



Osaamista
ja oivallusta
tulevaisuuden
tekemiseen

Meriina Mieskolainen & Eeva-Liisa Petäistö

Mielekäs toiminta kuuluu kaikille

Toimintaterapiaryhmä kehitysvammaisille

Metropolia Ammattikorkeakoulu

Toimintaterapeutti (AMK)

Toimintaterapian koulutusohjelma

Opinnäytetyö

5.11.2018

Tekijä(t) Otsikko	Meriina Mieskolainen & Eeva-Liisa Petäistö Mielekäs toiminta kuuluu kaikille. Toimintaterapiaryhmä kehitysvammaisille.
Sivumäärä Aika	37 sivua + 4 liitettä 5.11.2018
Tutkinto	Toimintaterapeutti (AMK)
Tutkinto-ohjelma	Toimintaterapian koulutusohjelma
Suuntautumisvaihtoehto	
Ohjaaja	Lehtori Anne Talvenheimo-Pesu

Kehitysvammaiset jäävät yhteiskunnassamme helposti syrjään, eikä heidän osallisuuttaan tueta ja mahdollisteta tarpeeksi. Kuinka lisätä kehitysvammaisten ihmisten mielihyvän ja osallisuuden kokemuksia ja vähentää heidän toiminnallista deprivatiota? Opinnäytetyö toteutettiin Helsingin kaupungin ryhmäkodissa. Opinnäytetyön työelämäkumppanin edustajana toimi Sosionomi, jolla on monen vuoden kokemus kehitysvammaisten kanssa työskentelystä ja päivätoiminnan järjestämisestä. Osallistujina toimintaterapiaryhmässä oli kolme runsaasti tukea ja apua tarvitsevaa kehitysvammaista aikuista.

Opinnäytetyön tarkoitus oli kartoittaa osallistujien kuntoutuksellisia tarpeita ja mielenkiinnon kohteita sekä ohjata viisi kertaa toimintaterapiaryhmää niiden pohjalta. Tavoitteena oli vahvistaa ryhmän osallistujien osallisuuden ja mielihyvän kokemuksia. Työn teoreettisena pohjana toimi Inhimillisen toiminnan malli, Marilyn Colen Seitsemän vaiheen työtapo sekä Doris Piercen Toiminnan terapeutin voiman malli. Opinnäytetyö toteutettiin toiminnallisesti ja se rakentui kolmesta vaiheesta: osallistujien havainnoinnista, toimintaterapiaryhmän toteutuksesta ja vaikutusten arvioinnista. Ryhmän toiminnot valikoituivat ja rakentuivat osallistujien havainnoinnin pohjalta.

Ryhmästä syntyi monipuolinen paketti kehitysvammaisten kanssa käytettävistä toiminnoista toimintaterapiaryhmässä. Paketti esittelee toiminnot ja niihin tarvittavat materiaalit sekä perustelee toimintojen valinnan. Toimintaterapiaryhmällä oli nähtävissä vaikutus sen osallistujiin. Kahdella osallistujalla oli nähtävissä selkeät kehityksen kaaret, joihin vaikutti mahdollisesti ryhmäkertojen runkona käytetty seitsemän vaiheen työtapo. Yhdellä osallistujassa oli havaittavissa vireystilan laskua jakson aikana. Yhteistyökumppani sai toimintaterapiaryhmästä uusia ideoita ja materiaalia, joita he voivat jatkossa käyttää.

Toiveena opinnäytetyössä oli madaltaa toimintaterapeuttien kynnystä toimia runsaasti tukea ja apua tarvitsevien kehitysvammaisten henkilöiden kanssa ja tukea heidän oikeutta mielekkääseen toimintaan. Prosessin aikana syntyi monia hyödyllisiä huomioita, joita toimintaterapeutit ja toimintaterapeuttiopiskelijat voivat jatkossa hyödyntää suunnitellessa ryhmätoimintaa kehitysvammaisille. Toimintaterapiassa käytettävistä ryhmätoiminnoista kehitysvammaisten kanssa tarvittaisiin lisää materiaalia sekä jokaisen toimintaterapeutin olisi tärkeää miettiä työssään, kuinka hän voi parantaa tämän asiakasryhmän toiminnallista oikeudenmukaisuutta.

Avainsanat	Toimintaterapiaryhmä, kehitysvammaisuus, toiminnallinen oikeudenmukaisuus, Marilyn Colen Seitsemän vaiheen työtap
------------	---

Authors Title	Meriina Mieskolainen, Eeva-Liisa Petäistö Meaningful Occupations for People with Intellectual Disabilities - Activity Package for an Occupational Therapy Group
Number of Pages Date	37 pages + 4 appendices November 2018
Degree	Bachelor of Health Care
Degree Programme	Occupational Therapy
Instructor	Anne Talvenheimo-Pesu, Senior Lecturer
<p>People with intellectual disabilities are often left out of our society. There is not enough support for them to take a part in society. How could we guarantee meaningful life to them and prevent occupational injustice? This Bachelor's thesis was carried out in a group home in the city of Helsinki. Our working life partner was a Bachelor of Social Services, who has lot of experience of working with people with intellectual disabilities. There were three participants who participated in five group sessions of occupational therapy.</p> <p>The purpose of this Bachelor Thesis was to chart the needs and interests of our participants and then to instruct Occupational Therapy group based on that chart. The goal was to enhance experiences of inclusion and enjoyment among our participants. Theoretical bases of this Bachelor Thesis were Model of Human Occupation, Marilyn Cole's Seven-Step Groups and Doris Pierce's model of therapeutic power. This Bachelor's Thesis consists of three parts: observation of participants, implementation of occupational therapy group and assessment of the impact of our group. Activities for our group were selected and adapted based on the observations of our participants.</p> <p>As an output of this thesis, we produced an activity package of occupations to use with people with intellectual disabilities in occupational therapy groups. There are justifications of each occupation. The occupational therapy group had an impact on the participants. Two of them benefitted from group presumably due to the structure of the group. One participant had decreased alertness. This Bachelor's Thesis helps our working life partner by giving them new ideas and material.</p> <p>With this Bachelor Thesis we wanted to make it easier for occupational therapists to work with people with intellectual disabilities and support the rights of people with intellectual disabilities for meaningful occupations. Many valuable observations were made during this process. These observations can be utilized by occupational therapists and occupational therapy students for designing group activities for people with intellectual disabilities. In occupational therapy, there is a need for developing new content for occupational therapy groups of people with intellectual disabilities. In addition, it is important that every occupational therapist considers how they can improve occupational justice of this customer group.</p>	
Keywords	occupational therapy group, person with an intellectual disability, occupational justice, Marilyn Cole's Seven-Step Group

Sisällys

1	Johdanto	1
2	Kohderyhmä ja hyödynsaajat	4
3	Tietoperusta	5
3.1	Käsitteet	5
3.1.1	Kehitysvammaisuus	5
3.1.2	Toimintaterapia	6
3.1.3	Osallisuus	6
3.1.4	Toiminnallinen oikeudenmukaisuus	7
3.1.5	Aistit	8
3.1.6	Kommunikaatio	9
3.2	Teoreettiset lähtökohdat	10
3.2.1	Inhimillisen toiminnan malli ja siihen pohjautuva Toimintaan motivoitumisen arviointi	10
3.2.2	Seitsemän vaiheen työtap	12
3.2.3	Toiminnan terapeuttisen voiman malli	13
4	Toteutusosa	15
4.1	Alkuvalmistelut	15
4.1.1	Tiedotustilaisuus	15
4.1.2	Havainnointisuunnitelma	16
4.1.3	Havainnoinnin toteutus	16
4.1.4	Suunnitelmien luominen	17
4.2	Ryhmiä toteutus	18
4.2.1	Seitsemän vaiheen työtapin soveltaminen	19
4.2.2	Ryhmäkerta 1: Taikahiekalla tutuksi	20
4.2.3	Ryhmäkerta 2: Aistien maailma	21
4.2.4	Ryhmäkerta 3: Osallistutaan satuun!	22
4.2.5	Ryhmäkerta 4: Tunnelmallista maalaamista	23
4.2.6	Ryhmäkerta 5: Lähdetään metsäretkelle!	24
5	Toimintaterapiaryhmän vaikuttavuus	26
5.1	Palautekeskustelu	26
5.2	Osallistujien kuvailu	26
5.2.1	Anna	27
5.2.2	Matti	28

5.2.3	Tapio	29
6	Pohdinta	30
	Lähteet	35
	Liitteet	
	Liite 1. Toimintarunkoon tarvittavat kuvat	
	Liite 2. Toimintapaketit	
	Liite 4. Ajatuksia ja huomioita ryhmänohjauksesta	
	Liite 3. Suostumusasiakirja ja tiedote	

1 Johdanto

Vuonna 2016 Yhdistyneet Kansakunnat antoivat yleissopimuksen vammaisten henkilöiden oikeuksista. Sopimuksella pyritään muun muassa helpottamaan vammaisten henkilöiden täysimääräistä osallisuutta ja osallistumista yhteisöihin. (Yleissopimus vammaisten henkilöiden oikeuksista 2016/27 § 19.) Osallisuudella ja osattomuudella on monia määritelmiä, jotka poikkeavat jonkin verran toisistaan. Työssämme tarkastelemme lähemmin osallisuutta kuulumisen ja toiminnallisen osallisuuden kautta (Raivio & Karjalainen 2013: 16 – 17). Näemme näiden olevan lähikäsitteitä toimintaterapiassa paljon käytetylle toiminnallisen oikeudenmukaisuus käsitteelle. Wilcock and Townsend (2004) määrittelevät toiminnallisen oikeudenmukaisuuden olevan oikeudenmukaisia mahdollisuuksia ja resursseja sitoutua mielekkääseen toimintaan (Hammell & Beagan 2017: 59). Millaisia pieniä konkreettisia tekoja Yhdistyneiden Kansakuntien vammaissopimuksen toteutuminen vaatii? Miten taataan runsaasti tukea ja apua tarvitseville kehitysvammaisille ihmisille toiminnallinen oikeudenmukaisuus heidän omassa ympäristössään?

Kehitysvammaisuuteen liittyviä opinnäytetöitä löytyy toimintaterapian alalta niukasti. Toimintaterapian alalta löytyviä kehitysvammaisiin liittyviä töitä on tehty tehtävä- ja vuorovaikutustaitojen arvioinnin (Laitila 2010), kuntouttavan työotteen kehitystyön (Jansson 2011), asiakkaiden osallistumisen edistäminen aistipuutarhassa kehitystyön (Peteri & Lattu & Väyrynen 2012), luontokokemusten mahdollistamisen (Ylivainio & Salminen 2012) näkökulmista. Luovat menetelmät osana toimintaterapiaa (Sjölund 2013) muistuttaa eniten työtämme, sen käsitellessä kehitysvammaisten oikeutta merkitykselliseen toimintaan, sekä luovien menetelmien käyttöä. Runsaasti tukea ja apua tarvitsevien kehitysvammaisten ihmisten kanssa tehtyjä opinnäytetöitä emme löytäneet toimintaterapian alalta. Tarve opinnäytetyömme aiheelle syntyi halusta luoda toimintaa kehitysvammaisille, erityisesti runsaasti tukea ja apua tarvitseville kehitysvammaisille henkilöille, joiden toimintakyky on monesti varsin alhainen. Tämän vuoksi he jäivät usein vähemmälle osalle yhteiskunnassa. halusimme lisätä heidän toiminnallista oikeudenmukaisuutta työlämme. Tietoa toimintaterapiasta runsaasti tukea ja apua tarvitsevien kehitysvammaisten kanssa ja siinä käytettävistä menetelmistä ja toiminnoista on haastava löytää, joten halusimme luoda valmiin paketin toiminnoista, jolloin kynnys lähteä toimimaan tämän asiakasryhmän kanssa alenisi. Opinnäytetyömme käyttäjät voivat hyötyä valmiiksi koe-

telluista toiminnoista sekä niiden vahvuuksista ja kehityksen kohteista. Haluamme työl-
lämme lisätä tietoutta tämän asiakasryhmän kanssa toimimisesta sekä mahdollistaa
heille nähdyn ja kuullun tulehisen kokemuksiä.

Toteutamme työmme toiminnallisesti, johon sisältyy toimintaterapiaryhmän suunnittelu
ja toteutus kehitysvammaisille osallistujille. Opinnäytetyömme tarkoitus on kartoittaa
osallistujien kuntoutuksellisia tarpeita ja mielenkiinnon kohteita sekä ohjata viisi kertaa
toimintaterapiaryhmää niiden pohjalta. Tavoite on vahvistaa ryhmään osallistujien osal-
lisuuden ja mielihyvän kokemusta. Työelämäkumppanin edustajana toimii sosionomi
Kirsi Heikkinen, joka työskentelee Steniuksentien ryhmäkodissa ohjaajana. Heikkinen
toimii palauteen antajana sekä tukena toimintojen valitsemisessa. Jokaisella ryhmän
osallistujalla on avustaja ryhmäkodista mukana avustamassa heitä. Avustajan tehtävä
ryhmässä on tukea osallistujan osallistumista ryhmään sekä toimia meidän antamien
ohjeiden mukaan. Yhteistyökumppanimme toivoo, että asumisyksikössä järjestettäisiin
toimintaterapiaryhmä erityisesti sen iäkkäimmille asukkaille. Ryhmän merkityksenä sen
osallistujille on osallisuuden tukeminen sekä mielihyvän kokeminen.

Toimintaterapiaryhmään osallistuu kolme aikuista, runsaasti tukea ja apua tarvitsevaa
kehitysvammaista osallistujaa; Anna, Matti ja Tapio. Kutsumme heitä keksityillä nimillä
heidän yksityisyyden suojaamiseksi. Kaikki ryhmään osallistujat asuvat Steniuksentien
ryhmäkodissa, joka tarjoaa ympärivuorokautista hoitoa. Kaikilla osallistujilla on pidempi-
aikainen kokemus ryhmäkodissa tai laitoksessa asumisesta. Osallistujat ovat liikuntara-
joitteisia ja liikkuvat pyörätuolilla. He ovat osallistuneet tai osallistuvat muuhun päivätoi-
mintaan. Heistä jokainen osallistuu toimintaterapiaryhmäämme kaksi kertaa viikossa.
Osallistujat kommunikoivat ilmein, elein, äännähdyksin sekä satunnaisin sanoin. Ohjaa-
jat kommunikoivat heille selkokielellä, eleillä, esinekommunikaatiolla ja kuvilla.

Creekin (1997) mukaan toimintaterapiaryhmämme muoto on suljettu silloin, kun ryhmän
osallistujat valitaan etukäteen ja ryhmäläiset ovat samoja jokaisella kerralla. Ryhmä to-
teutetaan määritellyllä ajanjaksolla (ks. Hautala & Hämäläinen & Mäkelä & Rusi-Pyykö-
nen 2013: 181). Yksi ryhmäkerta kestää puoli tuntia, josta puolet käytetään varsinaiseen
toimintaan. Finlayn (2001) mukaan ryhmämme on tyyliltään tehtäväkeskeinen toiminta-
ryhmä. Itsestään huolehtimisen ja elämänhallintaan liittyvien taitojen opetteleminen on
tyypillistä tällaisille ryhmille. Tavoitteena on usein taitojen saavuttaminen, jotka liittyvät
toimintakyvyn paranemiseen. Tällaisissa ryhmissä huomio on yksilössä, mutta yksilön

osallisuutta omaan yhteisöön tuetaan toiminnan kautta. (ks. Hautala ym. 2013: 171 – 173.)

Työmme teoreettisena pohjana toimii Ihmillisen toiminnan malli (*Model of human occupation*) ja erityisesti keskitymme mallista löytyvään tahdon osa-alueeseen, joka tunnetaan myös yleisemmin käsitteellä motivaatio (Kielhofner 2008: 13 – 14). Työmme kanalta oleellisia teorioita ovat myös Mary Colen Seitsemän vaiheen työtapana (*Cole's Seven-Steps Groups*), joka jakaa yhden ryhmäkerran seitsemään eri vaiheeseen (Cole & Donohue 2011: 7 – 8). Käytämme sitä runkona ryhmäkertojen suunnittelussa. Lisäksi käytämme Doris Piercen Toiminnan terapeuttisen voiman mallia (*Model of Therapeutic Power*) syventämään ymmärrystä toiminnasta ja apuna toimintojen valinnassa (Pierce 2003: 6 – 7). Avaamme teoreettista pohjaa enemmän luvussa 3.2. Keskeisiä käsitteitä työssämme ovat kehitysvammaisuus, osallisuus sekä toimintaterapia. Avaamme näitä käsitteitä lisää luvussa 3.1. Aineistona työssämme käytämme havainnoinnin avulla keräämäämme tietoa osallistujien arjesta, siihen vaikuttavista tekijöistä ja heidän toimintakyvystään sekä kirjaamaamme materiaalia ohjaamistamme ryhmistä. Avaamme ryhmän toteutusta sekä sen vaikuttavuutta luvuissa 4 ja 5.

