Tapaaminen torstaina 22.2.18 klo 13–16, tavataan kello 13.00 Rovakatu 2 Maahanmuuttajatoimistolla

Teema: Lumikenkäkävely Ounasvaaralla, luontovisailu ja kahvit Rovakatu 2:ssa

6. Tapaaminen torstaina 15.3.18 klo 13–16, MoniNetissä

Teema: Keskustelua tulkin avulla ryhmän tulevaisuudesta ja palautekeskustelu, vierailu Tiedekeskus Pilkkeeseen

