



Osaamista
ja oivallusta
tulevaisuuden
tekemiseen

Janika Heikkinen, Aino-Inkeri Laakso, Roosa Ruokokoski

Toimintaterapia osana vankien kuntoutusta

Vankien kokemuksia toimintaterapiaryhmästä

Metropolia Ammattikorkeakoulu

Toimintaterapeutti AMK

Toimintaterapia

Opinnäytetyö

28.8.2019

Tekijät Otsikko	Janika Heikkinen, Aino-Inkeri Laakso, Roosa Ruokokoski Toimintaterapia osana vankien kuntoutusta: Vankien kokemuksia toimintaterapiaryhmästä
Sivumäärä Aika	57 sivua + 6 liitettä 28.8.2019
Tutkinto	Toimintaterapeutti (AMK)
Tutkinto-ohjelma	Toimintaterapian tutkinto-ohjelma
Suuntautumisvaihtoehto	Toimintaterapia
Ohjaajat	Lehtori Anne Talvenheimo-Pesu Tutkintovastaava Kaija Kekäläinen
<p>Opinnäytetyön tavoitteena oli havainnollistaa Helsingin vankilalle toiminnallisin keinoin toimintaterapian hyödynnettävyyttä osana vankien kuntoutusta. Työelämäkumppani Helsingin vankila on yksi rikosseuraamuslaitoksen toimijoista. Rikosseuraamuslaitoksen tavoitteisiin kuuluu uusimisrikollisuuden vähentäminen valmentamalla rikoksettomaan elämään lisäämällä elämönhallintataitoja. Elämönhallintataidot ovat toimivan ja sujuvan arjen edellytys. Toiminnallisen opinnäytetyön tarkoituksena oli suunnitella ja toteuttaa elämönhallintataitoja tukeva toimintaterapiaryhmä sekä selvittää vankien kokemuksia toteutuneesta ryhmästä.</p> <p>Opinnäytetyöraportti on prosessikuvaus, jossa kuvaillaan teoriataustaa, ryhmän suunnittelua ja toteutusta sekä haastatteluiden tuloksia. Työn teoreettisena pohjana toimi inhimillisen toiminnan malli ja ryhmän suunnittelussa hyödynnettiin Colen seitsemän vaiheen työtappaa. Vankien muutostoiveet sekä mielenkiinnonkohteet olivat keskiössä ryhmän suunnittelussa. Ryhmästä muodostui kuuden kerran kokonaisuus, jossa elämönhallintaa käsiteltiin toiminnallisilla harjoitteilla sekä keskusteluiden kautta. Vankien kokemuksia toteutuneesta ryhmästä selvitettiin yksilöhaastatteluina ja kerättyä aineistoa analysoitiin laadullisin menetelmin.</p> <p>Haastatteluaineiston perusteella ryhmäläiset kokivat mielekkäiksi erilaiset teemat, ryhmän toiminnallisuuden sekä mahdollisuuden vaikuttaa ryhmän sisältöön. Osallistujat toivat esiin ryhmäkertoja, jotka olivat olleet heille merkityksellisiä ja hyödyllisiä. Ryhmäläiset sanoittivat myös sitä, miksi ryhmässä tehdyt toiminnot jäivät mieleen, ja mitä uusia näkökulmia ne olivat tarjonneet. Näiden lisäksi osallistujat kertoivat, että toteutustapoihin sekä teemoihin vaikuttaminen oli uutta.</p> <p>Toteutunutta toimintaterapiaryhmää ei voida mallintaa sellaisenaan, sillä se on lähtenyt toteutuneen ryhmän osallistujien tarpeista. Ryhmään osallistuneiden kokemusten perusteella ryhmän rakentaminen asiakkaiden muutostoiveiden pohjalta voidaan nähdä uutena näkökulmana vankilaympäristössä. Tämän asiakasryhmän kohdalla toiminnalliset keinot ja asiakaslähtöisyys herättivät motivaatiota sekä tukivat ryhmään sitoutumista.</p>	
Avainsanat	vankien kuntoutus, elämönhallinta, toimintaterapiaryhmä, uusimisrikollisuus

Authors Title	Janika Heikkinen, Aino-Inkeri Laakso, Roosa Ruokokoski Occupational Therapy as Part of the Rehabilitation of Prisoners: The Prisoners' Experiences of the Occupational Therapy Group
Number of Pages Date	57 pages + 6 appendices 28 August 2019
Degree	Bachelor of Health Care
Degree Programme	Occupational Therapy
Specialisation option	Occupational Therapy
Instructors	Anne Talvenheimo-Pesu, Senior Lecturer Kaija Kekäläinen, Head of Degree Programme
<p>The aim of this thesis was to illustrate the usefulness of occupational therapy with the use of functional means as a way of rehabilitating prisoners. Our partner was the Helsinki Prison which is part of the Finnish Criminal Sanctions Agency. The Criminal Sanctions Agency aims to reduce reoffending by coaching for a crime free life by increasing life management skills. The purpose of this thesis was to plan and implement an occupational therapy group to support life management skills and to examine the prisoners' experiences.</p> <p>The theoretical basis of the thesis was the Model of Human Occupation and the group was planned using Cole's Seven Steps method. The prisoners' wishes for change as well as their interests were essential to the planning of the group. The group gathered six times and the life management skills were addressed through functional exercises. The prisoners' experiences of the group were analyzed in individual interviews and the data was analyzed using qualitative methods.</p> <p>Based on the interview material, the group members found meaningfulness in the group's various themes, the activities and in the possibility to influence the content of the group. The participants articulated which group activities had been most relevant to them and what new perspectives the group had offered. In addition, participants said that influencing the group's implementation methods and themes were new to them.</p> <p>We emphasize that the actual occupational therapy group cannot be repeated as it is, because it is based on the needs of the participants in this actual therapy group. Based on the gathered client experiences, executing a group based on customer needs can be viewed as a new perspective in the prison environment. We draw a conclusion that for this group of clients, functional methods and customer orientation stimulated motivation and supported commitment to occupation and participation.</p>	
Keywords	rehabilitation of prisoners, life management skills, occupational therapy group, reoffending

Sisällys

1	Johdanto	1
2	Kuntoutus vankilassa	3
2.1	Vapautumiseen valmentaminen	8
2.2	Uusimisrikollisuus	8
2.3	Toimintaterapia vankilan kuntoutuksessa	10
3	Työn teoreettiset taustat	13
3.1	Inhimillisen toiminnan malli	13
3.2	Elämänhallinta	16
3.2.1	Vankien elämänhallinta	18
3.2.2	Elämänhallinnan harjoittelu	18
3.3	Ryhmät	19
3.3.1	Terapiaryhmien tavoitteet ja toiminnan suunnittelu	20
3.3.2	Ryhmän terapeuttiset tekijät ja strategiat	22
4	Ryhmän suunnittelu ja toteutus	26
4.1	Osallistujien valinta	26
4.2	Teemojen valinta	27
4.3	Ryhmäkokonaisuuden suunnittelu Colen mukaan	28
4.4	Ryhmän toteutus	30
5	Kokemuksien selvittäminen laadullisin menetelmin	38
5.1	Haastattelu aineistonkeruumenetelmänä	38
5.2	Aineiston analysointi	39
6	Tulokset	43
6.1	Tahto	43
6.2	Tottumus	45
6.3	Tekeminen	46
6.4	Ympäristö	47
7	Johtopäätökset ja pohdinta	49
	Lähteet	53

Liitteet

- Liite 1. Tervetuloa ryhmään
- Liite 2. Suostumuslomake
- Liite 3. Elämänhallintataito -lomake
- Liite 4. Haastattelukysymykset
- Liite 5. Budjettilomake
- Liite 6. Ryhmäkaavio

1 Johdanto

Rikosseuraamuslaitoksen kokoamien viiden vuoden seuranta-ajan tilastojen mukaan vankilasta vapautuneiden uusintarikollisuus on ollut hieman nousussa vuonna 2018. Tällä seuranta-ajalla vapautumisen jälkeen vankilaan palasi 50,6 prosenttia vangeista. (Rikosseuraamuslaitoksen tilinpäätös 2018: 14-15.) Rikosseuraamuslaitos on vankeus-rangaistusten ja yhdyskuntaseuraamusten täytäntöönpanoviranomainen, joka toimii oikeusministeriön alaisuudessa. Sen tavoitteena on ehkäistä uusintarikollisuutta ja edistää yhteiskunnan turvallisuutta. (Helsingin vankila esite n.d.) Rikosseuraamuslaitos toteaa vankien mahdollisuuden rikoksettomaan elämään heikentyneen toimintamahdollisuuksien vähenemisen johdosta, mihin on osaltaan vaikuttanut henkilöstön leikkaukset (Rikosseuraamuslaitoksen tilinpäätös 2018: 3). Uusintarikollisuuden määrän voidaan tulkita olevan suuri, jonka vuoksi on tärkeää integroida vankeja yhteiskuntaan kuntoutuksen keinoin. Rikosseuraamuslaitoksen (2018) mukaan tulevaisuudessa pyritään lisäämään vankien sellin ulkopuolella viettämää aikaa muun muassa lähityötä kehittämällä. Näin lisätään vankien aktiivisuutta ja toimintoihin osallistumista. Yksi rikosseuraamuslaitoksen yhteiskunnallinen tavoite on asiakkaiden valmentaminen rikoksettomaan elämäntapaan. (Rikosseuraamuslaitoksen tilinpäätös 2018: 1.)

Rikolliseen alakulttuuriin tottunut ihminen tekee yleisesti ottaen erilaisia valintoja kuin valtakulttuurin henkilö. Valtakulttuurista ei yleensä löydy rikolliselle yhteisöä, joka tukisi valintojen tekemisessä. Tämä vaikeuttaa irtautumista omasta vanhasta kulttuurista. (Kurki & Kurki-Suutarinen & Taruvuori 2010: 126.) Vankien on haastavaa irtautua vanhoista tavoista ja löytää tilalle uusia käyttäytymismalleja sekä elämänhallintaan tukevia taitoja. Elämänhallinta on Keltikangas-Järvisen (2008) mukaan ihmisen pyrkimystä muuttaa niitä sisäisiä ja ulkoisia tekijöitä, jotka ovat voimavaroja ylittäviä. Se on myös ihmisen uskoa siihen, että hän voi itse vaikuttaa asioihin ja pystyy muuttamaan olosuhteita paremmiksi itselleen. (Keltikangas-Järvinen 2008: 255.) Siksi elämänhallinnan taitojen harjaannuttaminen jo vankeusaikana on tärkeää.

Opinnäytetyömme työelämäkumppanina on Helsingin vankila, joka on yksi rikosseuraamuslaitoksen vankiloista. Helsingin vankila on suljettu laitos, joka valmistui vuonna 1881. Tällä hetkellä vankipaikkoja on yhteensä 321, joista keskimäärin 250 paikkaa oli käytössä vuonna 2017. (Helsingin vankila 2019.) Helsingin vankila tarjoaa erilaisia toimin-

toja kuten työtoimintaa, koulutusta ja kuntotuttavaa toimintaa. Vankien valmiuksia rikoksettomaan elämään pyritään kehittämään, mikä näkyy rangaistusajan suunnittelussa. (Helsingin vankilan esite n.d.)

Toiminnallisen opinnäytetyömme tavoitteena on havainnollistaa Helsingin vankilalle konkreettisesti toimintaterapian hyödynnettävyyttä osana vankien kuntoutusta. Tarkoituksena oli suunnitella ja toteuttaa toimintaterapiaryhmä Helsingin vankilassa sekä selvittää vankien kokemuksia toteutuneesta ryhmästä. Valitsimme ryhmämuotoisen toteutustavan, sillä se vastasi työelämäkumppanin toiveita sekä opinnäytetyömme tavoitetta. Halusimme, että ryhmästä on myös välitöntä hyötyä vangeille.

Selvitimme vankien kokemuksia toteutuneesta toimintaterapiaryhmästä hyödyntäen laadullisen tutkimuksen keinoja. Laadullisen tutkimuksen menetelmillä voidaan selvittää merkityksiä eli sitä, kuinka ihmiset kokevat ja näkevät ympäröivän maailman (Kananen 2008: 35). Ryhmään osallistuneista vangeista kuusi osallistui puolistrukturoituihin haastatteluihin, joista muodostunutta aineistoa analysoimme teoriaohjaavasti.

Tässä opinnäytetyössä perustelemme toimintaterapian merkitystä kuntoutuksessa ja tarjoamme uuden näkökulman tukemaan vankilan olemassa olevaa kuntoutusta. Toimintaterapian keskiössä on Kramerin (2003) ja kumppanien mukaan toiminnan käsite. Toiminta koostuu päivittäisistä rutiineista ja tehtävistä sekä merkityksellisistä toiminnoista, joihin vaikuttavat henkilökohtaiset arvot ja mielenkiinnonkohteet. (Kramer & Hinojosa & Royeen 2003: 1.) Voidaan siis todeta, että yksi keskeinen osa-alue toimintaterapeutin ammattitaitoa on tukea asiakasta arjen taitojen hallinnassa. Näiden taitojen tukeminen vahvistaa myös vangin valmiuksia rikoksettomaan elämään.

Tässä opinnäytetyössä kuvailemme ja perustelemme toteutuneen ryhmän taustalla vaikuttaneita toimintaterapian teoreettisia lähtökohtia. Työtä ohjaavana teoriapohjana on inhimillisen toiminnan malli. Se on toimintakeskeinen ja asiakaslähtöinen sekä näyttöön perustuva malli (Kielhofner 2008: 1). Ryhmän suunnittelu ja toteutus kuvataan vaiheittain, jotta lukijalle hahmottuu toimintaterapian näkökulma sekä sen hyödynnettävyys kuntoutuksen muotona. Ryhmien suunnittelussa hyödynsimme Colen seitsemän vaiheen työtappaa. Se on toimintaterapiaryhmien ohjaamiseen suunniteltu työväline, joka on yksityiskohtainen ja muokattavissa ryhmän tarpeiden mukaan (Cole 2012: 4).

2 Kuntoutus vankilassa

Tässä luvussa käsittelemme vankilan historiaa, kuntoutusta ja toimintaa. Opinnäytetyömme ei keskity rikoslainsäädännöllisiin ja oikeustieteellisiin näkökulmiin, mutta on hyvä tietää muutamia asioita ja käsitteitä liittyen vankilajärjestelmään ja vankeuden suorittamiseen, jotta opinnäytetyömme tausta tulee lukijalle selväksi.

Lait säätelevät toimintaa ja asettavat sille vähimmäisvaatimukset. Vankiloiden täytyy noudattaa näitä lakeja ja näin ollen tarjota sen mukaista toimintaa vankeusrangaistusta suorittaville. Kurki ja kumppanit (2010) toteavat, että vuonna 2006 voimaan tullut uusi vankeuslaki muutti vankeinhoitoa. Siinä painotetaan rangaistusajan suunnitelmallisuuden tärkeyttä vankien tulevaisuudelle. Vankilan tehtävä on nykyään vankien kuntouttaminen uudelleen yhteiskuntaan. Vieraantumisesta pyritään etenemään tai palaamaan rikoksettomaan elämään kehittämällä sekä tukemalla vankien elämänhallintaa. (Kurki ym. 2010: 59.) Vankeuslaissa on esimerkiksi asetettu seuraavaa:

Vankeuden täytäntöönpanon tavoite

Vankeuden täytäntöönpanon tavoitteena on lisätä vangin valmiuksia rikoksettomaan elämäntapaan edistämällä vangin elämänhallintaa ja sijoittumista yhteiskuntaan sekä estää rikosten tekeminen rangaistusaikana (Vankeuslaki 2005/767 §2).

Kuntoutusportti -sivustolla määritellään, että yksilön toimintakyvyn ja hyvinvoinnin sekä työllisyyden edistäminen ovat kuntoutuksen tavoitteita. Sillä pyritään vaikuttamaan koko väestön toimintakykyyn, työkykyyn ja sosiaaliseen selviytymiseen. Kuntoutusmuotoja ja -toimijoita on paljon. Kuntoutus on sosiaalipoliittinen tuki-, säätely- ja palvelujärjestelmä. (Kuntoutusportti 2016.) Kuntoutus on siis yhteiskunnan määrittämää jokaiselle yksilölle kuuluvaa palvelua, jota myös vankilan on tuettava ja mahdollistettava. Vankila rajoitettuna ympäristönä luo omat haasteensa, jolloin ammattilaisista koostuva henkilökunta ja monipuoliset soveltuvat menetelmät korostuvat entisestään.

Nykyisin yksittäisen vangin kuntouttamisen katsotaan olevan etusijalla, kun taas historiassa vankilan tehtävänä saattoi olla vain kostaa, pelottaa ja eristää. Rikoksentekijöihin ja vankeihin vaikuttamisen voidaan mieltää olevan nykyaikaisen vankilan päämääränä. (Hypén 2002: 124.) Koko modernin vankilainstituution olemassaolon ajan kuntoutuksen

asemasta vankilassa on kiistelty. Vankeinhoidon historiaan lukeutuu erilaisia kuntouttavia ajatuksia ja kokeiluja. Mutta voidaan katsoa, että vankeinhoidon kuntouttava toiminta on läpi historian sisältänyt työn, kurin, moraalín, koulutuksen ja hoidon elementtejä. (Tourunen 2002: 29.)

Kuntoutuksen tuloksia on pidetty heikkoina ja sen mahdollisuuksiin ei ole uskottu. On myös väitetty, ettei kuntouttaville toimille ole koskaan annettu kunnon mahdollisuutta. Kaikesta tästä huolimatta ajatus kuntoutuksesta on tullut pysyväksi osaksi vankeinhoidoa. Vankeusrangaistuksien täytäntöönpano on vankilan tehtävä ja samalla sen pitäisi pyrkiä kuntouttamaan vankeja. Tätä rangaistuksen ja kuntoutuksen välistä jännitettä pidetään vankilan keskeisimpänä ristiriitana. Vankilan tulisi olla yhtä aikaa sekä ennaltaehkäisevä kuntouttava laitos, että pelottava asia. (Tourunen 2002: 29-30.)

Laki rangaistusajan suunnitelmasta (Vankeuslaki 2005/767 § 6) määrää, että vangille on laadittava yksilöllinen suunnitelma rangaistusajan suorittamista, vapauttamista ja ehdonalaista vapautta varten. Sen tulee sisältää suunnitelman vangin sijoittamisesta, rangaistusajan toiminnasta, valvotusta koevapaudesta ja ehdonalaisesta vapauttamisesta sekä poistumisluvan myöntämisestä. Myöhemmin suunnitelmaa täydennetään vapauttamissuunnitelmalla ja valvontasuunnitelmalla. Suunnitelman sisällössä ja laajuudessa huomioidaan esimerkiksi rangaistusajan pituus, aikaisemmat rangaistukset sekä vangin työ- ja toimintakyky. (Vankeuslaki 2005/767 § 6.)

Suunnitelman laatimismenettelystä on säädetty laissa (Vankeuslaki 2015/393 § 7) muun muassa, että rangaistusajan suunnitelmaa tarkennetaan siinä vankilassa, johon vanki sijoitetaan, ja että suunnitelma valmistellaan yhteistyössä tuomitun kanssa sekä sen toteutumista seurataan ja sen ajantasaisuudesta huolehditaan. Rangaistusajan suunnitelmalla pyritään antamaan mahdollisuus vangeille vaikuttaa omaan tuomioon liittyviin tekijöihin. On hyvin ymmärrettävää, että tällaisessa tilanteessa tuomittu voi tuntea toivotomuutta tai vihaa omaa itseään ja tulevaisuuttaan sekä Suomen lakijärjestelmää kohtaan. Moni varmasti myös ymmärtää, että omaan rangaistusajan suunnitelmaan vaikuttaminen on tärkeää. Kurki ja muut lainaavat Kääriäisen (1994) ajatuksia, kun puhutaan rikoksentehtäjän arvomaailmasta, jossa korostuvat muun muassa yhteiskuntavastaisuus, itsenäisyys, riippumattomuus ja vapaus. Tätä arvomaailmaa sävyttävät myös viha, katkeruus ja kosto. (ks. Kurki ym. 2010: 83.)

Normaaliusperiaate eli vankilan päiväjärjestys vastaa yhteiskunnan yleisiä käytäntöjä, jotka perustuvat vankien työ- ja osallistumisvelvollisuuteen. Vangin selviytymismahdollisuuksia vapaudessa yritetään vahvistaa vankeusaikana. Osaksi osallistumisvelvollisuutta voidaan liittää myös toimintaohjelmiin ja päihdekuntoutukseen osallistuminen. (Hartoneva & Mohell & Pajuoja & Vartia 2015: 162-163.)

Toimintaan osallistuminen on vangin velvollisuus, joka tukee henkilön toiminnallisuuden ylläpitämistä ja näin ollen ehkäisee toiminnallista deprivatiota. Deprivatio tarkoittaa puutetta, vajaustilaa, riistämistä tai pois ottamista (Duodecim 2019). Näin ollen toiminnallisella deprivatiolla voidaan tarkoittaa toiminnan puutetta tai sen riistämistä ja toiminnallista taantumista. Townsed ja Wilcock (2004) toteavat, että ihmisillä on oikeus kehittyä osallistumalla terveyteen ja sosiaalisuuteen liittyviin toimintoihin. Nimettäessä toiminnallinen deprivatio epäoikeudenmukaisuuden muodoksi, erityisenä huolenaiheena ovat ne ihmiset, jotka ovat eristettyjä tai muuten rajoitettuja osallistumasta työhön. Toiminnallista deprivatiota voi syntyä myös silloin, kun ihmisillä on rajallinen valinta toiminnoissa, heidän sijaintinsa, kykyjensä tai muiden olosuhteiden vuoksi. (Townsend & Wilcock 2004: 81.) Tämän ajatuksen mukaan voidaan nähdä vankien olevan erityisen uhan alla joutua toiminnalliseen deprivatioon. Myös vankilan rajalliset resurssit lisäävät uhkaa. Siksi onkin äärimmäisen tärkeää, että vangit osallistuvat toimintoihin, jotta deprivatiota saadaan ennaltaehkäistyä.

Rangaistusajan suunnitelmassa pyritään ottamaan huomioon, että tuomittu voisi kehittää valmiuksiaan ja taitojaan rikoksetonta elämää kohti. Suoritettuaan rangaistuksen tuomitulla on vahvemmat mahdollisuudet sijoittua osaksi yhteiskuntaa, kun rangaistusaikana harjaannutetaan elämänhallintaa tukevia taitoja. (Vankeuslaki 2005/767 §2.) Tämä kyseinen Rikosseuraamuslaitoksen periaate, tukee näin ollen ajatusta kuntouttamista mahdollistavan toiminnan toteuttamisesta. Oikea-aikaisesti toteutettu interventio voi auttaa vankia löytämään uusia keinoja elämänhallintaan tai herättää ajattelemaan omaa tulevaisuuttaan eri näkökulmasta. Toimintaterapeutin ammattiosaamiseen kuuluu vahvasti arjen hallintaan liittyvien valmiuksien ja taitojen tukeminen sekä harjaannuttaminen.

Rikosseuraamuslaitoksen arvoihin kuuluu, että toiminnassa sitoudutaan suomalaisessa yhteiskunnassa tärkeinä pidettyjen arvojen noudattamiseen, kuten ihmisarvon kunnioittamiseen ja oikeudenmukaisuuteen. Käsitys yksilön mahdollisuudesta muuttua ja kasvaa ohjaavat työtä. (Arvot ja strategiat 2019.)



Kuvio 1. Rikosseuraamuslaitoksen toiminta (Rikosseuraamuslaitoksen strategiakartta 2019 mukailen).