2 Kohderyhmä ja hyödynsaajat

Opinnäytetyömme kohderyhmänä ja hyödynsaajana ovat ensisijaisesti toimintaterapeutit. Toimintaterapiasta runsaasti tukea ja apua tarvitsevien kehitysvammaisten henkilöiden kanssa ei ole kokemuksemme mukaan saatavilla materiaalia ja toimintoja, mitä heidän kanssa voisi käyttää. Toivomme kokoamamme ja koettelemamme paketin tuovan hyötyä tämän asiakaskunnan kanssa työskentelemistä harkitseville toimintaterapeuteille. He saavat opinnäytetyöstä valmiiksi perustellut toiminnot, analyysin niiden toimivuudesta sekä tuottamamme materiaalit. Opinnäytetyötä hyödyntäessä jokaisen tulee kuitenkin käyttää ammatillista harkintaa niiden soveltuvuudesta kohderyhmälle. Hyödynsaajana opinnäytetyössämme ovat lisäksi ryhmämme osallistujat, osallistujien läheiset sekä paikassa työskentelevä henkilökunta. Toivoimme osallistujien hyötyvän säännöllisestä ja selkeärunkoisesta toiminnasta ja sen tuovan heidän arkeensa mielihyvän kokemuksia sekä merkityksellisyyden ja nähdyksi tulemisen tunteen. Osallistujien läheiset hyötyvät terapiasta osallistujan kautta, sillä toivomme terapian toimintojen vaikuttavan positiivisesti osallistujien tyytyväisyyteen. Tätä kautta se voi heijastua perheisiin. Tieto siitä, että heidän läheiselle tarjotaan toimintaa, johon he voivat osallistua, voi kohentaa heidän tyytyväisyyttä. Steniuksentien ryhmäkodin henkilökunta hyötyy toimintaterapiaryhmästä myös asukkaiden kautta, sillä ryhmään osallistuminen voi kasvattaa heidän asukkaiden tyytyväisyyttä sekä henkilökunta saa vaihtelua päivään osallistumalla ryhmään avustajan roolissa.

Opinnäytetyömme tuotteena syntyi malli ja runko pitämällemme toiminnalle, jota yhteistyökumppanimme voi käyttää hyödyksi jatkossa. Toivomme myös meidän ohjaamien toimintojen olevan sellaisia, joita Steniuksentien ryhmäkodin ohjaajat voivat hyödyntää jatkossakin. Tulevat opinnäytetyöntekijät, toimintaterapeutit ja opiskelijat voivat käyttää raporttiamme ja kokemuksiamme tiedonlähteenä toiminnallisen opinnäytetyön tekemisestä ryhmämuotoisesti runsaasti tukea ja apua tarvitseville kehitysvammaisille ihmisille.

3 Tietoperusta

Opinnäytetyön tietoperustassa käsittelemme työmme kannalta keskeisiä käsitteitä ja toimintaterapian teorioita. Käsitteiden tarkoitus on selventää lukijalle ymmärrys siitä, mitä termeillä tarkoitetaan. Teoriaosuuden tarkoituksena on esitellä lyhyesti mihin ryhmän ohjaus ja toimintojen valinta perustuu.

3.1 Käsitteet

Opinnäytetyömme avainkäsitteitä ovat kehitysvammaisuus, toimintaterapia sekä osallisuus. Lisäksi työhömmme olennaisesti liittyvät myös käsitteet toiminnallinen oikeudenmukaisuus, aistit sekä kommunikaatio. Määrittelemme seuraavaksi lyhyesti näitä käsitteitä. Käytämme opinnäytetyössä sanaa kehitysvammainen sekä runsaasti tukea ja apua tarvitseva kehitysvammainen, sillä haluamme luoda lukijallemme aidon ja rehellisen kuvan osallistujiemme toimintakyvystä, jolloin he osaavat hyödyntää toimintoja samanlaisessa kontekstissa kuin mihin työmme sijoittuu.

3.1.1 Kehitysvammaisuus

Suomessa noin yhdellä prosentilla väestöstä on älyllinen kehitysvamma. Tämä tarkoittaa sitä, että lapsen tai nuoren älyllinen suoriutuminen on merkittävästi heikompaa kuin väestön keskitaso. Merkittävästi heikommaksi suoriutumiseksi katsotaan, jos henkilö saa älykkyyssosamääräksi (ÄÖ) noin 70 tai vähemmän. Älyllisesti kehitysvammainen lapsi tai nuori kärsii myös sosiaalisista ongelmista esimerkiksi viestinnässä, itsestä huolehtimisessa, kotona asumisessa, koulussa, töissä tai vapaa-ajalla. Älyllinen kehitysvammaisuus jaetaan neljään eri ryhmään, lievään älylliseen kehitysvammaisuuteen, keskivaikeaan, vaikeaan ja syvään älylliseen kehitysvammaisuuteen. (Huttunen 2016.) Kehitysvammaisuus ei siis ole sairaus ja sen vaikutus yksilöön vaihtelee lievästä vaikeudesta oppia asioita vaikeaan vammaan (Vernerin n.d.).

Yksilön arjessa kehitysvammaisuus näkyy vaikeutena oppia ja ymmärtää uusia asioita. On kuitenkin tärkeää muistaa, että kehitysvammaiset ihmiset ovat yksilöitä ja heillä on jokaisella omat kyvyt ja vahvuudet, joita voidaan hyödyntää. (Kehitysvammaliitto ry 2016.) Kehitysvammaa ei tule sekoittaa muihin vammaisuuden muotoihin. Kehitysvammaisella ihmisellä voi kuitenkin olla samanaikaisesti myös muita vammoja, kuten liikuntarajoitteita. (Vernerin n.d.)

3.1.2 Toimintaterapia

Toimintaterapiassa asiakas on aktiivisena toimijana. Toimintaterapeutti näkee ihmisen kokonaisuutena ja painottaa kaikkien oikeutta toimivaan ja merkitykselliseen arkeen. (Toimintaterapeuttiliitto n.d.) Toimintaterapia auttaa ihmistä osallistumaan hänen omassa elämässä asioihin, joita hän haluaa tehdä tai hänen täytyy tehdä. Toimintaterapiassa toimintaa käytetään terapeuttisena välineenä. Intervention tavoitteena voi esimerkiksi olla parantaa vammaisen henkilön mahdollisuutta osallistua koulun käyntiin ja sosiaaliseen elämään. Tyypilliseen toimintaterapiaprosessiin kuuluu kolme vaihetta, jotka ovat arviointi, interventio ja loppuarviointi. Terapia alkaa **arvioinnilla**, jonka aikana määritellään terapian tavoitteet. Sen jälkeen voi alkaa **interventio-osuus**, jonka tarkoituksena on parantaa asiakkaan kykyä selviytyä päivittäisestä arjestaan ja tavoittaa muu arvioinnissa määritelty tavoite. Lopuksi **arvioidaan** sitä, onko asiakas saavuttanut terapian avulla alussa asetetut tavoitteet. (American Occupational Therapy Association 2017.) Toimintaterapiaryhmissä pätee sama asiakaslähtöinen suunnittelu ja tavoitteellisuus kuin yksilöterapiassa. Toiminnan terapeuttinen käyttö niin ryhmä- kuin yksilöterapiassa on toimintaterapeutin ammatin ydinosaamista.

Rusi-Pyykösen (2004) mukaan yksi ihmisen perustarpeista on ryhmään kuulumisen. Toiminnan roolina terapeuttisissa ryhmissä on toimia muutosvoimana. Toimivimpien ja tarkoituksenmukaisempien toimintatapojen ja lähestymistapojen omaksuminen arkeen tapahtuu ryhmään osallistumisen kautta. Kun ihmisessä tapahtuu muutos, niin silloin hänellä on mahdollisuus nähdä itsensä eri tavalla. Tämä on toimintaterapiaryhmän tavoite. (ks. Hautala ym. 2013: 162 & 178.)

3.1.3 Osallisuus

Osallisuudelle on olemassa monia eri määritelmiä. Osallisuus voidaan nähdä arvona, jota pyritään lisäämään yhteiskunnassa. On kuitenkin vaikea määrittellä millaisia tekoja osallisuuden lisääminen vaatisi (Raivio & Karjalainen 2013: 13.) Osasta osallisuuden määritelmistä hieman ongelmallisen meidän osallistujaryhmäämme peilaten tekee se, että niissä nähdään osallisuus aktiivisena yhteiskunnallisena vaikuttamisena ja oman yhteisön hyvinvoinnin lisäämisenä. Osallistujien toimintakyky on rajoittunut, joten tällaiset toiminnot ovat heille haastavia. Tarkastelemme osallisuutta Raivion ja Karjalaisen

kolmen osallisuus elementin kautta, jotka pohjautuvat Erik Allardin kolmeen hyvinvoinnin ulottuvuuteen (Raivio & Karjalainen 2013:16).

Raivio ja Karjalainen määrittelevät osallisuudessa kolmeen eri elementtiin, jotka ovat *“acting”*, *“belonging”* ja *“having”*. Toiminnallinen osallisuus (*acting*) sisältää toimijuuden käsitteen. Jos toiminnallinen osallisuus ei toteudu, se voi aiheuttaa toiminnallista vieraantumista (Raivio & Karjalainen 2013: 16 – 17). Toimintaterapiassa puhutaan myös toiminnallisesta vieraantumisesta, joka nähdään yhtenä toiminnallisen epäoikeudenmukaisuuden muotona (Hammell & Beagan 2017: 59 – 61). Raivion ja Karjalaisen mukaan osallisuuden osatekijöistä kuuluminen (*belonging*) tarkoittaa osallisuutta ja jäsenyyttä yhteisöihin ja yhteiskuntaa. Kolmantena osatekijänä osallisuudessa nähdään *“having”*, jonka toteutuminen edellyttää riittävä toimeentuloa, hyvinvointia ja turvallisuutta. (Raivio & Karjalainen 2013: 16 – 17.) Suomessa Terveyden ja hyvinvoinnin laitos käyttää osallisuuden määrittelemiseen samaa jaottelua, johon he ovat lisänneet tietoa muista lähteistä. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2016).

3.1.4 Toiminnallinen oikeudenmukaisuus

Wilcock and Townsend (2004) ovat määritelleet toiminnallisen oikeudenmukaisuuden olevan oikeudenmukaisia mahdollisuuksia ja resursseja sitoutua mielekkääseen toimintaan (ks. Hammell & Beagan 2017: 59). Whalley-Hammelin (2008) mukaan toiminnallinen oikeudenmukaisuus toteutuu silloin, kun ihminen voi sitoutua itselleen merkitykselliseen toimintaan, joka vaikuttaa positiivisesti heidän omaan hyvinvointiinsa ja heidän yhteisönsä hyvinvointiin (ks. Braveman & Bass-Haugen 2009: 9).

Toiminnallinen epäoikeudenmukaisuus voi aiheuttaa ihmisissä toiminnallista deprivatiota tai toiminnallista vieraantumista (*alienation*). Toiminnallinen deprivatio tarkoittaa sitä, että ihmisellä on rajattu mahdollisuus valita toimintoja johtuen heidän omien kykyjen ja ympäristön välisestä epäsuhdasta. Ympäristö voi rajoittaa kognitiivisesti- tai fyysisesti vammaisen henkilön mahdollisuutta toimintaan. Toiminnallinen vieraantuminen on seurausta siitä, että ihminen kokee joka päiväisen elämänsä tarkoituksettomaksi ja merkityksettömäksi. (Hammell & Beagan 2017: 59 – 61.) Toiminnalliseen oikeudenmukaisuuteen läheisesti liittyviä termejä ovat lisäksi toiminnallinen marginalisaatio (*marginalization*) ja toiminnallinen eristäminen (*apartheid*). Toiminnallinen eristäminen on Kronenbergin (2005) mukaan sitä, että jonkin ihmisryhmän pääsyä merkityksellisen ja arvostetun päivittäisten toimintojen äärelle rajoitetaan johtuen heidän ominaisuuksistaan, kuten esi-

merkiksi vammaisuudesta. Townsendin ja Wilcockin (2004) mukaan toiminnallisella marginalisaatiolla tarkoitetaan epäkohtaa ihmisen mahdollisuuksissa tehdä joka päiväisiä valintoja toiminnoista. Normit ja odotukset sanelevat kuinka ja milloin, sekä mihin toimintoihin ihmisen pitäisi osallistua. (ks. Braveman & Bass-Haugen 2009: 9.)

3.1.5 Aistit

Ihmisellä on viisi perusaistia, joita ovat kuulo-, näkö-, haju-, maku- ja tuntoaisti. Näiden lisäksi on asentoaisti sekä tasapainoaisti, jotka vaikuttavat ihmisen asennon ja tasapainon ylläpitämiseen ja hahmottamiseen (Nienstedt & Hänninen & Arstila & Björkqvist 2009: 486 & 480 & 490 & 491 & 492 & 498). Kaikki aistit ovat läsnä vuorovaikutuksessa toisen kanssa, parhaimmillaan nämä kaikki aistit yhdessä muodostavat miellyttävän läheisyyden kokemuksen. Jos ihmiseltä puuttuu jokin aisteista, voivat muut aistit kompensoida tätä ja tuoda viestit perille toista kautta. (Papunet 2018a.)

Aistien avulla ihminen luo käsityksen maailmasta. Aistielimet lähettävät aistitietoa aivoille ja aivot käsittelevät tiedon. Aistitiedon käsittely vaatii aistielinten sekä aivojen tarkkaa yhteistyötä. Jos aistien kehityksessä on puutteita tai vamma, voi aistikokemukset olla vaikeasti ymmärrettäviä tai merkityksettömiä niiden kokijalle. Aistikokemukset voivat jäädä myös kokonaan puuttumaan. Aistien vastaanottamisen ja jäsentämisen pulmat eivät aina johdu vaurioituneista aistielimistä, vaan ne voivat aiheutua puutteellisesta aistikokemusten käsittelystä ja hyödyntämisestä. Ihmisellä voi olla myös aistien aliherkkyttä, jolloin hän hakeutuu voimakkaiden aistikokemusten pariin, koska niitä on vaikea saada, tai yliherkkyttä, jolloin hän kokee aistikokemukset normaalia vahvemmin ja voi käyttäytyä niitä välttelevästi. Vireystila vaikuttaa merkittävästi aistien kokemiseen. (Papunet 2018a.)

Jos ihminen ei voi hakeutua esimerkiksi liikuntavamman vuoksi aistikokemuksia tuottaviin tilanteisiin, voi häneltä jäädä puuttumaan merkittäviä aistikokemuksia. Jos ihminen ei pysty itse hakeutumaan aistikokemusten pariin, niin hänen läheisensä voivat auttaa häntä omalla toiminnallaan sekä ympäristön muokkaamisella. On hyvä tietää, mitkä aistit ihmisellä toimivat, jotta niiden kautta kulkevia aistikokemuksia voidaan vahvistaa. Aistikokemukset ovat yksilöllisiä ja myös vaikeavammaisille ihmisille kehittyä omia aisti mielityksiä. Aistikokemusten mahdollistaminen kehitysvammaisille on erityisen tärkeää kontaktin saamisen kannalta. Vuorovaikutukseen kannattaa pyrkiä ihmisen vahvimman

aistikanavan kautta. Uusiin aistiärsykkeisiin tottuminen vie aikaa ja se vaatii säännöllistä ja pitkäjänteistä toimintaa. (Papunet 2018a.)

Normaalisti kehittyvälle ihmiselle kehittyy tiedonkäsittelyn mekanismi, jota kutsutaan aistiärsykkeiden valikoinniksi ja tarkkaavuudeksi. Se suodattaa ympäristöstä tulevasta, jatkuvasta aistitulvasta, ylimääräiset aistimukset pois, jotta ihminen kykenee tahdonalaisesti keskittymään tarvittavaan asiaan. Vuorovaikutustaitojen kehittymisen kannalta tämä on erityisen tärkeä taito. Kehitysvammaisilla tämä kyky on usein puutteellinen, jolloin vuorovaikutukseen tarvitaan mahdollisimman aistiärsykkeetön tila ja hänen kumppaninsa tulee ohjata keskittymistä häntä kiinnostaviin asioihin. Ympäristöstä tulevaan, toistuvaan aistitulvaan, tottuminen vie kauemmin aikaa ja paljon energiaa kehitysvammaisilta. (Papunet 2018a.)

3.1.6 Kommunikaatio

Esinekommunikaatio sopii varhaisella kehitystasolla olevien henkilöiden ja aistivammaisten henkilöiden kanssa kommunikoidessa. Esineet ovat konkreettisia, joka helpottaa kommunikoinnin onnistumista. Esineillä voidaan kertoa, mitä seuraavaksi tapahtuu. Esimerkiksi uloslähtöä viestitetään antamalla henkilölle pipo tunnusteltavaksi ennen uloslähtöä. Esineillä voidaan myös viestittää päiväjärrjestyä. (Huuhtanen 2011:58.)

Kuvia voidaan käyttää kommunikaation tukena. Kuvakommunikaatiossa ei ole aina kyse kuvakommunikointimenetelmästä. Ihmisille on luontevaa kommunikoida osoittamalla. Osoittaa voi joko oikeaa kohdetta tai kuvaa. Kuvia voidaan tehdä itse tai käyttää esimerkiksi Papunetistä saatavia ilmaisia kuvia. Varhaisella vuorovaikutustasolla oleville henkilöille oikeat, heidän elämäänsä liittyvät valokuvat voivat olla sopivin tapa kommunikoida. (Huuhtanen 2011: 58 – 59.)

Selkokieltä käytetään ihmisten kanssa, joilla on ongelmia yleiskielen ymmärtämisessä. Se on suomen kielen muoto, joka on saavutettavaa ja helpompaa suomea kuin yleiskieli. Selkokieltä on mukautettu sisällöltään, sanastoltaan sekä rakenteeltaan vastaamaan paremmin ihmisten tarpeita, joiden on vaikea ymmärtää yleiskieltä. Tiedon saaminen, osallistuminen sekä toisten ymmärtäminen ovat selkokielen tarkoitus. Sen tarkoitus on auttaa ihmisiä, jotka tarvitsevat selkokieltä, sillä selkeään ja ymmärrettävään kieleen on oikeus jokaisella ihmisellä. (Selkokeskus 2015.)

3.2 Teoreettiset lähtökohdat

Opinnäytetyömme tärkeimmät teoriat ovat Inhimillisen toiminnan malli, Marilyn B. Colen Seitsemän vaiheen työtapo, sekä Doris Piercen Terapeuttisen voiman malli. Inhimillisen toiminnan mallista on johdettu havainnoinnissa käytävä Toimintaan motivoitumisen arviointimenetelmä (*the Volitional Questionnaire, VQ*). Kerromme lyhyesti Seitsemän vaiheen työtavasta, johon toimintaterapiaryhmämme jokaisen kerran runko perustuu. Terapeuttisen voiman malli käytämme toimintojen valinnassa ja perustelussa.

3.2.1 Inhimillisen toiminnan malli ja siihen pohjautuva Toimintaan motivoitumisen arviointi

Inhimillisen toiminnan malli eli *Model of Human Occupation* on toimintaterapian käytäntöjä malleja ja siitä on johdettu lukuisia arviointimenetelmiä toimintaterapeuttien työvälineiksi (Kielhofner 2008: 1). Havainnoinnissa käytimme Inhimillisen toiminnan malliin pohjautuvaa Toimintaan motivoitumisen arviointia (*the Volitional Questionnaire, VQ*).

Inhimillisen toiminnan malli pyrkii kuvailemaan ja selittämään ihmisen toimintaan vaikuttavia tekijöitä ja niiden välisiä suhteita. Toimintaan vaikuttavat dynaamisesti kolme elementtiä, jotka ovat ihminen, toiminta ja ympäristö. Nämä kolme elementtiä puretaan mallissa pienempiin osiin. Itse toiminnan tekeminen jaetaan kolmeen erilliseen tasoon, joista laajin on osallistuminen, kuten esimerkiksi sormiväreillä taulun maalaaminen. Taulun maalaamiseen kuuluu monta suoritusta, kuten värin valitseminen, kuvan suunnittelu ja maalaaminen. Jokainen näistä suorituksista voidaan pilkkoa taitojen tasolle, kuten olkavarren koukistus sekä sormien ojennus ja koukistus. Toimintaan ja suoritukseen osallistumiseen vaikuttavat ympäristön suomat mahdollisuudet ja rajoitukset. (Kielhofner 2008: 10 – 125.)

Ihminen ymmärretään Inhimillisen toiminnan mallin mukaan tahdon, tottumuksen ja suorituskyvyn kautta. Avaamme tässä tarkemmin tahtoa, jota voi verrata myös yleisemmin tunnettuun motivaatio käsitteeseen. Työssä käyttämämme Toimintaan motivoitumisen havainnointimenetelmä keskittyy havainnoimaan motivaatiota. Motivaatio syntyy vuorovaikutuksesta yksilön sisäisten tekijöiden ja ulkoisten tekijöiden välillä. Tahto käsitteen alle kuuluu kolme osa-aluetta. Ensimmäinen osa-alue on **henkilökohtainen vaikuttaminen** (*personal causation*), joka kertoo, miten ihminen kokee oman suorituskyvyn ja tehokkuuden. Toinen osa-alue on **arvot** (*values*), joka kertoo mikä ihmiselle on tärkeää. Kolmas osa-alue on **mielenkiinnon kohteet** (*interests*), joka sisältää sen,

millaisesta toiminnasta ihminen nauttii. Kaikki kolme osa-aluetta ovat kytköksissä toisiinsa. Ne vaikuttavat ihmisen tunteisiin, ajatuksiin sekä päätökset toimintaan sitoutumisesta. (Kielhofner 2008: 13 – 14.)

Henkilökohtainen vaikuttaminen on sisäinen tunne ja uskomus, joka näkyy tekoina. Se vaikuttaa ihmisen toimintaan huomattavasti. Kun ihminen kokee itsensä kyvykkääksi ja tehokkaaksi, hän hakee haasteita ja on kykenevä ratkaisemaan ongelmia. Jos ihminen ei koe näin, hän omaksuu passiivisen toimijan roolin ja välttelee toimintoja. (Kielhofner 2008: 13.) Henkilökohtaiseen vaikuttamiseen kuuluukin kaksi ulottuvuutta. Ensimmäinen on henkilön tietoisuus omista kyvyistään (*sense of personal capacity*), joka tarkoittaa ihmisen henkilökohtaista arviota omista fyysisistä, kognitiivisista sekä sosiaalisista kyvyistä. Näiden perusteella ihminen arvioi pystyykö hän toteuttamaan haluamaansa toimintaa. Toinen on havainnot omasta tehokkuudesta (*self-efficacy*), joka tarkoittaa ihmisen omia havaintoja siitä, kuinka hän pystyy saavuttamaan haluttuja tuloksia kyvyillään. (Heras & Geist & Kielhofner & Li 2016: 14.)

Arvot ovat sisäisiä uskomuksia ja sitoumuksia, joihin vaikuttaa kulttuuri jossa ihminen elää. Mikä on tarpeeksi arvokasta tekemistä ja kuinka käyttäydytään. Arvot vaikuttavat siihen, mihin tavoitteisiin pyritään ja sitoudutaan. Käsitys oikeasta ja väärästä sekä tärkeästä toiminnasta muotoutuu elämän aikana. Ihminen lähestyy toimintaa sen mukaan, miten kokee sen merkitykselliseksi. Toiminnan merkityksellisyys syntyy siihen liittyvistä arvoista. (Heras ym. 2016: 14 – 15.)

Kun ihminen suoriutuu toiminnasta mielestämme riittävän hyvin, se synnyttää mielihyvän ja tyytyväisyyden kokemuksen. Tämän kautta mielenkiinnonkohteet kehittyvät. Mieltymykset kehittyvät erilaisten kokemusten kautta. Henkilökohtaiset kyvyt vaikuttavat kokemuksiin, niitä voivat olla esimerkiksi fyysisestä tai älyllisestä toiminnasta nauttiminen. Kun ihminen tunnistaa toiminnan tuottavan mielihyvää, se saa hänet odottamaan toimintaa ja tekemään sitä jatkossakin. Mielenkiinnonkohteet ovat helposti havaittavissa esimerkiksi mielihyvän ilmaisuna, toiminnan odottamisena sekä siihen keskittymisenä ja sitoutumisena. (Heras ym. 2016: 15.)

Eri ympäristötekijöiden vaikutuksen huomaaminen on erittäin tärkeää motivoitumista arvioitaessa, sillä ihminen motivoituu eri tavoin eri ympäristöissä. Ympäristö tarjoaa toiminnalle resurssit ja olosuhteet sekä rajoittaa ja asettaa vaatimuksia. Ympäristöön kuuluvat

tilat, jossa toimimme kuten koti ja koulu, tehdyt tai luonnosta saatavat välineet, sosiaaliset ympäristöt, joihin kuuluu esimerkiksi erilaiset ryhmät sekä toiminnan muodot, joita voivat olla esimerkiksi nimettäviä sääntöihin perustuvia toimintoja. (Kielhofner 2008: 21.)

Työssä käytämme Inhimillisen toiminnan malliin perustuvaa havainnointimenetelmää, Toimintaan motivoitumisen arviointia. Havainnointimenetelmän avulla havainnoidaan kuinka paljon henkilö panostaa jonkin tietyn toiminnan tekemiseen ja millaisia tunteita he ilmaisevat toimintaa tehdessään (Kielhofner 2008:226). Havainnointimenetelmä koostuu 14 osasta, joiden tarkoituksena on avata henkilön arvoja, kiinnostuksen kohteita ja henkilökohtaisesta vaikuttamista. Toimintaan motivoitumisen menetelmä tunnistaa myös ympäristön vaikutuksen ihmisen tahtoon. (Kielhofner 2008: 227.)

3.2.2 Seitsemän vaiheen työtap

Marilyn Colen Seitsemän vaiheen työtap eli *Cole's seven-step groups* on kehitetty opiskelijoille, jotta he voisivat harjoitella toimintaterapiaryhmän ohjaamista. Malli on asiakaskeskeinen ja siihen kuuluu seitsemän eri vaihetta, joiden pitää toteutua yhden ryhmäkerran aikana. Malli ei sellaisena sovi käytettäväksi kaikkien asiakasryhmien kanssa, mutta sitä on helppo muokata ryhmän tarpeita vastaavaksi. (Cole 2012: 3 – 4.)

Seuraavaksi esittelemme lyhyesti ryhmän seitsemän vaihetta. Ensimmäisenä ryhmässä tapahtuu esittely (*introduction*), jossa jokainen ryhmän jäsen kertoo oman nimensä. Tarkoituksena ei ole nimien opettelu vaan tunnistaa heidän jäsenyytensä ryhmässä ja pyytää heitä osaksi ryhmää. Kaikissa ryhmissä nimien sanominen ei ole mahdollista, mutta silloin ryhmänohjaajan tulee jollain muulla tavalla huomioida jokaisen ryhmäläisen paikallaolo. Tämän jälkeen ryhmänohjaajan tulee tunnustella ryhmän vireystasosta, tarvitseeko ryhmä lämmittelyä. Kaikissa ryhmissä ei tarvita ryhmän alkuun muodollista lämmittelyä. Ohjaaja kertoo ryhmän tarkoituksen ryhmäläisille heidän ymmärrykselleen sopivalla tasolla. Silloin kun ryhmäläinen ymmärtää ja uskoo ryhmän tarkoitukseen, hän on motivoitunut olemaan ryhmässä. Vaiheen lopuksi kerrotaan ryhmäkerran kulku. (Cole 2012: 4 – 6.)

Esittelyä seuraa toiminta (*activity*), jonka tulee olla huolellisesti valittua. Valinnassa tulee huomioida ajankäyttö. Toiminnan tulisi olla korkeintaan yksi kolmasosa koko ryhmäkerran

ran kestosta. Toiminta tulee valita niin, että se vastaa mahdollisimman monen ryhmäläisen tarpeita. Silloin kun ryhmäläisillä on kognitiivisia haasteita, tulee toiminnaksi valita konkreettista toimintaa. Toimintaa valitessa tulee käyttää toiminnan analyysia, jotta ryhmän ohjaaja tunnistaa millaisia muutoksia toimintaan tulee tehdä, jotta ryhmäläiset voivat osallistu siihen. (Cole 2012: 6 – 8.)

Toiminnan loputtua, jokaisella tulee olla mahdollisuus jakaa (*sharing*) toiminnasta muulle ryhmälle. Jakamisen tapa riippuu toiminnan laadusta. Toiminnassa, jossa syntyy tuotos, tulee jokaisella ryhmäläisellä olla mahdollisuus esitellä se muulle ryhmälle. Sosiaalisista toiminnoista ryhmäläiset saavat kertoa millainen kokemus toiminta oli ja mitä se merkitsi heille. Ryhmän ohjaaja kannustaa kaikkia osallistumaan jakamiseen, mutta ryhmäläinen voi halutessaan kieltäytyä osallistumasta. Jakamisen jälkeen tulee prosessoida (*processing*) toiminnasta, muista osallistujista ja ohjaajasta nousseita tunteita. Myös negatiiviset tunteet ovat sallittuja. (Cole 2012: 8.)

Yleistäminen (*generalizing*) vaatii kognitiivisia kykyjä ryhmältä. Yleistämisessä ryhmän ohjaaja pyrkii nostamaan muutamia ryhmästä nousseita asioita ja palauttamaan ne ryhmälle takaisin uudelleen muotoiltuna. Toiseksi viimeisin vaihe on soveltaminen (*application*), jossa ohjaaja pohtii ryhmän kanssa, miten ryhmässä opittuja taitoja voisi käyttää ryhmäläisten jokapäiväisessä elämässä. (Cole 2012: 8 – 10.) Lopuksi ryhmästä täytyy tehdä yhteenveto (*summary*), jonka tarkoituksena on nostaa esiin ryhmän tärkeimmät näkökulmat, jotta ryhmäläiset ymmärtävät ja muistavat ryhmän tapahtumat. Hyvä yhteenveto sisältää tavoitteiden läpikäynnin, ryhmän sisällön ja ryhmän prosessin muistelu. Ryhmässä tapahtuneista emotionaalisista muutoksista on myös tehtävä yhteenveto. (Cole 2012: 10 – 11.) On tärkeää, että kaikki vaiheet toteutuvat, jotta osallistujat pystyvät osallistumaan ryhmään ja ymmärtämään ryhmän tarkoituksen. Jaottelu auttaa myös oppimaan ryhmästä ja siirtämään mahdollisesti oppimaansa omaan elämään. Vaiheet mahdollistavat myös sosiaalisten taitojen oppimisen ryhmän aikana. (Cole & Donohue 2011: 7 – 8.)

3.2.3 Toiminnan terapeutin voiman malli

Toiminnan terapeutin voiman malli eli *Model of Therapeutic Power* on kehitetty opiskelijoille ja toimintaterapeuteille selittämään ja syventämään ymmärrystä toiminnasta. Malli ohjaa sitä, kuinka käytännön työssä voidaan valita terapeutin toiminta. (Pierce 2003: 6 – 7.) Toiminnan terapeutin voiman mallissa Doris Pierce jakaa terapeutin

toiminnan tunnusmerkit kolmeen osa-alueeseen, vetoavuuteen (*Appeal*), ainutlaatuisuuteen (*Intactness*) ja täsmällisyyteen (*Accuracy*) (Pierce 2003: 9).

Toiminnan vetoavuus syntyy ihmisen omakohtaisesta subjektiivisesta kokemuksesta, joka voi näkyä niin, että ihminen kokee toiminnan kutsuvaksi. Vetoava toiminta voi olla tuottavaa, vahvistavaa tai se voi tuottaa mielihyvää. Nämä elementit voivat näkyä toiminnassa myös samaan aikaan. Ainutlaatuisuus toiminnassa riippuu kontekstista, jossa toiminta tapahtuu. Se jakautuu fyysiseen, ajalliseen ja sosiokulttuuriseen ympäristöön. Toiminnan ainutlaatuisuus rakentuu näiden ympäristöjen summana. Toiminnasta täsmällistä tekee toimintaterapeutin onnistunut toiminnan valinta ja sen käyttö. Tätä kutsutaan suunnitteluprosessiksi. Terapeutilla on oltava riittävät suunnittelutaidot ja hänen on asetettava sopivat tavoitteet sekä mietittävä niiden pohjalta toiminnan soveltuvuus. (Pierce 2003: 10 – 12.)

4 Toteutusosa

Tässä osassa kerromme opinnäytetyömme toteutuksen eri osa-alueista, joita ovat alkuvalmistelut ja ryhmien toteutus. Kuvailemme ryhmäprosessin kerronnallisesti ja mahdollisimman yksityiskohtaisesti työmme toiminnallisen ja käytännönläheisen luonteen vuoksi. Ajattelemmme tämän kaltaisesta kuvailusta olevan hyötyä samankaltaisia ryhmiä suunnitteleville toimintaterapeuteille ja toimintaterapeuttiopiskelijoille.

4.1 Alkuvalmistelut

Alkuvalmisteluihin kuuluivat infotilaisuuden pitäminen yhteistyökumppaneillemme, havainnointisuunnitelman laatiminen, havainnoinnin toteutus sekä ryhmäkertojen suunnitelmien luominen ja tarvikkeiden hankinta.

4.1.1 Tiedotustilaisuus

Aloitimme yhteistyön ryhmäkodin henkilökunnan kanssa pitämällä heille tiedotustilaisuuden. Tarkoituksena oli jakaa tietoa tulevasta toimintaterapiaryhmästä, kertoa roolitamme havainnoijina ja esitellä toimintaterapiaa sekä Toimintaan motivoitumisen arviointimenetelmää. Korostimme että emme ole havainnoimassa ohjaajien työskentelyä vaan havainnoitaviksi sovittujen asukkaiden arkea.

Infotilaisuuden aikana myös pohdimme yhdessä henkilökunnan kanssa, ketkä asukkaista hyötyisivät eniten meidän tarjoamasta toimintaterapiaryhmästä. Yhteisen keskustelun tuloksena ryhmään osallistujiksi valikoitui neljä asukasta, joista yksi jäi pois havainnointijakson jälkeen meistä riippumattomista syistä. Osallistujien havainnointi Toimintaan motivoitumisen arviointimenetelmällä herätti keskustelua ja kysymyksiä, joihin vastasimme. Ryhmäkodin henkilökunta pohti tulemmeko saamaan valitsemallamme havainnointimenetelmällä tarvitsemaamme tietoa osallistujista. Keskustelemalla pääsimme yhteisymmärrykseen.

4.1.2 Havainnointisuunnitelma

Menetelmänä havainnoinnissa käytimme Toimintaan motivoitumisen arviointimenetelmää, jolla havainnoidaan asiakkaan motivaation ilmentymistä. Se sisältää kaksi lomaketta. Toisessa lomakkeessa arvioidaan pisteyttäen erilaisia tahdon ilmenemismuotoja ja toisessa asiakkaan toimintaympäristön vaikutusta tahtoon. Otimme arvioinnissa huomioon omien havaintojemme luotettavuuden, me emme tunteneet ryhmämme osallistujia, joten vääriä tulkintoja voisi syntyä. Keskustelimme havainnoista henkilökunnan kanssa tilanteiden jälkeen, jolloin haimme vahvistusta omille havainnoillemme. Käytimme menetelmää niillä kohdin, miltä se osallistujien havainnoinnissa oli mahdollista.