Rikosseuraamuslaitoksen ja Kuvion 1. mukaan voidaan todeta, että yksilön muutokseen ja kasvuun halutaan uskoa sekä siihen halutaan antaa mahdollisuus. Mitä kukin vanki tarvitsee muuttuakseen tai kasvaakseen on yksilöllistä, joten on tärkeää, että vankilat tarttuvat tähän ajatukseen ja pyrkivät tarjoamaan mahdollisimman monipuolista ja kuntoutuksellista ohjelmaa sekä toimintaa yksiköissään. Myös toimintaterapian ytimessä on yksilön ymmärtäminen ja tätä kautta asiakaslähtöisyys. Esimerkiksi Kielhofnerin (2008) mukaan terapeutisessa harkintaprosessissa asiakaslähtöisyys korostuu. Asiakkaan ymmärryksessä nousevat esiin muun muassa hänen arvonsa, mielenkiinnonkohteet ja toimintaan liittyvät kokemukset. (Kielhofner 2008: 143.)

Noin kolme neljäsosaa vangeista kärsii päihdeongelmista, joka tekee päihderiippuvaisista yliedustetun vankiryhmän (Kaukonen 2006). Vankiloissa toteutetaan kuntouttavaa toimintaa, joista tärkeimpiä ovat päihteisiin liittyvä kuntoutus ja työtoiminta. Päihteettömyys ja siihen pyrkiminen voivat edesauttaa rikoksetonta elämää, vaikka täysin rikokseton elämä vaatii monen eri osatekijän hallitsemista. Rikosseuraamuslaitoksen (2019) mukaan päihdekuntoutuksen ja ohjelmatyön lisäksi vankiloissa järjestetään muuta toiminnallista sosiaalista kuntoutusta, jonka tavoitteena on muun muassa lisätä arkielämän taitoja ja sosiaalisia taitoja. Toiminnalla koitetaan tukea päihteettömän ja rikoksetoman elämäntavan omaksumista. (Muu sosiaalinen kuntoutus 2019.) Muutoshalukkuus lähtee

aina yksilön sisäisistä tekijöistä, mutta on olennaista, että motivaatiota tukemaan tai herättämään järjestetään toimintaa vankeusaikana. Tässä korostuu taas se, että tarjonnan, esimerkiksi kurssien sisältöjen, tulisi olla monipuolista ja vaihtelevaa, jotta jokaiselle tarjoutuu mahdollisuus osallistua itseä motivoivaan toimintaan.

Muussa sosiaalisessa kuntoutuksessa tavoitteena mainittiin muun muassa arkielämän taitojen lisääminen. Rikosseuraamuslaitoksen (2019) mukaan arkielämän perustaidoilla tarkoitetaan esimerkiksi ruoanlaittoa, omasta hyvinvoinnista ja kodista huolehtimista sekä taloussuunnittelua, joiden opettamista tarjotaan muun muassa kuntouttavilla osastoilla tai erillisinä kursseina. Useassa vankilassa järjestetään elämänhallintaa lisääviä ja vapauteen valmentavia ohjelmia. Tämän lisäksi toimintakykyä ylläpitävää toimintaa, kuten työpajoja järjestetään vankiloissa, tosin lähinnä niille vangeille, joita on hankala sijoittaa muuhun toimintaan. (Muu sosiaalinen kuntoutus 2019.) Toimintaterapian ammatiosaamista voisi hyödyntää tämän kaltaisissa vankien kuntoutuksellisissa ohjelmissa, sillä toimintaterapian ydintä on osallisuuden mahdollistaminen toiminnan keinoin. Sujuvan arjen vahvistaminen erilaisilla toiminnoilla ja elämänhallintataitojen kehittäminen ovat toimintaterapeutin vahvaa osaamisaluetta.

Kuntoutusta voidaan järjestää yksilö- tai ryhmämuotoisena. Ryhmän muodostuminen, kehittyminen ja sen tarjoama vertaistuki edistävät kuntoutumista. Hypénin (2002) mukaan vankilassa toimivien ohjelmien tavoitteena on saada aikaan muutoksia. Samankaltainen prosessi on myös kognitiivisissa ryhmissä, joissa pyritään ongelmakäyttäytymisen tunnistamiseen ja sen erittelyyn sekä välttämiseen. Vaihtoehtoisten käyttäytymistapojen löytäminen ja ennalta mietityt keinot välttää ongelmien syntyä ovat ongelmakäyttäytymisen hallintaa. Osallistujien muutkin elämänhallintataidot kasvavat näiden päämäärien tavoittelun ohessa, esimerkiksi erilaisten arkipäivän ongelmien ratkaisutaitoja voidaan pyrkiä lisäämään ryhmissä. (Hypén 2002: 114.)

Edellä mainitut muutokset saattavat vähentää uusintarikollisuutta. Tämä voi merkitä parhaimmillaan sitä, että ohjelmaan osallistuvan vangin mahdollisuudet rikoksettomaan elämään ovat lisääntyneet hänen suorittuaan ohjelman. Keskeyttäneiden osuus on varsin pieni tavoitteellisissa toimintaohjelmissa, silloin kun sitä toteutetaan vaatimusten mukaisesti. (Hypén 2002: 114.) Toimintaterapeutti tukee vankeja ja auttaa heitä tunnistamaan sosiaalisesti hyväksyttävää käytöstä (RCOT 2018: 3). Elämän ulkoinen hallinta sosiologis-sosiaalipoliittisesta näkökulmasta on hyvinvoinnin tavoittelua. Se perustuu mielikuviin niistä asioista, mitä yksilö pitää tavoittelemisen arvoisena. (Tossavainen 1996: 25.)

Myös opinnäytetyöntekijöiden pitämä toimintaterapiaryhmä sisälsi elämänhallintataitoja vahvistavia tekijöitä esimerkiksi silloin, kun ryhmässä pohdittiin ongelmanratkaisuun ja rutiinien hallitsemiseen liittyviä keinoja. Ryhmässä ei tapahtunut osallistujien omasta tahdosta johtuvia keskeytyksiä.

2.1 Vapautumiseen valmentaminen

Hyvissä ajoin ennen siviiliin siirtymistä tulisi aloittaa vangin kanssa yhteistyössä vapautumiseen valmistautuminen. Riippuen rangaistusajan kestosta, voidaan valmistelu aloittaa jo melko pian vankilaan tulon jälkeen tai viimeistään noin puoli vuotta ennen vapautumista. Vapauttamissuunnitelmassa arvioidaan vankilasta vapautuvan selviytymisedellytyksiä ja palvelutarvetta, kuten asumiseen, työhön tai sosiaalisiin suhteisiin liittyviä asioita. Vapauttamisen valmistelussa tehdään kunnan sekä työ- ja elinkeinohallinnon kanssa yhteistyössä vangin suostumuksella tarvittavien palveluiden järjestämiseksi. Tukipalveluja kuntien ohella tuottavat ja kehittävät järjestöt sekä kolmannen sektorin toimijat, kuten Kriminaalihuollon tukisäätiö (KRITS) ja Silta-valmennusyhdistys. (Hartoneva ym. 2015: 291; Vapautumisen valmistelu 2019.)

Vapautuvaa vankia on erittäin tärkeää tukea ja lisätä hänen tietouttaan tukitoimista vankeusajan jälkeisessä elämässä. Yksilön omasta motivaatiosta ja sen hetkisestä tilanteesta riippuu, kuinka vastaanottavainen hän on tukitoimenpiteisiin ja oman elämän muutokseen. On tarpeellista, että valmistelu ja tiedotus aloitetaan jo vankilassa. Tähän asiaan ottaa kantaa myös sosiaali- ja terveysministeriön (2006) selvitys, jonka mukaan erillisten vapautumiseen valmentavien osastojen perustaminen voisi olla oleellista, ja että elämänhallintataitojen tukeminen ja arjen taitojen opettelu olisi tärkeää vapautumisen kannalta (Rikoksista rangaistujen tuen tarve 2006).

2.2 Uusimisrikollisuus

Yksi rikosentorjunnan tehtävistä on uusintarikollisuuden vähentäminen. Uusimisriski saattaa vaihdella rikoslajin ja seuranta-ajan mukaan. Tutkimuksen mukaan 37–60 prosenttia suomalaisista miesvangeista uusii rikoksen. Uusintarikollisuuden ehkäisytyössä pitäisi hyödyntää tutkimustietoa rikosentekijöistä ja ehkäisevät toimenpiteet kannattaisi suunnitella rikosentekijätyypin mukaisesti. Mitä useammin vanki on ollut vankilassa, sitä suurempi riski on uusien rikosten tekemistä. Nuorten rikollisuutta ehkäisemällä voidaan myös vähentää

uusintarikollisuutta, esimerkiksi työpajatoiminnan, päihdehoidon tai nuorisotyön avulla. (Uusintarikollisuuden ehkäisy n.d.)

Rikoksentorjunnan mukaan rikosseuraamusalalla uusintarikollisuuden ehkäisemiseen on käytössä ohjelmamuotoista toimintaa. Ne voivat olla erimuotoisia, eri ongelmiin ja tarkoituksiin keskittyviä kuntouttavia ohjelmia. Ohjelmiin vaihtelevuutta tuovat menetelmät, tavoitteet sekä laajuus ja muutosmalli. Motivointi- ja vaikuttavuusohjelmiin jakaminen on yksi tapa luokitella niitä. Motivointiohjelmat ovat joko yksilö- tai ryhmämuotoista toimintaa. Ne ovat yleensä lyhytkestoisia ja niiden tavoite on motivoida asiakasta muutokseen ja tunnistamaan ongelmakäyttäytymistä sekä ryhtymään jatkotoimenpiteisiin rikoksettoman elämän edistämiseksi. Vaikuttavuusohjelmat taas ovat yleisesti ottaen ryhmämuotoisia. Ne ovat kestoaltaan pidempiä ja usein myös intensiivisiä. Niiden tavoitteena on auttaa asiakasta ensin tunnistamaan ja sen jälkeen miettimään uudelleen haitallisia ajattelu- ja käyttäytymismallejaan, joiden tilalle pyritään saamaan rikoksettomaan elämään tukevia toimintamalleja. (Uusintarikollisuuden ehkäisy n.d.)

Myös muita uusintarikollisuuteen puuttuvia työmuotoja on käytössä rikosseuraamusalalla. Niissä vangin arjen taitoja lisätään tai ylläpidetään erilaisten taitojen opetteluun tai tiedon lisäämisen kautta. Näissä ohjelmissa ei tavoitella välttämättä selkeää muutosta, vaan tällaisten hyviin käytäntöihin lukeutuvien ohjelmien ja kurssien tavoitteena on muun muassa arjen taitojen harjoittelu tai elämänhallinnan kohentaminen. (Uusintarikollisuuden ehkäisy n.d.) Toimintaterapian näkökulma olisi hyödyllinen tällaisiin ohjelmiin. Arjen ja elämänhallintataitojen harjoitteluun löytyy teoria pohjaa ja erilaisia välineitä sekä menetelmiä toimintaterapiassa. Luvussa 3.1 Inhimillisen toiminnan malli on esitelty yhtä toimintaterapian mallia sekä kahta siihen liittyvää arviointivälinettä.

Kanadan liittovaltion vankeinhoidon piirissä on esitetty neljä periaatetta, jotka ovat taustalla menestyneissä ohjelmissa: riskin huomioimisen, tarpeen huomioimisen, vastuu- ja ammatillisen harkinnan periaatteet. Esimerkiksi tarpeen huomioimisen periaatteessa keskeistä on muun muassa rikollista käyttäytymistä ylläpitävien tarpeiden tunnistaminen, joista suuri osa liittyy rikollista käyttäytymistä hyväksyviin asenteisiin, arvoihin ja uskomuksiin. Esimerkiksi vastaavuusperiaatteessa ohjelma ja sen toteutuksen muoto vastaa rikoksentekijän oppimistyyliä ja kykyjä, jossa voidaan jopa edellyttää kuntouttajan ja kuntoutettavan persoonallisuuksien sopivuutta yhteen. (Laine 2002: 133.) Nämäkin Kanadassa huomattavat periaatteet vastaavat hyvin toimintaterapeutin koulutuksen ja ko-

kemuksen tuomaa ammattitaitoa. Toimintaterapeutin täytyy ymmärtää ja tunnistaa asiakkaansa arvot ja asenteet, eikä pakottaa asiakasta toimimaan terapeutin omien arvojen mukaan. Asiakkaan kykyjen, taitojen ja valmiuksien arviointi ja niissä tukeminen kuuluvat myös toimintaterapiaan.

Uusintarikollisuuden mittaamista ja niiden tilastoja saatetaan usein käyttää kuntouttamisen onnistumisen mittarina, mutta voiko asiaa tarkastella niin mustavalkoisesti? Laine (2002) pohtii myös uusimista liian ”karkeana” mittarina kuntoutuksen tulosten arviointina. Kuntoutusmenetelmät ovat voineet saada aikaan positiivisia vaikutuksia, mutta olosuhteet, joihin henkilö joutuu vapauduttuaan saattaa kumota ne. Kuntoutuksen vaikutukset saattavat myös näkyä vasta vuosien jälkeen. Rikoksen uusiminen saattaa siis olla karkea mittari, emmehän esimerkiksi arvioi sairaalan toimintaa sen perusteella, kuinka moni sen potilaista sairastuu uudestaan. Miten niin sanotut absoluuttiset tavoitteet voisivat toimia vankien kuntoutuksessa, jos ne eivät toimi muuallakaan. (Laine 2002: 130-132.) Kuntoutumiseen vaikuttavat monet sisäiset ja ulkoiset tekijät aina omasta motivaatiosta ohjelmiin, niiden sisältöihin ja ohjajiin. Se on hyvin yksilöllistä, joten siksi täytyykin peräänkuuluttaa monipuolista kuntouttavien ohjelmien tarjontaa. Näille ohjelmille pitää antaa siis myös aikaa. Kuntoutus on osa vankeinhoitoa, joten vankiloihin tarvitaan erilaisia kuntoutuksen ammattilaisia, ohjelmia ja resursseja niiden toteutukseen.

2.3 Toimintaterapia vankilan kuntoutuksessa

Tällä hetkellä Suomen vankiloissa työskentelee hyvin pieni määrä toimintaterapeutteja lähinnä psykiatrisen vankisairaanhoidon alaisena. Pohdittaessa toimintaterapiaa vankilaympäristössä, voidaan ajatella, että vankilassa koko aikaisesti työskentelevä toimintaterapeutti mahdollistaisi pysyvämmät ja pitkäkestoisemmat toimintaterapiaprosessit. Se edesauttaisi myös toimintaterapeutin ja asiakkaan välisen luottamuksellisen suhteen muodostumista. Tämän lisäksi moniammatillinen työyhteisö laajentuisi ja alansa ammattilaiset saisivat erilaisia näkökulmia asiakkaan tilanteesta.

Ulkomailla kokoaikaisesti vankilassa työskentelevät toimintaterapeutit ovat huomattavasti yleisempiä. Muñozin ja kumppaneiden (2016) artikkelin mukaan eri maissa on eri käytännöt tuomion suorittamiseen, mutta toimintaterapeutit ympäri maailmaa ovat pitkään tunnistaneeet ammattinsa tärkeyden kriminaalihuollon asiakkaiden kuntoutuksessa.

Esimerkiksi Iso-Britanniassa on suositukset toimintaterapia keskeisten palvelujen tuottamiseen vankisairaaloissa, vaikka se on vain osa kriminaalihuoltoa. (Muñoz & Moreton & Sitterly 2016: 242.)

Toimintaterapialla vankilaympäristössä on myös omat haasteensa. Ympäristö on hyvin erityinen ja myös rajoittava. Creek (2014) avaa toimintaterapian haasteita vankilassa seuraavasti: työskentelijä toimintaterapeutti missä tahansa rikollisille tarkoitettuun palvelussa, he kohtaavat saman ongelman, kuinka löytää tasapaino riskinhallinnan ja terapeutin ilmapiirin välille. Toimintaterapeuttien pitää noudattaa heidän itsensä ja muiden kohdalla tarkkaa protokollaa vaaratekijöiden ja turvallisuuden suhteen. Liikkuminen alueiden välillä on rajoitettua ja muun yhteisön läsnäolo on epätodennäköistä. On tärkeää, että toimintaterapeutit pitävät yllä asiakaslähtöistä lähestymistapaa, ympäristön asettamien rajoitusten puitteissa. (Creek 2014: 429.)

Käytännössä siis vankilan ulkopuolelle ei ole mahdollista lähteä, eikä näin ollen sosiaalista kanssakäymistä ja vuorovaikutusta tule muiden kuin vankilan henkilökunnan, viranomaisten ja toisten vankien kanssa, pois lukien lähimmäisten vierailut ja puhelut. Toisaalta juuri näiden rajattujen kontaktien ja ympäristön vuoksi korostuu Creekin painottama asiakaslähtöinen lähestymistapa. Luottamuksellisen terapiasuhteen muodostumisen kannalta on tärkeää, että vanki kokee tulleen kuulluksi. Toimintaterapiassa painottuvat myös yksilölle merkitykselliset asiat, jotka vahvistavat henkilökohtaista osallisuutta ja vaikuttamista.

Creek soveltaa O'Brianin ja Banniganin (2008) ajatuksia, kun hän tiivistää, että jotkut toimintaterapeutit pitävät ympäristöä isona rajoitteena ja yksikön järjestelmää liian institutionaalisenä, joka tarkoittaa sitä, että valintojen tekeminen sekä itsenäisyyden edistäminen voivat hankaloitua. Päivittäin seurataan lukituksen tuomaa rutiinia, jossa eristys on määrättyä; tämä voi olla vaikeaa toimintaterapeutille, joka yrittää kohdata ihmisiä toiminnossaan. Toimintaterapeutin täytyy työskennellä huolellisesti vankilan virkailijoiden kanssa edistääkseen vankien myönteistä toimintaan osallistumista. (Creek 2014: 431.)

Moniammatillinen yhteistyö on nykyään hyvin yleistä erilaisissa työyhteisöissä, eikä vankila ole poikkeus. Erilaisten ammattilaisten täytyy tehdä sujuvaa ja avointa yhteistyötä myönteisen ilmapiirin luomisen ja asiakkaiden tasapuolisen kuntouttavaan toimintaan osallistumisen edistämiseksi. Usein toimintaterapeutti on ainoa ammattinsa harjoittaja työpaikassaan, joten moniammatillinen työskentely on välttämätöntä. Toimintaterapeutin

pitää Creekin (2014) mukaan työskennellä mukautuen ja kommunikoida selkeästi henkilöiden, työryhmän ja palvelun kanssa, mutta kuten kaikissa laitoksissa, henkilöstömäärät voivat olla ongelmallisia (Creek 2014: 437).

Vaikka haasteet ovat erityisiä, on olemassa myös näyttöä, että asiakaslähtöisyys näkyy vangeille itselleenkin. Jamiesonin ja Parkinsonin (2017) artikkelissa kerrotaan vankien tavoitetason jatkuvan arvioinnin osoittavan, että vangit arvostavat tapaa, jolla toiminnalliset tapausesimerkit koostavat heidän olosuhteitansa ja huolenaiheitansa. Ja myös sanallinen palaute viittaa siihen, että koostetut tapausesimerkit ovat tehokas keino torjua vankien toiminnallista vieraantumista. (Jamieson & Parkinson 2017: 6.) Toiminnallisilla tapausesimerkeillä tarkoitetaan sitä, että toiminnassa voi olla mukana toimintaterapeutin tekemä esimerkki tapaus, jossa esiintyy samankaltaisia haasteita kuin asiakkailla itselläänkin on. Se voi pohjata terapeutin kokemuksiin samankaltaisen asiakasryhmän kanssa tai teoriaan. Sen sijaan, että kenties vaikeakin asiaa käsiteltäisiin omana itsenä, voi olla helpompaa miettiä haasteita esimerkin kautta ja sitä kautta luoda ymmärrystä asiakkaan omaan tilanteeseen sekä mahdollistaa asiakkaan omat oivallukset.

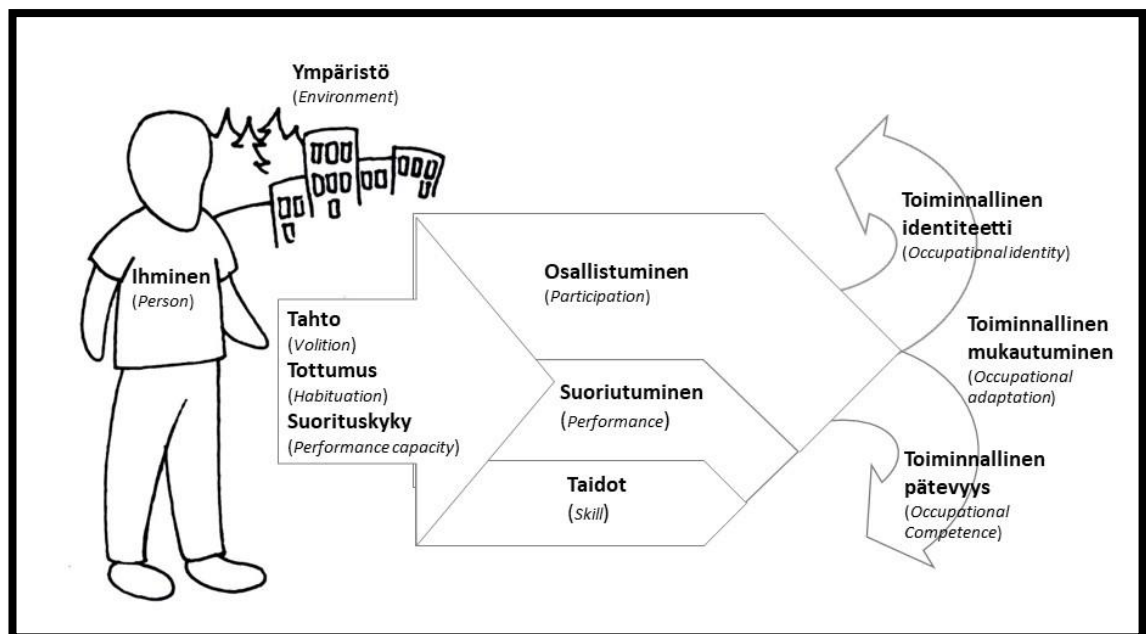
Rajatun ympäristön ja kenties järjestelmän institutionaalisuuden koetaan tuovan omat haasteensa työskentelyyn, mutta tästä huolimatta toimintaterapeutti onnistuu luomaan asiakkaisiinsa toimivan terapeutin suhteen ja antamaan tätä kautta tuomiota suorittaville uusia näkökulmia tulevaisuuteen, uudenlaisia käyttäytymismalleja ja lisäämään elämänhallintaan liittyviä taitoja. Tällöin vangin mahdollisuudet rikoksettomaan elämään kasvavat merkittävästi.

3 Työn teoreettiset taustat

Tässä luvussa käsittelemme työn teoreettisia lähtökohtia, jotka ovat inhimillisen toiminnan malli, elämäntähtäminen sekä ryhmiin liittyvät toimintaterapian teoriat. Näitä tarkastellaan, jotta ryhmän suunnittelun ja toteutuksen taustalla toimineet teoriat hahmottuvat lukijalle.

3.1 Inhimillisen toiminnan malli

Model of Human Occupation (MOHO) eli suomennettuna inhimillisen toiminnan malli on yksi toimintaterapian käytetyimpiä teoreettisia malleja. Alla olevassa kuvassa on esitetty inhimillisen toiminnan malli ja sen käsitteet pähkinäkuoressa.



Kuvio 2. Inhimillisen toiminnan malli (Kielhofner 2008: 108 mukaillen).