Arviointimme tavoitteena oli selvittää osallistujien tahdon ilmentymistä sekä toimintaympäristön vaikutusta siihen. Arvioimme menetelmän olevan toimiva tälle asiakasryhmälle, koska se ei vaadi sanallista ilmaisua havainnoitavilta. Osallistujamme eivät pystyneet juurikaan sanallisesti ilmaisemaan itseään. Arviointimenetelmä sopi käyttötarkoitukseemme, sillä sitä voi käyttää ihmisten kanssa kenellä on huomattavia fyysisiä ja kognitiivisia toimintakyvyn rajoituksia. Asiakkaan motivaation eli tahdon ilmaisun ymmärtäminen on ensisijaisen tärkeää, kun tehdään asiakaslähtöistä työtä. (Mukaillen Heras ym. 2016: 10 – 11.)

Lisäksi kiinnitimme havainnoinnissa huomiota seuraaviin asioihin. Onko jokin tilanne erityisen hankala osallistujalle ja kuinka se näkyy? Onko jokin tilanne erityisen mieluinen osallistujalle ja kuinka se näkyy? Kuinka osallistuja ottaa kontaktia toisiin ihmisiin? Kuinka hän ilmaisee itseään? Sekä mitkä ovat osallistujan päivärutiinit?

4.1.3 Havainnoinnin toteutus

Toteutimme havainnoinnin yhden viikon aikana, kolmena eri päivänä. Nimesimme väreillä jokaisen osallistujan ja jaoimme kummallekin havainnoitsijalle omat vastuuhavainnoitavat, joista kirjasimme havaintoja arviointimenetelmän lomakkeisiin. Ajoitimme jokaisen havainnointikerran eri vuorokauden aikaan, saadaksemme ymmärrystä mahdollisimman monesta toiminnasta. Ensimmäinen havainnointikerta sijoittui aikaiseen aamuun, toinen keskipäivään ja kolmas iltapäivään. Pääsimme havainnoimaan osallistujien eri toimintoja, kuten peseytymistä, pukeutumista, ruokailua, TV:n katselua, ohjattuun toimintaan osallistumista sekä siirtymätilanteita. Roolimme eri tilanteissa oli passiivinen havainnoitsija. Seurasimme toimintaa sivusta ja teimme samalla muistiinpanoja lomakkeille

jokaisesta osallistujasta. Pyrimme toimimaan tilanteissa mahdollisimman huomaamattomasti ja rauhallisesti, jotta emme häiritsisi osallistujia.

Havainnointikertojen tavoitteena oli tiedon saamisen lisäksi tutustua osallistujiin ja heidän toimintaympäristöönsä. Halusimme oppia tuntemaan osallistujia sekä heidän rutiineja ja toimintatapoja. Lisäksi tutustuimme paikan henkilökuntaan ja päiväohjelmaan. Terapiasuhteen muodostumisen kannalta oli erittäin tärkeää, että osallistujat tottuivat läsnäoloomme, jolloin ryhmän alettua emme olleet täysin vieraita toisillemme. Me ohjaajina hyödyimme myös havainnoinnista, koska ryhmäkoti oli uudenlainen toimintaympäristö meille, sillä emme olleet aikaisemmin työskennelleet kehitysvammaisten kanssa.

Jokaisen havainnointikerran jälkeen kävimme yhdessä työparin kanssa päivän tapahtumat ja omat havaintomme läpi. Kirjasimme kaiken arviointimenetelmän havainnointilomakkeille sekä täytimme ympäristölomakkeen. Kirjasimme saamamme tiedot järjestelmällisesti jokaisen osallistujan kohdalta ylös ja pisteytimme lomakkeet. Lopuksi reflektoimme yhdessä tapahtumia ja omia kokemuksia päivän ajalta. Havainnointijakson lopuksi kävimme yhdessä työelämäkumppanin edustaja Heikkisen kanssa läpi tuntemuksia ja havaintoja kuluneelta viikolta. Keskustelimme mahdollisista toimintojen muodoista ja havaitsemistamme osallistujien tarpeista, kuten osallistujien vähäisistä mahdollisuuksista vaikuttaa ympäristöönsä ja tehdä valintoja.

4.1.4 Suunnitelmien luominen

Kokosimme osallistujista tekemiemme havaintojen pohjalta viisi eri toimintasuunnitelmaa tuleville ryhmäkerroille. Havainnointiviikon jälkeen käytimme viikon toimintojen suunnitteluun. Mietimme toiminnat osallistujien toimintakykyjen sekä tarpeiden pohjalta. Kirjoitimme jokaiselle ryhmäkerralle oman toimintasuunnitelman sekä suunnittelimme alustavan toiminnan. Perustelimme jokaisen toiminnan merkityksen ja hyödyn osallistujille näyttöön perustuen. Käytimme toimintojen täsmällisyyden suunnittelussa toiminnan analyysejä, jolla pilkoimme ja porrastimme toimintaa. Käytimme Toiminnan terapeuttisen voiman mallin vetoavuuden, ainutlaatuisuuden sekä täsmällisyyden osa-alueita apuna valitessamme toimintoja ryhmään ja perustellessamme niitä. Muokkasimme myös toimintoja ryhmäkertojen välillä vastaamaan paremmin Toiminnan terapeuttisen voiman mallin osa-alueita.

Hankimme etukäteen kaikki tarvittavat ja säilyvät tarvikkeet kuten taikahiekan, saippua-kuplat sekä tulostimme kommunikaation tukena käyttämämme kuvat toiminnoista ja ryhmän rakenteen eri vaiheista. Päätimme, että käytämme ryhmien aikana A4-kokoisia päällystettyjä kuvia kuvaamaan ryhmän rakennetta. Jokaiselle toiminnalle ryhmässä oli oma kuva, kuten tervehdykselle, päivän toiminnalle, sivelyille, keskustelulle ja saippua-kuplille. Harkitsimme kuvien asettamista seinällä ryhmän ajaksi, mutta tulimme siihen loppupäätökseen, että ne vievät huomiota muualle, eivätkä tue ryhmän rakennetta. Jokaisessa toiminnassa, mihin sisältyi valinnan tekeminen, teimme osallistujille valinnan konkreettiseksi ja selkeämmäksi käyttämällä kuvia. Ryhmässä käyttämämme kuvat löytyvät liitteistä.

Selvitimme osallistujien kommunikointitapoja havainnoinnin avulla ja kysymällä niistä henkilökunnalta. Käytimme ryhmän ohjaamisessa sellaisia kommunikoinnin tapoja, jotka tukevat ryhmään osallistuvien ymmärtämistä. Päädyimme käyttämään kuvia sekä selko-kieltä.

4.2 Ryhmien toteutus

Tässä luvussa kerromme aluksi jokaisen kerran rungon Seitsemän vaiheen työskentely-tavan mukaan. Sama runko toistuu jokaisella kerralla. Käyttämiämme toimintoja olivat taikamassalla muovailu, aistien stimulointi, sadun lukeminen, maalaaminen äänimaise-man kanssa sekä aistitarina. Toimintakertojen kuvailu koostuu ensin toiminnan peruste-luista ja tämän jälkeen toiminnan toteutuksen kuvauksesta. Kuvailemme toiminnan to-teutuksen tarkasti, sillä toiminnan pienet vivahteet ja yksityiskohdat vaikuttavat osallistu-jiin ja jotta lukija saisi mahdollisimman aidon kuvan ryhmien kulusta.

Jokaisella ryhmäkerralla toistuivat samat pääteemat toimintojen valinnan perusteluina. Teemat ovat seuraavat, *valintojen mahdollistaminen*, jonka tausta ajatuksena on nähdä jokainen osallistuja kykenevä yksilönä, joka voi vaikuttaa ympäristöönsä. *Elämykset*, jonka kautta toimme osallistujille uutta ja mielekästä toimintaa. *Aistit*, mahdollistimme jokaiselle osallistujalle aistimuksien kokemisen mahdollisimman monipuolisesti. *Aktiivi-nen osallistuja*, halusimme että osallistujat eivät ole toiminnassa passiivisia kohteita vaan aktiivisia osallistujia. *Ryhmän konteksti*, halusimme luoda osallistujille ainutlaatuisen het-ken yhdessä ryhmäläisten kanssa juuri tässä ympäristössä.

4.2.1 Seitsemän vaiheen työtavan soveltaminen

Käytimme ryhmän rakenteena soveltaen Seitsemän vaiheen työtapaa, jonka esittelimme luvussa 3.2.2. Valitsimme työskentelytavan, koska se tuo ryhmäkertoihin ennakoitavuutta ja sitä kautta turvallisuutta osallistujille. Ryhmällä oli jokaisella kerralla kaari, jossa oli selkeä alku ja lopetus. Aloitimme **esittelyllä** jokaisen ryhmäkerran. Esittely tapahtui tervehtimällä jokaista osallistujaa erikseen nimeltä ja antamalla heille mahdollisuuden painaa step-by-step kommunikaationappia, jossa oli etukäteen äänittämämme tervehdys. Tervehtiessämme jokaista ryhmäläistä näytimme heille kuvakortin tervehtivästä ihmisestä (liite 1. kuva 1). Tarkoituksena oli tuoda kaikki ryhmäläiset nähdyiksi ja kuulluiksi. Tämän jälkeen kerroimme kuvakorttien avulla jokaiselle ryhmäläiselle erikseen, mitä tänään tulee tapahtumaan (liite 1. kuvat 1 – 6 + kuva toiminnasta). Ennen jokaista toimintaa näytimme osallistujalle erikseen toimintaa symboloivan kortin ja kerroimme selkokieltä käyttäen toiminnan nimen. Aloitimme ryhmän sivelyillä, joiden tarkoituksena oli valmistaa osallistujia toimintaan lisäämällä heidän kehotietoisuutta ja toisaalta olla ryhmän aloittava toiminta. Ennen sivelyjen aloittamista näytimme osallistujille niitä symboloivan kuvan (liite 1. kuva 2). (Mukaillen Cole 2012: 3 – 11.)

Sivelyt tarkoittavat sitä, että avustaja käy läpi osallistujan kädet ja jalat napakoilla sivelyillä. Avustajan tapa koskettaa osallistujaa vaikuttaa suuresti siihen, kuinka osallistuja reagoi kosketukseen. Kehollisessa kommunikaatiossa kosketus on erittäin tärkeä. (Hantikainen ja Lappalainen 2015: 11). Kävimme ensimmäisellä ryhmäkerralla avustamisen peruseriaatteet läpi avustajien kanssa ja kehoitimme heitä kysymään, jos he tunsivat itsensä epävarmaksi.

Aloituksen jälkeen oli vuorossa varsinainen ryhmäkerralle suunniteltu **toiminta**. Tämän jälkeen siirryimme ohjaajajohtoisesti vaiheisiin **jakaminen** ja **prosessointi**. Ennen vaiheen aloittamista näytimme jokaiselle ryhmäläiselle vuorollaan kuvakorttia kahdesta keskusteleavasta ihmisestä (liite 1. kuva 3). Kiinnitimme huomion yhteen osallistujaan kerrallaan ja annoimme sanallista palautetta huomioista, joita olimme tehneet kyseisestä osallistujasta, esimerkiksi että hän oli vaikuttanut toiminnan aikana keskittyneeltä/hämmenytneeltä/nauttivalta. Tämän jälkeen osallistuja sai arvioida omaa suhdetta toimintaan. Kysyimme, oliko osallistujalla ollut kivaa, johon osallistuja sai vastata painamalla ei tai kyllä painikkeita, tai valita hymy- ja surunaaman välillä (liite 1. kuvat 4 ja 5). Osallistujan oman arvioinnin jälkeen hänen avustajansa kertoi yhteenvedon osallistujan toiminnasta, kuvaillen osallistujan sen kertaista vireystilaa sekä mistä osallistuja oli nauttinut ja mistä

ei. Ryhmän **yhteenvetona** kävimme jokaisen osallistujan kanssa erikseen kuvakorttien ja selkokielen avulla läpi ryhmän tapahtumat. Ryhmän lopetuksena toimivat saippuakuplat. Näytimme osallistujalle kuvakorttia saippuakuplista (liite 1. kuva 6.) ja puhalsimme kuplia osallistujalle. (Mukaillen Cole 2012: 3 – 11.)

Muokkasimme mallia vastaamaan paremmin ryhmämme osallistujien taitoja ja tarpeita. Päätimme jättää vaiheet **yleistäminen** ja **soveltaminen** keskusteltaviksi avustajien kanssa ryhmän jälkeen, koska ensimmäisen kerran perusteella totesimme niiden olevan liian vaikeita ja abstrakteja osallistujille. Tämä näkyi levottomuutena ja turhautumisena osallistujien keskuudessa. Osallistujien poistuttua ryhmätilasta kävimme ryhmässä mukana olleiden avustajien kanssa keskustellen läpi yleistämisen ja soveltamisen, sekä pyysimme palautetta onnistumisesta ohjaajina, ja toiminnan soveltuvuudesta osallistujille. (Mukaillen Cole 2012: 3 – 11.)

4.2.2 Ryhmäkerta 1: Taikahiekalla tutuksi

Ensimmäisen ryhmäkerran toiminnaksi valikoitui taikahiekalla muovailu. Arvioimme muovailun olevan sopivaa toiminta tutustumiseen, sillä toimintaa voi porrastaa osallistujan taitojen ja vireystilan mukaan. Toiminnassa ei tarvitse pyrkiä tiettyyn lopputulokseen, vaan massaa voi halutessaan vain puristella ja tunnustella. Taikahiekan aiheuttamat aistimukset voivat tuntua kädessä voimakkailta, jolloin osallistujalle voi laittaa esimerkiksi hanskat käteen. Halusimme mahdollistaa ryhmäläisille vuorovaikutuksen heidän omalla tasollaan ja uusien aistikokemusten saamisen. Vuorovaikutus ja monipuoliset aistiärsykkeet mahdollistavat kehitysvammaiselle osallisuuden omassa yhteisössään ja mahdollisuuden oppia uutta (Mäki 2008: 4). Ajattelimme taiteiden ja itse luomisen tuottavan osallistujille pystymisen tunnetta, joka voi vaikuttaa heidän tyytyväisyyteensä.

Halusimme tukea osallistujien toiminnallista identiteettiä, mahdollistamalla heille valintojen tekemisen, jotta he voisivat kokea itsensä pätevinä toimijoina ympäristössään (mukaillen Kielhofner 2008: 171 – 174). Lisäksi yhdessä tekeminen voi vähentää asukkaiden pitkästymisen tunteita. Taikahiekalla muovailu on hyvä keino käsien käytön ja hienomotoriikan harjoitteluun (HUS n.d.). Se auttaa käsien aktivoinnissa, joka voi vaikuttaa ruokailuun ja arjessa aktiivisempaan osallistumiseen. Kun osallistuja voi itse vaikuttaa tekemiseensä ja toimintaan osallistumiseen, uskoimme sen tuovan heille mielihyvää, joka näkyy tyytyväisyytenä. Vuorovaikutuksen aloitteisiin sekä toimintaan kiinnostumiseen voi kannustaa ja rohkaista aistikokemukset, joita toiminnasta syntyy (Mäki 2008: 3).

Jokainen osallistuja sai valita kahdesta eri taikahiekan väristä itselleen mieluisimman vaihtoehdon. Halusimme näin mahdollistaa valinnan, jonka avulla osallistuja saisi itse vaikuttaa toimintaan. Osallistajat osoittivat valintansa elein, äännähdyksin tai katseella. Avustajat, jotka tunsivat osallistujat paremmin, auttoivat meitä tulkitsemaan heidän valintaa. Osallistajat muovailivat taikahiekalla ja avustajat auttoivat heitä käsien käytön aktivoinnissa sekä huomion suuntaamisessa muovailuun.

4.2.3 Ryhmäkerta 2: Aistien maailma

Toisen ryhmäkerran teemana toimi aistielämykset. Teimme yhdessä tunto- ja hajuaisteja stimuloivia harjoituksia. Halusimme mahdollistaa osallistujille aistikokemusten saamisen, koska niihin on heidän itse vaikea hakeutua (Papunet 2018b). Tuntoärsykkeiden saaminen voi jäsentää ja auttaa osallistujaa rauhoittumaan. Aistimukset parantavat vuorovaikutusta (Papunet 2018b) jolloin jatkossa osallistuja voisi yhdistää aistimukset positiivisena yhteytenä toiseen ihmiseen. Yliherkkä voi siedettyä aistimukseen (Papunet 2018b), jolloin arjen toiminnot ja siirtymistilanteet voivat helpottua. Aliherkästi reagoiva voi saada jäsentäviä kokemuksia, jolloin itsensä vahingoittaminen voi vähentyä (Papunet 2018b). Toiminnassa tuli tunnustelutehtävien muodossa myös käsille tuntoärsykeitä, joka voi auttaa tuntoaistin aktivoitumiseen arjessa. Erilaisten tuntoaistia stimuloivien esineiden, kuten pallojen ja värisevien laitteiden käyttö, lisää sen aktivoitumista. Kehon ja sen rajojen hahmottaminen helpottuu, kun osallistujan vartalo saa aistimuksia. (Papunet 2018b.) Tämän kaltainen toiminta, jossa on monta pientä ja vaihtuvaa osaa, auttaa osallistujia pitämään mielenkiintoa yllä ilman väsymistä.