Mallissa ihmiseen on sidoksissa kolme toisiinsa liittyvää käsitettä: tahto, tottumus ja suorituskyky. **Tahdolla** tarkoitetaan toimintaan motivoitumista, **tottumuksella** viitataan siihen prosessiin, kuinka toiminta muodostuu malleiksi tai rutiineiksi ja **suorituskyvyllä** tarkoitetaan fyysisiä sekä henkisiä taitoja, joita vaaditaan toiminnan toteuttamiseen. (Kielhofner 2008: 12.) Ympäristön vaikutus on yhteydessä näihin kaikkiin ihmisen osalualueisiin. **Ympäristö** pitää sisällään poliittiset, kulttuuriset ja ekonomiset tekijät, joiden kanssa tilat, esineet, toiminnan muodot ja sosiaaliset ryhmät ovat vuorovaikutuksessa

henkilön kanssa. (Kielhofner 2008: 87.) Esimerkiksi vankila on ympäristönä kulttuurisesti hierakinen järjestelmä, jossa selli tilana toimii vuorovaikutuksessa vangin kanssa.

Jokaiseen kolmeen osa-alueeseen liittyy vielä omat osatekijänsä. Opinnäytetyössämme keskeisin käsite on tahto. Inhimillisen toiminnan mallissa Kielhofner (2008) kuvailee, että tahtoon liittyy henkilökohtainen vaikuttaminen, arvot ja mielenkiinnonkohteet. **Henkilökohtainen vaikuttaminen** pitää sisällään käsityksen omista kyvyistä ja tehokkuudesta suhteessa toimintaan. **Arvot** käsittävät henkilölle tärkeitä ja merkityksellisiä toiminnat. **Mielenkiinnon kohteet** viittaavat henkilölle miellyttävään ja tyydyttävään tekemiseen. (Kielhofner 2008: 13.)

Kun ajatellaan toiminnoissa ihmisten **tekemistä**, voidaan se jakaa kolmeen tasoon, jotka ovat osallistuminen, suoriutuminen ja taidot. **Toiminnallinen osallistuminen** tarkoittaa työhön, leikkiin tai jokapäiväisiin toimintoihin osallistumista, jotka ovat osa henkilön soikulttuurista kontekstia ja jotka ovat edellytyksenä henkilön hyvinvoinnille. **Toiminnallinen suoriutuminen** taas tarkoittaa toiminnan muodon tekemistä, esimerkiksi renkaan vaihtaminen autoon, kalastaminen, suihkussa käyminen tai ruuan valmistaminen ja niin edelleen. **Taidot** voidaan määritellä havaittaviksi, tavoitteellisiksi teoiksi, joita henkilö käyttää suoriutumisessaan, kuten renkaanvaihdossa; työkalujen kerääminen ja niiden käyttö sekä tehtävän porrastaminen vanhan renkaan poistoon ja uuden paikalle laittamiseen. Tällaisia taitoja ovat motoriset, prosessuaaliset sekä viestintä- ja vuorovaikutustaidot. (Kielhofner 2008: 101-103.) Tekemisessä on omat erityispiirteensä vankilan kontekstissa. Osallistumisen tukemiseen voidaan tarjota esimerkiksi työtoimintaa ja kursseja, mutta vaihtoehdot ovat huomattavasti rajatummalla kuin muurien ulkopuolella. Jokapäiväiset toiminnot voivat olla osittain tarkkaan ajoitettuja, esimerkiksi ulkoliikunta tai lounas.

Ihmisten elämään kuuluu yleensä eri tyyppistä toiminnallista osallistumista. Ajan myötä toiminnallinen osallistuminen johtaa toiminnalliseen mukautumiseen ja sen osatekijöihin; toiminnalliseen identiteettiin ja pätevyys. **Toiminnallinen identiteetti** yhdistää käsityksen itsestä ja millaiseksi haluaa tulla toimijana. Siihen vaikuttavat henkilön tahto, totumus ja eletyn kehon tuomat kokemukset. **Toiminnallinen pätevyys** on sitä, missä määrin henkilö ylläpitää toiminnallisen osallistumisen mallejaan, jotka heijastavat henkilön toiminnallista identiteettiä. **Toiminnallinen mukautuminen** taas voidaan määritellä positiivisen toiminnallisen identiteetin rakenteeksi ja toiminnallisen pätevyuden saavuttamiseksi ajan myötä, henkilön oman ympäristön kontekstissa. (Kielhofner 2008: 106-107.)

Vangin näkökulmasta juuri positiivisen toiminnallisen identiteetin vahvistaminen ja esiintuominen sekä toiminnallisen pätevyiden tukeminen voivat ajan saatossa saada aikaan toiminnallista mukautumista, joka voi johtaa muutokseen ja parhaimmillaan yhteiskuntaan uudelleen integroitumiseen.

Toimintaterapian suositukset osoittavat, että inhimillisen toiminnan malli ja siihen pohjautuvat arviointimenetelmät ovat käytetyimpiä kriminaalihuollossa työskentelevien toimintaterapeuttien keskuudessa. Myös ympäristö näkökohdat ovat erittäin tärkeitä, jotta voidaan lisätä kriminaalihuollon ja kuntoutusta saavan henkilön toiminnallista osallistumista. (Belhan & Ozkan & Yaran & Zarif 2018: 57-58.)

Inhimillisen toiminnan malli soveltuu vankilaympäristöön ja kyseiselle asiakasryhmälle. Toimintaterapiasta ja sen toimivuudesta on saatavilla tutkittua tietoa, kun taas toimintaterapiasta vankilassa on saatavilla niukemmin tieteellisiä tutkimuksia. Vankila on ympäristönä erityinen ja hyviin ammattieettisiin käytäntöihin kuuluu, että toimintaterapeutti tekee näyttöön perustuvaa työtä, joten lisätutkimuksia tarvitaan. Terapeutin oma ammatillinen harkinta kantaa toki pitkälle käytännön työssä. Farnworth ja O'Connel (2007) myös mieltävät, että tarvitaan lisätutkimuksia, joilla kuvataan ja arvioidaan nykyisten toimintaterapia mallien soveltamista kriminaalihuollossa, jotta voidaan määrittää, että pystytäänkö olemassa olevia malleja soveltamaan onnistuneesti kyseiseen ympäristöön. Inhimillisen toiminnan malli vaikuttaa soveltuvan tähän ympäristöön. Inhimillisen toiminnan mallin lisäetuna on erityisten vankilaympäristöön soveltuvien toimintaterapian arviointivälineiden saatavuus sekä laaja tutkimusperusta, jotka tukevat toimintaterapeutin työtä. (Farnworth & O'Connel 2007: 187.) Näitä vankilaympäristöön soveltuvia inhimillisen toiminnan mallin pohjaisia arviointivälineitä ovat muun muassa MOHOST (*Model of Human Occupation Screening Tool*) sekä OCAIRS (*Occupational circumstances assessment interview and rating scale*).

MOHOST-arviointimenetelmä selittää toimintaan motivoitumista, toiminnasta suoriutumista sekä toiminnallista käyttäytymistä. Menetelmä arvioi kattavasti henkilöön ja ympäristöön sisältyviä tekijöitä. (Forsyth & Parkinson 2008: 6-7.) OCAIRS on puolistrukturoitu haastattelu, jossa saadaan tietoa asiakkaan toiminnallisen osallistumisen määrästä sekä luonteesta (Forsyth & Parkinson 2008: 15). OCAIRS -arviointimenetelmässä terapeutilla on käytettävissä laaja sisältö, jolla saada yksityiskohtaisia tietoja rikoksenteijästä. Se

antaa yksilölle täsmällisen ja kokonaisvaltaisen kuvan toiminnallisuudesta. Mikäli rikoksentekijä on täysin mukana arviointiprosessissa, hän osallistuu enemmän interventiotoimiin. (Belhan ym. 2018: 62.)

Inhimillisen toiminnan malliin perustuvat arviointivälineet tuottavat toimintaterapeutille kattavasti tietoa asiakkaasta ja hänen tilanteestaan validoidulla menetelmällä. Vankilaympäristössä on erityisen tärkeää selvittää, kuinka asiakkaiden tahto tulee ilmi ja onko toiminnallista osallistumista tapahtunut riittävässä määrin. Myös toiminnallisen identiteetin ja pätevyyden tukeminen ovat merkittäviä osatekijöitä. Näitä tukemalla ja vahvistamalla saattaa ajan saatossa tapahtua toiminnallista mukautumista, ja vangin rikoksettoman elämän mahdollisuudet kasvavat.

3.2 Elämänhallinta

Elämänhallinta tarkoittaa ihmisen käsitystä ja kokemusta siitä, pystyykö hän itse ohjaamaan elämäänsä vai tapahtuuko hänelle omasta mielestään vain joukko erilaisia sattumuksia, joista toiset ovat positiivisia ja toiset negatiivisia. Elämänhallinta on siis ihmisen mielessä tapahtuvaa asioiden ja tilanteiden prosessointia siitä, pystyykö hän päätöksillään vaikuttamaan olosuhteisiin ja hänelle tapahtuviin asioihin. (Keltikangas-Järvinen 2008: 255.) Inhimillisen toiminnan mallissa toiminnallinen identiteetti viittaa ihmisen käsitykseen omista kyvyistään, omaan toimijuuteensa vaikuttamisesta sekä siihen millaiseksi toimijaksi hän toivoo tulevansa (Kielhorner 2008: 106). Edellä mainitut määritelmät tukevat käsitystä siitä, että ihmisen kokemus omista kyvyistä ja vaikuttamisesta olosuhteisiin ovat keskeinen osa elämänhallintaa.

Elämänhallinnan kehittyminen alkaa ihmisellä jo vauvaiästä, jolloin vauva saa kokemuksia siitä, vastataanko hänen tarpeisiinsa. Siitä rakentuu pohja elämänhallinnalle. Varhaislapsuuden havainnot ja kokemukset siitä, että omalla tekemisellä on vaikutusta, kehittävät vauvan omnipotenssia, eli kaikkivoipaisuuden tunnetta. Omnipotenssi kuitenkin purkautuu iän myötä ja elämänhallinta kehittyy kaikista lapsen oman toiminnan onnistumisenkokemuksista. Tällöin lapsen täytyy saada harjoitella kärsivällisyytensä rajoissa. Tärkeää on kuitenkin tiedostaa, miten virheistä voi oppia: pelkkä virheen tekeminen ei tarjoa ratkaisua, vaan henkilön täytyy myös ymmärtää, miten virheen voi korjata. Vasta elämänhallinnan pohjan kehittymisen jälkeen on mahdollisuus sisäisen autonomian kehitykselle. Sisäinen autonomia tarkoittaa muun muassa tunnesäätelyä ja oman käytöksen hallintaa ja ohjausta tavalla, joka on kypsää ja sosiaalisen yhteisön hyväksymää.

(Keltikangas-Järvinen 2008: 258-262.) Jos elämönhallinnan harjoittelulle ei ole hyviä lähtökohtia, eikä sitä ole päässyt harjoittelemaan turvallisessa ympäristössä, niin on mahdollista, että elämönhallinta ja siihen liittyvät taidot eivät koskaan ole kehittyneet normaalin pidettävälle tasolle.

Elämönhallinta kokonaisuutena pitää sisällään monia eri osa-alueita, joista voidaan puhua erilaisilla termeillä. Yhtenä terminä elämönhallinnasta käytetään sisäistä hallintaa, jonka lähikäsitteitä ovat selviytyminen (*coping*), kontrolli (*focus of control*), koherenssi (*coherence*) ja osaaminen (*mastery*) (Leino-Kilpi & Mäenpää & Katajisto 1999: 22). Kun elämönhallintaan liittyvien osa-alueiden hallinta on hyvällä tasolla, mahdollistuu yksilölle myös hyvä elämönhallinta kokonaisuutena. Mitä enemmän yksilöllä on haasteita osa-alueilla, sitä todennäköisemmin kokonaisvaltainen elämönhallinta vaikeutuu. Kielhofnerin (2008) mukaan toiminnallinen pätevyys pitää sisällään muun muassa henkilön arvojen mukaisen toiminnan ja pyrkimyksen saavuttaa elämän päämäärät (Kielhofner 2008: 107).

Inhimillisen toiminnan mallissa on todettu, että yksilö elää vuorovaikutuksessa ympäristön kanssa (Kielhofner 2008: 86). Hyvään elämönhallintaan liittyy vahvasti ihmisen kyky havainnoida sekä tulkita ympäristöä ja ympäristön viestejä oikealla tavalla (Kettunen & Kähäri-Wiik & Vuori-Kemilä & Ihalainen 2002: 14). Keltikangas-Järvinen (2008) kuvaa hyvää elämönhallintaa tilanteeksi, jossa ihminen kokee, että hänellä on päätösvaltaa ja vaikutusta siihen, mitä asioita ja tapahtumia hänen elämässään tapahtuu. Mikäli henkilöllä on hyvä elämönhallinta, hän kokee myös olevansa vastuussa omasta elämästään. Oman elämän vastuunottoon liittyy vahvasti päämäärien asettaminen, sekä suunnitelma, miten niihin voidaan päästä. Tämä on tärkeää, jotta ihminen voi saavuttaa merkityksellisen, toimivan arjen, joka on sosiaalisesti hyväksyttävää ja johon henkilö itse on tyytyväinen. (Keltikangas-Järvinen 2008: 255.)

Henkilöllä, jonka elämönhallinta on heikkoa, voi olla tunne, että vain ulkoiset asiat vaikuttavat hänen elämäänsä, eikä hänen toiminnallaan ole merkitystä oman elämän tapahtumiin. Tällaista henkilöä voidaan kuvata oman elämänsä tarkkailijaksi. (Keltikangas-Järvinen 2008: 256.) Heikon elämönhallinnan omaava ihminen ajattelee, että hänelle tapahtuvat asiat ovat pääosin sattumia. Onnistumisen tunteesta huolimatta, hän voi kokea, ettei se johtunut hänen omista valinnoistaan. Esimerkiksi henkilön myöhästyessä junasta hän voi ajatella sen johtuneen edessä olevien hidastelusta eikä siitä, että hän on vain lähtenyt liian myöhässä liikkeelle.

3.2.1 Vankien elämänhallinta

Vankien elämänhallinnasta Riittinen (1998) toteaa lisensiaatintutkimustyössään, että tutkimukseen osallistuvien vankien mahdollisuudet kohdata elämän tilanteita taitavasti ja tehokkaasti olivat puutteelliset. Lisäksi hänen tutkimuksessaan tuli esille “välittömästi reagoiva” tyyli, jota hän kuvaa toiminnaksi, mitä ei suunnitella ollenkaan. (Riittinen 1998: 27.) Riittisenkin ajatuksia lainaten, tällainen valeoptimistinen strategia voi mahdollisesti johtua siitä, ettei tunneta tai tunnisteta elämän haasteita. Toisin sanoen, on mahdollista, ettei esimerkiksi moninkertaisella rikoksenuusijalla ole hyvää elämänhallintaa, sillä hänellä ei ole ollut mahdollista harjoitella tai toteuttaa sitä missään vaiheessa. Voidaan ajatella, ettei tällainen henkilö ole voinut saada kokemuksia ja oppia toimintamalleista, joissa henkilö pystyisi muuttamaan ja korjaamaan toimintaansa. Hyvien toimintamallien oppiminen riippuu yksilön sosiaalisesta asemasta, vankilassaolokerroista, muista laitoksista ja sosiaalisista piireistä. Riittisen tutkimuksen tuloksissa todetaan tarve ajattelu- ja toimintastrategioiden kehittämistä tukevaan toimintaan monenlaisille vangeille (Riittinen 1998: 27-28). Asbergin ja Renkin tutkimuksessa todetaan myös, että heikko elämänhallinta korreloi yhdessä syvän masennuksen, toivottomuuden sekä matalan itsetunnon kanssa (Asberg & Renk 2012: 59).

3.2.2 Elämänhallinnan harjoittelu

Elämänhallintaa harjoitellessa on tärkeää tiedostaa, että taitojen omaksuminen vaatii toistoa, onnistumista ja kokemusta. Vasta sen jälkeen on mahdollista, että ulkoisista rajoista tulee sisäistä kontrollia, jolloin henkilö ymmärtää, että esimerkiksi virheen tai epäonnistumisen voi korjata omalla toiminnallaan, eikä kyse ole rangaistuksesta. (Keltikangas-Järvinen 2008: 261.)

Toimintaterapialla voidaan mielestämme tukea ja kehittää elämänhallintaa toiminnallisilla harjoituksilla sekä ohjauksella, jotka liittyvät elämänhallinnan eri osa-alueisiin. Kuntoutuksen tulee olla yksilöllisesti räätälöityä, koskien juuri tiettyä henkilöä, jotta voidaan päästä asetettuihin tavoitteisiin (Vilen & Leppämäki & Ekström 2002: 30). Myös Keltikangas-Järvinen (2008) kirjoittaa, miten ohjausta tulisi toteuttaa. Hänen mukaansa yksi tapa ei sovi kaikille, vaan ammattilaisen tulee osata mukauttaa ja porrastaa toimintaansa asiakkaan mukaan. (Keltikangas-Järvinen 2008: 261.)

Ihmisen kehitys on pitkäaikainen prosessi, mihin vaikuttaa fyysinen kehitys sekä henkilökohtaiset kokemukset (Kramer ym. 2003: 99). Siksi mielestämme yksilöllinen, henkilön kokonaisvaltaisen kehityksen, menneisyyden, nykyisyyden ja tulevaisuuden huomioonottava tavoitteellinen toimintaterapia sopii hyvin vankien elämänhallinnan kehittämiseen. Ihmisten ainutlaatuisuus ja monimuotoisuus edellyttävät, että kuntoutuksen ja ohjauksen tarpeet osataan analysoida sekä ymmärretään, mitä toiminta merkitsee eri ihmisille ja miten kukin henkilö voi vaikuttaa toimintaansa. Tähän tarvitaan toimintaterapeuttien osaamista: toiminnan analysointi niin tehtävä- kuin yksilökeskeisesti kuuluu toimintaterapian teorian ja käytännön ytimeen. Lisäksi toimintaterapeuttien osaaminen perustuu vahvalle pohjalle ihmisen sensomotorisiin, kognitiivisiin sekä psykososiaalisiin komponentteihin (AOTA 2017: 1). Tämä ymmärrys ja osaaminen yhdistettynä tavoitteelliseen kuntoutukseen, tarjoaa asiakkaille näyttöön perustuvaa tuloksellista kuntoutusta.

3.3 Ryhmät

Ryhmiä on tutkittu sosiologiassa viimeisen 60 vuoden aikana runsaasti. Tutkimusten ansiosta ymmärrys ryhmien muodostumisesta, kehittymisestä ja toiminnasta on muodostunut laajaksi. (Howe & Schwartzberg 2001: 4.) Ihmiset kuuluvat elämänsä aikana useisiin ryhmiin kuten koululuokkaan, joukkueeseen tai perheeseen. Nämä ryhmät eivät ole vain joukko yksilöitä, joka liikkuu yhdessä, vaan myös ryhmiä, joilla on yhteinen tarkoitus ja identiteetti. Myös henkilöiden oma identiteetti kehittyy osana erilaisia ryhmiä: ihmiset oppivat vuorovaikuttamaan muiden yksilöiden kanssa ja he omaksuvat uusia rooleja ja mukauttavat toimintaansa reagoidessaan toisten ryhmäläisten vuorovaikutukseen. (Finlay 2012: 3.)

On tärkeää ryhmän vastuuhenkilönä ymmärtää syvällisesti mitä tekijöitä ja ilmiöitä terapiaryhmään liittyy, jotta on mahdollista saavuttaa terapeutin ryhmän tavoitteet. Finlayn (2008) mukaan ryhmät ovat niihin osallistuville henkilöille luonnollisia oppimisympäristöjä. Osallistujat ovat vuorovaikutuksessa ryhmässä toistensa kanssa. Tässä vuorovaikutus voi olla verbaalista tai non-verbaalista viestintää. Tämä moninainen vuorovaikutus mahdollistaa paremman hyödyn saamisen terapiasta, verrattuna yksilöterapiaan. Ryhmäläiset toimivat jatkuvasti niin kutsutuissa monikerroksisissa suhteissa, joissa osallistujat työskentelevät useiden ihmisten kanssa samanaikaisesti. Lisäksi ryhmä mahdollistaa ympäristön jakamiselle ja tukemiselle. Se voi koskea elämän haasteita ja onnistumisen kokemuksia sekä tarjota vertaistukea. Ryhmät ovat siis voimakkaita käytöksen

muokkaajia – niin hyvässä kuin pahassa. Siksi onkin erittäin tärkeää, että ryhmän vastuhenkilö tietää ja tunnistaa ryhmätoiminnan monimuotoisuuden ja osaa toimia sensitiivisesti tällaisissa kompleksisissa tilanteissa. Toimintaterapian osaamisalue ryhmätoimintaan on erityinen ryhmän onnistumisen kannalta: yksilöllisestä ja asiakaslähtöisestä näkökulmasta toimintaterapeutilla on mahdollisuus koota sellainen ryhmä, jossa osallistujien tarpeet ovat tunnistettu ja pystytty luomaan sellainen toimintaympäristö, mikä tukee ryhmäläisten kehittymistä. (Finlay 2012: 4-9.)

Ryhmän onnistumisen kannalta on tärkeää, että siihen osallistutaan vapaaehtoisesti. Pakollisesti osallistuneet henkilöt saattavat vaikeuttaa koko ryhmän toimintaa ja aiheuttaa apaattisuutta sekä kapinointia ryhmää kohtaan. Ryhmän houkuttelevuus sen osallistujille vaikuttaa oleellisesti ryhmäkoheesioon: kun osallistuvat henkilöt ovat uteliaita ja sitoutuvat siihen mielenkiinnolla, toteutuu mielekkäämpi ryhmä. (Howe 2001: 10.)

Terapiaryhmät voidaan jakaa Linda Finlayn (2012) mukaan kahteen. Nämä ryhmät ovat toimintaryhmät (*activity groups*) ja tukea antavat ryhmät (*support groups*). Ryhmät voivat olla myös sekoitus kumpaakin tyyppiä. Toimintaryhmien pääasiallisena tavoitteena on kehittää taitoja. Tukea antavissa ryhmissä korostuu psykoterapeuttiset elementit sekä kommunikaatio. (Finlay 2012: 8-9.)

3.3.1 Terapiaryhmien tavoitteet ja toiminnan suunnittelu

Jokaisessa terapiaryhmässä on oltava tavoitteet. Ne mahdollistavat toiminnan, jolla tähdätään johonkin tiettyyn kehittymiseen tai muutokseen. Tavoitteet antavat merkityksen tekemiselle ja ne toimivat suuntaviivana ryhmän etenemiselle ja sen seurannalle. Lopullinen päätösvalta ryhmän tavoitteista on sillä, jolla on vastuu ryhmästä ja sen toteuttamisesta. Tämä henkilö voi päättää, onko tavoitteiden muuttaminen mahdollista ja kuka tavoitteita voi muuttaa. Ryhmän tavoitteet on voinut asettaa joku ryhmän ulkopuolinen: esimerkiksi voi olla jatkuva avoin ryhmä, jonka aihealueet on päätetty etukäteen. Tai tavoitteet voidaan asettaa itse ryhmän toiveesta. Ryhmän tavoitteet voivat muotoutua yleiselle tasolle tai ne voivat olla spesifioituja tarkempia tavoitteita. Lisäksi on mahdollista, että ryhmässä on useita tavoitteita: ryhmään osallistuvilla yksilöillä voi olla omat tavoitteensa ryhmässä ja ne voivat poiketa muiden ryhmäläisten tavoitteista. Eli tavoitteet voivat toteutua kahdessa tasossa: ryhmän tasolla sekä yksilötasolla. Tällöin ryhmä kokonaisuutena työskentelee yhteistä tavoitetta kohti, mutta yksilöt ryhmässä työskentelevät

televät myös omia tavoitteitaan kohti. Näiden kummankin tason tavoitteiden tulee kuitenkin olla tasapainossa toistensa kanssa, jotta niiden saavuttaminen mahdollistuu. (Howe 2001: 11-12.)

Ammattilaisella tulee siis olla tietoa ja osaamista tavoitteiden asettamisesta sekä miten ne voidaan saavuttaa. Lisäksi tulee olla analyyttistä kykyä arvioida tavoitteita, jotta toisiaan tukevat tavoitteet muodostuvat ja niiden saavuttaminen mahdollistuu. Huolimatta siitä, ovatko tavoitteet asetettu ryhmän vai ulkopuolisen toimesta, on tärkeää, että ryhmäläiset tietävät tavoitteet ja ne pidetään toiminnan toteutuksessa mukana koko ryhmäprosessin ajan.

Lippitt (1961) on linjannut neljä vaihetta, jotka mahdollistavat ryhmän tuotteliaisuuden lisääntymisen. Niistä ensimmäisessä kuvataan, että ryhmällä tulee olla selkeä ymmärrys tavoitteista, mitä ryhmällä halutaan saavuttaa. Lisäksi ryhmän tulee olla tietoinen prosessin etenemisestä. Sen tulee jatkuvasti arvioida ryhmäprosessia ja tehdä siihen tarvittavia muutoksia. Kolmanneksi ryhmän jäsenten tulee olla tietoisia ja ymmärtää, mitä taitoja ja muita resursseja sen osallistujilla on tarjota. Viimeiseksi ryhmässä tulee luoda uusia tehtäviä tarvittaessa ja luopua sellaisista, mitkä eivät palvele enää ryhmän tavoitteita. (ks. Howe 2001: 12.)

Ryhmän tavoitteiden asettamisen jälkeen toimintaterapeutti käyttää ammatillista harkintaa, miten ja minkälaisilla toiminnoilla asetetut tavoitteet voidaan saavuttaa. Näiden toimintojen valintaan voidaan käyttää toiminnan analyysia. Toiminnan analysointi on keskeisessä osassa tavoitteisiin tähtäävää terapiaa. Se mahdollistaa juuri oikeanlaisen toiminnan suorittamisen asiakkaille, niin että tavoitteet saavutetaan. Analysointi voidaan tehdä joko tehtävälähtöisesti tai yksilölähtöisesti. Toiminnan analysoiminen ja sen soveltaminen sekä porrastaminen ovat toimintaterapeuttien erityisosaamista (Hagedorn 2000: 62-63). Toiminnan analyysi tehdään aina mahdollisimman tarkkaan ja yksityiskohtaisesti valitusta toiminnasta. (Crepeau 1998: 359-360.)

Toiminnan analyysi voi toteutua kolmella tasolla, jotka ovat tehtävä-, yksilö- tai teoriasuuntautunut (Hagedorn 2000: 62-63). Työmme kannalta merkityksellisimmät lähestymistavat ovat yksilö- sekä tehtäväsuuntautunut toiminnan analyysi, joita tarkastellaan yksityiskohtaisemmin seuraavaksi.

Tehtäväsuuntautuneessa toiminnan analyysissä (*task-focused*) tarkastellaan, mitä taitoja ja valmiuksia toiminnassa tarvitaan. Mikä on toiminnan kulttuurinen merkitys ja miten toimintaa voitaisiin käyttää terapeuttisesti (Crepeau 1998: 360). Keskiössä on siis itse toiminta ja sen tekijä. (Hagedorn 2000: 63). Aluksi toiminta pilkotaan osiin ja näin erotetaan toiminnan eri vaiheita. Analyysia jatketaan jakamalla toiminta osatehtäviin ja pohditaan, mitä varotoimenpiteitä kussakin osatehtävässä on otettava huomioon. Sen jälkeen määritellään, mihin toimintakokonaisuuden osa-alueeseen se liittyy. Lisäksi erotellaan osallistujien valmiudet ja taidot. (Crepeau 1998: 366.)

Yksilösuuntautuneessa toiminnan analyysissä (*individual-focused*) Nelson (1996) kuvaa sanaa toiminta seuraavanlaisesti: toiminta sisältää toiminnan muodon eli toiminnan fyysiset ja sosiokulttuuriset ulottuvuudet ja toiminnallisen suorituksen välisen suhteen. Fyysisten ja sosiokulttuuristen ulottuvuuksien muutos vaikuttaa myös suoritukseen, eli muoto ja suoritus täydentävät toisiaan. Suoritus on havaittavissa olevaa tai peitettyä. Siihen liittyy toiminnan merkitys, tarkoitus, kehityksellinen rakenne, vaikutus sekä muuttuminen. Toiminta-sanan sisältöjen tunnistaminen ja analysointi valittaessa toimintaa kuuluvat toimintaterapeutin osaamiseen. Näiden avulla saavutetaan terapeuttinen toiminta. Eli toiminnan synteesin avulla muotoillaan toiminta, joka on asiakkaalle merkityksellistä ja tarkoituksenmukaista. Tätä toimintaa käytetään arvioinnin ja terapian väliin. (Nelson 1996: 775-781.)

Kun toimintaterapeutti on analysoinut valittuja toimintoja, voidaan työskentely aloittaa. Toimintaa analysoidessa tulee ilmi, mitä taitoja ja valmiuksia tietty toiminta tekijältään vaatii. Tällöin on hyvä huomioida, että samalla toiminnalla voidaan tähdätä eri tavoitteisiin. Muun muassa kaupassa käyminen toimintana voi sisältää hyvinkin erilaisia harjoitteita eri asiakkaille.

3.3.2 Ryhmän terapeuttiset tekijät ja strategiat

Terapeuttisessa ryhmässä ihmisten muutos mahdollistuu terapeuttisten tekijöiden avulla toisten ryhmäläisten kautta (Howe 2001: 23). Terapeuttinen muutos on monimutkainen prosessi, joka toteutuu ihmisten kokemusten kautta. Jotta terapiaryhmän tavoitteiden saavuttaminen mahdollistuu ja ryhmästä saadaan tarkoituksenmukainen, on ryhmän ohjaajalla tärkeää olla teoriaosaamista ryhmien kompleksisuudesta. Eli siitä, miten ryhmä muotoutuu, mitkä ovat siihen vaikuttavat tekijät sekä miten ryhmä toimii ja kehittyy. Ryhmän teoriaosaamisen lisäksi ryhmän ohjaajalla tulee olla ammatillista osaamista, jolla

hyödyntää ja ohjailla ryhmää sille tarkoituksenmukaisella ja otollisella tavalla. (Yalom 2005: 1-4.) Terapeuttisessa ryhmässä esiintyy 11 terapeuttista tekijää, joista käsittelemme seuraavaksi työmme kannalta tärkeimpiä.

Toivon herättäminen (*installation of hope*), jolla tarkoitetaan sitä, kun ryhmäläiset kohtaavat ryhmässä toisia henkilöitä, joilla on myös muutosprosessi käynnissä. Tämä herättää osallistujissa toivoa. Lisäksi toivoa herättää se, kun osallistuja voi nähdä toisen henkilön, jolla on samantyyppisiä haasteita, saavan hyötyä terapiasta. Toivon herättäminen on erityisen tärkeässä osassa terapiassa. Sen olemassaolo mahdollistuu, kun henkilöt tulevat terapiaryhmään. (Yalom 2005: 4-6.)

Universaaliuus, samankaltaisuuden tunne (*universality*) kokeminen voi antaa osallistujille helpotuksen tunnetta: en ole yksin ongelmieni kanssa. Se auttaa myös sitouttamaan ihmisiä yhteiskuntaan lisäämällä yhteenkuuluvuuden tunnetta. Tämä voi mahdollistaa ryhmäläisille sellaisten kokemusten sanoittamisen, mitä ei aikaisemmin ole tohtinut sanoa ääneen. (Yalom 2005: 6-8.)

Tiedon jakaminen (*imparting information*) ryhmässä voi tehdä terapeutti tai joku ryhmäläisistä. Tämä edistää ryhmäläisten ymmärrystä itsestään sekä toisistaan ja tarjoaa lisätietoa sairauksista, haasteista ja niiden kuntoutumisesta. Edukatiivisuus voi toteutua diaktiivisena tai suorana ohjeistuksena. Ryhmän ohjaajan tulee käyttää ammatillista harkintaa, miten ja millaisen tiedon jakamisesta juuri kyseinen ryhmä hyötyy. (Yalom 2005: 8-13.)

Altruismi, toisen auttamisen kokemus (*altruism*) ryhmäterapiassa voi olla ryhmäläisille hyvin merkityksellistä ja lisäksi se vahvistaa osallistujien itsetuntoa, omanarvontunnetta sekä kehittää heidän roolejaan. Osallistujien roolit voivat vaihdella avun saajista avun tarjoajiin. Ryhmäterapia on ainutlaatuista siinä, että se on ainoa terapiamuoto, joka tarjoaa osallistujille mahdollisuuden hyödyttää muita. (Yalom 2005: 13-15.)

Sosiaalisten taitojen kehittyminen (*development of socializing techniques*) voi kehittyä eri ryhmissä erilaisin tavoin. Ryhmässä voidaan esimerkiksi käyttää toiminnallisia keinoja, kuten rooleleikkiä tai strukturoituja harjoituksia, tavoitteen mukaisten taitojen kehittämiseksi. Joillekin yksilöille ryhmä voi myös olla ainut hetki sosiaaliseen kanssakäymiseen ja oppia vuorovaikutuksesta, kuten katsekontaktista. Pitkäaikaisissa ryhmissä osal-

listujat oppivat kuuntelemaan sekä reagoimaan muihin ihmisiin sosiaalisesti hyväksyttävillä tavoilla ja ovat vähemmän tuomitsevia itseään ja muita kohtaan. (Yalom 2005: 16-17.)

Mallioppiminen (*imitative behavior*). Ryhmässä osallistujat voivat mallioppia toisiltaan sekä terapeutiltaan. Oppimista tapahtuu muun muassa näkemällä toisten käsittelevän ja ratkaisevan ryhmässä haasteitaan. Vaikka mallioppimista tapahtuisi vain hetken aikaa, se voi ohjata yksilöä antamalla tälle uuden käyttäytymiskokemuksen ja sitä kautta avata tien mukautumiselle uuteen. (Yalom 2005: 17-18.)

Interpersoonallinen oppiminen, ihmissuhdetaitojen oppiminen (*interpersonal learning*). Terapeuttinen ryhmä on mikrokosmos yhteiskunnasta, missä yksilöt ovat vuorovaikutuksessa toistensa kanssa samantyyppisesti kuin ryhmän ulkopuolella. Ryhmäterapiassa tukemalla osallistujien ymmärrystä heidän käytöksestään osana ryhmää auttaa ryhmäläisiä hahmottamaan käyttäytymismalleja myös ryhmän ulkopuolella. (Yalom 2005: 19-52.)

Ryhmäkoheesio, ryhmän vetovoima (*group cohesiveness*). Ryhmäkoheesio tarkoittaa sitä vetovoimaa, joka osallistujilla on ryhmää ja sen osallistujia kohtaan. Ryhmäkoheesio ollessa hyvällä tasolla, osallistujat ovat hyväksyviä toisiaan kohtaan, tukevat toisiaan ja ovat taipuvaisia muodostamaan merkityksellisen suhteen ryhmää kohtaan. Hyvä ryhmäkoheesio on merkittävä tekijä onnistuneessa ryhmäterapiassa. Hyväksyvä ja ymmärtävä ympäristö mahdollistaa osallistujille syvemmän kokemuksen ryhmästä. Tällaiset ryhmät ovat vakaampia ja ne saavat osallistujat pysymään ryhmässä alusta loppuun saakka. (Yalom 2005: 53-76.)

Katarsis (*catharsis*) eli tunteiden ilmaiseminen, on tärkeä osa terapiaryhmää. Katarsis tässä merkityksessä tarkoittaa ryhmäläisten mahdollisuutta ilmaista tunteitaan, niin positiivisia kuin negatiivisiakin, ja saada heidät huomaamaan, että tunteiden ilmaiseminen on turvallista. Ryhmässä terapeutin sekä toisten ryhmäläisten tulee hyväksyä ja arvostaa tunteiden ilmaisemista. Ilman katarsista ryhmässä tehtävät harjoitteet menettävät merkityksensä, mutta pelkkä katarsis ei ole riittävä terapiaryhmän terapeuttisuuden saavuttamiseksi, vaan on vain yksi osa sitä. (Yalom 2005: 89-91.)

Eksistentiaaliset tekijät (*existential factors*). Ryhmä tukee jäseniään elämän pettymyksissä, kuten eristäytymisessä, sairastumisessa, kuolemassa. Ryhmä mahdollistaa keskustelun muuttuvasta elämästä; mitkä ovat uusia rajoittavia tekijöitä, mitä kykenee edelleen tekemään ja mitkä ovat velvollisuudet niissä asioissa, joita on mahdollista edelleen tehdä. Ryhmä antaa voimaa jäsenilleen. (Yalom 2005: 98-99.)

Kielhofner (2008) esittää toimintaterapeutin käyttävän erilaisia terapeuttisia strategioita asiakkaan tarpeiden mukaan. Ne tukevat asiakkaan tekemistä, tunteita ja ajattelua. Lisäksi ne toimivat muutoksen edistäjinä. Seuraavassa esittelemme kyseisiä strategioita: Vahvistaminen (*validating*) tarkoittaa asiakkaan tunteisiin, ajatuksiin ja kokemuksiin reagoimista. Tunnistaminen (*identify*) puolestaan tarkoittaa, että terapeutti tunnistaa ja jakaa asiakkaan kanssa niitä asioita, mitkä edistävät hänen toiminnallista osallistumistansa ja suoriutumista. Palautteen antaminen (*giving feedback*) tarkoittaa kokonaiskuvan muodostamista asiakkaalle. Se auttaa asiakasta ymmärtämään tai voi antaa vaihtoehdon asiakkaan tulkinnaalle. Neuvominen ja tiedonantaminen (*advising*) tarkoittaa, että terapeutilla on teoreettinen ymmärrys asiakkaan tilanteesta. Neuvottelemisen (*negotiating*) merkitsee avoimuutta, joustavuutta sekä kykyä kompromisseihin niin terapeutilta kuin asiakkaalta. Jäsentämisessä (*structuring*) terapeutti tarjoaa vaihtoehtoja ja asettaa rajoja. Hän antaa asiakkaalle käsityksen häneen kohdistuvista odotuksista. Valmentaminen (*coaching*) on asiakkaan tukemista, ja se vaikuttaa erityisesti asiakkaan tahtoon. Rohkaiseminen (*encouraging*) tarkoittaa emotionaalista rohkaisua ja tukemista. Fyysisen tuen antaminen (*proving physical support*) on tärkeää asiakkaan kanssa, jolla on motorisia haasteita. (Kielhofner 2008: 185-195.)

4 Ryhmän suunnittelu ja toteutus

Osana suunnittelua perehdyimme vankilan tämänhetkiseen kuntoutukseen ja pohdimme, miten toimintaterapialla voitaisiin tukea vankien jo olemassa olevaa kuntoutusta. Vankeinhoidon yksi keskeinen tavoite on elämänhallinnan lisääminen (Kurki ym. 2010: 61). Rikosseuraamuslaitoksen visioon kuuluu valmentaminen rikoksettomaan elämään ja arvoihin sisältyy usko ihmisen mahdollisuudesta muuttua sekä kasvaa (Rikosseuraamuslaitoksen strategia kartta 2019). Elämänhallinnan kehittäminen sopi mielestämme hyvin osaksi toimintaterapeutista kuntoutusta, sillä elämänhallinta liittyy keskeisesti arjessa selviytymiseen ja mahdollistaa muihin toimintoihin osallistumisen. Toimintaterapeutti edistää ihmistä kohti toimivaa ja merkityksellistä arkea (Toimintaterapeuttiliitto 2019). Näitä Rikosseuraamuslaitoksen ja toimintaterapian kuntoutuksen toisiaan tukevia lähtökohtia sekä arvoja yhdistimme keskeisen teeman valinnassa.

4.1 Osallistujien valinta

Ryhmäläisten toimintaterapiatarvetta ei pystytty arvioimaan yksilöllisesti tai ryhmässä ennen toteutuksen alkua. Pohdimme yhteistyökumppanin kanssa millä osastoilla olisi vankeja, jotka hyötyisivät ryhmämuotoisesta kuntoutuksesta. Pyrimme huomioimaan, että osallistujat olisivat vapautumisen kynnyksellä tai siirtymässä lievempään rangaistusmuotoon, jolloin parhaimmillaan toiminnot tukisivat tulevaa omatoimisempaa arkea. Mahdollisuudeksi tuli toteuttaa ryhmä osastoille, joissa yksi opinnäytetyöntekijöistä oli toteuttanut harjoittelunsa aikaisemmin. Tämä loi mahdollisuuden, että ryhmän osallistujiksi saattoi tulla henkilöitä, joilla oli käsitys toimintaterapiasta jo entuudestaan.

Kun opinnäytetyöhön osallistuvat osastot olivat tiedossa, kävimme läpi muut ryhmään osallistumisen vaatimukset. Näitä ovat Howen (2001) mukaan jonkinasteinen sanallinen kommunikointikyky, yksinkertaisten ohjeiden ymmärtäminen sanallisesti tai kirjallisesti, kyky keskittyä puolen tunnin ajan strukturoituun tehtävään vähintään kahden ryhmäläisen läsnä ollessa, ymmärrys ryhmän tarkoituksesta ja ryhmään osallistujien sekä ohjaajien rooleista ja sietää muiden ihmisten vuorovaikutusta. (Howen 2001: 146.) Yhteistyökumppanilta saatujen tietojen mukaan alustavasti mietittyjen osastojen vangit soveltuivat hyvin ryhmän osallistujiksi. Valikoiduista osastoista jokaisella ryhmän kriteerit täyttäneellä henkilöllä oli mahdollisuus osallistua ryhmään.

Tulevasta ryhmästä ja opinnäytetyöstä järjestettiin infotilaisuus osastojen vangeille. Tätä infotilaisuutta aiemmin olimme käyneet osastolla kerran tutustumassa ja kertomassa alustavasti tulevasta projektista. Näiden tapaamisten tarkoitus oli herättää mielenkiintoa tulevaa ryhmää kohtaan, antaa tietoa ryhmästä sanallisesti ja kirjallisesti (Liite 1.) sekä motivoida vankeja osallistumaan toimintaterapiaryhmään. Tapaamiset olivat tärkeitä myös siksi, että opinnäytetyön tekijät tulivat tutuiksi vangeille, jolloin kynnys osallistua ryhmään madaltui. Infotilaisuudessa vangit kuuluivat tarkemmin opinnäytetyöstä sekä ryhmän tarkoituksesta, jolloin he saivat esittää kysymyksiä. Opinnäytetyöhön osallistumista edellyttävä suostumuslomake (Liite 2.) käytiin suullisesti läpi. Infotilaisuudessa seitsemän vankia ilmoitti halukkuutensa osallistua ryhmään ja he allekirjoittivat suostumuslomakkeet. Mikäli asiakas itse hakeutuu kuntoutukseen, se lisää hänen sitoutumistaan kuntoutusprosessiin (Tossavainen 1996: 35).

4.2 Teemojen valinta

Keskeiseksi ryhmän teemaksi valikoitui elämänhallinta. Teeman valinnan jälkeen perehdyimme elämänhallintaan liittyviin osa-alueisiin ja pohdimme miten niiden haasteet mahdollisesti näkyvät vangeilla. Ihmisen tavoitteet ja tarpeet luovat päivittäisten toimien muotoja sekä muodostavat arkeen rutiineja, jotka päihderiippuvaisella liittyvät usein tiivisti päihteiden käyttöön (Julkunen & Nyberg-Hakala 2010: 14). Kuten aikaisemmin luvussa 2 Kuntoutus vankilassa mainitsimme, kolme neljäsosaa vangeista on päihderiippuvaisia. Tästä voidaan päätellä useilla vangeilla arjen keskittyneen päihteiden hankkimiseen ja käyttämiseen, joka vaikuttaa elämänhallintaan.

Early (2009) toteaa, että laitosten pitkäaikaisten asiakkaiden kuntoutuksen suunnittelussa pidetään tärkeänä muun muassa ryhmäterapiaa, vertaistukea, sosiaalisia taitojen harjoittelua, terapeutista ympäristöä ja yhteistyötä asiakkaiden kanssa kuntoutuksen tavoitteiden asettelussa. Tärkeitä ovat myös IADL-toiminnot kuten rahan käyttö ja stressinhallinta. (Early 2009: 186.) Kun vankeja kuntoutetaan toimintaterapeuttisin keinoin, korostetaan valintojen mahdollistamista, itsenäisyyden tukemista ja merkityksellisiin toimintoihin osallistumista. Nämä yhdistettynä tavoitteelliseen päivittäisiin toimia kehittävään toimintaterapiaan, tukevat vangin siirtymistä takaisin siviiliin. (RCOT 2018: 2.)

Elämänhallinnan osa-alueet rajasimme seuraaviin: käsitys itsestäni ja tulevaisuudestani, tunteiden ilmaiseminen ja säätteleminen, vuorovaikutustaidot, ongelmanratkaisu- ja

suunnittelutaidot, rutiinit ja ajanhallinta, elämäntavat sekä raha-asiat ja sähköinen asiointi. Näistä osa-alueista kokosimme elämönhallintataidot -lomakkeen (Liite 3.) selvittääksemme vankien haasteita ja muutostoiveita. Tämän lisäksi lomake oli väline vankien osallistamisessa ryhmän suunnitteluun ja sen sisältöön vaikuttamiseen. Kanadan toimintaterapiayhdistyksen (*Canadian Association of Occupational Therapists*) mukaan toimintaterapia lähtee asiakaslähtöisyydestä ja asiakkaan osallistamisesta omaan kuntoutukseensa (CAOT 2013: 1). Lomakkeessa oli jokaisen seitsemän osa-alueen alla neljä väittämää, joiden omakohtaista paikkaansa pitävyyttä vastaajat arvioivat neliportaisella asteikolla. Teemoista vangit saivat valita neljä, joita he toivoivat käsiteltävän ryhmässä.

Lisäksi lomakkeen viimeisellä sivulla oli listattu erilaisia toteutustapavaihtoehtoja, joiden vastauksista saatiin tietoa siitä, millaisen toiminnan osallistujat kokivat ryhmässä merkitykselliseksi ja tärkeäksi toimintaan motivoitumisen, sitoutumisen ja toimintaan osallistumisen kannalta. Lomakkeen teossa kiinnitimme huomiota lomakkeen selkeyteen ja visuaalisuuteen, jotta se olisi mahdollisimman helppo täyttää.

Lomakkeen ryhmäläiset täyttivät tapaamisessa, jossa oli myös mahdollisuus saada tukea lomakkeen täyttämiseen. Osallistujien yksittäisiä vastauksia ei käyty läpi ryhmässä, joka kerrottiin vangeille etukäteen. Tällä tavoin varmistimme, että ryhmäläiset voivat vastata avoimesti ja luottamuksellisesti lomakkeeseen. Toteutustavat käytiin yhteisesti läpi ja keskustelimme, mitä toiveita niistä heräsi. Lomakkeiden täyttämisen ohella havainnoimme osallistujien taitoja ja valmiuksia, kuten keskittymistä tai ohjeiden mukaan toimimista.