Jaoimme tuntoaistia stimuloivia välineitä valmiiksi jokaisen osallistujan paikan viereen ennen aloittamista. Aloitimme toiminnan hieromalla osallistujia eri tuntuisilla nystyräpalloilla. Ohjasimme avustajia pyörittelemään palloja osallistujien käsien ja jalkojen iholla ja samalla kommunikoimaan heidän kanssaan tekemisestä. Vuorottelimme niin, että kaikki erilaiset pallot olivat kaikilla osallistujilla. Tämän jälkeen avustajat harjasivat sileämmillä sekä karkeammilla harjoilla osallistujia. Kokeilimme osallistujien käsien upottamista astiaan, jossa oli riisiä. Seuraavaksi kokeilimme osallistujien käsien kastamista ensin kylmään ja sitten lämpimään veteen. Vedellä käsien kastelu ei ollut kenenkään mieleen erityisesti, heidän selvästi yhdistäen sen peseytymiseen. Kokeilimme tärisevää tyynyä,

mutta vain yksi osallistuja suostui koskemaan siihen, sen tuoman voimakkaan tuntoärsykkeen takia. Viimeiseksi haistelimme vuorotellen neljää eri tuoksua, kuivattua basilikaa, tuoretta sitruunaa, jauhettua kahvia ja tuoretta männyn oksaa. Tuoksut herättivät reaktioita, joista yksi oli suun aukominen. Ruoan tuoksu herätti siis selvästi vaiston siitä, että nyt syödään. Eettisestä näkökulmasta pohdimme, että ruoan tuoksujen tuominen tilanteeseen, jossa he eivät kuitenkaan saa ruokaa ei ole ideaalia. Tuoksuja valitessa on myös huomioitava osallistujien mahdolliset allergiat. Tuoksujen kannattaa olla ensisijaisesti luonnollisia, ei keinotekoisia.

4.2.4 Ryhmäkerta 3: Osallistutaan satuun!

Kolmannen ryhmäkerran toiminnaksi valikoitui sadun lukeminen ja siihen erilaisten aistimusten sekä valintojen liittäminen. Toiminta valikoitui, koska työelämäkumppanin edustaja kertoi havainneensa osallistujien nauttivan satujen kuuntelusta. Halusimme tuoda satuun vuorovaikutukseen houkuttelevia elementtejä valintojen ja aistimusten muodossa. Eri aistien aktivoiminen ja vaihtoehtojen tarjoaminen voi parantaa osallistujien vuorovaikutusta sekä aistitiedon hahmottamista (Papunet 2018a). Halusimme tukea osallistujien toiminnallista identiteettiä, mahdollistamalla heille valintojen tekemisen, jotta he voisivat kokea itsensä pätevinä toimijoina ympäristössään (Mukaillen Kielhofner 2008: 171 – 174). Osallistujat valitsivat vuorotellen sadun kulkuun vaikuttavia asioita. Sadussa oli myös passiivisia aistimuksia, jotka avustaja teki osallistujalle. Aistiärsykkeiden tarkoitus houkuttaa osallistujia vuorovaikutukseen ympäristön ja ympäristössä olevien ihmisten kanssa (Papunet 2018a). Uskomme sadun kuuntelemisen toisten ihmisten kanssa samassa tilassa olevan elämys ja ainutlaatuinen hetki osallistujille. Toiminnan aikana avustajan koskeminen, silittely ja läheisyys voivat tukea osallistujien vuorovaikutusta (Papunet 2018a). Tämän tyyppinen toiminta on helposti siirrettävissä eri toimintaympäristöihin ja muokattavissa osallistujien ja välineiden mukaan. Soittimia valitessa huomioimme osallistujien reagoinnin koviin ääniin sekä jokaisen kyvyn soittaa valittua soitinta.

Luimme osallistujille Kultakutri ja kolme karhua tarinasta muokkaamamme version. Aloitimme sadun lukemisen, jossa ensimmäisenä aistimuksena oli tuuliefekti kankaan tehtynä. Toinen ohjaajista heilutti kangasta jokaisen osallistujan edessä. Seuraavana osallistujat saivat valita kahdesta eri kuvavaihtoehdosta satuun vaikuttavan tekijän. Ensimmäinen osallistuja sai valita seikkailun hahmoista koiran tai nallen, joista hän valitsi koi-

ran. Seuraava osallistuja valitsi koirien evääksi mansikka- ja mustikkakeiton väliltä mansikkakeiton. Kolmas osallistuja valitsi keltaisesta ja sinisestä, keltaisen värin, jonka väri-set sadun nojatuolit olivat. Sadun aikana avustajat hieroivat karhealla ja pehmeällä esi-neellä avustettavia, kun luimme kovasta ja pehmeästä sängystä. Kolmessa toisto-ker-rassa jossa koirat sanoivat vuorosanansa, osallistajat soittivat omaa soitinta. Isäkoiran soitin oli rumpu, äitikoiran soitin purkkihelistin ja lapsikoiran soitin marakassi. Osallistajat jaksoivat hyvin toistoja ja tuntuivat nauttivan niistä. Toiminta tuntui sopivan haastavalta osallistujille ja he olivat tarkkaavaisesti mukana siinä.

4.2.5 Ryhmäkerta 4: Tunnelmallista maalaamista

Neljännellä ryhmäkerralla toimintamme teemana oli sormiväreillä maalaaminen ääni-maailmojen inspiroimana. Lisäsimme toimintaan valinnan mahdollisuuden, joka lisäsi osallistujien osallisuuden tunnetta. Uskoimme taiteiden ja itse luomisen tuottavan osal-listujille pystymisen tunnetta, joka voisi vaikuttaa heidän tyytyväisyyteensä. Lisäksi yh-dessä tekeminen voi vähentää asukkaiden pitkästymisen tunteita. Sormiväreillä maalaaminen on hyvä keino käsien käytön ja hienomotoriikan harjoitteluun (HUS n.d.). Se aut-taa käsien aktivoinnissa, joka voi vaikuttaa ruokailuun ja arjessa toimimiseen. Kun osal-listijat voivat itse vaikuttaa tekemiseensä ja osallistua toimintaan, uskomme sen tuovan heille mielihyvää, joka voi näkyä tyytyväisyytenä. Maalaamalla osallistajat voivat myös ilmaista itseään ja vaikuttaa itse maalauksen lopputulokseen. Toimintaa voidaan muo-kata osallistujien toimintakyvyn mukaan käyttämällä eri maaleja ja välineitä. Maalaami-nen voi olla osallistujille vetoavaa, sillä jokainen kokee toiminnan omalla tavallaan, jolloin maalaaminen on mielekästä. Toiminnasta tekee ainutlaatuista ryhmän konteksti, saman tilan sekä tuttujen ryhmäläisten ja ohjaajien kautta. Täsmällistä toiminnasta tekee sen suunnittelu ja porrastaminen sellaiseksi, että jokainen kykenee osallistumaan siihen. Maalaaminen ei ole liian vaikeaa eikä liian helppoa vaan sopivan haastavaa. (Mukaillen Pierce 2003: 10 – 12.)

Aloitimme maalaamisen mahdollistamalla värin valinnan kahdesta vaihtoehdosta jokai-selle vuorotellen. Avustajat laitoivat osallistujan valitsemaa maalia valmiiksi lautaselle. Jokaisella osallistujalla oli erilainen pöytä tai maalausteline oman toimintakyvyn mu-kaan. Osallistajat saivat valita kahdesta eri kuvasta mieleisensä. Kuvaparit olivat tuli ja vesi, viulu ja piano sekä lintu ja hevonen. Ensimmäinen osallistuja valitsi kahdesta ku-vasta tulen, joten maalasimme n. 5 minuuttia kuunnellen tulen rätinää. Seuraava

osallistuja valitsi viulun, joten kuuntelimme maalatessa seuraavaksi viulun soittoa. Viimeinen osallistuja valitsi hevosen, jolloin kuuntelimme loppuajan maalatessa hevosen hirnuntaa ja äännähtelyä. Maalaus aika aiheutta kohden pieneni koko ajan loppua kohden, koska olimme varanneet liian vähän aikaa teemojen vaihtoihin ja siirtymiin. Aikaa olisi pitänyt varata enemmän loppuun töiden läpikäymiseen yhdessä.

4.2.6 Ryhmäkerta 5: Lähdetään metsäretkelle!

Valitsimme viimeisen kerran toiminnaksi tarinan lukemisen, koska toiminta vaikutti tuottavan mielihyvää ja olevan täsmällinen kolmannella kerralla. Tuttujen aistikokemusten toistaminen ja tarjoaminen uudestaan voi tukea aistitiedon hahmottamista ja vuorovaikutusta (Papunet 2018a). Satuun on helppo sisällyttää valintoja, aistimuksia ja toimintaa. Perustelut itse toiminnalle ovat samat kuin kolmannella kerralla. Viides kerta oli myös viimeinen ryhmäkerta osallistujille. Harkitsimme ryhmän erilaisia vaihtoehtoja ryhmän lopettamiseen. Päädyimme siihen, että emme käy koko ryhmäprosessin kaarta läpi viimeisellä kerralla, koska se olisi meidän harkintamme mukaan sekoittanut osallistujia tarpeetomasti. Kävimme siis vain läpi alussa ja lopussa ryhmäkerran tapahtumat.

Teimme itse viimeiselle kerralle metsäretkisadun. Aloitimme sadun lukemisen, jossa osallistujat saivat vaikuttaa sadun kulkuun tekemällä valintoja ja tekoja sadun aikana. Sadussa oli myös aistimuksia, joita avustajat aiheuttivat osallistujille. Sadussa osallistujat saivat kosketustuntemuksia, kun tarinassa heille "puettiin" retkivaatteet päälle, avustajien painaessa ja sivellessä osallistujia. Ensin käsien kohdalta, jolloin puettiin retkipaita päälle, sitten sääristä jolloin laitettiin retkihousut ja viimeisenä jaloista, kun laitettiin retkikengät jalkaan. Tarinassa puita kannettaessa avustaja asetti painopeiton osallistujan syliin. Linnun lehahtaessa lentoon avustaja sively sulalla osallistujan poskea. Tuoksuaistimuksia osallistujat saivat haistellessaan voikukkia, samalla kun tarinassa seikkailija haistoi kukkaa. Toinen ohjaajista heilutteli lakanaa saaden aikaan ilmapirran, joka toimi sadun tuulena. Satuun kuului myös toisen ohjaajan tekemiä ääniefektejä. Tulenrätinänä toimi "sadekeppi" ja puron solinana veden kaataminen kupista toiseen. Jokaisella osallistujalla oli oma soitin, joita he soittivat avustajan tukemana. Marakassi symboloi sateen ääntä, kolinapurkki tuulen ääntä sekä rumpu ukkosen ääntä, kun tarinassa nousi myrsky. Tarinassa oli mukana toimintaa kävyn heittämisen muodossa, kun tarinan karhu piti pelotella pois. Tähänkin tarinaan sisällytimme valinnan mahdollisuuden kuvien avulla, jokainen osallistuja sai tehdä vuorollaan kaksi valintaa. Ensimmäinen osallistuja sai valita

juomapullon tai taskulampun tarvikkeeksi mukaan metsään. Hän valitsi juomapullon. Tarinassa valittiin lintu peipposen ja kotkan väliltä, joista osallistuja valitsi peipposen. Seuraava osallistuja valitsi, menimmekö tarinassa mänty- vai vaahterametsään. Hän valitsi männyn. Toisena valintana hän valitsi, että poimimme metsämansikoita mustikoiden ja metsämansikoiden väliltä. Kolmas osallistuja valitsi tarinassa syötävän evään makkaran ja maissin väliltä. Hänen valintansa oli maissi. Toisena valintana hän valitsi, heitämmekö kävyllä karhua vai sutta kohden. Näistä vaihtoehtoista hän valitsi karhun. Asetimme lattialle kuvan karhusta, jota kohden osallistujat saivat heittää kävyn. Osallistujat nauttivat selvästi toiminnasta. He tulivat mielellään ryhmään, sillä ryhmän tilat ja ohjaajat nähtyään he osasivat yhdistää ne mukaviin aikaisempiin kokemuksiin

Colen Seitsemän vaiheen työtavan mallin mukaan viimeisellä ryhmäkerralla tulisi olla selkeä loppu, jotta ryhmäläiset ymmärtäisivät prosessin tulleen päätökseen, eikä heille jäisi keskeneräisyyden tunne. Ryhmän lopetukseen kuuluu ohjaajajohtoisesti ryhmäläisten erilaisten tunteiden läpikäyminen, joita ryhmän lopettaminen heissä herättää. Ryhmän ohjaaja valitsee ryhmäläiset huomioiden tavan, jolla ryhmän lopetus ja sen tuomat tunteet käydään yhdessä läpi. (Cole 2012: 51 – 52.) Tulimme työelämäkumppanin edustajan kanssa siihen tulokseen, että emme käy ryhmän lopetusta ryhmäläisten kanssa läpi. Päädyimme tähän ratkaisuun, sillä ryhmäläisten on vaikea ymmärtää aikaa, hahmota aikakäsitteitä, he elävät paljon nykyhetkessä. Ajattelimme ylimääräisen keskustelun olevan heille ryhmän lopussa turhaa, jolloin he olivat jo valmiiksi väsyneitä ryhmäkerran jälkeen. Myöhemmin tulimme siihen tulokseen, että olisimme voineet kuitenkin kertoa heille selkokielellä tämän kerran olevan viimeinen, koska ryhmäläistemme kykyä ymmärtää ei voida koskaan täysin tietää.

5 Toimintaterapiaryhmän vaikuttavuus

Tässä luvussa kerromme yhteistyökumppaniltamme saamasta palautteesta sekä kuvailemme toimintaterapiaryhmän vaikutusta sen osallistujiin.

5.1 Palautekeskustelu

Viimeinen ryhmäkertamme koostui keskustelusta työelämäkumppanin edustajan ja jokaisella kerralla ryhmässä toimineen avustajan kanssa. Olimme tehneet valmiiksi taulukon asioista, joista haluaisimme keskustella ja saada palautetta. Halusimme tietää työmme hyödystä heille ja saivatko he uusia työkaluja tai ideoita ohjaamastamme ryhmästä. Toivoimme saavamme ohjaajauksesta ja yhteistyöstä palautetta. Kerroimme työmme tuomista hyödyistä meille, jotka olivat ryhmänohjauskokemuksen saaminen, toiminnan analyysin harjoittelu ja uuden asiakas ryhmän kanssa työskentely. Lisäksi saimme lisää harjoitusta ja kokemusta toimintojen perusteluista ja eri toimintojen käytettävyydestä juuri tässä ryhmässä. Pääsimme käyttämään ensimmäistä kertaa kuvakommunikaatiota ja selkokieltä ryhmän ohjauksessa. Osaamisemme toimintaan motivoitumisen arviointimenetelmän käytössä syveni ja saimme ainutlaatuisen kokemuksen työelämäyhteistyöstä. Keskustelimme heidän kanssaan tämän tuotoksen sisällöstä.

Saimme palautetta siitä, että erityisesti satukerrat toivat heille uusia työkaluja, joita he aikovat käyttää jatkossa. Työelämäkumppanin edustaja kertoi ryhmämme avanneen silmiä ja tuoneen uutta innostusta työhön. Hän kertoi ryhmän muistuttaneen häntä erityisesti yhden osallistujan kyvyistä, jotka eivät ole aina esillä. Saimme palautetta, että ohjaajina olimme selkeitä, rauhallisia ja luontevia. Luonnollisesti ryhmän aloitus vaati hakemista ja kehityimme loppua kohden. Kohtasimme asiakkaat ihmisinä, emmekä pelänneet heitä tai heihin koskettamista. Työelämäkumppanin edustajan mukaan meillä oli ammattimainen ote ja palo tähän työhön.

5.2 Osallistujien kuvailu

Tässä luvussa kuvailemme osallistujien Annan, Matin ja Tapion reagoitua ryhmäkertojen eri toimintoihin, sekä kuvailemme heidän kehitystään toimintaterapiaryhmässä.

5.2.1 Anna

Annan reagointi toimintoihin: Taikahiekalla muovailu ei ollut Annalle mieleistä, hän halusi vain kerran avustettuna kokeilla massaa. Syy vastahakoisuuteen jäi epäselväksi, taitoa muovailuun olisi löytynyt. Päättelimme vastahakoisuuden johtuvan ensimmäisen kerran ja uuden toiminnan jännittävydestä. Annan kädet olivat koko ajan puuskassa. Aistien maailma- kerralla Anna oli virkeämpi ja suostui avaamaan käsivarsiaan avustettuna. Hän seurasi tarkkaavaisesti katseella näyttämiämme kuvia. Anna piti pehmeällä pallolla rullailusta kehollaan, erityisesti poskellaan. Sitruunan tuoksu oli Annan mieleen. Hän ei vaikuttanut nauttivan karhealla harjalla harjaamisesta, eikä veteen koskemisesta. Hän avasi suun haistaessaan kahvinpurujen ja oreganon tuoksun. Kolmannella ryhmäkerralla, joka oli satukerta, Anna puhui paljon tilanteeseen liittymättömiä asioita. Puheesta jäi vaikutelma, että Annan oli itse vaikea hallita sitä. Puhumista oli vaikea lopettaa sadun alettua. Vaikka Annan puhui muista asioita, hän oli selvästi myös mukana tarinassa, jota luimme. Valintoja kuvakorteista hän teki selvästi katsetta kohdistamalla.