Osallistujien vastauksista kokosimme yhteenvedon. Yhteenvedosta nostimme neljä eniten toivottua teemaa, jotka valikoituivat lopulliseen ryhmätoteutukseen. Lomakkeen tuloksista näkyi, että tärkeimmäksi aiheeksi tulevassa ryhmässä koettiin raha-asiat ja sähköinen asiointi. Sen lisäksi teemoiksi valikoitui osallistujien toiveiden mukaisesti ongelmanratkaisu- ja suunnittelutaidot, käsitys itsestäni ja tulevaisuudestani sekä rutiinit ja ajanhallinta. Mielekkäät toiminnat huomioimme ryhmän toimintojen suunnittelussa.

4.3 Ryhmäkokonaisuuden suunnittelu Colen mukaan

Jokaisen ryhmäkerran suunnittelimme hyödyntäen Marilyn B. Colen seitsemän vaiheen työtappaa (*Cole's seven steps*). Tämä suunnittelutapa on joustavasti muokattavissa ryhmäkohtaisesti (Cole 2012: 4).

Colen (2012) seitsemän vaiheen työtapa alkaa **esittelyllä** (*introduction*). Se sisältää ryhmän tarkoituksen selittämisen, lämmittelyn ja ryhmäkerran pääpiirteittäisen läpikäynnin. (Cole 2012: 4-6.) Olimme suunnitelleet jokaisen ryhmäkerran alkavan kokoontumisella pöydän ääreen, missä käytiin läpi ryhmäkerran tavoite ja kulku. Jokaiselle kerralle olimme suunnitelleet lämmittelyharjoituksen tai vapaamuotoisen kuulumisien vaihtamisen. Tämä toimi myös orientaationa tulevaan työskentelyyn. Esittelyyn suunnittelimme käyttävämme noin 10-15 minuuttia.

Esittelyn jälkeen tulee **toiminta** (*activity*), joka sisältää varsinaisen ryhmän toimintaosuu-den. Toiminnan analyysia käytetään, kun toimintaa mukautetaan asiakkaille sopivaksi. Toiminnan tulee olla kestoaltaan yksi kolmasosa koko ryhmän pituudesta, jotta muille vaiheille jää riittävästi aikaa. (Cole 2012: 6-8.) Suunnittelimme jokaiselle kerralle toiminnan kyseisen teeman mukaan huomioiden ryhmäläisten toiveet. Toiminnoista teimme tehtäväsuuntautuneen toiminnan analyysin, jossa pilkoimme toiminnan osiin ja porrastimme sen vastaamaan ryhmän tarpeita. Toiminta alkoi aina mahdollisimman selkeällä ohjeistuksella. Toiminnan kesto oli suunniteltu noin kolmasosaksi koko ajasta, eli yleensä noin puoli tuntia. Tarpeen mukaan suunnittelimme myös taukoja toimintaan.

Kolmantena vaiheena on **jakaminen** (*sharing*) eli oman teoksen tai kokemuksen jakaminen muille ryhmäläisille. Tässä on tärkeää, että jokaisen ryhmäläisen ääni tulee kuuluviin. (Cole 2012: 8.) Tämän vaiheen suunnittelimme sisältävän teemasta riippuen joko halutessaan oman tuotoksen esittelyn tai yhteisen keskustelun aiheesta. Yhteisillä keskusteluilla pyrittiin jakamaan ryhmäläisten omia oivalluksia aiheesta. Yritimme huomioida, että jokaisen ryhmäläisen mielipide tulee ilmaistua ja ne otetaan hyväksytysti vastaan.

Jakamisen jälkeen tulee **prosessointi** (*processing*) eli ryhmäkerralla heränneiden tunteiden käsittelyä avoimesti ja hienotunteisesti (Cole 2012: 8). Suunnittelimme käsittelevämme yhteisesti ryhmäkerralla nousseita tunteita yleisellä tasolla ja ryhmäläisten tarpeiden mukaisesti.

Viidentenä vaiheena on **yleistäminen** (*generalizing*), jossa terapeutti tarkastelee ryhmän vastakaikua toimintaan ja kokoaa harjoiteltuja keinoja yhteen (Cole 2012: 8-10). Tässä vaiheessa suunnittelimme tuovamme ryhmäläisille esiin yleisiä havaintoja heidän työskentelystään kuten ryhmän yhteistyö, vireystaso ja keskustelua herättäneet aiheet.

Tämän jälkeen tulee **soveltaminen** (*application*), joka on samankaltaista kuin yleistäminen, mutta se vie askel pidemmälle. Terapeutti auttaa ryhmäläisiä ymmärtämään, miten opitut keinot voidaan siirtää jokapäiväiseen elämään. Tavoitteena on, että jokainen ryhmän jäsen ymmärtää, miten hän voi käyttää opittuja keinoja omassa elämässään. (Cole 2012: 10.) Teemakohtaisesti suunnittelimme keskustelevamme ryhmäläisten kanssa, miten juuri harjoiteltuja toimintoja voisi soveltaa omaan arkeen.

Viimeisenä tulee **yhteenveto** (*summary*), jonka tarkoitus on verbaalisesti koota tärkeimpiä huomioita ryhmäkerrasta yhteen niin, että ne ovat ymmärrettäviä ja jäävät muistiin (Cole 2012: 10-11). Viimeisessä vaiheessa olimme suunnitelleet käyvämmä läpi lyhyesti ryhmän työskentelyn vaiheet, ryhmäkerran tavoitteen ja oliko se saavutettu. Kerroimme tulevan ryhmäkerran ajankohdan ja aiheen pohjustaaksemme seuraavaa kertaa.

4.4 Ryhmän toteutus

Ryhmä toteutui aikavälillä 8.4.-16.5.2019. Ryhmä kokoontui kerran viikossa aamu- tai iltapäivisin. Pyrimme huomioimaan ajankohdassa ryhmäläisten muuhun toimintaan osallistumisen sekä vireystilan, johon vaikuttivat esimerkiksi korvaushoito, ruokailu ja ulkoilu. Ohjasimme ryhmää pareittain ja yksi toimi apuohjaajana sekä havainnoijan roolissa. Ryhmän aikana ei ollut välittömästi läsnä vankilan henkilökuntaa. Turvallisuus huomioitiin muun muassa hälytyslaitteella ja kameravalvonnalla.

Ryhmän päätavoitteeksi asetimme, että ryhmäläiset pystyvät nimeämään vähintään yhden elämänhallintaan liittyvän taidon, johon he kokevat saaneensa vahvistusta ryhmästä. Tarkoituksena oli ryhmään valittujen toimintojen kautta vahvistaa vankien elämänhallintataitoja. Ammatillista harkintaa käyttäen katsottiin, että kyseinen tavoite olisi mahdollista saavuttaa ryhmän keston aikana. Tavoite sanoitettiin ryhmäläisille jokaisella ryhmäkerralla, jotta se pysyi varmasti läsnä ryhmäprosessissa, eikä tavoite muuttuisi irralliseksi tai kaukaiseksi. Päätavoitteen lisäksi jokaisella ryhmäkerralla oli oma tavoitteensa. Nämä tavoitteet mietittiin jokaiselle kerralle erikseen niin, että ne olisivat saavutettavissa ja vastasivat ryhmän tarkoitusta.

Ensimmäisen ryhmäkerran aiheena oli tutustuminen ja sääntöjen laatiminen. Ryhmäkerran tavoitteena oli tutustuminen, nimen antaminen ryhmälle ja yhteisistä säännöistä sopiminen. Ryhmään osallistujia oli kuusi ja ryhmätilana toimi harjoituskeittiö. Ryhmä pidettiin iltapäivällä. **Esittelyssä** kerroimme opinnäytetyön tavoitteen ja esitimme itsemme. Tutustumisharjoitteena oli mahdollisimman helposti lähestyttävä ja arkeen liittyvä harjoitus, jossa oli ryhmäläisiä yhdistäviä tekijöitä. Kerroimme ensimmäisen kerran sisällön, joka oli kahvitarjoilun valmistaminen, ryhmän nimen ja sääntöjen laadinta sekä kyselylomakkeiden pohjalta valikoituneista teemoista keskustelu.

Vahvistaaksemme ryhmään sitoutumista valitsimme ryhmäläisille erityisen mielekkään toiminnan eli ruoan valmistamisen kahvitarjoilun muodossa. Osallistujien ryhmään kuulumisen tunteen lisäämiseksi keräsimme heiltä toiveita ruoan valmistukseen liittyen, joita myös toteutimme. Ruoanlaitto on kulttuurillisesti merkittävää toimintaa, jota jokainen on tehnyt elämänsä jossakin vaiheessa (Hasselkus 2002: 31). **Toiminta** vaihe lähti sulavasti käyntiin ryhmäläisten jaettua työtehtävät keskenään. Kahvitarjoilun valmistuttua söimme yhdessä tutustuen toisiimme ja ideoiden ryhmälle omannäköistä nimeä. Ilmapiiiri oli rento ja kannustava. Yhteistuumin nimeksi valikoitui ”Papparyhmä”. Nimi ja yhdessä laaditut säännöt kirjattiin ylös paperille. Sääntöjen laadinnan lomassa keskustelu oli vilkasta ja se keskittyi erityisesti toisten kunnioittamiseen ja ryhmään sitoutumiseen. Keskustelimme myös tulevista teemoista, joihin ryhmäläiset olivat tyytyväisiä.

Jakamisessa kaikille muodostui mahdollisuus kertoa, miten he olivat kokeneet ensimmäisen kerran työskentelyn. Palaute oli positiivista ja ryhmäläiset toivat esiin olevansa sitoutuneita tuleviin kertoihin. **Prosessoinnissa** toimme esille ryhmäläisten suhtautuneen työskentelyyn innostuneesti, mutta keskittymisen tuottaneen ajoittain haasteita ja ahdistusta. Käsittelimme ahdistusta ja siihen liittyviä helpotuskeinoja. **Yleistämisessä** kerroimme havainneemme ryhmäläisten tarttuneen toimintaan aktiivisella otteella ja jakaneen yhteisymmärryksessä tehtävät. **Soveltamisessa** toimme esille, kuinka ryhmän muodostamisessa voi keskustella yleisistä pelisäännöistä, joka auttaa kaikkien työskentelyä ja positiivisen ilmapiirin luomista. **Yhteenvedossa** kävimme läpi mitä ensimmäisellä kerralla oli tehty ja miten ryhmäytymistä oli tapahtunut. Sanoitimme, miten ryhmän tavoite oli saavutettu toimintojen ja keskusteluiden kautta.

Kaikki ryhmäläiset olivat jossain määrin entuudestaan toisilleen tuttuja, joka tuki ryhmädynamiikkaa. Vangit toivat esille ryhmän tuovan vaihtelua tavalliseen arkeen ja toivovan

ryhmän toiminnasta olevan hyötyä myös heidän tulevaisuudessaan. Osastolle mennessä yksi ryhmäläisistä sanoi vielä olevan todella hienoa, että ryhmä pidetään.

Toisen kerran teemana oli raha-asiat ja tavoitteena oli lisätä tietoa oman talouden hallinnasta. Osallistujia oli yhteensä kuusi ja tilana ryhmätyöskentelyhuone. **Esittelyssä** kertosimme ryhmän tarkoituksen ja tavoitteen sekä kävimme ryhmäläisten kuulumiskierroksen läpi. Kerroimme lyhyesti kahdesta tehtävästä, joiden kautta käsitelimme aihetta. **Toiminta** lähti tällä kertaa verkkaisesti liikkeelle. Ryhmän vireystila oli matala, johon osaltaan vaikutti ajankohtana oleva aamu. Ensimmäisessä orientoivassa tehtävässä pohdittiin pienryhmissä mihin rahaa kuluu arjessa yleisellä tasolla. Pohdintoja pienryhmät keräsivät kategorioiden alle taululle, joista keskusteltiin yhteisesti. Tehtävän jälkeen pidimme lyhyen kahvitauon.

Toisessa tehtävässä omaa taloudenhallintaa käsiteltiin esimerkkihenkilön kautta. Toiminnalliset tapausesimerkit ovat tehokas keino ennaltaehkäistä vankien toiminnallista eristäytyneisyyttä (Jamieson & Parkinson 2017: 6). Valitsimme tämän toteutustavan, sillä esimerkitapausten kautta voi olla helpompi käsitellä henkilökohtaisia aiheita ja kokea samaistumisen tunteita esimerkitapaukseen peilaten. Ryhmäläisille kerrottiin esimerkkihenkilön tarina ja hänen heikkoa rahankäyttöään havainnollistettiin budjettilomakkeen avulla. Lomake on liitteenä 5. Ryhmäläiset tekivät esimerkkihenkilölle uuden budjetin, jonka avulla olisi mahdollista elää pienillä tuloilla. Tehtävä innosti ryhmäläiset mukaan toimintaan ja vireystila kohosi huomattavasti. Esimerkkihenkilön tarina sai aikaan huumoria sekä samaistumisen kokemuksia.

Ryhmä pääsi aloittamaan suunniteltua myöhemmin ja ulkopuolisia keskeytyksiä tuli useampia, jotka aiheuttivat aikatauluhaasteita. Tämän vuoksi emme ehtineet käydä suunnitellusti viimeistä tehtävää loppuun, jossa oli tarkoituksena pohtia vinkkejä säästämiseen ja rahankäyttöön. Lopuksi ehdimme toteuttaa ainoastaan lyhyen **yhteenvedon**. Kävimme läpi, mitä teimme. Kyselimme myös palautetta tehtävistä. Tehtävä koettiin tärkeäksi, uudelleenlaiseksi ja ajankohtaiseksi.

Ryhmän keskinäinen toiminta oli jouhevaa ja toisia huomioivaa. Ryhmäläiset jaksoivat keskittyä tehtäviin pääosin hyvin. Keskittymistä tukivat erilaiset stressilelut ja piirustusvälineet, joita olimme varanneet mukaan edellisen kerran havaintojen perusteella. Toiminnan ohessa tuli vilkasta keskustelua yleisesti rahankäytöstä ja sen haasteista. Teh-

tävässä käytetyt värilliset lomakkeet saivat positiivista palautetta selkeydestään. Ryhmäläiset saivat mukaansa käyttämänsä materiaalit sekä tyhjiä lomakkeita tulevaisuutta varten, joista erityisesti yksi ryhmäläinen oli innoissaan. Hän kertoi tehtävän olleen ajankohmainen ja aikovansa käyttää lomakkeita myös jatkossa.

Kolmannen ryhmäkerran teemana oli ongelmanratkaisu- ja suunnittelutaidot sekä tavoitteena yhden konkreettisen vaiheen nimeäminen, joka liittyy ongelmanratkaisemiseen. Kaikki seitsemän vankia osallistuivat ryhmään, joka toteutettiin aamulla samassa tilassa kuin edellinen kerta.

Päivä käynnistyi **esittelyllä**, johon sisällytimme heti alkuun lämmittelyharjoituksiksi lyhyen ohjatun venyttelytuokion sekä reaktioharjoitteen. Harjoitukset vaikuttivat aamun viireystilaan positiivisesti. Tämän jälkeen kerroimme lyhyesti ryhmäkerran tavoitteen sekä sisällön. **Toiminta** oli tällä kertaa kaksi vaiheinen: ensin kertasimme ja jatkoimme edellisellä kerralla ajan puutteen vuoksi kesken jäänyttä teemaa, sillä ryhmäläiset tuntuivat pitävän aihetta tärkeänä ja kiinnostavana. Näin myös osoitimme ryhmän ohjaajina heidän tulleen kuulluiksi.

Toisessa osiossa keskityttiin ongelmanratkaisuun. Ryhmä jaettiin kahteen pienempään kolmen ja neljän hengen ryhmään. Heidän tehtävänä oli yhdessä pohtien kirjata isolle paperille suullisesti esitettyyn esimerkkihenkilön ongelmaan kolme ratkaisua, miettiä näiden ratkaisujen hyviä ja huonoja puolia sekä valita lopuksi paras ratkaisu. Lopuksi molemmat pienryhmät esittelivät ratkaisunsa koko ryhmälle. Toiminnan aikana ryhmässä vallitsi rento, mutta keskittynyt ilmapiiri. Ryhmäläiset jakoivat tietoa ja kokemuksiaan toisilleen. Ryhmäläisillä oli edellisen kerran tapaan stressilelut ja piirustuspaperia käytössään, mikä tuki keskittymistä.

Elämänhallintaan vaikuttaa oleellisesti tunteiden säätely ja ongelmanratkaisuun liittyy usein myös nopea yllättävien tilanteiden ratkaiseminen. Erilaisia arkipäivän ongelmanratkaisutaitoja voidaan pyrkiä lisäämään ryhmissä (Hypén 2002: 114). Ongelmakäyttäytymisen tunnistaminen edellyttää itsensä kuuntelua ja vähättelyn lopettamista. Ongelmakäyttäytymisen erittely auttaa vähentämään ajattelutapojen vääristymiä. Ongelmakäyttäytymisen hallinta on vaihtoehtoisten käyttäytymismallien löytymistä. (Hypén 2002: 114.)

Jakamisessa molemmat ryhmät kertoivat vuorotellen, mitä ratkaisuja olivat keksineet, mitkä olivat niiden hyvät ja huonot puolet sekä perustelivat, minkä olivat valinneet parhaaksi ratkaisuksi ongelmaan. Tässä vaiheessa pienryhmät keskittyivät kuulemaan toistensa töistä, mutta **prosessoinnissa** ryhmäläisten vireystaso alkoi laskea merkittävästi ja levottomuus lisääntyi. Myös **yleistämiseen, soveltamiseen ja yhteenvetoon** ryhmäläisten oli selkeästi vaikea keskittyä. Ohjaajat toivat esiin mitä ryhmäkerran aikana tapahtui ja miten opittua voi soveltaa arkielämässä ongelmien ratkaisuun. Kertasimme lyhyesti ryhmäkerran tavoitteen ja miten se oli saavutettu. Ryhmän vireystaso oli tässä vaiheessa matala, joten varsinaista keskustelua lopussa ei enää syntynyt.

Ryhmän päätteeksi eräs ryhmäläinen kertoi keskittymisen olleen haastavaa pienryhmässä, sillä toisen ryhmän keskustelu häiritsi omaan ryhmätyöhön keskittymistä. Tila oli pieni, joten mahdollisuutta ei ollut siirtyä kauemmaksi toisesta ryhmästä. Tämä otettiin huomioon seuraavien kertojen suunnittelussa.

Neljännän kerran teema oli käsitys itsestäni ja tulevaisuudestani. Tavoitteena oli ajatuksien herättäminen omista vahvuuksista ja tulevaisuudesta. Ryhmään osallistui jälleen kaikki ryhmäläiset. Aluksi paikalla oli viisi osallistujaa, sillä kaksi oli vielä ulkoilemassa, mutta hekin liittyivät ryhmään myöhemmin. Tila oli sama ryhmähuone kuin kahdella viime kerralla ja ryhmä ajoittui iltapäivään.

Viisi ryhmäläistä oli paikalla **esittely** vaiheessa. Olimme varautuneet pitämään pienen alkuvenyttelyn, mutta liikunnan täyteen päivän jälkeen ryhmäläiset eivät innostuneet ajatuksesta. Sen sijaan kävimme tuttuun tapaan jokaisen kuulumiset läpi. Myös ohjaajien nimet ja ryhmän tavoite kerrattiin. Ryhmän vireystaso oli alussa hieman matala, mutta koheni koko ajan loppua kohden.

Toimintaan siirryttäessä myös kaksi ulkoilemassa ollutta jäsentä liittyivät ryhmään mukaan. Teema oli hyvin henkilökohtainen ja arka jaettavaksi muiden ryhmäläisten kanssa. Siksi valitsimme itsenäisemmän työskentelytavan. Toimintana oli symbolisen nahkarannekkeen tekeminen. Tehtävänä oli valmistaa nahkaranneke, johon ryhmäläiset valitsivat erilaisia helmiä symboloimaan omia vahvuuksiaan ja unelmiaan.

Ryhmäläiset keskittyivät tekemiseen uppoutuneesti myös he, joiden keskittyminen oli ollut haastavaa aiemmilla kerroilla. Toiminta vaikutti olevan mielekästä ja sopivan haastavaa, jotta ryhmäläiset pystyivät keskittymään tekemiseen ja saivat myös onnistumisen

kokemuksia saatuaan rannekkeen valmiiksi. Ryhmässä vallitsi kannustava ja auttava ilmapiiri koko toiminnan ajan.

Jokainen esitteli rannekkeensa muille ryhmäläisille **jakamisessa**. Osa kertoi helmien symboliikasta. Toiset kertoivat, mihin tarkoitukseen he olivat miettineet ranneketta. Ryhmäläiset kehuivat toistensa töitä ja niistä oltiin aidosti kiinnostuneita. **Prosessointi** vaihe jätettiin tietoisesti toteuttamatta, sillä ryhmäläiset ja teema huomioiden emme nähneet sitä kannattavaksi ryhmäkoheesio kannalta. **Yleistämisessä** ohjaajat ja ryhmäläiset kävivät vastavuoroista keskustelua tämän kertaisen ryhmän kulusta. Ryhmäläiset ilmaisivat pitäneensä toiminnasta. Tämän kertainen toiminta ei sisältänyt **soveltamista**, sillä pyrimme herättämään ryhmäläisissä toivontunnetta sekä ajattelemaan tulevaa ja omia vahvuuksiaan. **Yhteenvedossa** ryhmäläiset kiittelivät vielä tästä kerrasta, ja heitä muistutettiin seuraavan kerran teemasta ja ajankohdasta.

Yksi ryhmäläinen kertoi, ettei hän pysty osallistumaan kahteen viimeiseen kertaan. Hän kiitteli kovasti ohjaajia ja oli pahoillaan, ettei kykene osallistumaan loppuun saakka. Stressileluja ei otettu esiin tällä kerralla, koska toiminta itsessään oli käsillä tekemistä. Piirustuspaperit olivat jälleen käytössä, jos halusi suunnitella koruaan tai jos esimerkiksi oli ennen muita valmis.

Ryhmäkertojen loppuvaihe oli neljällä ensimmäisellä kerralla levotonta ja vireystasoltaan laskevaa. Näiden havaintojen pohjalta päätimme myös jatkossa toteuttaa Colen seitsemän vaiheen työtapaa sovelletusti. Koimme luontevaksi yhdistää yleistämisen, soveltamisen ja yhteenvedon, jotta se olisi kestoltaan lyhyempi ja näin ollen keskittyminen säilyisi loppuun saakka yllä. Ryhmä olisi tarvinnut huomattavasti enemmän aikaa, jotta työtavan kaikki vaiheet olisi voinut toteuttaa.

Viides kerta oli viimeinen teemakerta. Käsittelimme tällä kertaa rutiineja ja ajanhallintaa. Tavoitteena oli pohtia arjen rutiineja nykyisessä elämäntilanteessa ja tulevaisuudessa. Ryhmä kokoontui iltapäivällä opetuskeittiössä ja osallistujia oli yhteensä kuusi. Kun osastolta menttiin hakemaan ryhmäläisiä, heistä suurin osa oli odottamassa ryhmän alkua.

Osallistujat saapuivat ryhmätilaan hyvässä ja rennossa tunnelmassa. Aloitimme **esityslyllä**, jonka aikana ryhmäläiset jakoivat spontaanisti kuulumisiaan. Lämmittelytehtävänä

oli minuutin kulumisen arviointiharjoitus. Lämmittelyyn lähdettiin aktiivisesti mukaan. Jokainen osallistuja keskittyi hiljaisuuden vallitessa. Tehtävän jälkeen eräs ryhmäläisistä kommentoi nauraen, ettei ikinä olekaan näin hiljaista.