Tunnelmallista maalaamista- kerralla Anna oli vahvasti läsnä ryhmässä ja kontaktissa ympäristöönsä. Ensimmäistä kertaa hänen kätensä olivat auki lähes koko ryhmäkerran ajan. Toiminta vaikutti Annalle mieluisalta ja tutulta, sillä hän tiesi mitä hän haluaa tehdä ja hän maalasi hyvin tarkoituksenmukaisesti töpöttimellä. Anna ilmaisi selkeästi tahtoaan avustajan kosketuksista. Toimintojen kuvia läpikäydessä, Anna kommentoi kuvien nimiä ja mainitsi kesken toiminnan saippuakuplat, josta päättelimme hänen muistavan niiden tulevan lopussa ja odottavan niitä. Anna vaikutti olevan tyytyväinen oman maalauksensa tulokseen. Viimeisellä kerralla, jonka teemana oli aistitarina, Anna oli ryhmän alusta loppuun läsnä ja mukana ryhmässä. Ryhmätilaan tullessa hän puhui aiheeseen liittymättömiä asioita, mutta pystyi lopettamaan puheen tarinan alkaessa. Anna kommentoi tarkoituksenmukaisesti ja oma-aloitteisesti tarinaa, tätä hän ei ollut aikaisemmin tehnyt. Hän nimesi osan valintakuvista ja osoitti valintansa selkeästi katseella. Anna vaikutti rauhalliselta ja rentoutuneelta sekä hänen kätensä pysyivät auki lähes koko ryhmäkerran.

Ryhmän vaikutus Annaan: Ryhmäprosessin alussa Anna oli melko paljon omassa maailmassa, eikä halunnut osallistua toimintaan. Hänen matala vireystilansa oli todennäköisesti osasyynä tähän. Jokaisella kerralla Anna oli hieman enemmän läsnä ja otti ympäristöönsä enemmän kontaktia. Hän antoi tehdä alkusivelyt ja alkoi avata omia käsiään. Viimeisillä ryhmäkerroilla kädet pysyivät ilman avustusta auki lähes koko ryhmä-

kerran ajan. Totuttuaan ryhmään ja sen jäseniin Anna rentoutui ja hän tuotti paljon puhetta, joka ei ryhmäprosessin keskeisillä kerroilla ollut yhteydessä sen hetkiseen ympäristöön. Annan puhe vaikutti osin olevan hallitsematonta ja hän toisteli samoja asioita. Anna vaikutti nauttivan ryhmämme toiminnoista, erityisesti tarinoista ja maalaamisesta. Annalle mieluisia toimintoja olivat pyötätason työskentelyä vaativat toiminnot. Hän osoitti sen keskittymällä tarkkaan ja kommentoimalla suullisesti toimintaa. Anna vaikutti hyötyvän lyhyestä toimintaterapiaryhmästä.

5.2.2 Matti

Matin reagointi toimintoihin: Matti vaikutti nauttivan taikahiekalla muovailusta, hänen kasvoillaan oli tyytyväinen ilme ja hän hymyili. Hän teki ryhmäkerralla aktiivisesti valintoja katseellaan ja kommentoi tekemäänsä valintaa hymähtämällä. Tämä oli henkilökunnan mukaan harvinaista. Matti toisti hänelle mallinnettuja toimintoja, kuten taikahiekan pumpausta kädellä. Aistien maailma-ryhmäkerralle tullessa Matti oli virkeän ja hyväntuulisen oloinen, tuntopallot olivat hänelle tuttuja, mutta hän ei juurikaan reagoinut niihin. Tuoksuista oreganon tuoksu hätkähdytti. Riisin tunnustelemiseen hän suhtautui ensin varauksella, mutta vaikutti nauttivan siitä. Osallistutaan satuun- kerrasta Matti vaikutti pitävän sillä, hän hymyili ja tuntui tyytyväiseltä soittaessaan avustettuna marakassia. Tunnelmallista maalaamista- kerralla Matti vaikutti väsyneeltä, mutta tyytyväiseltä. Matti hymyili, mutta esimerkiksi valintojen tekeminen oli hänelle haastavaa. Matti osallistui maalaamiseen avustettuna ja käsien liikeratojen vajauksesta johtuen mukautimme toimintaa hänelle sopivaksi tarjottimen avulla. Viimeisellä lähdetään metsäretkelle- kerralla Matti vaikutti hyvin väsyneeltä, eikä juurikaan hymyillyt. Hän osoitti tyytyväisyyttä kasvojen ilmeillä valitessaan katseella kuvakorteista. Matti valitsi katseella hymynaaman vastauksena kysymykseen ryhmässä viihtymisestä.

Ryhmän vaikutus Mattiin: Matin kohdalla puolen tunnin ryhmäkerrat olivat kenties liian pitkiä. Hän väsyi jokaisen ryhmäkerran loppua kohden. Valintojen tekeminen, mallinnettujen liikkeiden toistaminen avustettuna ja katseen kohdistaminen olivat jokaisen ryhmäkerran lopussa haastavampia kuin ryhmäkerran alussa. Matin vireystilassa koko jakson aikana oli nähtävissä laskua. Ensimmäisellä, toisella ja kolmannella kerralla hän oli aktiivisesti vuorovaikutuksessa ympäristönsä ja avustajansa kanssa. Neljännellä ja viidennessä kerralla Matin oli haastavaa osallistua toimintaan, hetkittäin hän kuitenkin oli läsnä ja pystyi osallistumaan.

5.2.3 Tapio

Tapion reagointi toimintaan: Tapio nautti selvästi muovailusta ja taikahiekan tuomasta tunteesta käsissä. Hän oli hieman väsynyt, koska oli juuri herännyt päiväunilta ennen ryhmää. Tapio nautti erityisesti massan heittämisestä, sillä kädessä olevien tavaroiden heittäminen oli hänestä hauskaa. Lopussa puhallettavat saippuakuplat saivat Tapion riemastumaan, hänen hymystään ja kirkkaista silmistä päätellen. Aistien maailma kerralla Tapio oli selvästi virkeämpi. Tapio nautti karkealla harjalla sormien ja kämmenien harjaamisesta sekä kahvin tuoksusta. Tapio oli ainoa, joka halusi kokeilla tärisevää tyynyä, eli vibraa. Riisin heittäminen olisi ollut Tapiosta hauskaa. Kolmannella kerralla, jossa luimme satua, Tapio oli rauhallisen ja tyytyväisen oloinen. Hän ei tällä kertaa pitänyt oikean käden sivelyistä. Tapio nautti selvästi sadusta, jonka hän ilmaisi hymyilemällä ja hyrisemällä. Soitinta soittaessa Tapio vaikutti väsyneeltä, joten hän ei jaksanut kauaa soittaa purkkihelistintä.

Tunnelmallista maalaamista- kerralla Tapio nautti maalin tuomasta tuntemuksesta käsissään ja halusi ”muljutella” sitä sormiensa välissä. Hän osasi maalata käsillään pystytelineessä olevalle paperille. Tapio ei halusi maalata muutaman minuutin, jonka jälkeen hän osoitti haluavansa lopettaa. Hän katseli rauhallisesti loppuajan muiden maalaamista kuunnellen samalla soittamiamme ääniä. Tapio seurasi tarkasti yhteenvetoa, jossa kävimme ryhmämme rungon kuvien kanssa läpi. Hän osasi odottaa vuoroa. Viimeisellä kerralla Tapio oli ennen ryhmään tuloa avustajien mukaan hermostunut, eikä olisi jaksanut lähteä ryhmään. Ryhmätilaan päästyään hän vaikutti ymmärtävän, minne oli tulossa, jolloin hän rauhoittui ja halusi jäädä tilaan. Tapio nautti sadun aikana erityisesti asioista, joista syntyi kovaa ääntä, kuten sadekepeistä. Painotyynyn laitto syliin ei ollut hänelle mieluista.

Ryhmän vaikutus Tapioon: Tapio vaikutti nauttivan jokaisesta ryhmäkerrasta ja oli mielellään ryhmässä. Uskomme, että aina saman avustajan läsnäolo ja sama paikka ryhmätilassa tuki ryhmässä olemista. Vireystila vaihteli hieman päivän mukaan. Tapiolle mieluista oli tarinoiden ja satujen luku, sekä voimakkaat aistimukset. Saippuakuplat saivat Tapion joka kerta hymyilemään. Tapio oppi ryhmäkertojen toistuvuuden ja selkeän rungon. Nämä todennäköisesti auttoivat häntä ennakoimaan tapahtumia, joka näkyi siinä, että hän oppia odottamaan rauhallisesti omaa vuoroa. Itseään vahingoittava käytös ryhmän aikana väheni loppua kohden.

6 Pohdinta

Opinnäytetyömme tarkoitus oli kartoittaa osallistujien kuntoutuksellisia tarpeita ja mielenkiinnon kohteita sekä ohjata viisi kertaa toimintaterapiaryhmää niiden pohjalta. Työmme tavoite oli vahvistaa ryhmän osallistujien osallisuuden ja mielihyvän kokemusta. Työmme sai alkunsa tarpeesta saada koetella toimintaterapian menetelmien vaikutusta ja hyötyä runsaasti tukea ja apua tarvitsevien kehitysvammaisten henkilöiden kanssa. Halusimme myös saada asiakasryhmämme ääntä kuuluviin ja alentaa toimintaterapeuttien sekä toimintaterapeuttiopiskelijoiden kynnystä työskennellä tämän asiakasryhmän kanssa. Halusimme toteuttaa opinnäytetyömme toiminnallisena, koska halusimme syventää kokemustamme toimintaterapiaryhmän ohjaamisesta. Työmme kohderyhmänä olivat kehitysvammaiset ihmiset. Jokainen kehitysvammaisen on yksilö, jonka kykyjä ja vahvuuksia tulisi arvostaa ja vahvistaa (Kehitysvammaliitto ry 2016), joten uskoimme toimintaterapialla olevan annettavaa heidän osallisuuden kokemisen vahvistamisessa. Toimintaterapiaryhmäämme osallistui kolme aikuista, runsaasti tukea ja apua tarvitsevaa kehitysvammaista osallistujaa, joilla jokaisella oli omat haasteensa ja vahvuutensa. Koimme kehitysvammaisten oikeuksien olevan koko yhteiskuntaa koskettava ajankohtainen aihe.

Työtämme ohjaavina teorioina toimivat Ihimillisen toiminnan malli, Marilyn Colen Seitsemän vaiheen työtap, sekä Doris Piercen Toiminnan terapeuttisen voiman malli. Inhimillisen toiminnan mallin mukaan ihminen on kokonaisuus, jota tarkastellaan tahdon, tottu muksen sekä suorituskyvyn näkökulmista (Kielhofner 2008: 13 – 14). Työssämme keskityimme tahdon eli motivaation näkökulmaan, jonka kautta havainnoimme osallistujiamme. Havainnoinnissa käyttämämme Toimintaan motivoitumisen arviointimenetelmää, joka on johdettu Inhimillisen toiminnan mallista. Käytimme Marilyn Colen Seitsemän vaiheen työtavan mallia apuna rakenteen luomiseen ryhmälle. Malli jakaa ryhmän toiminnat seitsemään, selkeään vaiheeseen (Cole & Donohue 2011: 7 – 8), jolloin kaikki ryhmäprosessiin kuuluvat elementit sisältyvät jokaiseen ryhmäkertaan. Doris Piercen Toiminnan terapeuttisen voiman malli ohjasi ryhmätoimintojen valinnoissa ja suunnittelussa. Mallin avulla perustelimme toimintojen terapeuttisuutta, niiden sisältäessä vetoavuuden, ainutlaatuisuuden sekä täsmällisyyden piirteitä (Pierce 2003: 9).

Opinnäytetyömme ensimmäinen vaihe rakentui Steniuksentien ryhmäkodin saamisesta yhteistyökumppaniksemme ja yhteistyösopimuksen kirjoittamisesta heidän kanssaan.

Haimme myös toimintaluvan opinnäytetyöllemme Helsingin kaupungilta. Työmme varsinainen toteutus alkoi havainnointiviikosta, jonka aikana tutustuimme ryhmämme tuleviin osallistujiin ja heidän arkeensa. Toteutimme havainnoinnin Toimintaan motivoitumisen arvioitimenetelmällä. Havainnointiviikkoa seurasi toimintojen suunnittelu- ja valmisteluvaihe, jolloin keräsimme tietoa käyttämistämme toiminnoista ja mukautimme ne osallistujien tarpeisiin. Kirjasimme havainnoinnin pohjalta jokaiselle ryhmäkerralle yksityiskohdaisen Marilyn Colen Seitsemän vaiheen työtavan perustuvaan suunnitelmaan. Suunnittelu- ja valmisteluvaiheen jälkeen toteutimme viisi toimintaterapia ryhmää Steniuksentien ryhmäkodin tiloissa. Ryhmien jälkeen teimme tarkat muistiinpanot toimintojen vaikutuksesta osallistujiin, sekä arvioimme valikoimamme toiminnan soveltuvuutta tässä kontekstissa.

Opinnäytetyössämme eettisten periaatteiden huomioiminen oli erityisen tärkeää kohde-ryhmämme haavoittuvuuden vuoksi. Työssämme korostui erityisesti arvot vapaaehtoisuus, kunnioitus, osallistuminen ja kuulluksi tuleminen. Arvomme näkyivät työskentelyn jokaisessa vaiheessa. Vapaaehtoisuus näkyi osallistujien vapaaehtoisuudessa osallistua ryhmäämme ja siellä tapahtuvaan toimintaan. Kunnioitimme osallistujia sekä kohtasimme heidät samavertaisina ihmisinä. Toimintamme rakentui alusta asti asiakaslähtöisesti, niin että osallistujat saivat itse vaikuttaa omaan toimintaansa ryhmässä, esimerkiksi valintojen muodossa. Ryhmässä ollut toiminta mahdollisti jokaisen osallistujan osallistumisen, joka vahvisti heidän osallisuuden ja mielihyvän kokemusta. Asukkaiden tarpeiden ja mielenkiinnonkohteiden kohtaaminen toiminnassa oli tärkeää ja tämä tuki heidän toimintaan motivoitumista ja sitä kautta siihen sitoutumista (Kielhofner 2008: 34). Havainnoinnin ja ryhmäkodin henkilökunnan kanssa käytyjen keskustelujen tarkoituksena oli varmistua siitä, että valitsemamme toiminnot olisivat osallistujille terapeuttisia. Näin ryhmä oli toimintaterapiaryhmä, eikä virikeryhmä, jossa toiminnan tarve ja sisältö tulevat usein ulkopuolelta. Halusimme että osallistujat saavat äänensä kuuluviin ja kokevat tulevansa nähdyiksi.

Kehitysvammaisuus oli huomioon otettava asia työssämme. Osallistujien toimintakyvyt olivat erilaisia ja tehtävämme oli mukauttaa toiminta sellaiseksi, että jokainen pystyi omalla tasollaan osallistumaan toimintaan. Tässä onnistuimme vaihtelevasti, mutta lopua kohden valitsemamme toiminnot olivat täsmällisemmin valittuja, kuin alussa. Kehitytimme siis työskentelyn aikana. Otimme työssä huomioon osallistujien itsemääräämisoikeuden sekä erilaiset kommunikaatiokeinot. Kiinnitimme myös työskentelyssä huomiota ohjaajien ja ohjattavien väliseen valtasuhteeseen.

Noudatimme työssämme hyvää eettistä käytäntöä. Teimme kirjallisen sopimuksen yhteistyökumppanimme kanssa, suunnitelman esittämisen jälkeen ja heidän hyväksyntäänsä. Työstämme eettisesti kestävän teki myös Helsingin kaupungilta haettu tutkimuslupa, jossa perustelimme ja pohdimme työn eettistä kestävyyttä. Hakemuksen käsittelijä arvioi suunnitelmamme eettiseksi. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan mukaan työtä varten on hankittava tarvittavat tutkimusluvut ja suorittaa mahdollinen eettinen ennakkoarvio (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012: 6). Käyttäessämme muiden tekemää materiaalia, viittasimme asianmukaisella tavalla, kunnioittaaksemme muiden työtä ja antaaksemme alkuperäiselle tekijälle kuuluvan arvon. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012: 6.) Säilytimme osallistujista keräämää tietoa turvallisesti, ehkäisten sen pääsyä ulkopuolisten käsiin. Työn valmistuttua tuhosimme aineiston asianmukaisesti. Jokainen osallistuja koodattiin havainnointimateriaaleihin ja kirjauksiin omalla värillä suojeleksemme heidän yksityisyytään. Työssä käytimme keksittyjä nimiä. Työtä tehdessä noudatimme rehellisyyttä, tarkkuutta sekä yleistä huolellisuutta toimiessamme osallistujien kanssa sekä käsitellessämme heistä saamaamme tietoa (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012: 6).

Toimintaterapian lähtökohtana on aina asiakkaan etu. Toimintaterapeutilla on velvollisuus kieltäytyä antamasta terapiaa, jos seuraavat asiat eivät toteudu. Jos toimintaterapeutti ammatillisen kokemuksensa ja arviointinsa perusteella näkee, että terapiasta voi aiheutua asiakkaalle tai terapeutille itselleen riskejä tai haittaa tai jos terapia ei ole tarkoituksenmukaista. Toimintaterapeuttien ammattieettiset ohjeet ohjaavat yhteistyöhön muiden ammattiryhmien kanssa ja kunnioittamaan heidän ammattitaitoaan, ammatillisia oikeuksia ja velvollisuuksia. (Toimintaterapeuttiliitto ry n.d.) Opinnäytetyössämme moniammatillisuus näkyi muun muassa siinä, että työelämäkumppanin edustajana toimi sosionomi. Lisäksi harjoittelimme työelämäyhteistyötä eri ammattiryhmien välillä tiedotustilaisuudessa, jossa läsnä oli monen eri ammattiryhmän edustajia.