Toimintana oli Rutiinopoly -lautapelin pelaaminen. Olimme suunnitelleet ja valmistaneet ryhmää varten kyseisen pelin. Valitsimme pelaamisen, sillä se oli yksi toivotuimmista toteutustavoista. Lautapeliä käytimme välineenä herättämään keskustelua arjen rutiineista ja niiden tunnistamisesta eli mitkä ovat arkea estäviä ja mitkä mahdollistavia rutiineja. Alun lämmittelykierroksen jälkeen jokainen ryhmäläinen vastasi kysymyksiin avoimesti ja omia kokemuksiaan pohtien. Peliäikää olisi voinut olla enemmän, sillä keskustelua syntyi oletettua enemmän. Ryhmäläiset kannustivat ja rohkaisivat toisiaan pelatesaan. Monet kysymykset herättivät paljon keskustelua ja osallistujat pystyivät samaistumaan toistensa vastauksiin. Tutut stressilelut olivat esillä, mutta toiminta oli niin mukaansa tempaavaa, ettei niitä juurikaan käytetty.

Jakamisessa ja **yleistämisessä** keskustelua herätti pelaamisen mielekkyys ja teeman ajankohtaisuus. **Soveltamisvaiheessa** keskustelussa tuli oivalluksia omista valinnoista ja rutiineista, mitä voisi noudattaa jo vankilassa sekä siirtää vapauduttuaan omaan arkeen. **Yhteenvedossa** kävimme läpi ryhmäkerran kulun ja kehuimme osallistujien aktiivisuutta. Eräältä osallistujilta tuli kommentti, että vastaavaa ohjattua toimintaa tarvitaan myös osastoilla.

Ryhmädynamiikan kehittyminen oli selkeästi havaittavissa tällä ryhmäkerralla. Ilmapiiri oli avoin ja vastaanottava alusta lähtien. Osallistujat jakoivat enemmän spontaanisti tunteuksiaan ja ajatuksiaan ryhmästä kuin aiemmilla tapaamiskerroilla. Ryhmäläiset kehuivat peliä ja sen kysymyksiä, mitkä olivat heidän mielestä hyviä ja sopivan simppeleitä. Yksi ryhmäläinen kertoi, ettei voi osallistua viimeiselle kerralle eikä haastatteluihin elämäntilanteen muutoksen vuoksi. Hän kiitteli ryhmästä ja sanoi, että oli ilo olla mukana.

Viimeisen eli kuudennen ryhmäkerran aiheena oli ryhmän päättäminen ja kokemusten jakaminen. Tavoitteena oli ryhmän saattaminen päätökseen. Ryhmässä oli viisi osallistujaa paikalla. Tällä kertaa tilana oli harjoituskeittiö, sillä toimintana oli ruoanlaitto. Toteutus ajoittui viimeisellä kerralla aamupäivälle. **Esittelyssä** kävimme ensin läpi ryhmäläisten kuulumisia ja tunnelmia ryhmän päättymisestä. Vangit kertoivat ryhmän

tuoneen vaihtelua arkeen. Eräs ryhmäläinen muisteli osallistuneensa silloinkin, kun hänellä oli ollut kipeä olo. Ryhmäläiset osallistuivat spontaanisti keskusteluun eikä varsinaista keskustelun ohjausta tarvinnut.

Ruoanlaitto valittiin toiminnaksi osallistujien toiveisiin pohjaten myös viimeiselle ryhmäkerralle. Valmistettavat ruoat oli suunniteltu aikaisemmin yhdessä vankien kanssa. **Toimintaan** siirryttäessä ryhmäläiset jakoivat tehtävät sujuvasti keskenään ja he ryhtyivät heti toimeen. Kaikille riitti tekemistä ja toisia autettiin luontevasti. Ilmapiiri oli mukava ja huumorin täyteinen.

Ruoan valmistuttua keräännymme syömään ja keskustelimme samalla toteutuneesta ryhmästä. Tämä toimi **jakamisena, yleistämisenä, soveltamisena ja yhteenvetona** ryhmäkerralle. Osallistujat kokivat pääsääntöisesti ryhmän olleen hyvä kokemus ja osallistuneen siihen mielellään. Ryhmätyöskentely oli herättänyt uusia ajatuksia, joita ei muuten tulisi sellissä aikaa viettäessä. Yksi ryhmäläisistä sanoi hänelle olleen tärkeää, että ryhmässä sai olla oma itsensä. Hänen kokemuksensa mukaan vankilan ulkopuolelta tulevat ohjaajat toimivat usein rajat ja säännöt edellä. Tässä ryhmässä hän oli kokenut asenteen olleen erilainen myönteisellä tavalla. Aiheista ja tehtävistä eniten keskustelua herättivät raha-asiat ja ongelmanratkaisutaidot. Loppukeskustelun perustella totesimme ryhmän yleisen tavoitteen täytyneen, sillä ryhmäläiset pystyivät nimeämään vähintään yhden elämänhallintaan liittyvän taidon, johon he olivat kokeneet saaneensa vahvistusta ryhmästä. Tämä taito oli raha-asioiden suunnittelu.

Kokonaisuudessaan ryhmä toteutui tyypiltään sekoituksena toimintaryhmää ja tukea antavaa ryhmää. Ryhmässä kehitettiin yksilöllisiä taitoja ja työskenneltiin myös itsenäisesti. Ryhmä sisälsi vertaistukea, joka liittyy tukea antavaan ryhmään. Ryhmän aikana opinnäytetyöntekijöistä ja osallistujista riippumattomista syistä muutama osallistuja joutui jättämään osan ryhmäkerroista väliin. Jokainen osallistuja, jolla oli mahdollisuus, sitoutui ryhmään alusta loppuhaastatteluihin saakka.

5 Kokemuksien selvittäminen laadullisin menetelmin

Tässä luvussa tarkastelemme valitsemaamme tutkimusmetodologiaa, aineistonhankintaa sekä aineiston analysointia. Opinnäytetyössämme toteutimme toimintaterapiaryhmän, josta muodostuneita vankien kokemuksia selvitimme hyödyntäen laadullisen eli kvalitatiivisen tutkimuksen keinoja.

Laadullinen eli kvalitatiivinen tutkimus on laaja-alainen kenttä, johon kuuluu erilaisia tutkimusperinteitä, joissa on nähtävissä laadullisen tutkimuksen eri painotuksia (Sarajärvi & Tuomi 2018: 13-17). Laadullisella tutkimuksella ei siis ole vain sille ominaista ja yhtenäistä teoriaa, paradigmaa tai metodeja, vaan se on enemmänkin joukko erilaisia tutkimuskäytäntöjä (Metsämuuronen 2006: 83). Kanasen (2008) mukaan yhtenäistä laadullisille tutkimuksille on tutkittavan ilmiön kuvaaminen, ymmärtäminen ja mielekkään tulokinnan muodostaminen. Merkitykset eli se kuinka ihmiset kokevat ja näkevät maailman, ovat laadullisen tutkimuksen kiinnostuksen kohteena. (Kananen 2008: 24-25.)

Mielestämme laadulliset tutkimusmenetelmät soveltuivat parhaiten vankien kokemusten selvittämiseen. Kokemukset sijoittuvat merkityksien ja ilmiöiden ymmärrykseen, joita laadullisilla menetelmillä pyritään selvittämään. Tavoitteenamme oli saada analysoinnin kautta mahdollisimman kattava käsitys kokemuksista, joita määrällisesti pienelle ryhmälle oli syntynyt. Laadullisessa tutkimuksessa syvennyttään varsin pieneen määrään tapauksia, joita pyritään analysoimaan mahdollisimman perusteellisesti (Eskola & Suoranta 2008: 18).

5.1 Haastattelu aineistonkeruumenetelmänä

Haastattelu on yksi suosituimmista laadullisten tutkimusten aineistonkeruumenetelmistä. Menetelmä on joustava ja soveltuu useisiin erilaisiin tutkimustarkoituksiin. Suora kielellinen kontakti haastateltavan kanssa luo mahdollisuuden ohjata tiedonhankintaa ja selvittää sekä tarkentaa vastaustauksia. Haastateltava voi tuoda vapaasti esille itseään koskevia asioita ja häntä on myös mahdollisuus motivoida. (Hirsjärvi & Hurme 2000: 34-36.) Valitsimme aineistokeruumenetelmäksi haastattelun edellä mainituista syistä. Päätöstä tuki myös havaintomme aikaisemmasta tilaisuudesta, jossa kerätessämme tietoa ryhmäläisten muutostoiveista lomakkeiden avulla. Lomakkeiden täyttäminen vaati paljon

keskittymiskykyä sekä kysymysten selventämistä. Haastattelu sopii paremmin menetelmäksi silloin, kun henkilöllä saattaa olla vaikeuksia kyselylomakkeen täyttämässä esimerkiksi matalan koulutustason vuoksi (Hirsjärvi & Hurme 2000: 36).

Haastattelumenetelmistä valitsimme puolistrukturoidun haastattelun. Saaranen-Kauppi-
sen ja Puusniekan (2006) mukaan puolistrukturoidulle haastattelulle ei ole yhtä kattavaa
määritelmää ja se rinnastetaan usein teemahaastatteluun. Puolistrukturoidulla haastat-
telussa haastateltaville esitetään samat tai lähes samat kysymykset samassa järjestyk-
sessä. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006.)

Haastattelukysymyksien tavoitteena oli saada tietoa mahdollisimman kattavasti vankien
kokemuksista toimintaterapiaryhmään osallistumisesta. Kysymysten suunnittelussa hyö-
dynsimme inhimillisen toiminnan mallia, joka toimi myös teoreettisena kehyksenä koko
opinnäytetyölle. Rajasimme kysymysten määrän kymmeneen kysymykseen ja kolmeen
lisäkysymykseen. Muotoilimme kysymykset mahdollisimman helposti ymmärrettäviksi ja
arkikieliseksi. Haastattelukysymykset ovat liitteenä 4.

Toteutimme haastattelut vankilassa yksilöllisesti noin viikon kuluttua viimeisestä ryhmä-
kerrasta. Ryhmään osallistuneista seitsemästä vangista kuusi osallistui haastatteluun.
Yksi ryhmäläisistä ei voinut halukkuudesta huolimatta osallistua haastatteluun. Haas-
tattelut olivat kestoltaan noin 20–45 minuutin pituisia ja ne nauhoitettiin myöhempää lit-
terointia varten. Haastatteluista ja sen aiheesta oli tiedotettu vangeille ennen ryhmään
sitoutumista ja ryhmän aikana. Haastateltavien informoiminen haastattelun teemoista tai
aiheista lisää mahdollisuutta saada mahdollisimman paljon tietoa tavoitellusta asiasta
(Tuomi & Sarajärvi 2018: 85-84). Suostumuslomake on liitteenä 2.

Ennen varsinaista haastatteluosuutta kävimme haastateltavan kanssa läpi haastattelun
tavoitteen ja kuinka hänen vastauksiaan tullaan käyttämään opinnäytetyön raportoin-
nissa. Haastattelun aluksi kävimme läpi vangin kanssa toteutuneen ryhmän sisältöä,
jossa käytimme apuna visuaalista lomaketta. Lomake on nähtävissä liitteenä 6.

5.2 Aineiston analysointi

Litteroimme haastattelut tekstimuotoon helpottaaksemme analysointia. Taltioidun aineis-
ton puhtaaksikirjoittamista kutsutaan litteroinniksi (Hirsjärvi & Hurme 2000: 138). Litteroi-

tua tekstiä kertyi Word-tiedostona yhteensä 18 sivua fontilla Calibri ja rivivälillä 1,5. Litteroinnissa jätimme pois täytesanat kuten ”niin kuin” ja ”siis”, jolloin haastatteluista muodostui helppolukuinen aineisto. Puhtaaksikirjoittamisessa lisäsimme haastattelutilanteista havaintoihin perustuvia ja vuorovaikutuksellisia lisäyksiä, jotka eivät olleet alun perin sanallisessa muodossa. Tällaisia lisäyksiä olivat esimerkiksi haastateltavan osoittaminen lomakkeeseen tai haastateltavan lauseen täydentäminen. Nämä lisäykset olivat nähtävissä aineistossa sulkeissa. Litteroitua aineistoa luimme useita kertoja läpi hahmottaaksemme analysoitavaa kokonaisuutta. Aineisto on tärkeää tuntea kokonaisuudessa, jotta se aukeaa alustavasti (Eskola & Suoranta 2008: 151).

Aineiston analysointimenetelmäksi valitsimme sisällönanalyysin. Sisällönanalyysi on tekstianalyysia, jonka tavoitteena on saada tutkittavasta ilmiöstä tiivistetty ja yleisessä muodossa oleva kuvaus (Tuomi & Sarajärvi 2018: 117). Johdonmukainen päättely ja tulkinta ovat perusta aineiston laadulliselle käsittelylle sisällönanalyysissa, jossa ensin aineisto puretaan osiin, käsitteellisestä ja yhdistetään jälleen uudella tavalla loogiseksi kokonaisuudeksi (Tuomi & Sarajärvi 2018: 122).

Aineistoa analysoimme ensin aineistolähtöisesti eli induktiivisesti. Tuomen ja Sarajärven (2018) mukaan induktiivisessa aineiston analyysissa voidaan sanoa tiivistetysti olevan kolme vaihetta: redusointi, klusterointi ja abstrahointi (Tuomi & Sarajärvi 2018: 122).

Sisällönanalyysin ensimmäisessä vaiheessa alkuperäinen aineisto redusoidaan eli pelkistetään niin, että jäljelle jää tutkimuksen kannalta olennainen aineisto. Pelkistämisen voi toteuttaa etsimällä aineistosta tutkimustehtävää kuvaavia ilmaisuja. Nämä alkuperäisilmaukset pelkistetään ja ryhmitellään. (Tuomi & Sarajärvi 2018: 122-124.) Tutkimustehtävänä oli selvittää, millaisia kokemuksia vangit saivat toteutuneesta toimintaterapiaryhmästä. Nostimme aineistosta esiin tutkimustehtävän kannalta merkitykselliset ilmaisut eri värein. Näistä alkuperäisilmauksista redusoidimme kiteytyiksi ilmauksiksi ja kokosimme ne erilliselle Word-tiedostolle.

Klusterointi eli ryhmittelyvaiheessa aineistosta etsitään samankaltaisuuksia ja eroavaisuuksia kuvaavia käsitteitä. Ryhmittelemällä ja yhdistelemällä samaa ilmiötä kuvaavat käsitteet eri luokiksi muodostetaan alaluokat. Alaluokille annetaan luokan sisältöä kuvaava käsite. (Tuomi & Sarajärvi 2018: 124.) Redusoiduista ilmauksista etsimme yhtäläisyyksiä ja eroavaisuuksia koodaten niitä eri värein. Tämän avulla hahmotimme erilaisia alaluokkia ja annoimme niille niitä kuvaavat nimitykset.

Abstrahointi vaiheessa otimme päättelymme tueksi mukaan teoriaohjaavan sisällönanalyysin, koska halusimme korostaa työssämme toimintaterapian näkökulmaa. Tuomi & Sarajärven (2018) mukaan teoriaohjaavassa analyysissä teoriaa voidaan käyttää apuna, mutta analyysi ei perustu kokonaisuudessaan teoriaan. Käytännössä aineistoa analysoidaan ensin aineistolähtöisesti ja analysoinnin edetessä otetaan päättelyyn mukaan teoria (Tuomi & Sarajärvi 2018: 109-110). Aineisto yhdistetään teoreettisiin käsitteisiin, jotka ovat valmiita ja ilmiöstä ikään kuin aikaisemmin tiedettyä (Tuomi & Sarajärvi 2018: 133). Analysoinnissamme teoriana toimi inhimillisen toiminnan malli, josta johdimme käsitteitä muodostaen ala- ja pääluokkia. Inhimillisen toiminnan malli ei ole hierarkkinen vaan enemmänkin dynaaminen malli, joten luokitteluun valikoituivat vain ne käsitteet, jotka olivat olennaisia aineiston näkökulmasta. Ryhmittelimme alaluokat aineiston mukaisesti valittujen yläluokkien alle. Lopuksi luokittelun perusteella muodostui neljä pääluokkaa, jotka olivat **tahto**, **tottumus**, **tekeminen** ja **ympäristö**. Näitä inhimillisen toiminnan käsitteitä on avattu luvussa 3.1 Inhimillisen toiminnan malli. Taulukossa 1. on havainnollistettu analysoinnissa muodostuneet ala-, ylä- sekä pääluokat.

Taulukko 1. Analysoinnissa muodostunut luokittelu.

ALALUOKKA	YLÄLUOKKA	PÄÄLUOKKA
<ul style="list-style-type: none"> - Mielialueiden kuunteleminen ja huomiointi - Ryhmän sisältöön vaikuttaminen - Tulevaisuuden odotuksien vahvistuminen - Harjoitteiden hyöty tulevaisuudessa 	Henkilökohtainen vaikuttaminen	Tahto
<ul style="list-style-type: none"> - Positiivinen kokemus - Tulevaisuuden odotuksien vahvistuminen - Vertaisuus - Eriäinen asenne - Odotukset ryhmästä - Halu muutokseen - Ryhmän potentiaalinen hyödyllisyys muille vangeille - Merkitykselliset toiminnot 	Arvot	
<ul style="list-style-type: none"> - Eri aiheet - Mielekkäiden toimintojen tekeminen - Avun saaminen 	Mielenkiinnonkohteet	

- Rutiinit - Ryhmän ja aiheiden pituus - Konkreettisia keinoja arkeen - Aikaisemmat kokemukset toiminnallisesta ryhmätyöskentelystä	Tavat	Tottumus
- Sai olla oma itsensä - Uudet näkökulmat - Vertaisuus	Sisäistetyt roolit	
- Ryhmähenki - Motivaatio - Toiminnallinen työskentely	Toiminnallinen osallistuminen	Tekeminen
- Toiminnallinen ryhmätyöskentely van- kila-ympäristössä	Tilat	Ympäristö
- Materiaalit	Esineet	
- Ryhmähenki - Vertaisuus - Sosiaalinen toiminta	Sosiaaliset ryhmät	
- Yhdessä tekeminen	Toiminnan muodot	

6 Tulokset

Haastattelun tuloksia tarkastelimme sisällönanalyysissa muodostuneiden pääluokkien kautta. Tuloksissa käy ilmi, miten vangit kokivat toimintaterapiaryhmään osallistumisen ja minkälaiset havainnot erityisesti korostuivat.

Tuloksiin olemme keränneet suoria lainauksia haastatteluista havainnollistaaksemme vankien kokemuksia. Suorat lainaukset olemme pyrkineet valitsemaan niin, että ne kuvaisivat mahdollisimman todenmukaisesti vankien kokemuksia, säilyttäen kuitenkin heidän anonymiteettinsä.

6.1 Tahto

Haastatteluissa korostui kaikkien vankien kokeneen ryhmän positiiviseksi kokonaisuudeksi ja ryhmään osallistumisen mielekkääksi. Positiiviseen kokemukseen vaikuttivat esimerkiksi mielekkäät teemat, toiminnalliset harjoitteet ja hyvä ryhmähenki. Myönteiset kokemukset olivat myös kolmen ryhmäläisen motivaationa jatkaa ryhmässä.

Ihan kiva juttu. Monta eri aihealuetta ja te olitte ihan mukavia. Ei ollut mitään huonoa puolta mun mielestä. Ihan mielellään oltiin. Kiitos vaan.

Ryhmää suunniteltiin yhdessä vankien kanssa ja heidän muutostoiveidensa perusteella. Suurin osa vangeista koki heidän mielipiteidensä tulleen huomioiduksi ja kuulluksi ryhmän suunnitteluvaiheessa. Ryhmän sisältöön vaikuttaminen oli osalle uusi kokemus. Yhdessä ryhmänä sisältöön liittyvien päätösten tekeminen koettiin myönteiseksi.

Hyvä fiilis, että pääsee vaikuttaa niihin mitä tulee. Harvemmin pääsee vaikuttaa itse niihin. Monesti ne (ryhmät) on ennalta tehtyjä.

Kyllä siinä jokainen pääsi sanomaan sanansa, et siinä kuunneltiin kaikkien ääniä ja tultiin yhteisymmärrykseen, päätökseen, mitä siinä tehtiin.

Kaksi ryhmäläisistä toi esiin suhtautuneensa ensin varauksella ryhmään. Tähän varautuneisuuteen olivat vaikuttaneet muun muassa aikaisemmat kokemukset erilaisista ryhmätoiminnoista. Yhdessä haastattelussa ilmeni ryhmäläisen oman ennako asenteen muuttuneen ja siksi hän osallistui ryhmään. Ryhmän päätyttyä kaikki vangit olivat saaneet myönteisiä kokemuksia ja he kokivat toiminnat mielekkäiksi.

Ihan hyvä olo siitä ryhmästä jäi. Semmoinen olo, että parempi ryhmä, ku mitä odotin. Oltiin vähän jokainen silleen skeptisiä sen suhteen, että mimmoinen siitä ryhmästä tulee. Mutta se vaikutti, että se meni ihan omalla painolla ja ihan hyvin. Kaikki meni aivan hyvin, vaikka ajankäytössä oli pieniä ongelmia.

Mä oon aina ollut vähän vastaan näitä koulujuttuja ja tämmöisiä, mutta tässä sai yhdessä funtsia näitä juttuja. Se oli ihan kiva juttu toi budjettihomma. Sit mä pidin näistä (osoittaa kaavakkeesta ruoan tekeminen), ne oli ihan hyviä, kivoja juttuja.

Mahdollisuus saada apua omiin haasteisiinsa ja halukkuus muutokseen omassa elämässä herätti ja ylläpiti motivaatiota.

Mä yritän saada mahdollisimman paljon jeesiä näihin asioihin. Kaikki apu otetaan vastaan, mikä tarjotaan ja mihin on mahdollisuus. Mä haluaisin tehdä vähän jotakin muutakin, ku lojuu vaan tuolla sellissä. Se on aika hukkaan heitettyä aikaa.

Yhdessä haastattelussa vanki kuvaili, miten hän koki saaneensa onnistumisen kokemuksia ryhmän toimintojen kautta. Tämä oli vahvistanut hänen uskoaan mahdollisuuksiin ja elämän järjestymiseen hänen toiveitaan kohden.

Raha-asiat ja elämän järjestäytyminen. Hyvänä asiana oli se, ku tehtiin niitä nauhoja, askarreltiin ja sitten tehtiin ruokaa niin siinä tuli sellainen onnistuminen. Usko siitä, että on vielä mahdollisuus.

Ryhmäläisten muutostoiveiden perusteella ryhmään oli valikoitunut neljä elämäntilanteen liittyvää aihetta, joita käsiteltiin toiminnallisesti. Aiheiden monipuolisuus ja vaihtelu koettiin positiivisesti.

Joka kerralla oli eri aihe ja ne vaan kiinnosti. Sen verran hyvin suunniteltu juttu teiltä.

Useampi haastateltava kertoi kokeneensa ryhmän toiminnat tärkeiksi ja merkityksellisiksi.

Kaikki oli tärkeää. Minä olin teidän kanssa ja puhuin, se on herättänyt jotain. Teoria ja paperit oli hyviä. Kaikki mitä te olitte tehnyt, takana on aina tarkoitus.

Haastatteluissa kysyttiin ryhmäläisten kokemusta harjoitteiden hyödystä siviiliin siirryttäessä. Ryhmäläisistä puolet uskoivat ryhmän harjoituksista olevan hyötyä tulevaisuudessa ja puolet eivät uskoneet tai eivät olleet varmoja. Osa pohti myös hyödyn näkevän vasta tulevaisuudessa.

On kai niistä. En tiedä tuleeko niitä käytettyä, mutta onhan niistä hyötyä. Esimerkiksi budjetin tekemisestä on hyötyä. Kyllä varmaan jonkin näköisiä budjetteja tulee tehtyä. Kyllähän se jonkinlaisen näkökannan toi siihenkin.

Joo vähän vaikea sanoa. En tiedä. En ainakaan aiemmin ole ajatellut asioita, mutta nyt minä ajattelen.

Ryhmäläisten oman kokemuksen perusteella heiltä kysyttiin mielipidettä vastaavanlaisen ryhmän hyödyllisyydestä muille vangeille. Kaikki ryhmään osallistuneet vangit kokivat samankaltaisesta ryhmästä voivan olla myös hyötyä muillekin vangeille ja erityisesti nuorille vangeille.

Voin suositella erityisesti nuorille vangeille. Ajattelen, että on hyötyä. Sen takia, että vankila on liian vähän toteuttaa sitä vankien takas kuntouttamista siviilielämään. Kuinka vaikeata se on, jos on elämä pyörinyt vaikka 20/30 vuotta, niinku mulla on pyöriny päihteiden ja ongelmien ja rikosten ympärillä. Niin kuinka monta vuotta se sitten vie, että siitä pääsee eroon. Kyllä tämmöiset on äärimmäisen tärkeitä.

Pitäis olla tämmöisiä ryhmiä vankilaan. Ku ihmiset on pysähtynyt ja miettii, että voisi olla mahdollista. Tahtoo olisi, ja tahtoo olisi päästä siitä rikoksista eroon. Mutta ei sitten taas osaa sitä tehdä. Se on äärimmäisen ahdistavaa. Annettais vähän mahdollisuuksia, onnistumisen kokemuksia. Sitä, että näitten tämmösten pienten asioiden kautta voi saada itseluottamusta, mikä voi sitten johtaa suuriin suunnan muutoksiin elämässä. On äärimmäisen tärkeitä, että vankien kanssa ja moniongelmaisten kanssa tehdään työtä.

6.2 Tottumus

Haastatteluissa kysyttiin, oliko toiminnallinen työskentelytapa ryhmäläisille entuudestaan tuttua. Puolille haastateltavista se oli uutta ja puolille entuudestaan tuttua.

Joo oli. Näitä voi tehdä yksin ja koko ryhmässä. Silloin (ryhmässä) kuunteli mitä toiset tekee ja sanoo. Tämä oli ensimmäinen kokemus (toiminta) terapiasta.

Suurin osa haastatelluista koki ryhmän tuoneen vaihtelua arkeen ja ajan kuluneen nopeammin. Arkisten rutiinien muutos loi myös motivaatiota osallistua ryhmään.

Mul oli vaikuttimena, että tuo (ryhmä) oli mielenkiintoinen sikäli, että poissa tuolta omista (selleistä). Mutta arkirutiini oli muutos, että ihan mukavaa. Mukavaa vaihtelua.

Ryhmäkerrat olivat pituudeltaan tunnista puoleentoista tuntiin. Ryhmäkertojen pituuden mainittiin olleen sopivia, joka tuki myös ryhmäläisten keskittymistä.

Nämä (ryhmäkerrat) oli sopivan mittaisia. Luulen, että siinä rupeaa turhautumaan ihmiset, vaikka olisi kuinka mielenkiintoista. Se tuo semmoista levottomuutta, eikä kukaan keskity enää.

Haastatteluissa tuotiin myös esiin konkreettisten keinojen saaminen arkeen. Nämä kommentit liittyivät erityisesti ryhmäkertaan, jolloin aiheena olivat raha-asiat.

Erkin rahat. Se konkretisoi ajatuksia ja muutamilla yksinkertaisillakin jutuilla voi säästää. Kyllähän ne kannattaisi pitää ylhäällä vähän tarkemmin. Mulla on itsellä vähän rahan käyttö huonolla tolalla. Ei siinä hirveästi säästöä kerry.

Ryhmän erilaisista harjoitteista osa vangeista koki saaneensa uusia näkökulmia elämähallintaan liittyviin taitoihin kuten raha-asioiden hallintaan.

Aika hyvä kokemus. Esimerkiksi minä tiedän nämä (tehtävät) ja kaikki tietävät. Mutta ainakin mikä minulle oli hyvä, on että tiedän mitä se on, mutta katsoo sitä toisesta näkökulmasta.

Yksi haastateltavista kertoi omaan positiiviseen kokemukseensa erityisesti vaikuttaneen se, että ryhmässä sai olla oma itsensä.

Erityisesti se, että tähän sai tulla omana ittenään. Ei tarvinnut olla mitään. Ja mä en ite lähe semmoisiin juttuihin, et mun pitäis vetää jotakin roolia tai jotain.

Esille tuli myös ryhmäläisen kokemus vertaisena toimimisesta ja sitä kautta myös itsensä esiin tuominen.

Mä yleensä en hirveesti tuo itseäni esille missään vaiheessa, mutta tässä nyt pääs antaa ite muille muutamia juttuja.

6.3 Tekeminen

Haastatteluissa kysyttiin mikä motivoi ryhmäläisiä osallistumaan ryhmään sekä jatkaamaan siinä. Kolmea ryhmäläisistä motivoi uteliaisuus uutta ryhmää kohtaan sekä uteliaisuus mahdollisen avun saamisesta omiin haasteisiin. Yksi ryhmäläisistä toi esiin myös oman yrityksensä osallistua ja sitoutua ryhmiin motivoineen osallistumaan.

Se mielen uteliaisuus, että voiko siitä olla jotain apua mulle. Se uteliaisuus siitä, että tiedostan että tarvitsen tukea ja apua tulevaisuuttani varten. Uteliasuus siitä, että voiko se löytyä tämän ryhmän kautta.

Tietenkin se (että kaipaa toimintoja) ja uteliaisuus ja mielenkiinto. Ja esititte asian niin, että se kiinnosti mua. Asiat kiinnosti kaikin puolin. Totta kai. Että ei pelkästään se, että olisi jotain tekemistä, vaan halusin mukaan.

Sillon ku mä tuolla osastolle menin, niin puhuttiin, että pitäisi osallistua, sitoutua ryhmiin ja osaston toimintaan. Niin tää on vähän niinku sitä, että mä osallistun

kaikkeen mistä olisi apua tähän mun päämäärään tai siihen mihin mä tähtään: pysy poissa linnasta. Mä oon ihan eri asenteella nytten, ku ikinä ennen. Se on se, oma tahto puuttuu, jos ei oo niin on ihan turhaa sanoa, et nyt tee näin tai tee näin.

Yksi ryhmäläisistä myös mainitsi halunsa kehittää itseään ja tämän myös toimineen motivaattorina ryhmään osallistumisessa.

Meillä on aika vähän täällä vankilassa ohjelmaa, niin koittaa nyt osallistua siihen mitä on tarjolla. Ehkä se (motivoi), että pystyisi kehittämään itseään jollain tapaa täällä ollessa.

Haastatteluissa kysyttiin, miten ryhmäläiset olivat kokeneet toiminnallisen työskentelytavan, joka on toimintaterapian keskiössä. Aiheiden käsittely toiminnallisesti koettiin positiivisesti koko ryhmän keskuudessa. Toiminnallisuus madalsi kynnystä osallistua ryhmään ja innosti myös heittäytymään työskentelyyn.

Oikein kiva. Vaikka Erkin rahat, se koskettaa ihan joka tyyppiä, ihan teitä (opinnäytetyön tekijät) myöten. Yleismaailmallinen, tommoinen helppo lähteä mukaan. Mielinkiintoinen ja konkreettinen, ei mikään hatusta heitetty. Sama juttu tuo Rutiinopolyko se oli se peli, niin siinä oli kaikenlaisia tiukkoja kysymyksiä ja kyllä niihin vastaukset löytyi. Se vei mennessään se peli aika nopeasti. Kaikki innokkaina pelaamassa. Kyllä siellä rento meininki oli.

6.4 Ympäristö

Toiminnallinen ryhmätyöskentely vankilassa oli kahdelle ryhmäläisistä uutta.

Ei toiminnallinen työskentely ole uutta. Mutta on uutta se, että vankilassa tapahtuu semmoista. Monessa päihdekuntoutuspaikassakin niin on jämhätetty siihen yhteen asiaan eikä uskalleta mennä eteenpäin. Että selkeästi tässä asiassa oli tän ryhmän osalta menty eteenpäin. Siinä oli kaikkea pelejä ja askartelua ruuan tekoa ja kaikkia mistä voi saada itseluottamusta.

Ryhmää varten olimme suunnitelleet kohde ryhmän huomioiden materiaaleja kuten monisteita ja ohjeita. Haastatteluista oli havaittavissa, että käytetyt työvälineet koettiin selkeiksi ja toimintaa tukeviksi.

Ei olleet monisteet yksivärisiä mustavalkoisia vaan oli muitakin värejä. Ne oli selkeästi selkeytetty selkokielelle silleen, että niistä pystyi saada selvää. Mikä on äärimmäisen tärkeätä, et sitä jaksaa ruveta aloittaa.

Ryhmähenki nousi esiin useassa haastatteluista. Ryhmäläiset olivat jokseenkin tuttuja toisilleen entuudestaan, mutta ensimmäisen ryhmäkerran tutustuminen loi pohjaa ryhmähengen syntymiselle. Ryhmähenki koettiin hyväksi ja ilmapiirin olleen salliva.

Yleisesti ottaen hemmetin hyvä henki koko ryhmässä ja teidän kesken. Se ei ollut mitenkään jäissä olevaa, se oli lämminhenkistä ja tervettä. Kyllähän sitten rönnyili ne jutut tietenkin, mutta palattiin aina ruotuun. Tekin osasitte hyvin vetää tuota juttua.

Yksi ryhmäläistä mainitsi kokeneensa ryhmän erityisesti sosiaalisena toimintana, joka vaikutti myös hänen haluunsa osallistua ryhmään.

Tää oli osa sosiaalista toimintaa ja mä otin ilman muuta osaa tämmöiseen.

Myös yhdessä tekeminen mainittiin haastatteluissa ja sen vaikuttaneen osallistumisen myönteisyyteen.

Mä oon aina ollut vähän vastaan näitä koulujuuttuja ja tämmösiä. Mutta tässä sai yhdessä funtsia näitä juttuja.

7 Johtopäätökset ja pohdinta

Opinnäytetyömme tavoitteena oli havainnollistaa konkreettisella keinolla Helsingin vankilalle toimintaterapian hyödynnettävyyttä osana vankien kuntoutusta, joten suunnitimme ja toteutimme toimintaterapiaryhmän. Ryhmän pääteemaksi valitsimme Rikosseuraamuslaitoksen kuntoutuksen tavoitteiden sekä asiakasryhmän haasteiden perusteella elämänhallinnan. Ohjaavaksi teorimalliksi valitsimme inhimillisen toiminnan mallin, sillä se on asiakaslähtöinen ja näyttöön perustuva. Farnworth ja O'Connel ovat todenneet inhimillisen toiminnan mallin sopivan vankila ympäristöön käytettäväksi (Farnworth & O'Connel 2007: 187).

Kahden tiedotustilaisuuden kautta ryhmään ilmoittautui seitsemän motivoitunutta vankia. Ryhmään valikoituneita osallistujia ei ollut mahdollisuutta haastatella, eikä heille ollut mahdollista toteuttaa toimintakyvyn arviointia ennen ryhmän alkamista. Haastattelut ja toimintakyvyn arviointi olisivat olleet kattavampi ja tehokkaampi keino kerätä tietoa asiakkaiden muutostoiveista, toimintakyvystä ja motivaatiosta. Ryhmäläisten haasteita ja muutostoiveita selvitimme kyselylomakkeen avulla, jonka kautta varmistimme asiakaslähtöisyyden ryhmän suunnittelussa ja toteutuksessa. Vankiloissa uhka toiminnalliselle deprivatiolle on kohonnut, eikä vangeilla ole mahdollisuutta osallistua ja tehdä valintoja kuten siviilissä. Näimme tärkeäksi vahvistaa ryhmään osallistujien toiminnallista osallisuutta sekä pätevyyttä eli vaikuttamista inhimillisen toiminnan mallin tahdon osa-alueeseen.

Ryhmä koostui kuudesta kerrasta, joista neljä käsitteli yksittäisiä elämänhallinnan teemoja. Teemat rakentuivat osallistujien muutostoiveiden ja mielenkiinnonkohteiden pohjalta sekä niitä käsiteltiin toiminnallisilla harjoitteilla. Ryhmän suunnittelussa ja toteutuksessa hyödynsimme Colen seitsemän askeleen työtapaa, joka loi ryhmälle struktuurin. Ensimmäisissä ryhmäkerroissa noudatimme työvaiheita tarkasti, mutta havaitsimme että kokonaisuudessaan ryhmä olisi tarvinnut enemmän aikaa kaikkien työvaiheiden toteuttamiseen. Mielestämme toimintaterapiaintervention pituus ei riittänyt määrällisesti siihen, että olisimme päässeet ryhmäprosessin syvällisempiin vaiheisiin. Yksittäiset ryhmäkerrat olivat kestoltaan yleensä noin 1,5 tuntia ja ryhmän keskittyminen alkoi selkeästi heiketä loppua kohden. Nämä havainnot tukivat päätöstämme keventää ryhmäkertoja jättämällä pois prosessoinnin sekä yhdistämällä soveltamisen, yleistämisen ja yhteenvedon. Tämä rakenne osoittautui selvästi toimivammaksi.

Ryhmän kehityskaaressa oli selkeästi havaittavissa ryhmäläisten keskinäisen luottamuksen ja spontaaniuden lisääntyminen. Tiedonjakamista ja universaalisuutta eli samankaltaisuuden kokemista tapahtui ryhmäläisten keskuudessa. Nämä ilmenivät siinä, että keskustelujen oma-aloitteisuus kasvoi ryhmän edetessä ja teemoista jaettiin rohkeasti oma-kohtaisia kokemuksia. Pohdimme myös ryhmän struktuurin tukeneen toimintaan osallistumista ja luoneen pohjaa tulevan ennakoinnille sekä tehneen toiminnasta itsestään ohjautuvampaa. Tämä näkyi muun muassa ryhmäläisten tottumuksena kokoontua pöydän ääreen ryhmien aluksi ja lopuksi ilman ohjausta.

Ohjasimme ryhmää pareittain, jolloin kolmas oli apuohjaajan ja havainnoijan roolissa. Tämä osoittautui toimivaksi ratkaisuksi, sillä havainnoija pystyi kiinnittämään huomiota ryhmäläisten toimintaan ja vuorovaikutukseen sekä tekemään niistä muistiinpanoja. Havaintojen ja muistiinpanojen perusteella muokkasimme ohjaustyyliämme, porrastimme toimintaa sekä muutimme ryhmän struktuuria vastaamaan ryhmän tarpeita. Ohjaaja vaikuttaa Borgin ja Brucen (1991) mukaan ryhmäläisiin, ryhmän vuorovaikutukseen, rooleihin ja terapeutin toiminnan käyttöön (Borg & Bruce 1991: 65-70).

Toiminnan ja vuorovaikutuksen helpottaminen ovat ohjaajan vastuulla (Borg & Bruce 1991: 120). Ohjaaminen edellyttää kykyä mukautua ryhmän toiminnan mukaisesti, joka toteutui esimerkiksi siinä, ettemme ottaneet liian vallitsevaa roolia silloin kun toiminnan katsottiin olevan itsestään ohjautuvaa. Osallistujat pystyivät toimimaan heille tutuissa toiminnoissa, kuten ruoanlaitossa, hyvin kevyellä ohjauksella. Emme nähneet tarvetta asettaa ryhmälle kovin tiukkoja rajoja, mutta joissain keskustelun aiheissa rajaamisen tarve tuli esiin, jos osallistujat puhuivat esimerkiksi ihannoivasti päihteiden käytöstä. Haastatteluista kävi kuitenkin ilmi, että osallistujat kokivat voivansa olla omana itsenään ryhmässä.

Toimintaterapiaryhmä toteutui vankilan ryhmätiloissa, joka vaikutti merkittävästi harjoitteiden valintaan ja toteutukseen. Toimintaterapiassa nähdään ympäristön muokkaavan toimintaa sekä vaikuttavan yksilön kokemukseen toiminnasta. Elämännhallintataitojen harjoittelu luontaisissa ympäristöissä kuten kaupassa, julkisessa liikenteessä tai virastossa olisivat vaikuttaneet ryhmäläisten saamaan hyötyyn sekä mahdollistanut toiminnan soveltamisen omassa arjessa. Tämä herätti ajatuksen jatkotutkielmasta, jossa toimintaterapiaa toteutettaisiin koevapautta edeltävänä aikana ja itse koevapaudessa. Tällöin harjoiteltujen toimintojen integroiminen arkeen mahdollistuisi käytännön kokemusten kautta yhdessä toimintaterapeutin kanssa.

Keräsimme osallistujien kokemuksia ryhmästä puolistrukturoidulla haastatteluilla. Saatua aineistoa analysoimme laadullisin menetelmin. Tutkimustulokset ja vankien kokemukset näyttäytyivät positiivisessa valossa. On huomioitava meidän opinnäytetyöntekijöiden toimineen ryhmänohjaajina sekä haastattelijoina. Haastattelu on vuorovaikutuksellinen tilanne, jossa ei ole samankaltaista anonymiteettia kuin esimerkiksi kirjallisessa tutkimuskyselyssä. Haastattelutilanne saattoi vaikuttaa haastateltavien vastauksiin, sillä vaikka keräsimme kokemuksia, olivat kommentit myös osaltaan palautetta työstämme. Tutkija ja tutkimusasetelma vaikuttavat Kanasen (2008) mukaan tutkittavaan sekä sen myötä tuloksiin. Tätä ilmiötä kutsutaan reaktiivisuudeksi, jota ei voida täysin poistaa haastattelutilanteessa. (Kananen 2008: 122-123.) Reaktiivisuutta pyrimme pienentämään korostamalla haastateltavalle hänen mielipiteensä ja kokemuksensa tärkeyttä sekä kertomalla, kuinka aineistoa tullaan raportoimaan anonyymissa muodossa.

Havaintojen ja haastattelu aineiston perusteella inhimillisen toiminnan mallista nousi esiin tahto, joka on toimintaan motivoitumista. Pyrimme motivoimaan osallistujia ryhmään osallistuttamalla heidät suunnitteluun. Haastatteluissa korostui ryhmäläisten kokeen mielekkääksi erilaiset teemat sekä mahdollisuuden vaikuttaa ryhmän sisältöön. Tämä koettiin uudelleenlaiseksi tavaksi vankilaympäristössä. Haastatteluissa ei suoranaisesti tullut esiin tämän vaikuttaneen ryhmäläisten motivaation, mutta pohdimme sen vaikuttaneen ryhmään sitoutumiseen. Ryhmään osallistumisen motivaationa haastateltavat kertoivat olleen arkisten rutiinien muutos, mahdollisuus saada apua omiin haasteisiin sekä myönteiset kokemukset ryhmästä.

Kaikki ryhmäläiset toivat haastatteluissa esiin voivansa suositella saman tyyppistä ryhmää myös muille vangeille ja erityisesti nuorten osastolle. Pohdimme osallistujien reflektoineen omaa elämäänsä ja sitä, millainen vaikutus tämänkaltaisella kuntoutuksella olisi voinut olla aiemmassa elämänvaiheessa. Ajattelemme, että kuntoutuksen oikea-aikaisuus vaikuttaisi merkittävästi vankien kuntoutukseen. Tarjoamalla intensiivistä kuntoutusta ja tukea jo ensimmäisellä vankeuskerralla, voitaisiin mahdollisesti pienentää uusimisriskiä tulevaisuudessa.

Koko ryhmän tavoitteena oli, että ryhmäläiset nimeäisivät vähintään yhden elämänhallintaan liittyvän taidon, johon he kokivat saaneensa vahvistusta ryhmästä. Arvioimme tavoitteen täyttyneen loppukeskustelun ja haastattelumateriaalin perusteella, sillä osallistujat kertoivat, miten voisivat jatkossa hyödyntää ryhmän toiminnallisia harjoituksia. Esimerkiksi budjetin laatimisesta tunnuttiin olevan kiinnostuneita myös tulevaisuudessa.

Tämän lisäksi ryhmäläiset peilasivat ongelmanratkaisuharjoitusta menneisiin kokemuksiinsa ja pohtivat kuinka jatkossa vastaavissa tilanteissa voisi toimia eri tavalla. Ryhmäläiset kokivat näin saaneensa uusia näkökulmia edellä mainittujen toiminnallisten harjoitusten kautta.

Opinnäytteen toteutus oli mielenkiintoinen kokemus ja saimme mahdollisuuden toimia alueella, missä toimintaterapeuttinen näkökulma kuntoutuksessa on vielä uutta. Rikosseuraamuslaitoksen tavoitteisiin kuuluu valmentaa vankeja rikoksettomaan elämään sekä tukea heidän elämänhallintaansa. Koemme toimintaterapeutin ammattiosaaminen tukevan vankien kuntoutusta, sillä toimintaterapian keskiössä on toimivan arjen tukeminen ja vahvistaminen erilaisten toimintojen kautta. Ymmärrys toiminnan vaikutuksesta terapeuttisena tekijänä on toimintaterapeutin ydinosaamista. Vankien toiminnallinen osallisuus on heikentynyt laitospöytäolosuhteissa, joten mielestämme toimintaterapeutti toisi arvokasta osaamista osaksi moniammatillista tiimiä. Haastatteluaineiston analyysistä nousseet tulokset tukevat käsitystä toimintaterapian asiakaslähtöisyydestä ja sen merkityksellisyydestä asiakkaille.

Lähteet

AOTA 2017. American Occupational Therapy Association. Occupational Therapy's Role in Acute Care. Saatavana osoitteessa: <<https://www.aota.org/About-Occupational-Therapy/Professionals/RDP/AcuteCare.aspx>>. Luettu 26.7.2019

Arvot ja strategiat 2019. Rikosseuraamuslaitos. Päivitetty 24.6.2019. Saatavana osoitteessa: <<https://www.rikosseuraamus.fi/fi/index/rikosseuraamuslaitos/arvot.html>>. Luettu 27.6.2019.

Asberg, Kia & Renk, Kimberly 2014. Perceived Stress, External Locus of Control, and Social Support as Predictors of Psychological Adjustment Among Female Inmates with or Without a History of Sexual Abuse. *International Journal of Offender Therapy and Comparative Criminology* 58 (1). 59–84. Saatavana osoitteessa: <https://www.researchgate.net/publication/232256641_Perceived_Stress_External_Locus_of_Control_and_Social_Support_as_Predictors_of_Psychological_Adjustment_Among_Female_Inmates_With_or_Without_a_History_of_Sexual_Abuse>. Luettu 25.7.2019.

Belhan, Sümeyye & Ozkan, Esma & Yaran, Mahmut & Zarif, Meral 2018. Occupational Therapy in Forensic Settings. IntechOpen. Saatavana osoitteessa: <<https://www.intechopen.com/books/occupational-therapy-therapeutic-and-creative-use-of-activity/occupational-therapy-in-forensic-settings>>. Luettu 12.7.2019.

Borg, Barbara & Bruce, Mary 1991. *The Group System: The Therapeutic Activity Group in Occupational Therapy*. Thorofare: SLACK Incorporation.

CAOT 2013. Canadian Association of Occupational Therapists. Occupational Therapy and Criminal Justice. Saatavana osoitteessa: <<https://www.caot.ca/document/4051/Criminal%20Justice%20-%20Fact%20Sheet.pdf>>. Luettu 24.7.2019.

Cole, Marilyn 2012. *Group Dynamics in Occupational Therapy: The Theoretical Basis and Practice Application of Group Intervention*. New Jersey: SLACK Incorporated.

Creek, Jennifer 2014. *Creek's Occupational Therapy and Mental Health*. 5th edition. London: Churchill Livingstone.

Crepeau, Elizabeth & Schell, Barbara 2009. Willard and Spackman's occupational therapy. *Analyzing Occupations and Activity*. Chapter 35. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins.