Ryhmään osallistui kolme Steniuksentien ryhmäkodin asukasta. Heillä kaikilla oli omat yksilölliset haasteet ja tarpeet, joista olimme saaneet tietoa havainnointiviikon aikana. Huomioimme nämä asiat ryhmäkertoja suunnitellessa. Ryhmän vaikutuksia arvioitaessa on syytä muistaa myös muiden muuttujien, kuten terveydentilan vaikutus osallistujien ryhmästä saamaan hyötyyn. Tuloksia tarkastellessa kahdella osallistujalla pysytään näkemään ryhmään osallistumisen hyöty ja yhdellä osallistujalla oli nähtävissä viireystilassa laskua viiden ryhmäkerran aikana. Osalla osallistujista on siis nähtävissä

kehitystä jo näin lyhyen jakson aikana, joten voimme todeta opinnäytetyömme olleen tarpeellinen ja hyödyllinen. Kehitys näkyi esimerkiksi siinä, että ensimmäisillä kerroilla käsivartensa tiukasti ristissä pitänyt osallistuja pystyi viimeisellä kerralla olemaan käsi-varret avoinna ja hän osallistui mielellään toimintaan. Havaintojemme mukaan levoton ja itseään helposti satuttava osallistuja oppi säännöllisen rungon avulla odottamaan omaa vuoroaan ja ennakoimaan seuraavaksi tapahtuvia toimintoja. Hänen levottomuutensa ryhmän aikana väheni. Osallistujat nauttivat ryhmään osallistumisesta ja osa osallistujista osasi jo odottaa lopussa puhallettavia saippuakuplia ja ilmaista sen meille sanoin tai elein. Toivomme opinnäytetyömme pieneltä osin parantaneen osallistujien toiminnallista oikeudenmukaisuutta tarjoamalle heille toimintaa, joka vastaa heidän kykyjään ja jossa heille mahdollistuu valintojen tekemisen mahdollisuus ja ympäristöön vaikuttaminen.

Toiminnallisesti toteutetusta opinnäytetyöstämme syntyi paketti, joka esittelee viiden koettelemamme toiminnan soveltuvuutta ryhmätoiminnoiksi kehitysvammaisten kanssa. Tuotoksessa perustelemme toimintojen valinnan ja kuvailemme rehellisesti toimintojen soveltuvuutta sekä käytännön toteutuksessa kohtaamiemme haasteita. Työstämme saa myös sovelletun rungon Seitsemän vaiheen työtavan käyttämiseen. Lisäksi teimme yhteistyökumppanin pyynnöstä heille kaksi ylimääräistä satua, joissa on aistimuksia, toimintaa ja valintoja.

Työstämme voivat hyötyä toimintaterapeutit ja toimintaterapeuttiopiskelijat työssään, mutta jokaisen toiminnan käytön kohdalla on käytettävä ammattimaista harkintaa toiminnon soveltumisesta juuri heidän osallistujilleen. Toimintoja voidaan muokata ja porrastaa osallistujien toimintakyvyn ja tavoitteiden mukaan. Paketin tarkoituksena oli luoda jo valmiiksi koeteltuja toimintoja, jolloin jokaisen ei tarvitse aloittaa täysin alusta, vaan voi saada valmiita ideoita työstämme.

Kummallakaan meistä ei ollut aikaisempaa kokemusta kehitysvammaisten kanssa työskentelystä. Halusimme toteuttaa opinnäytetyömme kentällä asiakkaiden kanssa, jotta saisimme käytännön kokemusta ryhmämuotoisesta toimintaterapiasta. Havainnointiviikko ja sitä edeltävä tiedonhaku olivat siis ensiarvoisen tärkeitä, jotta saimme käsityksen siitä, millaisia valmiuksia ja taitoja osallistujilla mahdollisesti olisi. Lisäksi halusimme tottua työskentelemään uudenvälisessä ympäristössä. Olemme todella tyytyväisiä siitä, että pääsimme työskentelemään meille uudenvälisessä ympäristössä, joka haastoi meitä.

Työssämme on kohtia, jotka tekisimme nyt toisin. Ohjaamallamme ryhmällä oli yksi iso yhteinen tavoite, osallisuuden ja mielihyvän kokemusten vahvistaminen. Jälkikäteen katsottuna olisi ollut tarkoituksen mukaista tehdä jokaiselle ryhmäläiselle omat henkilökoh-
taiset tavoitteet, jotka olisivat liittyneet ryhmän yhteiseen tavoitteeseen. Tavoitteen aset-
tamisessa olisimme voineet käyttää esimerkiksi GAS-menetelmää. GAS-menetelmällä
asetetaan konkreettisia tavoitteita asiakaslähtöisesti viisiportaiselle asteikolle (Sukula &
Vainiemi n.d.). Tällöin ryhmän vaikuttavuutta olisi ollut helpompi mitata.

Koimme jo lyhyellä toimintaterapiajaksolla olleen vaikutusta osallistujiin. Havaintojemme
mukaan selkeän mallin käyttäminen toiminnan runkona selkeytti ryhmän rakennetta ja
auttoi osallistujia ennakoimaan tulevaa. Mielekkään ja aistiärsykeitä tuovan toiminnan
myötä koimme osallistujiemme toiminnallisen deprivaaation pienenevän. Kun näin lyhy-
ellä jaksolla oli jo nähtävissä positiivisia vaikutuksia, niin uskomme siihen, että varsina-
isella toimintaterapiajaksolla voisi parantaa huomattavasti kehitysvammaisten osalli-
suutta. Jatkossa olisi tärkeää jatkaa runsaasti tukea ja apua tarvitsevien kehitysvam-
maisten ihmisten kanssa työskentelyä ja koetella lisää erilaisia toimintoja, joita heidän
kanssaan toimintaterapiassa voitaisiin käyttää.

Lähteet

American Occupational Therapy Association 2017. About Occupational Therapy, What Is Occupational Therapy? Saatavana osoitteessa: <<https://www.aota.org/About-Occupational-Therapy.aspx>>. Luettu 21.11.2017.

Braveman, Brent & Bass-Haugen, Julie D 2009. Social justice and health disparities: An evolving discourse in occupational therapy research and intervention. American Journal of Occupational Therapy, 63. 7 – 12.

Cole, Marilyn B. & Donohue, Mary V. 2011. Social Participation in Occupational Contexts, In Schools, Clinics, and Communities. Thorofare: SLACK.

Cole, Marilyn B. 2012. Group dynamics in occupational therapy. The theoretical basis and practise application of group intervention. Thorofare: SLACK Incorporated.

Hammell, Karen R. & Beagan, Brenda 2017. Occupational injustice: A critique. Canadian Journal of Occupational Therapy 84 (1). 58 – 68.

Hantikainen, Virpi & Lappalainen Raimo 2015. Kinestetiikan peruskurssi, Vuorovaikutus. Kinestetiikan oppimateriaali. 4. painos. Suomen kinestetiikkayhdistys ry.

Hautala, Tiina & Hämäläinen, Tuula & Mäkelä, Leila & Rusi-Pyykönen, Mari 2013. Toiminnan voimaa. Toimintaterapia käytännössä. Helsinki: Edita.

Heras, Carmen & Geist, Rebecca & Kielhofner, Gary & Li, Yanling 2016. Toimintaan motivoitumisen arviointi (VQ-FI). Helsinki: Metropolian Digipaino.

HUS n.d. Käsien hienomotoriikka. Saatavana osoitteessa: <http://www.hus.fi/sairaanhoito/sairaanhoitopalvelut/foniatria/lapsen_neuropsykologinen_arvio/kasien_hienomotoriikka/Sivut/default.aspx> Luettu 25.4.2018.

Huttunen, Matti 2016. Älyllinen kehitysvammaisuus. Terveyskirjasto, kustannus OY Duodecim. Saatavana osoitteessa: <http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00556>. Luettu 13.11.2017.

Huhtanen, Kristina 2011. Puhetta tukevat ja korvaavat kommunikointimenetelmät Suomessa. Helsinki: Kehitysvammaliitto RY.

Jansson, Nina 2011. En auta avuttomaksi: kuntouttavan työotteen kehittämistyö. Opin näytetyö. Turku: Turun Ammattikorkeakoulu. Toimintaterapian tutkinto-ohjelma.

Kehitysvammaliitto ry 2016. Kehitysvammaisuus. Saatavana osoitteessa: <<https://www.kehitysvammaliitto.fi/kehitysvammaisuus/>>. Luettu 2.10.2018.

Kielhofner, Gary 2008. Model of human occupation, Theory and application. 4.painos. Philadelphia: Williams & Wilkins.

Laitila, Kirsi 2010. Tehtävä -ja vuorovaikutustaitojen arviointi Hankittujen taitojen viitekehksen mukaan: Opaskansio toimintaterapeuteille. Opinnäytetyö. Oulu: Oulun seudun Ammattikorkeakoulu. Toimintaterapian tutkinto-ohjelma.

Mäki, Maiju 2008. Toimimalla osallisuuteen, avuksi vuorovaikutuksen ja toiminnan aktivoimiseen. Kehitysvammaliitto: Helsinki. Saatavana myös sähköisesti osoitteessa: <http://papunet.net/yleis/fileadmin/muut/Esitteet/toimimalla_osallisuuteen.pdf>. Luettu 25.4.2018.

Nienstedt, Walter & Hänninen, Osmo & Arstila, Antti & Björkqvist, Stig-Eyrik 2009. Ihmisen fysiologia ja anatomia. 18. painos. Helsinki: Werner Söderström Osakeyhtiö.

Papunet 2018a. Tietoa puhevammaisuudesta, Aistit vuorovaikutuksessa. Päivitetty 18.10.2018. Saatavana osoitteessa: <<http://papunet.net/tietoa/aistit-vuorovaikutuksessa>>. Luettu 14.11.2017.

Papunet 2018b. Tietoa puhevammaisuudesta. Tuntoaisti vuorovaikutuksessa. Päivitetty 18.10.2018. Saatavana osoitteessa: <<http://papunet.net/tietoa/tuntoaisti-vuorovaikutuksessa>>. Luettu 25.4.2018.

Peteri, Lotta & Lattu, Kristina & Väyrynen, Maija 2012. Aistipuutarha: Kehittämideoita Rinnekodille asiakkaiden osallistumisen edistämiseksi. Opinnäytetyö. Helsinki: Metropolia Ammattikorkeakoulu. Toimintaterapian tutkinto-ohjelma.

Pierce E., Doris 2003. Occupation by design, Building therapeutic power. Philadelphia: F.A. Davis Company.

Ravio, Helka & Karjalainen, Jarno 2013. Osallisuus ei ole keino tai väline - palvelut ovat. Teoksessa Era, Tana (toim.): Osallisuus - oikeutta vai pakko? Jyväskylä: Jyväskylän Ammattikorkeakoulu. 13 & 16 & 16 – 17.

Selkokeskus 2015. Selkokieli. Saatavana osoitteessa: <<https://selkokeskus.fi/selkokieli/>>. Luettu 15.10.2018.

Sjölund, Ninni 2013. Luovat menetelmät osana toimintaterapiaa: Taidekeskus Kettukin kuvataideleiri kehitysvammaisille. Opinnäytetyö. Jyväskylä: Jyväskylän Ammattikorkeakoulu. Toimintaterapian tutkinto-ohjelma.

Sukula, Seija & Vainiemi Kirsi n.d. GAS-menetelmä, käsikirja, versio 4. Kela. Saatavana osoitteessa: <<https://www.kela.fi/documents/10180/0/Gas+-k%C3%A4sikirja/07692e5a-c6d0-48f0-97a1-0737c4add7f8>>. Luettu 16.10.2018.

Suomen Toimintaterapeuttiliitto ry. n.d. Toimintaterapeuttien ammattieettiset ohjeet. Saatavana osoitteessa: <https://www.phsopsyk.net/files/omat_julkisen/8_linkit/toimintaterapeutin_ammattieettisetohjeet2011.pdf>. Luettu 28.9.2018.

Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2016. Osallisuuden osatekijät. Saatavana osoitteessa: <<https://thl.fi/fi/web/hyvinvointi-ja-terveyserot/eriarvoisuus/hyvinvointi/osallisuus/osallisuuden-osatekijat>>. Luettu 25.8.

Toimintaterapeuttiliitto n.d. Me toimintaterapeutit saatamme ihmisen merkitykselliseen, toimivaan arkeen - joka on aina enemmän kuin pärjäämistä. Esite.

Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012. Hyvä tieteellinen käytäntö ja loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. Saatavana osoitteessa: <http://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf>. Luettu 7.11.2017

Vernerin n.d. Kehitysvammaisuus. Saatavana osoitteessa: <<http://verneri.net/yleis/kehitysvammaisuus>>. Luettu 2.10.2018.

Yleissopimus vammaisten henkilöiden oikeuksista 2016/27. Annettu New Yorkissa 13.12.2006. Saatavana osoitteessa: <https://www.finlex.fi/fi/sopimukset/sopsteksti/2016/20160027/20160027_2>. Luettu 15.10.2018.

Ylivainio, Merja & Salminen, Satu 2012. Polku luontoon: Luontokokemusten mahdollistaminen Rinnekodissa. Opinnäytetyö. Helsinki: Metropolia Ammattikorkeakoulu. Toimintaterapian tutkinto-ohjelma.

Toimintarunkoon tarvittavat kuvat



Kuva 1 Tervehtiminen



Kuva 2 Sivelyt



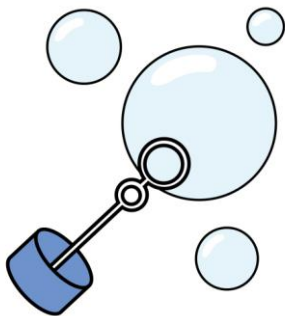
Kuva 3 Keskusteleminen



Kuva 4 Oli kivaa



Kuva 5 Ei ollut kivaa



Kuva 6 Saippuakuplat

Työssämme käytetyt kuvat ovat papunetin kuvapankista. Papunet.net tarjoaa ilmaisia kuvia kommunikaation tueksi. Kuvia saa käyttää epäkaupallisiin tarkoituksiin, johon opinnäytetyömmekin kuulu

Toimintapaketit

Ryhmäkerta 1: Taikahiekalla tutuksi



Tarvikkeet:

- Taikahiekka
- Kuvakortti toiminnasta

Perustelut toiminnalle ja toiminnan kuvailun löydät sivuilta 20–21.

Ryhmäkerta 2: Aistien maailma

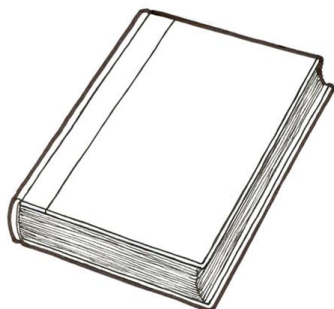


Tarvikkeet:

- kuvakortti toiminnasta
- tuoksuja:
 - kukka
 - kahvi
 - kuusi
 - yrtti
- aistituntemuksia:
 - nystyräpallo
 - pehmeä pallo
 - kivi
 - riisiä ja astia
 - sulka
 - pehmeää materiaalia
 - karheaa materiaalia
 - Lämmin ja viileä vesi + pyyhe

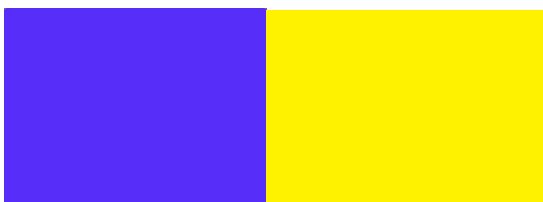
Perustelut toiminnalle ja toiminnan kuvailun löydät sivuilta 21–22.

Ryhmäkerta 3: Osallistutaan satuun!



Tarvikkeet:

- kuvakortti toiminnasta
- kuvakortit valinnoista:
 - mustikka/mansikka
 - sininen/keltainen
- valinta esineillä:
 - karhupehmolelu/koirapehmolelu
- soittimet jokaiselle:
 - purkkihelistin
 - rummut
 - marakassi
- lakana
- karheaa materiaalia
- pehmeää materiaalia



Perustelut toiminnalle ja toiminnan kuvailun löydät sivuilta 22–23.

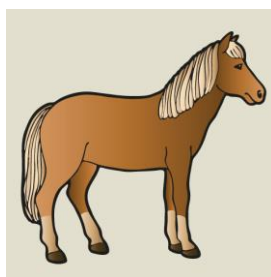
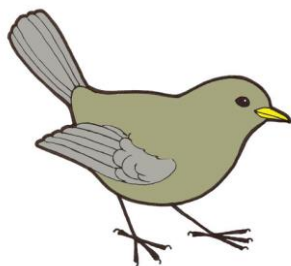
Tekijänoikeudellista syistä ryhmässä käyttämämme satu ei löydy liitteistä.

Ryhmäkerta 4: Tunnelmallista maalaamista



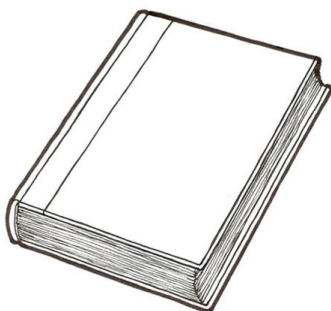
Tarvikkeet:

- kuvakortti toiminnasta
- kuvakortit valinnoista
 - tuli/vesi
 - viulu/piano
 - lintu/hevonen
- sormivärit
- isoja papereita
- essut
- kosteita käsipyyhkeitä
- tarjottimia tai vastaavia toiminnan mahdollistamiseksi kaikille



Perustelut toiminnalle ja toiminnan kuvailun löydät sivuilta 23–24.