Duodecim 2019. Terveyskirjasto. Lääketieteen sanasto. Saatavana osoitteessa: <https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=ltt00521&p_teos=ltt&p_kirjain=D>. Luettu 9.8.2019.

Early, Mary 2009. *Mental Health Concepts and Techniques for the Occupational Therapy Assistant*. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins.

Eskola, Jari & Suoranta, Juha 2008. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Tampere: Vastapaino.

Farnworth, Louise & O'Connel, Marita 2007. Occupational therapy in forensic psychiatry: a review of the literature and a call for a united international response. *British Journal of Occupational Therapy* 70 (5). 184-191. Saatavana osoitteessa: <<https://journals-sagepub-com.ezproxy.metropolia.fi/doi/pdf/10.1177/030802260707000502>>. Luettu 4.7.2019.

Finlay, Linda 2012. *Groupwork in Occupational Therapy*. Hampshire: Nelson Thornes.

Forsyth, Kirsty & Parkinson, Sue 2008. MOHOST. Inhimillisen toiminnan mallin seurlonta-arviointi. Käsikirja. Helsinki: Psykologinen Kustannus Oy.

Hagedorn, Rosemary 2000. *Tools for Practice in Occupational Therapy: a Structured Approach to Core Skills and Processes*. London: Churchill Livingstone.

Hartoneva, Anne & Mohell, Ulla & Pajuoja, Jussi & Vartia, Matti 2015. *Yhdyskuntaseuraamukset ja vankeus*. 2. painos. Helsinki: Tietosanoma Oy.

Hasselkus, Betty 2002. *The Meaning of Everyday Occupation*. New Jersey: SLACK Incorporated.

Helsingin vankila 2019. Toimipaikat. Rikosseuraamuslaitos. Päivitetty 14.6.2019. Saatavana osoitteessa: <<https://www.rikosseuraamus.fi/fi/index/toimipaikatjayhteystiedot/vankilat/helsinginvankila.html>>. Luettu 10.8.2019.

Helsingin vankila esite n.d. Toimipaikat. Rikosseuraamuslaitos. Päivitetty 14.6.2019. Saatavilla osoitteessa: <<https://www.rikosseuraamus.fi/fi/index/toimipaikatjayhteystiedot/vankilat/helsinginvankila.html>>. Luettu 10.8.2019.

Hirsjärvi, Sirkka & Hurme, Helena 2000. *Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö*. Helsinki: Yliopistopaino.

Howe, Margot & Schwartzberg, Sharan 2001. *A Functional Approach to Group Work in Occupational Therapy*. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins.

Hypén, Kimmo 2002. Teoksessa: Salminen, Markku (toim.) & Toivonen, Klaus (toim.). *Vankeinhoidon perusteet. Vankeinhoidon koulutuskeskus 4/2002*. Helsinki: Tietosanoma Oy.

Jamieson, Lisa & Parkinson, Sue 2017. Unlocking potential: Occupational case formulation in a prison setting. Session S5.1. *British Journal of Occupational Therapy* 80 (8). 1-127. Saatavana osoitteessa: <<https://journals-sagepub-com.ezproxy.metropolia.fi/doi/pdf/10.1177/0308022617724785>>. Luettu 10.6.2019.

Julkunen, Jenny & Nyberg-Hakala, Annina 2010. *Toimiva päihdekuntoutus. Toimintaterapeutin opas*.

Kananen, Jorma 2008. Kvali. Kvalitatiivisen tutkimuksen teoria ja käytänteet. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu.

Katajisto, Jouko & Leino-Kilpi, Helena & Mäenpää, Inger 1999. Pitkääikäisen terveysongelman sisäinen hallinta: potilaslähtöisen hoidon laadun arviointiperustan kehittäminen. Saarijärvi: Gummerus Kirjapaino Oy.

Kaukonen, Olavi 2006. Päihteet ja vankila. Päihdelinkki. Päivitetty 1.6.2009. Saatavana osoitteessa: <<https://paihdelinkki.fi/fi/tietopankki/tietoiskut/paihteiden-kayton-erityisryhmiä/paihteet-ja-vankila>>. Luettu 19.6.2019.

Keltikangas-Järvinen, Liisa 2008. Temperamentti, stressi ja elämäntapa. Juva: WSOY.

Kettunen, Reetta & Kähäri-Wiik, Kaija & Vuori-Kemilä, Anne & Ihalainen, Jarmo 2002. Kuntoutumisen mahdollisuudet. Porvoo: WS Bookwell Oy.

Kielhofner, Gary 2008. Model of Human Occupation. Theory and Application. 4th edition. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins.

Kramer, Paula & Hinojosa, Jim & Royeen, Charlotte 2003. Perspectives in Human Occupation: Participation in Life. 1st edition. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins.

Kuntoutusportti 2016. Mitä kuntoutus on. Päivitetty 21.4.2016. Saatavana osoitteessa: <<https://kuntoutusportti.fi/kuntoutujalle/mita-kuntoutus-on/>>. Luettu: 4.6.2019.

Kurki, Leena & Kurki-Suutarinen, Matleena & Taruvuori, Karoliina 2010. Muurien sisällä. Sosiokulttuurinen innostaminen vankilassa. Tampere: Tampereen yliopistopaino Oy – Juvenes Print.

Kuvio 1. Rikosseuraamuslaitoksen toiminta. Rikosseuraamuslaitoksen strategiakartta 2019. Saatavana osoitteessa: <https://www.rikosseuraamus.fi/material/attachments/rise/liitteet_rise/UGSFLhnpJ/Rise_strategiakartta_2019_toimenpiteet1-7.pdf>. Luettu 27.6.2019.

Kuvio 2. Inhimillisen toiminnan malli. Kielhofner, Gary 2008. Model of Human Occupation. Theory and application. 4th edition. Figure 8.4 The process of occupational adaptation. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins.

Laine, Matti 2002. Teoksessa: Salminen, Markku (toim.) & Toivonen, Klaus (toim.). Vankeinhoidon perusteet. Vankeinhoidon koulutuskeskus 4/2002. Helsinki: Tietosanomaa Oy.

Metsämuuronen, Jari 2006. Laadullisen tutkimuksen käsikirja. Teoksessa Metsämuuronen Jari (toim.) Laadullisen tutkimuksen käsikirja. Helsinki: International MetHelp Ky.

Muñoz, Jaime & Moreton, Emily & Sitterly, Audra 2016. The Scope of Practice of Occupational Therapy in U.S. Criminal Justice Settings. *Occupational Therapy International* 23 (3), 241-254. John Wiley & Sons. Saatavana sähköisesti: <<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1002/oti.1427>>. Luettu 13.8.2019.

Muu sosiaalinen kuntoutus 2019. Rikosseuraamuslaitos. Päivitetty 24.6.2019. Saatavana osoitteessa: <<https://www.rikosseuraamus.fi/fi/index/taytantonpano/toimintot/muusosiaalinenkuntoutus.html>>. Luettu 30.6.2019.

Nelson, David 1996. Therapeutic Occupation: A Definition. *The American Journal of Occupational Therapy* 50 (6) December 775-782.

Puusniekka, Anna & Saaranen-Kauppinen, Anita 2006. Strukturoitu- ja puolistrukturoitu haastattelu. KvaliMOTV. Menetelmäopetuksen tietovaranto. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. Saatavana osoitteessa: <https://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L6_3_3.html>. Luettu 20.6.2019.

RCOT 2018. Royal college of occupational therapists. Occupational therapy within prison services. Saatavana osoitteessa: <<https://www.rcot.co.uk/promoting-occupational-therapy/occupational-therapy-improving-lives-saving-money>>. Luettu 24.7.2019 .

RCOT 2018. Royal college of occupational therapists. Prisons: The value of occupational therapy. Saatavana osoitteessa: <<https://www.rcot.co.uk/promoting-occupational-therapy/occupational-therapy-improving-lives-saving-money>>. Luettu 24.7.2019 .

Riittinen, Liisa 1998. Vankien elämänhallinta. Saatavana osoitteessa: <<https://jyx.jyu.fi/handle/123456789/10789>>. Luettu 24.7.2019.

Rikoksista rangaistujen tuen tarve 2006. Suositukset yhteistoiminnalle. Vankien jälkihuoltotyöryhmän raportti. Sosiaali- ja terveysministeriön selvityksiä 2006: 6. Helsinki: AT-Julkaisutoimisto Oy. Saatavana osoitteessa: <<https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/72835/Selv200606.pdf?sequence=1&isAllowed=y>>. Luettu 17.7.2019.

Rikosseuraamuslaitoksen strategia kartta 2019. Rikosseuraamuslaitoksen toiminnan kulmakivet. Saatavana osoitteessa: <https://www.rikosseuraamus.fi/material/attachments/rise/liitteet_rise/UGSFLhnpJ/Rise_strategiakartta_2019_toimenpiteet1-7.pdf>. Luettu 15.7.2019.

Rikosseuraamuslaitoksen tilinpäätös 2018. Rikosseuraamuslaitoksen tilinpäätös ja toimintakertomus vuodelta 2018. Päivitetty 28.2.2019. Saatavana osoitteessa: <https://www.rikosseuraamus.fi/material/attachments/rise/risenasiakirjoja/netra-asiakirjat/OPtRefO5X/Rikosseuraamuslaitoksen_tilinpaaatos_ja_toimintakertomus_2018.pdf>. Luettu 20.8.2019.

Toimintaterapeuttiliitto 2019. Toimintaterapeutti. Saatavana osoitteessa: <<http://www.toimintaterapeuttiliitto.fi/toimintaterapeutti/>>. Luettu 15.7.2019.

Tossavainen, Aini 1996. Kohti asiakaslähtöistä kuntoutusta. Porvoo: WSOY.

Tourunen, Jouni 2002. Teoksessa: Salminen, Markku (toim.) & Toivonen, Klaus (toim.). Vankeinhoidon perusteet. Vankeinhoidon koulutuskeskus 4/2002. Helsinki: Tietosana Oy.

Townsend, Elizabeth & Wilcock, Ann 2004. Occupational justice and client-centered practice: A dialogue in progress. Canadian Journal of Occupational Therapy 71 (2). 75-87. Saatavana myös sähköisesti: <<https://journals-sagepub-com.ezproxy.metropolia.fi/doi/pdf/10.1177/000841740407100203>>. Luettu 17.7.2019.

Tuomi, Jouni & Sarajärvi, Anneli 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.

Uusintarikollisuuden ehkäisy n.d. Rikosten ehkäisy. Rikoksentorjunta.fi. Saatavana osoitteessa: <<https://rikoksentorjunta.fi/uusintarikollisuuden-ehkaisy>>. Luettu 10.7.2019.

Vankeuslaki 2005/767 §6 Rangaistusajan suunnitelma. Osa 4. Annettu Helsingissä 23.9.2005. Saatavana osoitteessa: <<https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2005/20050767>>.

Vankeuslaki 2015/393 § 7 Suunnitelman laatimismenettely. Osa 4. Annettu Helsingissä 10.4.2015. Saatavana osoitteessa: <<https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2005/20050767>>.

Vankeuslaki 2005/767 §2 Vankeuden täytäntöönpanon tavoite. Osa 1. Annettu Helsingissä 23.9.2005. Saatavana osoitteessa: <<https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2005/20050767>>.

Vapautumisen valmistelu 2019. Täytäntöönpano. Rikosseuraamuslaitos. Päivitetty 24.6.2019. Saatavana osoitteessa: <<https://www.rikosseuraamus.fi/fi/index/taytantoonpano/vapautuminen/vapautumisenvalmistelu.html>>. Luettu 17.7.2019.

Vilen, Marika & Leppämäki, Päivi & Ekström, Leena 2002. Vuorovaikutuksellinen tukeminen. Juva: WS Bookwell Oy.

Yalom Irwin 2005. The Theory and Practice of Group Psychotherapy. New York: Basic Books.

Tervetuloa ryhmään

Elämänhallintataitoja tukeva toimintaterapiaryhmä Helsingin vankilassa

Tiedote

Mistä on kyse:

Keväällä 2019 toteutetaan elämänhallintataitoja tukevan toimintaterapiaryhmä. Ryhmään haetaan 6-8 osallistujaa, jotka ovat kiinnostuneita kehittämään omia elämänhallintataitojaan. Ryhmä kokoontuu yhteensä kuusi (6) kertaa kevään 2019 aikana ja ryhmän sisältöä suunnitellaan ennakkoon osallistujien toiveiden pohjalta. Elämänhallintataitoja harjoitellaan erilaisten toimintojen kautta, toiminto voi olla esimerkiksi ruoanlaittoa.

Millä tavoin tietoa kerätään opinnäytetyötä varten:

Osallistujien kokemuksia toteutuneesta ryhmästä kerätään yksilohaastatteluilla, joissa käytetään ääriinterviewa. Nauhoituksia käytetään ainoastaan varmistamaan asiakkaan oikeanmukaisen kuulemisen ja raportoinnin täsmällisyyden. Haastatteluita käsitellään raportoinnissa niin, ettei niitä voi yhdistää henkilöön ja nauhoitukset tuhoetaan viimeistään joulukuussa 2019. Ryhmän aikana havainnoidaan toimintaa, ja havaintoja käytetään raportoinnissa.

Miksi opinnäytetyö tehdään:

Opinnäytetyön tekijät opiskelivat toimintaterapian koulutusohjelmassa Metropolia ammattikorkeakoulussa. Ryhmän suunnittelusta, toiminnasta ja palautteesta tehdään opinnäytetyö. Opinnäytetyössä halutaan selvittää kokemuksia toimintaterapeuttiseen ryhmään osallistumisesta sekä toiminnan merkityksellisyydestä asiakkaiden tämän hetkisessä tilanteessa. Tavoitteena on, että ryhmästä on hyötyä siihen osallistuville asiakkaille niin nykytilanteessa kuin tulevaisuudessakin. Tarkoituksena on kerätä asiakkaiden kokemuksia anonyymisti tukemaan opinnäytetyön raportointia ja saada tietoa toimintaterapian vaikuttavuudesta vankilassa yleisellä tasolla.

Osallistujan oikeudet:

Osallistuminen on vapaaehtoista ja voitte keskeyttää sen syytä ilmoittamatta, milloin tahansa ilman, että siitä koituu Teille mitään haittaa. Voitte myös peruuttaa suostumuksen osallistumiseen, jolloin Teistä kerättyjä tietoja voidaan silti käyttää opinnäytetyössä.

Miten saatuja tietoja käsitellään:

Kaikki aineisto ja tulokset kerätään, tallennetaan ja käsitellään luottamuksellisesti henkilötietolain edellyttämällä tavalla. Tutkimuksia koskevia tietoja ei luovuteta ulkopuoliselle taholle, eikä niitä käytetä mihinkään muuhun kuin tähän opinnäytetyöhön. Kerätty aineisto hävitetään loppuraportin kirjoittamisen jälkeen, kuitenkin viimeistään joulukuussa 2019.

Suostumuslomake

Elämänhallintataitoja tukeva toimintaterapiaryhmä Helsingin vankilassa

Suostumus osallistumisesta vangeille suunnattuun toimintaterapiaryhmään ja siihen liittyvään haastatteluun, jotka toimintaterapiaopiskelijat toteuttavat osana opinnäytetyötä.

Olen saanut sekä suullista että kirjallista tietoa opinnäytetyöstä, jossa suunnitellaan ja toteutetaan toimintaterapiaryhmä. Tiedän, että opinnäytetyön tarkoituksena on toteuttaa toimintaterapiaryhmä, jonka kokemuksia kerätään haastattelulla. Tiedän, että kerättyä aineistoa hyödynnetään ainoastaan toimintaterapian opinnäytetyössä ja sen loppuraportissa, jossa arvioidaan toimintaterapiaryhmän toteutumista sekä osallistujien kokemuksia.

Minulla on ollut mahdollisuus esittää opinnäytetyöhön liittyen tarkentavia kysymyksiä. Ymmärrän, että minulla on mahdollisuus keskeyttää osallistumiseni, milloin tahansa syytä ilmoittamatta ilman, että siitä koituu minulle mitään haittaa. Voin myös peruuttaa tämän suostumukseni, jolloin minusta vain siihen asti kerättyjä tietoja voidaan käyttää opinnäytetyössä. Tietojani käsitellään luottamuksellisesti henkilötietolakia ja hyvää tieteellistä käytäntöä noudattaen. Tietojani ei luovuteta ulkopuolisille, eikä niitä käytetä muuhun kuin tämän opinnäytetyön raportointiin. Tiedot hävitetään opinnäytetyön päätyttyä. Tiedot esitetään opinnäytetyön tuloksissa siten, että niistä ei voi tunnistaa henkilöä.

Vahvistan allekirjoituksellani suostumukseni ja vapaaehtoisen osallistumiseni tähän opinnäytetyöhön.

Osallistujan nimi: _____

Paikka: _____

Päiväys: ___/___

Osallistujan allekirjoitus: _____

Osallistujan nimenselvennös: _____

Suostumuksen vastaanottajan nimi: _____

Paikka: _____

Päiväys: ___/___

Suostumuksen vastaanottajan allekirjoitus: _____

ELÄMÄNHALLINTATAIDOT

- Tämän itsearviointilomakkeen tarkoituksena on tarkastella elämönhallintataitojasi. Laita jokaisen väittämän kohdalle rasti siihen kohtaan, mikä kuvaa parhaiten sinun tämänhetkistä tilannettasi.
- Merkitse otsikon viereiseen ruutuun tärkeysjärjestyksessä neljä (1-4) teemaa, joita haluaisit ryhmässä käsiteltävän.

KÄSITYS ITSESTÄNI JA TULEVAISUUDESTANI <input type="checkbox"/>	VÄITTÄMÄ KUVAA MINUA			
	ERITTÄIN HYVIN	HYVIN	JONKIN VERRAN	EI LAIN- KAAN
Tunnistan omia vahvuuksiani.				
Minulla on toiveita ja unelmia.				
Asetan itselleni tavoitteita ja toimin saavuttaakseni ne.				
Minulla on keinoja ja mahdollisuuksia vaikuttaa omaan tulevaisuuteeni.				

TUNTEIDEN ILMAISEMINEN JA SÄÄTELEMINEN
VÄITTÄMÄ KUVAA MINUA

	ERITTÄIN HYVIN	HYVIN	JONKIN VERRAN	EI LAIN- KAAN
Ilmaisen erilaisia tunteitani.				
Hallitsen tunteenpurkauksiani.				
Tunnistan erilaisia tekijöitä, jotka vaikuttavat mielialaani.				
Minulla on keinoja hallita stressiä ja ahdistusta.				

VUOROVAIKUTUSTAITO

VÄITTÄMÄ KUVAA MINUA

ERITTÄIN
HYVIN

HYVIN

JONKIN
VERRAN

EI LAIN-
KAAN

Otan muut ihmiset huomioon.				
Tulen yleensä toimeen ihmisten kanssa.				
Osaan ilmaista mielipiteitäni.				
Pystyn ottamaan palautetta vastaan.				

ONGELMANRATKAISU- JA SUUNNITELUTAIDOT

VÄITTÄMÄ KUVAA MINUA

	ERITTÄIN HYVIN	HYVIN	JONKIN VERRAN	EI LAIN- KAAN
Pystyn yleensä selviytymään eteen tulevista ongelmista.				
Ymmärrän tekemieni valintojen merkityksiä.				
Uskallan pyytää apua.				
Teen yleensä loppuun sen minkä olen suunnitellut ja aloittanut.				

RUTIINIT JA AJANHALLINTA

VÄITTÄMÄ KUVAA MINUA

ERITTÄIN
HYVIN

HYVIN

JONKIN
VERRANEI LAIN-
KAAN

Ylläpidän erilaisia rutiineja, jotka tukevat arkeani.				
Suunnittelen päivieni sisältöä.				
Osallistun erilaisiin kuntoutustani tukeviin toimintoihin.				
Pysyn yleensä sovitussa aikatauluissa.				

ELÄMÄNTAVAT

VÄITTÄMÄ KUVAA MINUA

	ERITTÄIN HYVIN	HYVIN	JONKIN VERRAN	EI LAIN- KAAN
Harrastan liikuntaa säännöllisesti.				
Huolehdin terveellisestä ruokavaliosta.				
Nukun niin, että jaksan päivisin.				
Osaan rentoutua ja nauttia elämästä.				

RAHA-ASIAT JA SÄNKÖINEN ASIOINTI
VÄITTÄMÄ KUVAA MINUA
**ERITTÄIN
HYVIN**
HYVIN
**JONKIN
VERRAN**
**EI LAIN-
KAAN**

Osaan suunnitella rahankäyttöni.				
Pysyn budjetissani.				
Osaan käyttää verkkopankkia.				
Osaan lähettää sähköpostia.				

TOTEUTUSTAVAT

1. Rastita sellaiset vaihtoehdot, joilla haluaisit ryhmää toteutettavan. Vaihtoehtoja käydään lopuksi yhdessä läpi.

- Pelit
- Luovat toiminnot (esim. maalaaminen)
- Musiikki
- Ilmaisutaito (esim. draamalliset harjoitukset)
- Mielikuvaharjoitukset
- Keholliset harjoitukset (esim. rentoutus)
- Keskustelu
- Työskentely lomakkeiden avulla
- Yhteiset tuotokset (esim. opaskirjan tekeminen)
- Muu, mikä? _____

Haastattelukysymykset

Haastattelukysymykset:

1. Mitä sinulla jäi päällimmäisenä mieleen ryhmästä?
2. Kerro yleisesti, millainen kokemus Papparyhmä oli sinulle?
3. Mitkä asiat vaikuttivat sinun kokemukseesi ja miten?
4. Alussa täytettiin kyselylomake ja sen perusteella ensimmäisellä ryhmäkerralla myös suunniteltiin ryhmien sisältöä. Minkälainen kokemus sinulle oli olla suunnittelemassa ryhmää ja vaikuttaa sen sisältöön?
 - Miltä suunnitteluun osallistuminen tuntui?
5. Mikä motivoi sinua osallistumaan ryhmään?
 - Mikä motivoi sinua jatkamaan ryhmässä?
6. Ryhmässä aiheita käsiteltiin toiminallisilla harjoituksilla. Millaisena sinä koit toiminnallisen työskentelytavan?
 - Oliko se sinulle uutta?
7. Voiko joistakin ryhmän harjoituksista olla hyötyä tulevaisuutta ajatellen, kun siiryt siviiliin?
8. Oliko sinulle jokin ryhmässä erityisen merkityksellistä tai tärkeää?
 - Kyllä: Mikä ryhmästä teki sinulle tärkeän?
 - Ei: Miksi ryhmässä ei ollut sinulle merkityksellisiä asioita? Olisitko kaivannut jotain muuta?
9. Voisiko tällaisesta ryhmätoiminnasta olla hyötyä myös muille vangeille ja miksi?
10. Onko jotain mitä haluaisit lisätä tai jakaa?

Budjettilomake

Kuukausibudjetti

Tulot tässä kuussa:	Tähän voit eritellä eri tulosi selkeyttääksesi laskemista, jos esimerkiksi saat tukia. Esim. eläke + asumistuki jne.	Yht.

Pakolliset menot tässä kuussa:	Tähän voit eritellä mitä menoja jokaiseen kategoriaan liittyy selkeyttääksesi laskemista. Esim. Asuminen → vuokra + vesilasku + sähkölasku jne.	Yht.
Asuminen		
Ruoka ja juoma		
Liikkuminen		
Terveys		
Tietoliikenne ja viihde-elektronikka		
Hygienia		
Pukeutuminen		
Muut pakolliset menot esim. velat		
	Kaikki menot yhteensä:	
	Pakollisten menojen jälkeen jää:	

Muut menot tässä kuussa:		
Vapaa-aika ja harrastukset		
Säästöjä jää kaikkien menojen jälkeen:		

Ryhmäkaavio