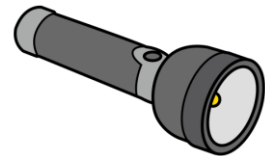
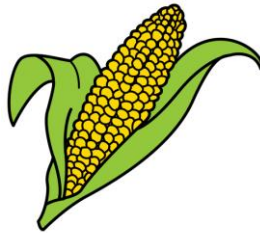
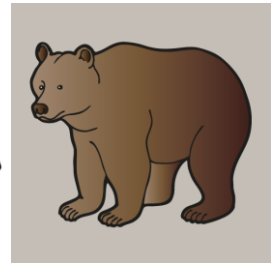
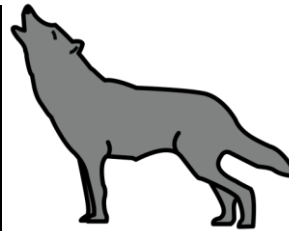
Ryhmäkerta 5: Lähdetään metsäretkelle!



Tarvikkeet:

- kuvakortti toiminnasta
- satu kts. liite 3.
- kuvakortit valinnoista
 - kuusi/koivu
 - juomapullo/taskulamppu
 - makkara/maissi
 - kotka/pikkulintu
 - karhu/susi
 - mansikka/mustikka

- soittimia esimerkiksi
 - rumpu
 - purkkisoitin
 - helistin
 - sadekeppi
- vettä ja kaksi astiaa
- painopeiton osia/muuta painavaa
- karheaa materiaalia
- sulka
- lakana
- kukka
- käpyjä



Perustelut toiminnalle ja toiminnan kuvailun löydät sivulta 24–25.

METSÄRETKI

Aistimus valinnat Äänet Toiminta

On kaunis aurinkoinen päivä. Minun tekisi mieli lähteä retkelle metsään. Mitähän tarvitsen metsään mukaan? Otanko **taskulampun vai juomapullon?**

Puen retkivaatteet päälleni, ensin retkipaidan, sitten retkihousut ja viimeisenä retkikengät. (**Kosketus näihin paikkoihin AVUSTAJA**) Seuraavaksi minun pitäisi päättää lähtisinkö tiheään **kuusi-metsään** vai aurinkoiseen **vaahterametsään**.

Nyt lähdetään matkaan!

Polku lähtee mutkittelemaan puiden välistä. Kuljen polkua pitkin, tuuli (**lakana**) puhaltaa lämpimänä ylläni. Hetken kuljettuani vastaan tulee joki. Minun on pakko kahlata sen yli. Otan kengät pois (**koske jalkoihin AVUSTAJA**) ja kävelen veteen. Vesi ulottuu polviin asti ja se solisee jalkojeni välissä. (**veden kaatelu**) Huh, viimein pääsen toiselle puolelle jokea.

Laitan kengät (**jalkoihin koskeminen AVUSTAJA**) takaisin jalkaan ja pysähdyn hetkeksi kuuntelemaan metsän ääniä

-Kuulen veden solinaa (helistin) _____

-Tuulen huminaa (purkki) _____

-Sekä kaukaista ukkosen jylinää (rumpu) _____

Sitten jatkan matkaani.

Jonkin aikaa kuljettuani mahani rupeaa kurnimaan. Silloin muistan mukaan ottamani eväät. "Minullahan on mukana **makkaraa/maissia**" Etsin ympäriltäni katkenneita oksia, joista voisin tehdä nuotion. Kerään syliini täyteen oksia ja ne tuntuvat painavilta. (**Painopeitto**) Etsin hyvän nuotiopaikan, asettelen oksat keoksi maahan ja sytytän niihin tulen tulitikuilla. Vuolen oksasta itselleni grillitikun ja alan paistamaan (**eväs**) _____ nuotiolla. Syön mahani täyteen ja tulen vieressä istuskellessa minua alkaa väsyttämään. "*Jos vain hetkeksi suljen silmäni*" ajattelen.

Vaivun hetkeksi uneen ritisevän ja lämmittävän nuotion (**riisiputki**) äärellä, kunnes havahdun outoon ääneen. Kaunis **kotka/peipponen** lentää aivan yltäni.

Ihailen kaunista lintua, kun se liittää niin lähellä minua, että tunnen sen sulkien (**sulka**) pehmeyden. Katson minne _____ lentää ja huomaan maassa kauniit kukat. Päätän poimia niitä muutamana mukaani, sillä ne tuoksuvat (**kukat**) niin hyvälle.

Pääsen vihdoinkin jatkamaan matkaani ja tulen marjaisalle suolle. Poimin **mustikoita/mansikoita** itselleni mukaan. Yhtäkkiä puiden takaa kuuluu kahinaa. Sielä liikkuu joku. Käännyin katseeni ja näen **karhun/suden** "*apua*" huudan ja juoksen karkuun. Näen edessäni puun ja kiipeän sinne. (**eläin**) _____ jää puun alle murisemaan minulle, jolloin päätän heittää sitä kävyltä pelästytäkseeni sen pois. Poimin oksalta kävyn ja heitän sen (**Kävyn heitto**) (**eläin**) _____ kohti. Eläin pelästyy ja lähtee pois. Laskeudun alas puusta ja karheat oksat (**karhea materiaali AVUSTAJA**) raapivat käsiäni.

Kerään suolta vielä muutaman (**marja**) _____ mukaan ja lähten takaisin polulle.

Olen seikkaillut jo koko päivän metsässä.

Alkaa jo hämärtää ja kuulen ukkosen jylysevän (**rumpu**) _____ jo lähellä. Päätän lähteä kotiin ensimmäisten **vesipisaroiden** (**helistin**) _____ osuessa käsivarsilleni. Kuulen tuulen huminaa (**purkki**) _____. Sillä hetkellä tunnen kun vahva tuuli (**lakanan heilutus**) tarttuu minuun ja alkaa pyörittää (**pyörätuolin pyöritys AVUSTAJA**) minua ilmassa. "*Voi ei, pyörremyrsky*" kerkeän huudahtaa, kunnes se heittää minut kotitaloni luo.

"*Huh huh, ompas ollut seikkailu!*"

Saavun kotiini ja riisun retkivaatteet päältäni. Ensin retkikengät, sitten retkihousut ja viimeisenä retkipaidan. (**kosketus näihin paikkoihin AVUSTAJA**)

Lähdetään kaupunkiin retkelle! (Lisätarina)

AistimusValintaÄänet

Tarvikkeet:

- Kuvat:
 - sininen/vihreä
 - orava/jänis
 - huivi/hattu
 - pulla/pasteija
 - Koira/kissa
 - punainen/keltainen
- Soittimet:
 - rumpu
 - helistin
 - sadekeppi
- Aistivälineet:
 - karkeaa
 - pehmeää
 - painopeitto/tyynyjä
 - kangas

Minulla on tänään vapaapäivä ja lähden kaupunkiin retkelle. Laitan päälle lempi vaatteeni ja otan mukaan laukkuni.

Tilaan taksin hakemaan minua. Odotan hetken eteisessä kunnes _____ (sininen/vihreä) taksi kaartaa pihaan. Istun taksin kyytiin ja ajomatka voi alkaa. Tie kaupunkiin kaartelee ja kuuntelen moottorin hurinaa _____ (rumpu). Katselen samalla maisemia ja ohitse vilistää kauniita puita ja peltoja. Näen myös vilaukselta _____ (oravan/jäniksen).

Vihdoin saavumme kaupunkiin ja jään taksista torin reunalle. Torilla on paljon ihmisiä ja osa ihmisistä törmäilee minuun (pyörätuolin/istuimen heiluttelu). Kiertelen aikani torilla, kunnes päätän lähteä viereiseen ostoskeskukseen.

Ostoskeskuksessa on paljon erilaisia kauppia. Päätän mennä ensimmäiseksi käymään vaatekaupassa. Kokeilen kauniita vaatteita, jotka tuntuvat pehmeiltä (pehmeä materiaali). Valitsen itselleni ihanan _____ (huivin/hatun) ja päätän ostaa sen. Maksan _____ (huivi/hattu) kassalla ja kuuntelen kassakoneen kolikoiden kilinää _____ (helistin).

Huomaan vatsani murisevan, joten päätän käydä läheisessä kahvilassa. Kahvilassa on herkullinen tuoksu ja valitsen itselleni tiskiltä _____ (pullan/pasteijan). Syön _____ (pulla/pasteija) nauttien ja katsellen ohi kulkevia ihmisiä. Kun vatsani on taas täynnä, päätän lähteä kirjastoon. (kuiskaa) Kirjastossa pitää olla hiljaa, ettei häiritse toisia ihmisiä. Valitsen hyllystä kirjoja, jotka lainaan luettavaksi. Kannan sylissäni painavaa kirjapinoa (painopeitto). Saan kirjat lainattua ja päätän jatkaa matkaani.

Kävelen kadulla kunnes näen edessäni suuren rakennuksen. Olen saapunut museolle. Kävelen ovesta sisään ja näen paljon tauluja ja patsaita. Kokeilen korkean patsaan pintaa ja se tuntuu karhealta (karkea materiaali). Ihailen taideteoksia aikani ja päätän lähteä kotiin.

Menen läheiseen puistoon odottamaan taksiani ja tunnen kuinka viileä tuuli puhalttaa (lakanan heiluttelu). Käyn läheiselle penkille istumaan ja kuuntelen suihkulähteen solinaa _____ (sadekeppi). Katselen puistossa ulkoilevia _____ (koiria/kissoja) ja muistelen kaupunki reissuani. Vihdoin taksi kaartaa puiston reunaan ja tällä kertaa se on _____ (Punaisen/keltaisen) värinen. Taksi ajaa samaa kaartelevaa tietä pitkin kotiinpäin. Saavun vihdoin kotiin ja lasken maahan painavat kantamukseni. Käyn väsyneenä sohvalleeni istumaan ja laitan viltin päälleni (laita kangas syliin). "Olipas mukava reissu kaupunkiin".

Ajatuksia ja huomioita ryhmänohjauksesta

Muista kertoa ryhmäläisille, miksi olette kokoontuneet. Ryhmäläisten tulee tietää, että kyseessä on toimintaterapiaryhmä.
Sanoita ääneen omaa toimintaa koko ajan, jotta toiminta olisi mahdollisimman selkeää ja helposti ymmärrettävää osallistujille.
Käy ryhmän avustajien kanssa läpi ennen ryhmän alkamista, mikä heidän roolinsa on ryhmässä. Muuten sekaannuksia tehtävistä ja odotuksista voi syntyä. Avustajat ovat ryhmässä vain osallistujia varten, mahdollistamassa heidän toimintaansa.
Ryhmäkerran ohjaajalla ei tulisi olla omaa avustettavaa, sillä ryhmän rakenne hajoaa helposti, kun ohjaajan huomio kiinnittyy moneen asiaan kerralla.
Puhu toisen ohjaajan kanssa etukäteen kaikesta, mitä ryhmäkerran aikana tulee tapahtumaan. Erityisesti ajankäytöstä, jolloin väärinkäsityksiä ja hämmentäviä tilanteita ei pääse syntymään ohjaajien välillä ryhmän aikana.
Varaa aikaa valmistautumiseen ennen ryhmää. 45 minuuttia vaikutti sopivimmalta ajalta järjestellä tila toimintaa varten ja käydä vielä suunnitelma läpi ilman kiirettä. Varattavan ajan määrä riippuu myös toiminnasta.
Ole jämäkkä ja ota ammattimaisesti kantaa, jos ryhmään liittyviä asioita kyseenalaistetaan. Perustele toimintaasi.
Apuohjaajan kannattaa kirjata ylös avustajien huomioita jakamisvaiheessa, jotta tieto säilyy.
Tarkkaile osallistujia samalla, kun he tekevät aistiharjoituksia. Aistiärsykkeet tulevat avustajien toimesta, joten on tärkeää tunnistaa pitääkö osallistujia niistä vai ei.
Lue satu/tarina tarpeeksi kovalla äänellä, selkeästi artikuloiden ja tarpeeksi hitaasti. Kiinnitä tähän huomiota erityisesti silloin, kun jännität.

**Tiedote toimintaterapiaryhmästä**

8.2.2018

Pyydämme Teidät mukaan Steniuksentien ryhmäkodissa toteutuvaan viiden (5) kerran toimintaterapiaryhmään, jonka ohjaavat opinnäytetyönä Metropolian ammattikorkeakoulun toimintaterapeuttiopiskelijat Eeva-Liisa Petäistö ja Meriina Mieskolainen. Opinnäytetyön ohjaaja on toimintaterapian lehtori Anne Talvenheimo-Pesu. Tarkoituksena on löytää Teille mielekkäitä ja kuntouttavia toimintoja. Ryhmä toteutetaan hyvien eettisten käytäntöjen mukaisesti.

Tavoitteena on kartoittaa Teidän kuntoutuksellisia tarpeita ja mielenkiinnonkohteita. Osallistuminen on vapaaehtoista ja Te itse tai Te yhdessä omaohjaajan kanssa voitte keskeyttää ryhmään osallistumisen syytä ilmoittamatta milloin vain. Kieltäytyminen ei vaikuta teidän hoitoon. Terapiaryhmässä toteutettavat toimintamuodot ovat turvallisia ja pyrimme minimoimaan riskit tutustumalla Teihin etukäteen. Ryhmään osallistujan sairaskohtauksen sattuessa Steniuksentien henkilökunta hoitaa tilanteen. Teillä on mahdollisuus saada tietoa prosessin kaikissa vaiheissa allekirjoittaneilta.

Opinnäytetyönä tehtävän toimintaterapiaryhmän aikataulu on seuraavanlainen 16.4 - 20.4.2018 opiskelijat Petäistö ja Mieskolainen ovat mukana Steniuksentien ryhmäkodin arjessa 23.5 - 24.5.2018 havainnoimalla Teitä ja keskustelemalla Teidän ja henkilökunnan kanssa tarkoituksena löytää Teille mielekkäitä ja kuntouttavia toimintoja. Toimintaterapiaryhmä toteutuu ke 2.5, pe 4.5, ke 9.5, pe 11.5 ja ke 16.5.2018. Tuotoksena ryhmästä on raportti tai toimintoja esittelevä vihko. Teidän nimi tai henkilötiedot eivät tule tuotokseen.

Ryhmään osallistuminen on maksutonta ja ryhmään osallistumisesta ei makseta Teille korvausta. Jos Teillä on yleinen edunvalvoja, pyydämme mitä kunnioittavimmin suostumusta Steniuksentien henkilökunnan jäseneltä, joka osaa arvioida ryhmän hyödyllisyyden Teille.

Eeva-Liisa Petäistö
Toimintaterapeuttiopiskelija

Meriina Mieskolainen
Toimintaterapeuttiopiskelija

Suostumusasiakirja
Toimintaterapiaryhmä

Suostumus osallistua Metropolian ammattikorkeakoulun toimintaterapeuttiopiskelijoiden Eeva-Liisa Petäistön ja Meriina Mieskolaisen opinnäytetyönä ohjaamaan viiden kerran toimintaterapiaryhmään. Opinnäytetyön ohjaajana toimii Lehtori Anne Talvenheimo-Pesu. Ryhmään osallistuvat ovat Steniuksentien ryhmäkodissa asuvia kehitysvammaisia henkilöitä. Ryhmään osallistuu 3-4 asukasta.

Opinnäytetyönä tehtävän toimintaterapiaryhmän aikataulu on seuraava, 16.4 - 20.4.2018 opiskelijat Petäistö ja Mieskolainen ovat mukana Steniuksentien ryhmäkodin arjessa 23.5 - 24.5.2018 havainnoimalla Teitä ja keskustelemalla Teidän ja henkilökunnan kanssa tarkoituksena löytää Teille mielekkäitä ja kuntouttavia toimintoja. Toimintaterapiaryhmä toteutuu ke 2.5, pe 4.5, ke 9.5, pe 11.5 ja ke 16.5.2018. Tuotoksena ryhmästä on raportti tai toimintoja esittelevä vihko. Teidän nimenne tai henkilötietonne ei tule tuotokseen.

Olette saaneet suullisen ja kirjallisen selityksen tulevasta toimintaterapiaryhmästä. Olette tietoinen oikeudesta lopettaa ryhmään osallistuminen syytä ilmoittamatta milloin vain. Ryhmään osallistuminen ei vaikuta teidän hoitoon. Toiminnallisesta opinnäytetyöstä lisätietoja antavat Eeva-Liisa Petäistö (eeva-liisa.petaisto@metropolia.fi, 040 8141338) ja Meriina Mieskolainen (meriina.mieskolainen@metropolia.fi). Jos Teillä on yleinen edunvalvoja, pyydämme mitä kunnioittavimmin suostumusta Steniuksentien ryhmäkodin henkilökunnan jäseneltä, joka osaa arvioida ryhmän hyödyllisyyden Teille.

Vahvistan allekirjoituksella vapaaehtoisen osallistumiseni Metropolian ammattikorkeakoulun opiskelijoiden Petäistö ja Mieskolainen ohjaamaan toimintaterapiaryhmään. Minulle on annettu kirjallinen tiedote opinnäytetyönä ohjattavasta toimintaterapiaryhmästä ja se on käyty kanssani suullisesti läpi.

Osallistujan nimi:

Osoite:

Paikka:

Päiväys:

edunvalvoja/osallistujan allekirjoitus:

edunvalvojan/osallistujan nimenselvennys:

Suostumuksen vastaanottajan nimi:

Suostumuksen vastaanottajan allekirjoitus:

Paikka:

Päiväys: