

Jenni Huttunen, Päivi Rintamaa

Voimavaroja etsimässä toiminnallisten menetelmien kautta

- kokemuksia ryhmätoiminnasta perhekuntoutuksessa

Metropolia Ammattikorkeakoulu

Sosionomi (AMK)

Sosiaalialan koulutusohjelma

Opinnäytetyö

25.10.2013

Tekijät Otsikko Sivumäärä Aika	Jenni Huttunen ja Päivi Rintamaa Voimavaroja etsimässä toiminnallisten menetelmien kautta – kokemuksia ryhmätoiminnasta perhekuntoutuksessa 38 sivua + 2 liitettä Syksy 2013
Tutkinto	Sosionomi (AMK)
Koulutusohjelma	Sosiaalialan koulutusohjelma
Suuntautumisvaihtoehto	Sosiaalialan koulutusohjelma
Ohjaajat	Lehtori Kirsi Lautala Lehtori Ulla Saukkonen
<p>Tämän monimuotoisen opinnäytetyön tarkoituksena oli suunnitella ja toteuttaa uusi ryhmätoiminta Tuomarilan perhetukikeskukseen. Tuomarilan perhetukikeskus on osa lastensuojelun avohuollon tukipalvelua. Ryhmään osallistui nuortenosasto Terhon äidit. Ryhmämuotoinen työskentely on yksi perhetyön menetelmistä, jota käytetään perhetukikeskuksessa. Ryhmän toiminta perustui voimavaralähtöiseen työskentelyyn ja voimavarakeskeisen työskentelyn periaatteisiin. Työmenetelmät pohjautuivat sosiaalipedagogiikkaan, tarkemmin luovien ja toiminnallisten menetelmien käytölle ryhmän toteutuksessa.</p> <p>Ryhmän tarkoituksena oli toiminnan kautta luoda äideille mahdollisuus tarkastella omia voimavaroja. Voimavarakeskeiseen työskentelyyn kuuluu ajatus siitä, että jokaisesta ihmisestä löytyy voimavaroja ja myönteisiä asioita. Pienikin muutos saattaa olla keskeinen asia tavoitteiden saavuttamisessa. Voimavaroja tarkastellaan kysymällä asiakkaalta heidän taidoistaan, kyvyistään ja osaamisistaan. Asenteet, arvot, uskomukset, toiveet ja unelmat ovat keskeisiä asioita muutosten tekemiselle ja voimavarojen löytymiselle.</p> <p>Työn teoreettisessa osuudessa perehdymme lastensuojelun perhetyöhön. Avaamme käsitettä voimavarat ja kuvaamme Ilmari Rostilan voimavarakeskeisen työskentelyn periaatteita. Periaatteiden pohjalta loimme toiminnalle tavoitteet, joiden toteutumista arvioimme äitien sekä omien kokemusten pohjalta. Keräsimme äitien kokemukset ryhmä- sekä yksilöhaastatteluilla.</p> <p>Ryhmä kokoontui viisi kertaa eri teemojen ympärille. Äidit nauttivat ryhmän annista ja kokivat tärkeäksi sen, että työskentely painottui vanhempaan. Toiminnan ja sen ohella syntyneen keskustelun kautta äidit saivat kokea onnistumisen tunteita sekä yhteenkuuluvuutta toistensa kanssa. Äidit kokivat, että ryhmätoimintaa kannattaa jatkaa edelleen osana perhetyötä. Heidän mielestään ryhmä voisi olla kestoajan pidempi. Työntekijät kokivat suhteensa äiteihin lähentyneen ja luottamuksen kasvaneen. Se koettiin hyödyllisenä ja tarpeellisenä lisänä muulle perhekuntoutustyölle. Työskentelymalli soveltuu siirrettäväksi myös muulle kohderyhmälle.</p>	

Avainsanat	lastensuojelu, perhetyö, ryhmätoiminta, voimavarakeskeisyys
------------	---

Author(s) Title Number of Pages Date	Jenni Huttunen and Päivi Rintamaa Searching for Resources by Activation Methods - Experiences of Group Activity in Family Rehabilitation 38 pages + 2 appendices Autumn 2013
Degree	Bachelor of Social Services
Degree Programme	Social Services
Specialisation option	Social Services
Instructors	Kirsi Lautala, Senior Lecturer Ulla Saukkonen, Senior Lecturer
<p>The purpose of this practice based thesis was to plan and implement a new group activity for Tuomarila family support center. The family support center is a part of non-residential care in child protection. The participants in this group were the mothers of Terho youth department. Group activity is one of the methods in family work used in this family support center. The activity of this group was based on resource oriented work methods. The work methods were based on social pedagogy, more accurately on creative and activating methods.</p> <p>The aim of this group activity was to create opportunities for mothers to examine their own resources. The idea of resource oriented work method is that everyone has existing resources and positive things in their lives. A small change can make a difference in achieving a goal. Resources were examined by asking clients about their skills and abilities. Attitudes, hopes and dreams were the main things in making changes and finding resources.</p> <p>The theoretical framework in this thesis was based on family work and resource oriented work model by Ilmari Rostila. We set our goals for our activity on the basis of Rostila's model. Then we evaluated our results on the basis of our own and the mothers' experiences. The data for this thesis was gathered by using group and individual interviews.</p> <p>The group assembled five times. The mothers enjoyed the meetings and they thought that focusing on parents was important. Through the action and action-related conversations, the mothers were able to experience feelings of success and social cohesion. The mothers felt that group activity should continue as a part of family support. But they also felt that it should last longer. Staff thought that the relationship with clients became more intimate and the trust increased. This work method can be applied to different target groups.</p>	
Keywords	child protection, family work, group activity, resource oriented work

Sisällys

1	Johdanto	1
2	Lastensuojelu	2
2.1	Yleistä lastensuojelusta	2
2.2	Lastensuojelun avohuolto	3
3	Perhetyö perhekuntoutuksessa	4
3.1	Perhetyö	5
3.2	Perhekuntoutuksessa tehtävä perhetyö	6
3.3	Tuomarilan perhetukikeskus	7
4	Voimavaralähtöinen työskentely	8
4.1	Voimavarat	8
4.2	Voimavaralähtöinen työskentely	9
4.3	Voimavarakeskeisen työskentelyn periaatteet	11
5	Opinnäytetyön tarkoitus ja lähtökohdat	13
5.1	Opinnäytetyön lähtökohdat	14
6	Sosiaalipedagogiset ratkaisut opinnäytetyössä	15
6.1	Sosiaalipedagogiikan luonne	16
6.2	Toiminnalliset menetelmät	16
6.3	Ryhmän merkitys	18
7	Ryhmän toteutus	19
7.1	Tunne	19
7.2	Luonto ja liikunta	21
7.3	Taide	23
7.4	Hemmottelu	25
7.5	Ryhmähaastattelu	26
8	Arviointi	27
8.1	Asiakkaan vahvistumista tukevien puitteiden luominen	28

8.2	Asiakkaan sosiaalisten suhteiden ja yhteenkuuluvuuden tunteen lisääminen	28
8.3	Itseparantuminen	29
8.4	Yhteistyössä lisääntyvä voima	30
8.5	Antautuminen keskusteluun	31
8.6	Asiakkaaseen uskominen	31
8.7	Menetelmien arviointi	32
9	Pohdinta	33
9.1	Luotettavuus ja eettisyys	34
9.2	Kehittämisehdotukset	36
10	Lähteet	37

Liitteet

Liite 1. Kutsu äideille

Liite 2. Haastattelukysymykset

1 Johdanto

Lastensuojelun asiakasmäärät ovat kasvaneet vuosi vuodelta. Eräs keskeinen syy asiakasmäärien kasvuun on vuonna 2008 voimaan astunut lastensuojelulaki. (mm. Heino 2009.) Lastensuojelulaki (2007/417) velvoittaa viranomaisia ilmoittamaan välittömästi kunnan sosiaalihuoltoon, mikäli he ovat tehtävässään saaneet tietää lapsesta, jonka tilanne edellyttää lastensuojelutarpeen selvittämistä. Uudistuneen lain myötä, lapsille ja nuorille on kunnissa laadittava hyvinvointisuunnitelma, joka sisältää suunnitelman lastensuojelun järjestämisestä ja kehittämisestä (Lastensuojelulaki 2007/417 § 12). Espoossa on laadittu lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelma vuosille 2013–2016 ja osana siihen kuuluu myös lastensuojelun kehittämisohjelma (Lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelma vuosille 2013–2016). Espoon lastensuojelun toimintakulttuurin kehittämishaasteisiin on kirjattu muun muassa lapsi- ja perhelähtöisten dialogisten ja voimavaralähtöisten menetelmien kehittäminen asiakkaita osallistaen (Lastensuojelun toimintakulttuurin, palvelurakenteen ja johtamisen kehittäminen vuosina 2013–2016). Monimuotoisen opinnäytetyömme tarkoituksena on osaltaan vastata tähän kehittämistarpeeseen.

Opinnäytetyössä tarkastelemme perhetyötä lastensuojelun avohuollossa, tarkemmin osana perhekuntoutusta. Työmme tarkoituksena on kehittää uusi, voimavaralähtöinen ryhmätoiminta perhetyön tueksi. Ryhmä on yksi osa perhekuntoutustyön kokonaisuutta. Yhteistyökumppaninamme toimii Espoossa sijaitseva Tuomarilan perhetukikeskus. Lähtökohtanamme on, että yksilön hyvinvointi vaikuttaa koko perheen hyvinvointiin. Työskentely kohdistuu usein lapsiin ja nuoriin, vaikka sen pitäisi kohdistua vahvemmin jokaiseen perheenjäseneen. Perhetyötä tehdään yhdessä koko perheen kanssa, mutta myös yksilöllisesti yksittäisten perheenjäsenten kanssa. Tällä hetkellä työskentely kohdistuu vahvasti lapseen ja lapsen suojeleminen on nostettu päällimmäiseksi tavoitteeksi. Kuitenkin todellisuus ja resurssit lastensuojelun perhetyöntekijöiden työssä kertovat, ettei vanhempien osallisuutta ja tärkeää roolia lasten asioissa voida sivuuttaa. Lapsen elinympäristössä ja olosuhteissa vanhemmilla on keskeinen osa. Kun pyrkimyksenä on puuttua ongelmiin ajoissa ja löytää avoimuus ratkaisuja tilanteeseen yhteistyössä perheen kanssa, on perheen

kokonaistilanteella ja vanhempien voimavaroilla erityisen suuri merkitys. (Myllärniemi 2007:36.)Teoreettista pohjaa luomme avaamalla voimavaralähtöistä työskentelyä ja tarkastelemalla Ilmari Rostilan (2001) voimavarakeskeisen työskentelyn periaatteita. Ryhmän toiminta pohjautuu sosiaalipedagogiseen viitekehykseen kuuluviin toiminnallisiin menetelmiin. Teoreettisen katsauksen jälkeen kuvaamme ja arvioimme ryhmän toimintaa ja äitien sekä ryhmänohjaajien kokemuksia siitä. Lopussa pohdimme työn luotettavuutta, eettisyyttä sekä kehittämismahdollisuuksia.

2 Lastensuojelu

Opinnäytetyömme kohdentuu lastensuojelun perhekuntoutuksen asiakkaisiin. Perhetukikeskus, jossa opinnäytetyömme ryhmätoiminta järjestettiin, on osa lastensuojelun avohuollon palvelua. Taustoitamme ensin työssämme käsitteitä lastensuojelu ja lastensuojelun avohuolto.

2.1 Yleistä lastensuojelusta

Lastensuojelun tarkoituksena on taata lapselle oikeus tasapainoiseen ja monipuoliseen kehitykseen, turvalliseen kasvuympäristöön sekä tarvittaessa erityiseen suojeluun (Lastensuojelulaki 2007/417 § 1). Lastensuojelun sosiaalityön ja avohuollon tukitoimien tarve syntyy, kun lasta ja perhettä ei voida riittävästi auttaa kunnan peruspalveluissa, esimerkiksi lapsen terveyden ja kehityksen vaarantuessa (Heino 2009:198). Lastensuojelun keskeisenä periaatteena on edistää lapsen suotuisaa kehitystä ja hyvinvointia. Lastensuojelun työntekijöiden tehtävä on tukea vanhempia, huoltajia ja muita lapsen huolenpidosta vastaavia henkilöitä. Lapsen etu on keskeisin asia lastensuojelun toiminnassa. Lastensuojelussa on toimittava mahdollisimman hienovaraisesti ja kunnioittavasti perhettä kohtaan ja käytettävä aina ensisijaisesti avohuollon tukitoimia, jollei lapsen etu muuta vaadi. (Lastensuojelulaki 2007/417 § 4, Rätty 2007: 21.) Lastensuojelun tullessa perheen tueksi on arvioitava tuen tarvetta lapsen ja perheen näkökulmasta. Lapsi voidaan sijoittaa myös avohuollon tukitoimena,

jolloin sijoitus tukitoimena on vapaaehtoinen lapselle ja perheelle. (Lastensuojelulaki 2007/417 § 36, § 37.)

Lastensuojelun asiakkaat ovat yleensä jo sekä perus- että erityispalveluiden piirissä. Asiakkuuksien määrä on kasvanut vuosi vuodelta ja vuonna 2008 voimaan tulleen lastensuojelulain myötä lastensuojeluilmoitukset ovat lisääntyneet. Uudistettu laki velvoittaa lastensuojeluilmoituksen tekemisen jokaiselle, jolle huoli lapsesta nousee. Lastensuojeluilmoituksista joka kolmas tulee sosiaalipalveluista ja neljännes terveyspalveluista. Lisäksi ilmoituksia tulee paljon kouluista ja poliisilta. (Heino 2009: 199–200.) Terveyden- ja hyvinvoinninlaitoksen tietojen mukaan vuoden 2011 aikana oli huostassa 10 535 lasta. Vuoden 2011 aikana lapsia sijoitettiin kiireellisesti yhteensä 3 867. Huostassa olevien lasten sekä kiireellisesti sijoitettujen lasten määrä lisääntyi edellisvuodesta. Kodin ulkopuolelle oli kaikkiaan sijoitettuna 17 409 lasta ja nuorta. Näistä lähes puolet sijoitettiin perheisiin. Avohuollon asiakkaina oli noin 81 500 lasta ja nuorta, joka on 3 prosenttia enemmän kuin vuonna 2010. (Lastensuojelu 2011.)

2.2 Lastensuojelun avohuolto

Lastensuojelussa puhutaan ehkäisevästä sekä lapsi- ja perhekohtaisesta työstä. Ehkäisevällä lastensuojelulla tarkoitetaan peruspalveluiden piirissä olevien perheiden kanssa tehtävää työtä, kuten päivähoitoa ja terveydenhuoltoa. Ehkäisevän lastensuojelun ja lapsi- ja perhekohtaisen lastensuojelun erottaa toisistaan lastensuojelun asiakkuuden kriteeri ja työn tekemisestä vastuussa oleva taho. Kun sosiaalityöntekijä aloittaa lastensuojelutarpeen selvityksen, alkaa lapsi- ja perhekohtainen lastensuojelutyö. Lain mukaan lapsi- ja perhekohtainen lastensuojelu käsittää lastensuojelutarpeen selvityksen, avohuollon tukitoimet, kiireelliset sijoitukset ja huostaanoton sekä niihin liittyvän sijaishuollon ja jälkihuollon. (Heino 2008:15.) Avohuollon tukitoimet perustuvat sosiaalityöntekijän tarvearvioon ja päätökseen (Heino 2008:16). Avohuollon tukitoimien alkaessa saattaa perheiden tilanteet olla hyvin erilaisia. Kyse voi olla vanhempien avioerotilanteesta, perheen kohtaamasta kriisistä, taloudellisista vaikeuksista, väkivallasta perheen sisällä tai lapsen koulunkäynnin vaikeuksista tai muuhun elämään liittyvästä vaikeudesta. (Räty 2007: 202.) Avohuollon tukitoimenpiteet ovat aina vapaaehtoisia perheelle (Räty 2007: 201). Avohuollon

tukitoimia ovat lapsen ja perheen tilanteen selvittäminen, taloudellinen tuki esimerkiksi lapsen harrastaessa, tukihenkilö tai tukiperhe, kuntoutumista tukevat hoitomuodot, perhetyö, koko perheen sijoittaminen, vertaisryhmä-, loma- ja virkistystoiminta sekä muut lasta ja perhettä tukevat palvelut. (Lastensuojelulaki 2007/417 § 36, Rätty 2007: 205.)

Lastensuojelun avohuollon toimenpiteillä pyritään edistämään perheiden hyvinvointia ja tukemaan perheitä niin, että välttyttäisiin lasten huostaanotoilta. Varhaisella tuella, ongelmien ennaltaehkäisyllä sekä perhetyöllä on yritetty vastata perheiden palvelutarpeisiin muuttuneissa olosuhteissa. (Heino 2008:7.) Laissa säädetään, että kunnan on huolehdittava ehkäisevän lastensuojelun sekä lapsi ja perhekohtaisen lastensuojelun järjestäminen sellaiseksi kuin tarve edellyttää. Se on järjestettävä tarvittavassa laajuudessaan ja sellaisena aikana, kun sitä tarvitaan. Lastensuojelun on oltava laadultaan sellaista, että se takaa perheille heidän tarvitsemansa avun ja tuen. (Lastensuojelulaki 2007/417 § 11.) Vastuu lapsen hyvinvoinnista on laissa määritelty ensisijaisesti lapsen vanhemmille ja huoltajille. Toiseksi kaikkien viranomaisten tehtävä on tukea vanhempia kasvatustehtävässään, tarjota perheelle apua riittävän ajoissa ja tarvittaessa ohjata perhe lastensuojelun piiriin. Lastensuojelun tehtävänä on tukea vanhempia ja muita lapsen hoidossa ja kasvatuksessa järjestämällä tarvittavia tukitoimia ja palveluja. (Lastensuojelulaki 2007/417 § 2.)

3 Perhetyö perhekuntoutuksessa

Toteuttamamme uusi ryhmä toimii tukena muulle perhekuntoutuskeskuksessa tehtävälle perhetyölle. Tämän vuoksi koimme tärkeäksi perehtyä lastensuojelun perhetyön käytäntöihin tarkemmin. Mitä perhetyö on ja mihin sillä perhekuntoutuksessa pyritään. Perhetyö käsitteenä on hyvin laaja. Sillä voidaan tarkoittaa perhetyötä esimerkiksi päiväkodeissa tai neuvoloissa. Tässä työssä rajaamme perhetyön tarkoittamaan lastensuojelun perhekuntoutuksessa tehtävää perhetyötä. Kappaleessa avaamme ensin lastensuojelussa tapahtuvaa perhetyötä, jonka jälkeen kuvaamme perhekuntoutuksessa tehtävää perhetyötä. Kappaleen lopussa esittelemme Tuomarilan perhetukikeskuksen.

3.1 Perhetyö

Perhetyön sisällöt ja työtavat muodostuvat prosessin aikana yksilöllisesti perheen tarpeiden mukaan (Järvinen – Lankinen – Taajamo – Veistilä - Virolainen. 2007:22). Perhe saa itse määrittellä ketkä perheeseen kuuluvat ja ketkä otetaan työskentelyyn mukaan. Perhelähtöisessä työskentelyssä perhe on oman tilanteensa ja arkensa asiantuntija. Perhe nähdään kokonaisuutena sekä erillisinä yksilöinä, joiden väliset suhteet huomioidaan. Muutokset yhdessä perheenjäsenessä tai jäsenten välisissä suhteissa vaikuttavat koko perheeseen. Myös jokaisen perheenjäsenen suhteet perheen ulkopuolella heijastuvat perheen sisäisiin suhteisiin. Näitä suhteita, niiden merkitystä, toimivuutta ja kehittämistarpeita käsitellään perhetyössä. (Järvinen ym. 2007:24–25.) Työskentely voi olla lyhytaikaista tai pidempijaksoista perheen tilanteen vakauttamiseksi. Perhetyötä toteutetaan monella tavalla ja työskentely voi olla osa laajempaa kokonaisuutta. Työ voi pitää sisällään vanhempien kasvatuksellista tukemista ja ohjausta, sekä lapsen tukemista päivittäisissä asioissa, kuten harrastukset ja läksyjen teko. Perhetyön tavoitteena on kohentaa perheiden ja lasten hyvinvointia ja ennaltaehkäistä perhettä mahdollisilta uhilta, kuten vanhempien väsymiseltä. (Forss – Vatula-Pimiä 2007:38.) Myllärniemi (2007) erottelee kirjassaan vanhemman kanssa tehtävän työn ja vanhemmuustyön. Vanhemmuustyö on tärkeää vanhemmuuden tukemisen sekä lapsi-vanhempi- suhteen vahvistamisen vuoksi. Vanhemman kanssa tehtävä työskentely erottuu vanhemmuustyöstä siten, että työntekijä ja vanhempi käsittelevät aikuisten asioita, kuten työllisyyttä, terveydentilaa tai vanhemman mahdollisuutta omaan vapaa-aikaan. Työskentely vanhemman kanssa sisältää ulottuvuudet, joissa käsitellään vanhemman omia tunnekokemuksia, hänen taustojaan, niiden läpikäymistä ja kohtaamista. Suhde lapseen jää vanhemman kanssa työskenneltäessä taka-alalle ja lähtökohtana pidetään vanhemman hyvinvoinnin vaikutusta lapsen hyvinvointiin. (Myllärniemi 2007:42.)

Lastensuojelulaissa (2007/417 § 36) perhetyö on määritelty yhdeksi avohuollon tukitoimista. Perhetyö painottuu varhaiseen tukeen ja ennaltaehkäisyyn ja sen avulla toivotaan huostaanottojen vähentyvän. Perhetyön arkea on perheiden jaksamiseen ja arjessa selviytymiseen liittyvät kokemukset. (Järvinen ym. 2007:11–12.)

Yhteiskunnassa tapahtuneet muutokset ovat heijastuneet perheiden hyvinvointiin ja tarve perhetyölle on kasvanut. Perhetyössä on tavoitteena perhekohtaisesti tukea perheitä, joiden arkielämään on tullut haasteita ja ongelmia. Ongelmat pyritään ratkaisemaan yhdessä perheen kanssa. Perheitä voi kohdata joko yksittäinen kriisi tai useiden asioiden kasautuminen, jotka luovat haasteita arjessa selviytymiselle. Perhetyössä painotetaan toiveikkuutta ja näkemystä paremmasta huomisesta. Perheen omat voimavarat ja niiden rakentuminen ovat keskeisiä asioista työskentelyssä. (Järvinen ym. 2007: 15.) Heino (2008) määrittelee lastensuojelun perhetyötä seuraavanlaisesti: perhetyötä tehdään lapsilähtöisesti, perhettä tukien ja vahvistaen perheen toimivuutta. Perhetyön tarve arvioidaan aina ammatillisesti ja sitä toteutetaan tavoitteellisesti ja suunnitelmallisesti. Työskentely on intensiivistä ja moniammatillista. Työskentelyä arvioidaan säännöllisesti yhdessä asiakkaan ja lapsen asioista vastaavan sosiaalityöntekijän kanssa. Tarvittaessa perhetyöhön liitetään muita palveluja, jotta siitä muodostuu tarvetta vastaava kokonaisuus. Perhetyössä huolehditaan, että työskentelyn jälkeen lapsen ja perheenjäsenten tarvitsemista palveluista ja tuesta on sovittu. (Heino 2008:48.)

3.2 Perhekuntoutuksessa tehtävä perhetyö

Perhekuntoutuksessa on tärkeää huomioida lasten etu ja turvallisuus arjen keskellä. Vaikka vanhemmat yleensä haluavatkin vain lastensa parasta, saattaa heiltä puuttua taitoja toimia lasten parasta ajatellen tai heidän voimavaransa ovat vähäiset. Tällöin perhekuntoutuskeskus pystyy tukemaan vanhemmuutta. Lastensuojelullinen näkökulma perhekuntoutuksessa tulee, kun selvitetään perheen tilannetta, lapsen etua ensisijaisesti ajatellen. (Miller – Törrönen 2010:77–78.) Perhekuntoutus on tavoitteellista toimintaa kohti toivottua muutosta. Perhekuntoutuksen yleisiä tavoitteita ovat lapsen turvallisuuden tunteen kohentuminen ja turvallisen aikuissuhteen rakentuminen, sujuvamman arjen saavuttaminen, lasta tukevien myönteisten vuorovaikutussuhteiden vahvistuminen, vanhemmuuden taitojen vahvistaminen sekä perheen voimavarojen ja arkielämän taitojen lisääntyminen. Perheiden kanssa luodut yksilölliset tavoitteet ja niihin sitoutuminen vievät eteenpäin perheen muutosprosessia. Työntekijöiltä vaaditaan kykyä kuljettaa prosessia kohti yhdessä asiakkaan kanssa sovittuja tavoitteita. Tavoitteet on hyvä kirjata yhdessä niin konkreettiseksi ja pieniksi,

jotta ne ovat saavutettavissa. Tavoitteita voi aina muodostaa lisää. Tavoitteita tarkastellaan koko prosessin ajan ja niitä tarkennetaan yhdessä. (Laine – Heino – Pärnä 2010:142–143.) Prosessilla tarkoitetaan vaikeiden asioiden tunnistamista ja niiden hyväksymistä, harjoitellaan uudenlaisia toimintatapoja ja siirretään niitä omaan arkeen kokeiltavaksi ja lopuksi omat toimivat tavat käytettäviksi. Kuntoutuksella tarkoitetaan niin yksilön, kuin koko perheen yhteistä prosessia. Perhettä ei ole tarkoitus irrottaa omasta arjesta laitokseen, vaan paras kuntoutuminen tapahtuu arjessa. Näin ollen työtä tehdään perheen omassa ympäristössä laitosympäristön lisäksi. (Laine – Heino – Pärnä 2010:144.)

3.3 Tuomarilan perhetukikeskus

Tuomarilan perhetukikeskus on Espoon kaupungin ylläpitämää suunniteltua perhekuntoutusta lastensuojeluperheille. Työskentelyn lähtökohtana on lapsen ja perheen hyvinvoinnin kohentuminen. Lapsen kasvua ja kehitystä turvataan yhdessä vanhempien kanssa. Perheet tulevat Tuomarilan perhetukikeskukseen kuntoutusjaksolle, joka toteutetaan avohuollon tukitoimenpiteenä lastensuojelulain mukaisesti (2007/417 § 37). Tuomarilan perhetukikeskuksessa työskentelyn keskeisenä tehtävänä on lapsi ja hänen etunsa. Perheen kanssa työskennellään voimavara- ja lähtökohtaisesti. Perheen arkeen pyritään löytämään uusia toimintatapoja. Tuomarilan perhetukikeskuksessa nuortenosasto Terhoon nuoret sijoitetaan yksin. Lastenosasto Taimeen sekä perheosasto Tammelaan sijoitetaan koko perhe. Nuorten osastolla huoltajat ovat kuitenkin tiiviissä yhteistyössä, eikä huoltajuus katoa mihinkään. Perhekuntoutus on tavoitteellista työskentelyä yksilöllisen suunnitelman mukaan. Sijoitusjakso on kolmen kuukauden mittainen ja tarvittaessa sitä voidaan jatkaa vielä uudelleen kolmella kuukaudella. Sijoituksen kesto määritellään lastensuojelulaissa (2007/417: 37§). Yhteistyö perheiden kanssa on tiivistä. Työhön kuuluu perhe- ja vanhempaintapaamisia, kotikäyntejä, omaohjaajatunteja ja erilaisia ryhmätoimintoja. Tapaamiset ja työskentely pohjautuvat yhdessä luotuihin tavoitteisiin. Työskentely vaatii perheiltä läsnäoloa ja vahvaa sitoutumista. (Tuomarilan perhetukikeskuksen esite).

4 Voimavaralähtöinen työskentely

Opinnäytetyömme teoreettisena viitekehyksenä toimii voimavaralähtöinen työskentely sekä Rostilan (2001) voimavarakeskeisyyden periaatteet. Lastensuojelun perhekuntoutuksessa työskennellään usein asiakkaiden kanssa, joiden voimavarat ovat sillä hetkellä vähäiset. Jotta työntekijä pystyy tukemaan asiakasta omien voimavarojen löytämisessä, on hänen ymmärrettävä voimavaralähtöisen työskentelyn periaatteet. Ratkaisu- ja voimavarakeskeinen ajattelu on erityisen suosittu tapa lähestyä ongelmia lastensuojelun perhetyössä (Puonti – Saarnio – Hujala 2004: 247). Tämän vuoksi koimme tärkeäksi tutustua voimavarakeskeiseen työskentelyyn tarkemmin, jotta tulevina lastensuojelun työntekijöinä osaisimme lähestyä perheitä paremmin voimavarasuuntuneella tavalla. Voimavarakeskeisyydestä puhutaan usein ratkaisukeskeisyyden yhteydessä. Opinnäytetyössämme olemme rajanneet teoreettisen osuuden keskittymään voimavaroihin ja jättäneet pois ratkaisukeskeisyyden, koska työssämme emme ole etsimässä ratkaisuja ongelmiin, vaan etsimässä voimavaroja. Avaamme aluksi mitä voimavaroilla tarkoitetaan, jonka jälkeen keskitymme voimavaralähtöiseen työskentelyyn. Lopuksi esittelemme Rostilan voimavarakeskeisyyden periaatteet, joiden pohjalta ryhmässä työskenneltiin asiakkaiden kanssa.

4.1 Voimavarat

Voimavaroilla tarkoitetaan ihmisen tunnetta omasta sisäisestä voimastaan. Voimavara ilmenee kyknä toimia vaativissa tilanteissa. Voimavarat ilmenevät myös fyysisinä ja henkisinä ominaisuuksina, kuten jaksamisena ja vahvuutena. Voimavarat näkyvät ihmisillä eri tavoin. Ne voivat olla esimerkiksi erilaisia taitoja, energiantunnetta, sosiaalisia suhteita, tunteiden näyttämistä ja itselle tärkeistä rajoista kiinni pitämistä. Voimavaroiksi kuvataan myös positiivisuus, mahdollisuudet toimia, omista asioista päättäminen ja oman tilan saaminen. (Rönkkö – Rytönen 2010:192.) Ihminen haluaa tulla ymmärretyksi. Itsensä tunteminen, voimavarojen ja omien rajojen tunnistaminen lisää ymmärrettävyyttä suhteessa omaan elämään. Toiminnan ja siitä saadun palautteen kautta, ihminen muodostaa todenmukaisen käsityksen itsestään ja

voimavaroistaan. (Kettunen – Kähäri-Wiik – Vuori-Klemilä – Ihalainen 2002:56.) Voimavaroja on vaikea toisen ihmisen toiselle tuottaa, koska ne liittyvät ihmisen omaan kokemukseen. Ihminen käyttää voimavarojaan päivittäin ja uusiutuu voimavaroissaan toimiessaan itse, mutta myös lähellä olevien muiden ihmisten avulla ja tuella. (Rönkkö – Rytönen 2010:193.) Voimavarat voivat olla käytännössä mitä tahansa sellaisia asioita, jotka tukevat ihmistä kohti tavoitteitaan ja toivottua muutosta. Kettunen ym. (2002) mainitsevat tällaisina voimavaroina oman tahdon selviytyä haasteellisista tilanteista, samanlaisessa elämäntilanteessa olevan ihmisen sekä omat aikaisemmat kokemukset. Ihminen kehittyä omien kiinnostusten, tavoitteiden ja vahvuuksien pohjalta. Toiminta voi entisestään vahvistaa voimavaroja. (Kettunen ym. 2002: 91.) Ihmisellä on valmiina voimavaroja ja kyky selviytyä haastavista tilanteista. Vaikeissa tilanteissa omien voimavarojen tunnistaminen voi kuitenkin olla haastavaa. Työntekijän rooli on tällöin tutustua ihmiseen, hänen elämäntapaansa ja tavoitteisiinsa ja nostaa sieltä esille niitä voimavaroja, joilla ihminen on aiemmin tai joiden avulla voi vastaisuudessa selviytyä haasteellisista tilanteista elämässään. (Kettunen ym. 2002: 96–97.)

4.2 Voimavaralähtöinen työskentely

Perhetyössä työskennellään usein perheiden voimaannuttamisen parissa (Rönkkö – Rytönen 2010:194). Voimaantuminen tapahtuu kuitenkin ihmisessä itsessään ja se on sidoksissa ihmisen omaan haluun, omien tavoitteiden asettamiseen ja siihen kuinka ihminen näkee itsensä. Voimaantuminen näkyy luottamuksena omiin mahdollisuuksiinsa. Uskomus itsestä ja omista mahdollisuuksista rakentuu toisten kanssa toimiessa. (Siitonen 1999: 117–118.) Työskenneltäessä perheiden kanssa, voi olla tarpeen lisätä heidän uskoaan itseensä ja kykyihinsä, heidän toteuttaessaan itselleen tärkeitä muutoksia. Myös motivointia tarvitaan. Tavalla toimia ja suhtautua voidaan luoda toivoa ja uskoa siihen, että yrittäminen kannattaa. Työntekijäkin saattaa olla yksi voimavara asiakkaan elämässä, jos hän uskoo asiakkaaseen ja hänen kykyihinsä onnistua muutoksessa. (Rönkkö – Rytönen 2010:194.) Voimavaralähtöisellä ajattelutavalla tarkoitetaan, että jokaisesta ihmisestä löytyy voimavaroja ja myönteisiä asioita. Muutos voi olla pienikin muutos ja se saattaa olla

keskeinen asia tavoitteen saavuttamisessa. Voimavaralähtöisessä ajattelussa tutkitaan mahdollisuuksia, ei esteitä. (Forss – Vatula-Pimiä 2007: 39.)

Työntekijän käyttäessä voimavaralähtöistä työtettä, hän asettaa kysymyksensä niin, että perheen jäsenet kertovat heidän onnistumisistaan, tärkeiksi kokemistaan asioista ja minkälaisia asioita he arvostavat. Työntekijä katsoo silloin perhettä arvostaen ja voi aidosti liittyä niihin perheessä vaikuttaviin asioihin, joista perheenjäsenet kertovat. Arvostuksen tunne vaikuttaa molempiin suuntiin ja vahvistaa tehtävää yhteistyötä. Työntekijä on kiinnostunut perheenjäsenten myönteisistä puolista ja perheenjäsenet kertovat asioista, joissa ovat onnistuneet. Voimavaroja voidaan pohtia kysymällä minkälaisia taitoja, kykyjä ja osaamista perheenjäsenillä on? Minkälaisia tapoja on arjen toiminnassa? Millainen yhdessä tekeminen on miellyttävää kaikille? Pohtimalla asenteita, arvoja, pystyvyyttä, toiveita ja unelmia saadaan puhtia muutoksen tekemiseen ja voimavarojen löytymiseen. (Rönkkö – Rytönen 194–195.)

Myllärniemen (2007) mukaan voimavarakeskeisyys, jolla tarkoitetaan perheenjäsenten vahvuuksien tukemista ja etsimistä, on hyvin keskeistä perhetyössä. Oleellista työskentelyssä on konkreettisuus, muutossuuntautuneisuus sekä huomion kohdentaminen voimavaroihin. Asiakkaan ja työntekijän välisen vuorovaikutuksen tulee olla myönteistä ja luottamuksellista. Tärkeää on työntekijän usko asiakkaan omiin kykyihin ratkaista ongelmia. Työntekijän tehtäväksi jää auttaa asiakasta löytämään kyvyt ja voimavarat. Asiakasta aktivoidaan löytämään itse asioita, joiden tulisi muuttua. (Myllärniemi 2007:34, 58–59.) Voimavaraistavalla työotteella voidaan purkaa mahdollisia jännitteitä ja sillä voidaan rakentaa arvostavaa ilmapiiriä yhteistyöhön. Työotteen ajatuksen lähtökohtana on, että jos vain keskitytään ongelmiin ja luodaan erilaisia mielikuvia haittavaikutuksista, asioiden käsitteleminen tuntuu hyvin raskaalta ja toivottomalta. Pahimmillaan tämä voi vahvistavaa asiakkaiden käsitystä omasta kyvyttömyydestään elämänsä hallinnassa. Tämän vuoksi tarvitaankin uusia ja erilaisia työtapoja, joilla eri tavoin nostetaan esille ihmisen uskoa omaan pystyvyyteensä toimijana. (Rönkkö – Rytönen 2010:189.)

Voimavaralähtöinen työote on samanaikaisesti asenne ja ajattelutapa. Se on tapa olla vuorovaikutuksessa asiakkaiden kanssa. Voimavaralähtöinen työote on myös

menetelmä ja hyvin moniulotteinen tapa tehdä työtä. Työotetta käytettäessä halutaan luoda hyvä ja arvostava yhteistyösuhde asiakkaan ja työntekijän välille. Voimavaraistavan menetelmän avulla elävöitetään työskentelyn päämääriä, suhtautumalla uteliaasti niitä asioita kohtaan, joita ihmiset tavoittelevat elämässään. Elävöittämällä asiakkaiden pyrkimyksiä ja unelmia, motivoidaan heitä tavoittelemaan toivottua muutosta. (Rönkkö – Rytönen 2010: 189–190.)

4.3 Voimavarakeskeisen työskentelyn periaatteet

Onnistunut työskentely asiakkaan kanssa edellyttää turvallisen ja myönteisen suhteen luomista asiakkaan ja työntekijän välille. Myönteisessä suhteessa asiakas saa tuntea, että työntekijä on aidosti kiinnostunut hänestä ja ymmärtää häntä. Sama ajatus pätee ryhmässä työskenneltäessä suhteessa toisiin ryhmänjäseniin. (Rostila 2001: 60–61.) Periaate voimavarakeskeisestä työskentelystä tarjoaa hyvät lähtökohdat näiden suhteiden muodostumiselle. Ilmari Rostilan (2001) mukaan voimavarakeskeisessä muutostyössä sovelletaan seuraavia periaatteita. (Rostila 2001: 40.)

1. Asiakkaan vahvistumista tukevien puitteiden luominen

Asiakkaan vahvistumisen tukemisessa pyritään luomaan sellaiset olosuhteet, joissa asiakkaan on mahdollista löytää omat voimansa ja vahvuutensa ratkaisujen löytymiselle. Tällä periaatteella ajatellaan yksilön ja ympäristön suhdetta, yksilö ei ole koskaan ympäristöstään irrallinen. Ympäristö saattaa olla omien voimien ja vahvuuksien löytämiselle epäsuotuisa. Olosuhteiden muuttaminen edellyttää luovuutta yhdessä asiakkaiden kanssa. Asiakas itse määrittelee ongelmansa, pyrkimyksensä ja vahvuutensa.

2. Asiakkaan sosiaalisten suhteiden ja yhteenkuuluvuuden tunteen lisääminen

Yhteenkuuluvuudentunne jonkun tai joidenkin ihmisten kanssa on asiakkaalle hyvin tärkeää. Suhde työntekijään voi jo luoda asiakkaalle merkityksellisen kokemuksen yhteenkuuluvuudesta. Yhteenkuuluvuutta muodostetaan yhdessä, työntekijän hyväksyessä asiakkaan oman tarinan ja näkökulman. Silloin hän huomaa asiakkaan

pyrkimykset selviytyä elämänsä vastoinkäymisistä. Työssä vahvistetaan asiakkaan suhteita muihin ihmisiin ja luodaan asiakkaalle tilaisuuksia kokea yhteenkuuluvuutta ja onnistumisen tunteita.

3. Itseparantumisen

Periaatteella tarkoitetaan sitä, että työntekijä luottaa asiakkaan omiin parantaviin voimiin. Uskotaan, että hyviä muutoksia tapahtuu myös ihan itsestään. Työntekijän tehtävä on vahvistaa asiakkaan kykyä uudistua ja selviytyä. Tärkeää työskentelyssä on huomata asiakkaan pärjääminen ja onnistuminen.

4. Yhteistyössä lisääntyvä voima

Yhteistyössä lisääntyvällä voimalla tarkoitetaan asiakkaan ja työntekijän yhteistyötä ja sen tuloksia. Asiakkaan oma elämäntarina, hänen toiveensa ja kuvansa maailmasta luo sisältöä työhön, jolle työntekijä antaa muodon. Työntekijän vastuulla on tarkentaa työskentelyn tavoitteita ja auttaa ratkaisujen jäsentämisessä. Työntekijän asiantuntijuus ohjaa vuorovaikutusta ja muutosprosessin kokonaisuutta.

5. Antautuminen keskusteluun

Keskustelun periaatteella, dialogisuudella, tarkoitetaan asiakkaan ainutlaatuisuuden kunnioittamista. Työntekijä suhtautuu asiakkaaseen ihmisenä, jolla on oma tulkintansa asioista ja maailmasta. Asiakastyössä kartoitetaan asiakkaan maailmaa ja dialogisuus on aidosti uteliasta.

6. Asiakkaaseen uskomisen

Asiakkaaseen uskomisen on tärkeimpiä asioita muutostyön onnistumisessa. Turtuminen työhön ja uskonsa menettäminen saattaa kohdata työntekijää, joka kohtaa paljon onnettomia ihmiskohtaloita. Tuntemukset ovat luonnollisia, mutta epäusko pitää unohtaa. Epäusko tarttuu ja pilaa mahdollisuudet heti alkuunsa. (Rostila 2001: 40–42.)

5 Opinnäytetyön tarkoitus ja lähtökohdat

Lastensuojelun perhetyötä kuvastaa hyvin uusien työtapojen luominen ja kehittyvä työ. Perhetyöntekijöiden työ kohdentuu erilaisiin tarpeisiin kehittyä omassa työssään ammatillisesti, erilaisten menetelmien sekä asiakastyöprosessin parempaan hallintaan. Perhetyössä puhutaan uusista työmenetelmistä, kehittämishankkeista, moniammatillisuudesta ja kouluttautumisesta. Nämä kertovat ammatin innovatiivisesta puolesta. (Reijonen 2005:13–14.) Työmenetelmät ovat kehittyneet viime vuosina siten, että toiminnallisten ja luovien menetelmien käyttö on lisääntynyt (Puonti ym. 2004:252). Toiminnallisen opinnäytetyön kirjallisen tuotoksen tarkoituksena on selvittää lukijalleen mitä, miksi ja miten on tehty. Tarkoituksena on kertoa, miten työprosessi on edennyt ja millaisiin tuloksiin ja johtopäätöksiin on päädytty. (Vilka – Airaksinen 2003:65.) Opinnäytetyön tulee olla työelämälähtöinen ja käytännönläheinen (Vilka – Airaksinen 2003: 16–17).

Opinnäytetyömme yhteistyökumppanina toimii Tuomarilan perhetukikeskus, osasto Terho. Toinen opinnäytetyön tekijöistä, Jenni Huttunen, suoritti kolmannen työharjoittelunsa siellä ja työllistyi osastolle syksyllä 2013, opinnäytetyöprosessin ollessa jo käynnissä. Opinnäytetyömme tarkoituksena oli kehittää Tuomarilan perhetukikeskuksen työn kehittämisen tarpeesta noussutta uudenlaista, uudesta näkökulmasta tehtävää ammatillista käytäntöä. Uusi ryhmätoiminta, jonka suunnittelimme ja toteutimme muun perhetyön tueksi, perustui voimavaralähtöiseen työskentelyyn. Voimavaralähtöisestä työtoteutuksesta puhutaan työyhteisössä paljon ja tämän työn avulla halusimme avata sitä työntekijöille teoreettisesti tarkemmin. Työyhteisössä koettiin tarve panostaa perheen äitien parempaan jaksamiseen ja voimavarojen tunnistamiseen. Ryhmän työskentelyn tarkoituksena oli auttaa äitejä löytämään ja tunnistamaan omia voimavarojaan. Ryhmätoiminnan on tarkoitus jäädä Tuomarilan perhetukikeskuksen käytäntöihin. Perhetukikeskuksessa tehdään perhetyötä erilaisilla menetelmillä ja työtä pyritään kehittämään jatkuvasti. Tuomarilan perhetukikeskuksessa käytetään paljon ryhmätoimintaa osana kuntoutusta. Tästä esimerkkeinä toimivat poikaryhmä, jossa pojat ja isät toimivat yhdessä sekä vanhempainryhmä, jossa keskustellaan nuoruus ikävaiheena - teeman ympärillä. Äideille suunnattua ryhmätoimintaa ei vielä ole ollut. Kuultuamme tarpeesta, heräsi

oma mielenkiintomme aiheeseen ja lähdimme kehittämään ajatusta. Olemme kiinnostuneita ryhmään osallistuvien äitien kokemuksista uudesta voimavaralähtöisestä toiminnallisesta ja taidelähtöisestä työmenetelmästä. Tarkastelemme myös miten voimavarakeskeisyyden periaatteet näkyvät työskentelyssä.

5.1 Opinnäytetyön lähtökohdat

Tuomarilan perhetukikeskuksessa nousi tarve työn kehittämiseksi kuntoutuksessa olevien perheiden äitien jaksamisen ja voimavarojen tukemisen näkökulmasta. Kehitimme yhdessä Terhon ohjaajan, Suvi Vainio, kanssa ryhmän äideille, joka kokoontui viisi kertaa neljän viikon aikana. Ryhmä kokoontui viikoilla 34–37. Ryhmän tarkoituksena oli löytää äideille keinoja omien voimavarojen tarkasteluun. Lähdimme liikkeelle ajatuksesta ”Kun äiti voi hyvin, lapsi voi hyvin”. Ryhmään kutsuttiin nuorten osasto Terhossa olevien nuorten äidit. Ryhmään osallistuminen oli heille vapaaehtoista. Teimme ryhmästä esittelyn ja kutsun (Liite 1.) äideille. Kutsussa kysyttiin myös äitien toiveita ryhmälle. Kutsu toimitettiin Terhon nuorten äideille viikolla 27. Yhteistyöpalaverissamme osaston henkilökunnan kanssa sovimme, että he jakavat kutsua äideille, kun he tapaavat heitä kasvokkain esimerkiksi perhe- tai vanhempaintapaamisten yhteydessä. Uuden ryhmän markkinointiin kannattaa panostaa. Henkilökohtaisesti esitetty kutsu on aina pelkkää kirjallista kutsua tehokkaampi. Markkinoinnissa kannattaa painottaa positiivisia asioita. (Järvinen ym.2007:172.)

Ryhmään osallistui neljä äitiä. Kokoontumisien teemoina toimivat tunne, taide, luonto ja liikunta, hemmottelu, ruoka ja keskustelu. Suunnittelimme jokaiselle kerralle toimintarungon sekä asetimme tavoitteet voimavaralähtöistä työskentelyä sekä voimavarakeskeisyyden periaatteita hyödyntäen. Ryhmäkertojen sisällöt koostuivat toiminnallisista ja taidelähtöisistä menetelmistä. Halusimme suunnitteluvaiheessa jättää kertojen sisällöt hieman avonaisiksi, jotta meillä oli alkukyselyjen jälkeen mahdollisuus muokata sisältöjä äideiltä nousseiden tarpeiden ja toiveiden mukaisiksi. Kyselyiden perusteella huomasimme suunnittelemiemme sisältöjen vastaavan äitien tarvetta ja kiinnostuksen kohteita. Jokainen ryhmän kokoontumiskerta noudatti samanlaista runkoa: aloitus, teeman käsittely, lopetus. Kokoontuminen on hyvä aloittaa

virittäytymisellä, kahvilla, tai muulla toiminnolla, joka siirtää ryhmäläisten ajatukset pois sieltä mistä he ryhmään saapuivat kuten, työstä, kiireestä tai kodista. Virittäytyminen voi olla musiikkia tai teemaan sopiva tarina. Ryhmän teeman käsittely voidaan käydä vapaasti keskustellen tai toiminnallisia harjoituksia tehden. (Järvinen ym. 2007: 172.) Jokaisella kerralla oli selkeä aloitus, työskentelyvaihe sekä lopetus. Aloitimme jokaisen kerran rauhoittamalla siihen hetkeen esimerkiksi teemaan sopivalla mielikuvamatkalla, joka toimi orientoitumisena päivän aiheeseen. Lopetuksessa käsitelimme työskentelyä ja siitä nousseita ajatuksia ja tunteita.

Keräsimme kokemuksia toiminnasta ryhmä- sekä yksilöhaastatteluilla. Haastattelukysymykset (Liite 2.) pohjautuivat Rostilan voimavarakeskeisen työskentelyn periaatteisiin. Olimme myös kiinnostuneita ryhmän kokonaisuudesta, menetelmien käytöstä ja työntekijän roolista. Litteroimme haastattelut siinä määrin, minkä koimme riittävän tiedon saamisen kannalta merkittäväksi. (mm. Vilka – Airaksinen 2003:)

6 Sosiaalipedagogiset ratkaisut opinnäytetyössä

Sosiaalipedagoginen näkökulma toimi vahvasti ryhmän työskentelyn taustalla. Työskentelyssä suunnataan ajatukset tähän hetkeen sekä tulevaisuuteen ja pyrkimyksenä on nostaa positiivisia voimavaroja tarkastelun kohteeksi. Toiminnallisuus ja elämyksellisyys ovat nähtävissä ryhmäkertojen sisällöistä, jotka kuvaamme tarkemmin kappaleessa seitsemän. Voimavaralähtöinen ajattelu ja luovat ja toiminnalliset menetelmät antoivat työskentelylle muodon, jonka avulla jokaisella oli mahdollisuus tunnistaa omia voimavaroja ja tuoda ne näkyviksi itselle ja muille. Lähdimme työskentelemään äitien kanssa toiminnallisten ja taidelähtöisten menetelmien kautta, sillä usein toiminnan ja sitä kautta syntyneen keskustelun vaikutus ihmiseen on vahvempi kuin pelkän puheen. Tässä kappaleessa perustelemme miksi käytimme ryhmässä juuri toiminnallisia menetelmiä ja ryhmämuotoista toimintaa.

6.1 Sosiaalipedagogiikan luonne

Sosiaalipedagogiikalle ominaista on keskittyä tulevaisuuteen. Tulevaisuuden rakentamiselle etsitään keinoja ja pedagogista näkökulmaa niin yksilöiden kuin yhteisöjen näkökulmasta. (Hämäläinen 1999:12.) Sosiaalipedagogiikka muodostuu teorian ja käytännön vuoropuheluna. Ajattelun ja tekemisen, teorian ja käytännön yhteenkuuluvuus ja vuorovaikutus korostuu. Sosiaalipedagogiikassa ei tyydytä pelkästään kuvaamaan, tunnistamaan ja selittämään ongelmia, vaan pohditaan mitä ongelmille voi ja täytyy tehdä käytännössä. Tyypillistä on etsiä toiminnallisia ratkaisuja ongelmiin. (Hämäläinen 1999:17.) Perusajatuksena sosiaalipedagogisessa työssä on tarjota ongelmallisissa tilanteissa oleville ihmisille mahdollisuus osallistua, kohdata toisia ihmisiä ja toteuttaa ja kehittää itseään. Näiden avulla ihminen voi tehdä mielekkäitä asioita, kokea itsensä tarpeelliseksi ja yhdessä toisten kanssa kartoittaa suuntaa elämälleen. (Hämäläinen 1999:72.) Sosiaalipedagoginen orientaatio rakentuu useista toimintaperiaatteista. Näitä ovat muun muassa dialogisuus ihmisten välillä, yhteisön kasvatuspotentiaalin käyttö ja kehittäminen, itseapuun auttaminen, ihmisenä kasvamisen kokonaisvaltainen tukeminen, toiminnallisuus ja osallistuminen. (Hämäläinen 1999:62.)

6.2 Toiminnalliset menetelmät

Toiminnallisuus ja menetelmällisyys suuntaavat työskentelyä perhetyössä ja keskeistä on koko perheen tukeminen, rinnalla kulkeminen ja pyrkimys vuorovaikutukseen vanhempien kanssa. Äideillä ja äitien voimavaroilla on usein ratkaiseva rooli, kun pyritään vaikuttamaan perheen tilanteeseen ja edesauttamaan tilannetta kohti toivottua muutosta. Sosiaalityössä ja perhetyössä työskennellään käytännön tasolla eniten äitien kanssa ja vanhemman kohtaaminen on nostettu tärkeäksi. (Myllärniemi 2007:37.) Toiminnallisilla menetelmillä pyritään vahvistamaan asiakkaan sosiaalista toimintakykyä. Sosiaalinen toimintakyky ja asiakkaan motivaatio ovat voimaannuttavan työskentelyn näkökulmasta keskeisimpiä asioita perhetyön onnistumisen kannalta. (Myllärniemi 2007:127.) Vanhempi tarvitsee tunteen siitä, että elämä on riittävän jäsentynyttä, ennustettavaa ja selitettävää. Tärkeää on luottamus itseensä ja siihen,

että käytettävissä on niitä voimavaroja, joilla voi vastata elämän erilaisiin vaatimuksiin. (Kettunen ym. 2002: 56.)

Toiminnallisuus, yhteisöllisyys ja elämyksellisyys ovat periaatteita, jotka korostuvat sosiaalipedagogisessa työtöteessä. Parhaimmillaan työ on tilannesensitiivistä, avointa ja vuorovaikutuksellista. Tärkeää on, että kaikki voivat täysipainoisesti osallistua työskentelyyn ja vaikuttaa siihen. Liiallinen menetelmien käyttö voi kahlita ja tukahduttaa työskentelyä. Keskeistä työskentelylle on kohdata ihminen keskusteluissa ja toiminnassa. Ihmisen subjektiivisuus vahvistuu yhteisöissä toimiessa ja dialogiset kohtaamiset lisäävät itsetietoisuutta. (Hämäläinen 1999: 67–68.) Toiminnallisista menetelmistä käytetään usein myös nimityksiä elämykselliset ja luovat menetelmät. Toiminnalliset menetelmät ovat usein tehokkaita, koska ne ovat hyvin konkreettisia. Toiminnallisten menetelmien avulla asiakkaat voivat toteuttaa sellaisia puolia itsestään, jotka keskustelussa saattavat jäädä taka-alalle. Esille tulevat tunteet, asenteet ja arvot saattaa olla helpompi ilmaista toiminnan kautta kuin pelkästään puhumalla. Toiminnallisuuden avulla saadaan aikaan muutoksia. Toiminnan avulla ihmisen luovat piirteet ja mielikuvitus pääsevät esille. Toiminnan ja elämysten kautta onnistuminen antaa iloa ja uusii voimavaroja omien tilanteiden eteenpäin viemiseksi. Toiminnallisiin menetelmiin sisältyy arkitoimintojen lisäksi erilaisia taidelähtöisiä menetelmiä. Kuvataide, mielikuvatyöskentely, kuvien käyttö symboleina ja luova kirjoittaminen ovat esimerkkejä taidelähtöisistä menetelmistä. Toiminnallisiin menetelmiin kuuluu esimerkiksi rentoutusharjoitukset, mielikuvatyöskentely ja liikunnalliset ohjatut elämykset. Toiminnallisten ja taidelähtöisten menetelmien tavoitteena on käynnistää prosesseja, jotka avaavat perheelle mahdollisuuksia ja uusia väyliä heidän toivomalleen muutokselle. Elämyksellisessä toiminnassa osallistujalle syntyy oivalluksia. Oivallusten kautta perhe voi löytää uusia näkökulmia perheensä tilanteeseen. Toiminnallisissa menetelmissä toimitaan enemmän kuin puhutaan. Puhetta ei kuitenkaan sivuuteta, sanat otetaan käyttöön työskentelyn purkamisvaiheessa. Kokemuksia jaetaan yhdessä muiden kanssa. Työskentelyssä itsensä kanssa käsitellään usein omia uskomuksia, käsityksiä ja tunteita. Yhteys niihin löytyy usein parhaiten juuri toiminnan kautta. (Järvinen ym. 2007:144 – 147.)

Luovaa toimintaa voi toteuttaa monella tapaa ja se auttaa ihmistä jäsentämään ja syventämään itsetuntemusta sekä pohtimaan ja selkeyttämään arvo- ja merkityskysymyksiä. Toiminnan kautta voidaan löytää uutta näkökulmaa ja sisältöä elämään. Itsetunto vahvistuu ja sitä kautta voidaan saavuttaa sisäistä tasapainoa. Luova toiminta auttaa leikkimään ja rentoutumaan, mutta myös työstämään ja ratkaisemaan omaan elämäntilanteeseen liittyviä ongelmia. Myös itsensä kehittäminen ja oman elämäntulkinnan ja maailmankuvan rakentuminen mahdollistuu toiminnan avulla. Luovan toiminnan avulla voidaan löytää uusia puolia itsestä ja sen kautta avata uusia mahdollisuuksia elämässä. (Hämäläinen 1999:67.)

6.3 Ryhmän merkitys

Vuorovaikutus toisten kanssa luo pohjaa myös ihmisen omalle käsitykselle itsestään. Ryhmän jäsenenä, suhteessa toisiin ihmisiin, ihminen määrittää itseään ja luo käsitystään itsestään. (Kettunen ym. 2002: 16.) Ryhmät ja ryhmämuotoinen työskentely toimivat tärkeänä osa perhekuntoutusta. Tavoitteena ryhmien työskentelyssä on tarjota mahdollisuus vuorovaikutukseen, samankaltaisissa tilanteissa oleville ihmisille. Vuorovaikutuksen avulla ihminen voi saada uusia kokemuksia, oivalluksia sekä näkökulmia omaan tilanteeseensa. (Laine – Heino – Pärnä 2010:156, Seppänen – Hansen – Janhunen – Kytöpuu – Salo – Seppänen – Tapio – Vilén 2010:247.) Ryhmätoiminta mahdollistaa tietojen ja kokemusten jakamisen useamman ihmisen kanssa. Haastavissa elämäntilanteissa korostuu usein tarve tulla kuulluksi ja jakaa omia kokemuksiaan. Myös toisten kokemukset asioista selviytymisestä luovat toivoa omaan tilanteeseen. (Vilén – Leppämäki – Ekström 2005: 202–203.) Ryhmätoiminnassa perheiltä oppii paljon sellaisia asioita, joita ei välttämättä perhekohtaisessa työssä käsitellä (Järvinen ym. 2007:166). Lastensuojelun perhetyössä olevat perheet hyötyvät ryhmätoiminnasta (Järvinen ym. 2007: 167). Ajatus uudesta ryhmästä voi tulla keneltä tahansa, asiakkailta, yhteistyötä tekevilta tai esimiehiltä. Ryhmätoimintaa suunniteltaessa on mietittävä ryhmän tarkoitus ja tavoite mahdollisimman tarkaksi. Konkreettisia asioita ovat mistä tarve ryhmälle on noussut, kenelle se on tarkoitettu ja mitä sillä tavoitellaan. (Järvinen ym. 2007: 171.)

7 Ryhmän toteutus

Tässä kappaleessa kuvaamme ryhmäkertojen sisällöt ja kerromme miten käyttämämme menetelmät käytännössä toteutuivat. Voimavarakeskeinen työote on jokaisen ryhmäkerran taustalla. Kuvaamme käyttämiemme teemojen linkittymistä voimavarakeskeiseen työskentelyyn. Käytämme myös ottamiamme kuvia, havainnollistaaksemme lukijalle käytettyjä menetelmiä konkreettisesti.

Asetimme ryhmälle neljä tavoitetta, pohjaten ne Rostilan (2001) voimavarakeskeisiin periaatteisiin. Ryhmän tavoitteena oli mahdollistaa äideille turvallinen, rohkaiseva ja luottamuksellinen tila ja paikka, jossa he voivat toteuttaa itseään, keskustella toisten kanssa ja tätä kautta kokea yhteenkuuluvuuden tunnetta. Tavoitteena oli nostaa esille positiivisia voimavaroja ja saada aikaan onnistumisen kokemuksia. Työskentelyllä pyrimme luomaan äiteihin uskoa omaan kykyihin ja voimavarojen ylläpitämiseen. Lisäksi työskentelyn tavoitteena oli vahvistaa äitien ja työntekijöiden välistä suhdetta, jolloin yhteistyö jatkossakin on luontevaa.

7.1 Tunne

Erilaiset elämäntilanteet nostavat esiin erilaisia tarpeita, jotka voivat näkyä esimerkiksi ajatuksina, tunteina tai käyttäytymisessä. Tunteiden huomioiminen elämäntilanteessa ja erityisesti muutokseen pyrittäessä on tärkeää, sillä ne säätelevät ihmisen ajatuksia ja toimintaa. Tunteet ja ajatukset muokkaantuvat elämään kuuluvien kehitysvaiheiden ja kriisien aikana ja välillä saatamme näyttäytyä omissa sekä toisten silmissä eri ihmiseltä. Toisten tuki on erityisen tärkeää silloin, kun ihmisen psyykkiset voimavarat uupuvat. Tällöin myös jo olemassa olevat voimavarat ja elämänhallintaa tukevat ajatukset voivat joutua koetukselle. (Vilén ym. 2005: 42–43.) Ihmisen kokemat hetkittäiset positiiviset tunnetilat lisäävät voimaa taistella haastavissa tilanteissa. Toisten kannustus ja pienikin ilon hetki voi lisätä merkittävästi tunnetta uskon ja toivon säilymisestä. Usko ja toivo antavat voimaa itsensä hoitamiseen ja kannattelevat ihmistä vaikeuksien yli. Ihminen tarvitsee elämäänsä realististen tavoitteiden lisäksi unelmia ja haaveita, jotka sisältyvät ajatukseen toivosta. Tässä yhteydessä usko kuvaa uskoa

parempaan huomiseen ja tulevaisuuteen sekä omaan selviytymiseen ja toisten tukeen. (Vilén ym. 2005: 56.)

Aloitimme ensimmäisen tapaamisen esittelemällä itsemme ja kertomalla opinnäytetyömme tarkoituksesta. Orientoiduimme tunne teemaan mielikuvamatkan avulla ja aloitimme työskentelyn. Ensimmäiselle kerralle osallistui kaksi äitiä. Tunne - kerran tarkoituksena oli pohtia omia haaveita ja unelmia aarrekartta työskentelyn avulla. Unelmointi paremmasta kehittää yksilön henkisiä ja fyysisiä voimavaroja. Ajatusten suuntaaminen tulevaisuuteen on tärkeä piirre ihmisessä, se kertoo, että elämää jatkuu eteenpäin ja hän on osa sitä.(Harju 2000:16.) Aarrekartta-työskentelyssä hahmotellaan unelmia ja aktivoidaan ihmistä toimimaan unelman suuntaisesti. Aarrekartan työstäminen kuvina ja sanoina on osoittautunut toimivaksi menetelmäksi, se rohkaisee jatkamaan eteenpäin. Useat ihmiset ovat saaneet aarrekartastaan uudenlaista, vahvistavaa näkökulmaa elämäänsä.(Harju 2000: 53.) Aarrekartta-työskentelyssä unelmien saattaminen tietoisuuteen on alku muutosprosessille.(Harju 2000: 30.) Konkreettinen tekeminen saa mielen liikkeelle sellaisia asioista kohtaan, jotka ovat itselle mieleisiä ja myönteisiä asioita.(Harju 2000: 53.) Rajoitetun ajan vuoksi olimme keränneet valmiiksi mahdollisimman paljon erilaisia kuvia lehdistä, joista jokainen sai valita niin monta kuin halusi omaan aarrekartaansa. Lisäksi olimme ottaneet pöydälle värikyniä, jotta osallistujilla oli mahdollisuus kirjoittaa asioita unelmista ja haaveista, joita kuvista ei löytyisi. Tavoitteena oli menetelmän kautta pohtia ja tarkastella omia unelmia ja haaveita sekä löytää itselleen kuvista asioita, jotka antavat voimaa ja joihin voi palata ajatuksissaan ja mahdollisesti myös käytännössä myöhemmin.



Kuva 1. Aarrekartta.

Äidit lähtivät innostuneina työskentelyyn mukaan. Heille oli helppoa löytää kuvia omista unelmistaan ja haaveistaan. Olimme varanneet työskentelyyn aikaa runsaasti ja se käytettiin kokonaan. Töiden valmistuttua jokainen sai esitellä työnsä ja kertoa siitä sen verran kuin itse halusi. Äidit kertoivat hyvin avoimesti haaveistaan ja unelmistaan ja niiden esteinä olevista haasteista. Voimavarakeskeisen ajattelun mukaisesti lähdimme yhdessä keskustellen pohtimaan erilaisia keinoja, joiden avulla haasteiden yli voisi päästä ja saada unelmia lähemmäksi.

7.2 Luonto ja liikunta

Toisen kerran ryhmämme kokoontui teemalla luonto ja liikunta. Toteutimme ryhmäkerran Nuuksion kansallispuistossa. Odotimme neljää äitiä osallistuviksi, mutta kaksi heistä joutui perumaan tulonsa ennen lähtöä. Tavoitteenamme oli löytää iloa liikunnasta ja luonnosta tutustumalla samalla lähiympäristöön. Luonnon rauha

mahdollistaa oman tilan saamisen. Luontoa voidaan käyttää menetelmänä sosiaali- ja terveysalan asiakkaiden kanssa. Luontomenetelmien tavoitteina on muun muassa vahvistaa ohjauksellisia tavoitteita, kuten voimavarojen lisääntymistä. (Salonen 2010:77.) Luonnosta saatu kokemus voi olla elvyttävä. Elvyttävyyden käsitteeseen liittyy psyykkisen hyvinvoinnin ja terveyden vahvistamista sekä mielenterveyden kannalta ennaltaehkäiseviä tekijöitä. Elvyttävät vaikutukset ovat vahvistavia, selkiinnyttäviä, virkistäviä ja rauhoittavia. Vahvistava ja selkiinnyttävä vaikutus liittyy muun muassa itsetunnon kohenemiseen tai itselle tärkeiden arvojen löytymiseen ja vahvistumiseen. Virkistävä vaikutus liittyy sekä mielialan kohoamiseen että lisääntyneeseen jaksamiseen. Rauhoittava ja rentouttava vaikutus liittyy tunnetasolla stressin helpottumiseen ja kuormituksen vähenemiseen. (Salonen 2010: 60–61.) Valitsimme helppokulkuisen reitin, jonka ajattelimme soveltuvan parhaiten kaikille. Reitin varrella oli näköalapaikka, johon jäimme syömään eväitä ja keskustelemaan. Keskustelun aiheet nousivat äideiltä ja heidän kokemuksistaan ja liittyivät äitiyteen, naiseuteen, ympäristön asettamiin paineisiin ja siinä elämiseen. Keskustelu sai hyvin syvällisiä piirteitä ja äidit löysivät monia asioita, jotka yhdistivät heitä. Avoin keskustelu mahdollisti työntekijälle pääsyn lähemmäs asiakkaan kokemusmaailmaa ja auttoi sitä kautta ymmärtämään asiakasta paremmin.



Kuva 2. Luontopolku Nuuksiossa

7.3 Taide

Känkänen (2013) mukaan taidelähtöisten menetelmien pyrkimys on saada uudenlaisia tapoja olla kosketuksissa itseensä tai elämään ylipäättänsä. Menetelmillä haetaan laajempaa kuvaa ja käsitystä ympäröivästä todellisuudesta. Taiteen avulla saadaan mahdollisuus katsoa asioita uudesta näkökulmasta ja tehdä siten tutuista asioista uusia oivalluksia. Taidetyöskentely antaa mahdollisuuden symboliseen etäisyyteen asiaa kohtaan, samalla se antaa kuitenkin tilaisuuden käsitellä sitä. Työskentelystä jää usein jokin konkreettinen tuotos kuten tarina, valokuva tai maalaus. Niiden äärelle voi palata aina uudelleen. (Känkänen 2013:99.)

Kolmannella kerralla työskentelimme Voimaeläin- menetelmän kautta. Tarkoituksena oli piirtää tai maalata oma voimaeläimensä. Olimme pohtineet ohjeistuksen etukäteen, niin helpoksi, että kukaan ei kokisi taidetyöskentelyä ylivoimaiseksi. Ohjeistimme äitejä muun muassa niin, että oman voimaeläimensä voi kuvata pelkillä väreillä, tai itselleen

helpolla tavalla. Esimerkkinä tästä näytimme kuinka leijonan voi kuvata piirtämällä vain leijonan harjaa. Ryhmäkertaan osallistui kolme äitiä. Virittäydyimme työskentelyyn mielikuvamatkalla värien maailmaan. Virittäytymistä jatkoimme vielä työskentelyn alussa vapaalla kirjoituksella. Tehtävänä oli jatkaa lauseita ensimmäiseksi mieleen tulleilla ajatuksilla. Lauseen alut olivat: ”Minä olen..”, ”Minä Haluan..”, ”Minä pystyn..” Lauseet olivat vain itseään varten, eikä niitä ollut tarkoitus lukea ääneen. Kirjoittamisen tarkoituksena oli tuottaa vapaata ajatuksenvirtaa yhdellä säännöllä, pysy positiivisena.

Voimaeläin- menetelmän tarkoituksena on pohtia itsessään olevia vahvuuksia symbolisesti jonkin eläimen kautta. Voimaeläin- ajattelu pohjautuu vanhojen kansojen näkemyksiin. Voimaeläin liittyy elämään ja siihen, minkä haasteen kanssa kamppailee. Voimaeläimen ominaisuudesta saattaa saada apua tietoiseksi tulemiseen sellaisista ominaisuuksista, joita ei tiennyt itsessään olevan. Voimaeläimen voidaan sanoa olevan sielun kuvastin, se heijastaa luonteen vahvuuksia ja heikkouksia. Voimaeläimen avulla käsitys itsestä laajenee ja samalla monipuolistuu. Voimaeläin ajattelusta saattaa olla apua kriisissä, jotka tulisi nähdä mahdollisuuksina. Hakiessaan ratkaisuja kysymyksiin mieli on valpas ja uudistuminen mahdollistuu. (Liuksiala 2009: 52.)

Ohjeistimme äitejä miettimään jotakin eläinkunnan edustajaa, johon samaistuu tai haluaisi samaistua. Jokaisen löydettyä oma voimaeläimensä, lähdimme työstämään kuvaa kirjoitettujen ajatusten päälle. Käytössämme oli vesivärit, puuvärit ja vahaliidut. Työskentelyn ohessa syntyi keskustelua aiemmista kokemuksista kuvataidetyöskentelystä ja siitä nousseista tunteista. Pyrimme luomaan äiteihin uskoa omiin kykyihin. Korostimme, että työskentelyn tuotoksen ulkomuoto ei ollut tärkein vaan omien vahvuuksien pohtiminen.



Kuva 3. Voimaeläin.

7.4 Hemmottelu

Kataja (2003) kuvaa rentoutumista kokonaisvaltaiseksi tapahtumaksi ja kokemukseksi, jonka vaikutukset on nähtävissä niin psyykkisesti kuin fyysisesti. Rentoutuminen avaa mahdollisuuksia ihmiselle kehittää voimavarojaan. (Kataja 2003: 35.) Vilén ym. kirjoittavat siitä, mitä ihminen tarvitsee. Kuulluksi ja ymmärretyksi tulemisen lisäksi he nostavat esille fyysisen kosketuksen merkityksen. Fyysinen kosketus, kuten hieronta, voi rentouttaa ja helpottaa oloa niin fyysisesti kuin psyykkisesti, sillä usein lihaksisto voi olla jännittynyt ihmisen tunnemaailman takia. (Vilén ym. 2005: 44–45.)

Neljännellä ryhmäkerralla äideillä oli mahdollisuus päästä kokeilemaan rentoutumista shiatsu-hieronnan keinoin. Mahdollisuutena oli myös päästä homeopaattiseen konsultaatioon. Hoidot toteuttivat Tuomarilan perhetukikeskuksen kanssa jo aiemmin yhteistyössä toimineet, homeopatiaan erikoistuneet henkilöt. Ryhmäkerralle osallistui kaksi äitiä. Homeopaattisten hoitojen tarjoaminen on otettu Tuomarilan

perhetukikeskuksessa kokeiluun kesän 2013 aikana lasten osasto Taimessa ja nyt tilaisuus tarjoutui myös nuorten osaston äideille, jotka osallistuivat ryhmään.

7.5 Ryhmähaastattelu

Viimeiselle ryhmäkerralle olimme kutsuneet äidit keskustelemaan ja pohtimaan kokemuksistaan ryhmän annista. Viimeiselle ryhmäkerralle pääsi osallistumaan kaksi äitiä. Nauhoitimme haastattelun ryhmän toteutuksen arviointia varten. Koska kaksi muuta äitiä estyivät tulemaan, järjestimme heille omat yksilöhaastattelut, jotta saimme jokaisen ryhmään osallistuneen äidin mielipiteen ja äänen kuuluviin uudesta, kehitteillä olevasta ryhmätoiminnasta.

Muistelimme menneitä kokoontumisia katsellen ryhmässä tehtyjä tuotoksia. Tapaamisen alussa pohdimme ryhmän aikana esille tulleita vahvuuksiamme ja voimavarojamme. Otimme avuksi Pesäpuu Ry:n Vahvuuskortit. Kortteja voidaan käyttää voimavarakeskeisessä työskentelyssä apuvälineinä. Vahvuuskortteja voidaan käyttää monipuolisesti yksittäisten henkilöiden, perheen kanssa tai ryhmien kanssa työskenneltäessä. Korttien avulla voidaan nostaa esille erilaisia vahvuuksia tai voimaannuttavia ominaisuuksia. Kuvan kautta vahvuuksien etsiminen ja nimeäminen on usein helpompaa, ja niiden avulla on helpompi asioista keskustella. Kuvia voidaan käyttää myös apuvälineenä tunnistettaessa kehitystarpeita. Ihmiset ovat aina eläneet kuvien keskellä ja tehneet itse kuvia. Kuvat ovat tuttuja ja turvallisia. Samalla ne kuitenkin herättää uteliaisuutta, ne auttavat havainnollistamaan ja selkiyttämään asioita. Kuvan avulla voidaan tutkailla itseään ja ympäröivää maailmaakin. Kuvan avulla sisäiset ajatukset saavat uuden muodon ja niistä on helpompi keskustella. (Seppänen ym. 2010: 237.)

Vahvuuskortteja käytimme kaksiosaisesti. Ensin otimme kortit, jotka kuvaavat tämänhetkisiä vahvuuksiamme. Ryhmäkerran lopussa otimme vielä uuden kierroksen, jossa valitsimme sen pohjalta, minkälaisia vahvuuksia haluaa kehittää itsessään. Tällaisia vahvuuksia ja kehittämisajatuksia äidit löysivät itsestään: Antaa anteeksi itselle ja muille, Osaan suojella itseäni, Uskallan olla erilainen, Olen hyvä tekemään asioita, Olen hauska ja hassu, Jaksan yrittää eteenpäin, Uskallan pyytää apua.



Kuva 4. Vahvuuskortit.

8 Arviointi

Kappaleessa arvioimme Rostilan (2001) kuuden periaatteen toteutumista, sekä luovien menetelmien käyttöä ryhmässä, äitien kokemusten sekä oman toimintamme kautta. Arvioimme myös ryhmälle asetettuja tavoitteita ja niiden toteutumista. Ryhmän tavoitteena oli mahdollistaa äideille turvallinen, rohkaiseva ja luottamuksellinen tila ja paikka, jossa he voivat toteuttaa itseään, keskustella toisten kanssa ja tätä kautta kokea yhteenkuuluvuuden tunnetta. Tavoitteena oli nostaa esille positiivisia voimavaroja ja saada aikaan onnistumisen kokemuksia. Työskentelyllä pyrimme luomaan äiteihin uskoa omiin kykyihin ja voimavarojen ylläpitämiseen. Lisäksi työskentelyn tavoitteena oli vahvistaa äitien ja työntekijöiden välistä suhdetta, jolloin yhteistyö jatkossakin on luontevaa.

8.1 Asiakkaan vahvistumista tukevien puitteiden luominen

Äideille saattaa olla haasteellista pohtia omia voimavaroja ja vahvuuksia ympäristössä, jossa kaikki arjen asiat ovat läsnä. Ryhmä mahdollisti ajan ja paikan syventyä tarkastelemaan omia ajatuksia ja keskittyä sillä hetkellä vain itseensä. Tavoitteena oli luoda äideille turvallinen, rohkaiseva ja luottamuksellinen ilmapiiri omien voimavarojen löytämiselle. Tiloina toimivat perhetukikeskuksen kaksi eri takkahuonetta, sekä yhtenä kertana Nuuksion ulkoilualue. Jokaisen kerran aloitimme tarjoamalla syötävää ja juotavaa ja kiinnitimme huomiota myös tilan esteettisyyteen. Tällä halusimme osoittaa arvostusta äitejä kohtaan ja tuoda esiin heidän läsnäolonsa tärkeyden. Tarkoituksena oli tehdä aloituksesta mahdollisimman rauhallinen ja rento, jotta jokainen sai rauhassa tulla ja asettua siihen hetkeen ennen työskentelyn aloitusta. Haastatteluissa äidit toivat esille, kuinka hienoa oli tulla paikkaan, jossa oli panostettu puitteisiin ja ajateltu heitä. Toiminnallisten menetelmien avulla loimme äideille mahdollisuuden tarkastella ja pohtia jo olemassa olevia voimavaroja ja löytää uusia. Työskentely mahdollisti vapaan keskustelun. Ohjaajina päätimme osallistua itse tasavertaisesti toimintaan, jolloin saimme luotua avoimen ilmapiirin. Totesimme tämän asetelman hyväksi, sillä se loi osaltaan kohtaamisiin yhteenkuuluvuuden tunnetta. Seuraavista äitien kommentteista on huomattavissa, että puitteet ryhmälle oli luotu onnistuneesti. Ryhmän ohjaajat loivat työskentelylle puitteet, johon äidit motivoituneella asenteellaan loivat avoimen ilmapiirin. Jokaista kuunneltiin ja jokaisen ajatuksia arvostettiin. Vahvistumista tukevien puitteiden luominen tapahtui näin ollen asiakkaiden ja työntekijöiden yhteistyönä.

.. tosi kiva ja vapautunut ja rento ja semmonen että just on kokenut, et on voinu puhua ja saanut tukea ja silleen että tosi hyvät fiilikset (Ä2)

..jos tää auttaa sit siin arjes jaksamaan niinku. (Ä1)

.. mä oo kokenu et te ootte ollu aitoja ja että tosi hyvin ootte luonu tavallaan tähän ryhmään sellasen luottamuksellisen ja avoimen ja humoristisen ja mukavan tunnelman.(Ä2)

8.2 Asiakkaan sosiaalisten suhteiden ja yhteenkuuluvuuden tunteen lisääminen

Ryhmässä vallitsi alusta alkaen rento ja avoin tunnelma. Tämä teki mielestämme turvallisen ilmapiirin ryhmään, jossa oli helppo olla oma itsensä. Ryhmämuotoinen

työskentely mahdollisti tutustumisen toisiin samankaltaisessa tilanteessa oleviin ihmisiin. Myös työntekijän ja äidin välinen suhde vahvistui ja ymmärrys asiakasta kohtaan parani. Työskentelyn ohella käyty keskustelu antoi vahvistusta ja merkityksiä monille asioille, joita äidit olivat itsekseen pohtineet. Luovien menetelmien avulla heräsi paljon keskustelua omista voimavaroista. Keskustelujen ja toiminnan kautta äidit saivat kokea yhteenkuuluvuuden tunnetta. Toiminnallisten menetelmien käyttö ja niistä käydyt palautekeskustelut puolestaan vahvistivat onnistumisen tunnetta. Äidit kokivat saavansa tukea omille ajatuksille, jotka keskusteluiden yhteydessä nousivat esille. Äidit kokivat jossain määrin erilaisuutta suhteessa heitä ympäröiviin ihmisiin. Asioita jakaessa, ryhmästä kuitenkin löytyi henkilöitä joilla oli samankaltaisia kokemuksia tilanteista. Tällaiset keskustelut lisäsivät tunnetta yhteenkuuluvuudesta. Toiminnallisen työskentelyn jälkeisissä purkutilanteissa, muiden äitien ja ohjaajien kannustus lisäsi vahvistusta omiin kykyihin ja ajatuksiin. Ohjaajat osallistuivat teeman parissa työskentelyyn yhdessä äitien kanssa, joka mielestämme lisäsi yhteenkuuluvuutta. Yhteenkuuluvuuden tunnetta muiden äitien kanssa olisi kuitenkin mahdollisesti lisännyt suurempi ryhmäkoko, jossa olisi ollut useampi äiti.

..tavallaan aika samansuuntaista ajatusta nyt onki ollut useammalla ja kokemusta, ni tavallaan vahvistaa sitä ku sama asiaa tulee useammasta suusta. (Ä2)

...hyvä taas et on se ryhmä sit ku sitä käydään läpi, sitä jotain keskusteluu sit syntyy. (Ä2)

Mulla on vähän naisystäviä.. oli kiva että kaikki oli naisia. Naisten seura ja huumori oli antoisaa. (Ä4)

8.3 Itseparantumisen

Lähtökohtana oli nostaa positiivisia voimavaroja esille ja mahdollistaa äideille onnistumisen tunteita. Halusimme osoittaa äideille, että voimavaroja löytyy jokaisesta ja uskomme heidän kykyihin selviytyä. Työskentelyssä keskityimme siihen hetkeen ja tulevaisuuteen. Oli hienoa huomata, kuinka äidit paneutuivat työskentelyyn ja pääsivät käsiksi itsepohdintaan. Keskustelua syntyi äideiltä itseltään ja vahvistavana koettiin toisten tuki omille ajatuksille. Äidit kokivat ryhmän paikkana, jossa pääsi hetkeksi hellittämään kuormitusta aiheuttavista tekijöistä ja sai hieman aikaa itselleen.

Ryhmäkerran loputtua, äidit olivat rentoutuneita ja kannustimme heitä viemään samaa hyvää oloa kotiin saakka.

..sitä vahvistusta siel nuuksios mis me oltiin ni must siel oli niin tosi hyvät keskustelut. Monil oli hirveen samantyyppisii kokemuksi. (Ä2)

Jos mä nyt saisin pidetty tän fiiliksen ja jotenkin vahvistumaan sitä omaa ajatusta ja olemista ja sitä uskallusta olla erilainen ni kyllähän se sitte rupeis näkymään jossain. Sais sitä omaa aikaa ja sellasta hyvää oloa ja sellasta mist saisi sit taas sitä voimaa jaksaa pakertaa .. (Ä2)

Tuntui ku lomalla olis (Ä3)

8.4 Yhteistyössä lisääntyvä voima

Jokaiselle kerralle olimme luoneet toiminnallisen tai taidelähtöisen työskentelymuodon. Äidit loivat omilla ajatuksillaan ja kertomuksillaan sisällön toiminnalle. Jokainen antoi palan itsestään ja kokemusten jakaminen merkitsi paljon. Tätä periaatetta toimme esille Aarrekartta-menetelmän avulla, jossa uskoimme heiltä löytyvän unelmia ja haaveita, joita kannattaa tavoitella muutoksen saamisessa. Voimaeläin menetelmässä äidit työskentelivät kirjoittaen omasta pystyvyydestä ja pohtivat omia vahvoja luonteenpiirteitään, jotka ovat avuksi kun sitä vahvuutta ja voimaa tarvitaan. Ohjaajat loivat ryhmässä työskentelylle muodon ja äidit sisällön. Perhekuntoutuksessa muutosprosessi etenee vaiheittain ja äitien kanssa työskentely toimii yhtenä osana kohti jakson tavoitteita. Ryhmässä esille nousseet asiat antavat työntekijälle mahdollisuuden palata niihin myöhemmin kuntoutusjakson aikana.

Ja on se myöskin että jos sä vähääkää enemmän tunnet äitiin ni sit sä ymmärrät sitä lastakin mitä sä joudut tuol niinku oikeesti enemmän olee tekemisissä. (Ä1)

Me ollaan mun miehen kanssa joka päivä. Mun mies ei paljoo naura. Tää oli mulle ihan toisenlainen maailma... (Ä4)

..et se oli kyl sillee tosi vahvistava kokemus tavallaan, että et pitäs vaa just oikeesti luottaa siihen omaan fiilikseen ja ajatukseen ja kokemukseen. .. ”luota vaan nyt itsees” ja jotenkin se jäi ehkä niinku tohon kaikumaan. (Ä2)

On se nuorelleki tärkeää, että mä käyn näissä ryhmissä, että mäkin olen sitoutunut. Hänenkin takiaan pyrin tekemään sen mitä pitää (Ä4)

8.5 Antautuminen keskusteluun

Työskentelyssä tärkeässä asemassa oli keskustelut. Se, että ohjaajina pääsimme lähelle ja hyväksyimme äitien kokemusmaailman ja ajatukset omasta tilanteestaan, synnytti luottamustasta. Äitien näkökulmasta ajateltuna, asia on myös hyvin tärkeä työskentelysuhteen kehittymisen kannalta. Kun äidit tutustuvat työntekijöihin paremmin, madaltaa se kynnystä ottaa vaikeampiakin asioita esille. Työskentelyn ohessa syntyi luontevasti keskustelua äitien jaksamiseen vaikuttavista ja liittyvistä asioista. Keskustelun avulla ymmärrys asiakkaan tilanteeseen kasvaa ja luottamus myös vahvistuu. Keskusteluihin oli hyvin helppo kaikkien löytää yhteys, koska useimmat keskustelut pohjautuivat naiseuteen ja kaikkia jotenkin koskettaviin asioihin. Seuraavasta kommentista käy ilmi miten asiakas on kokenut työskentelyn vaikutuksen suhteessa työntekijään.

Kyl mä luulen et se on jollain tavalla auttanu siinä ja varsinkin just ku mekin oltiin ihan uusia ja ei tuntenu ketään oikee eikä ollut yhtään tapaamista ollut täällä varsinaisesti mitään, ni ehkä sitte helpompi niis tapaamisiski puhuu ja olla.. et sil on vaikutusta ku se et jos vaan kävis täällä tai ois muutama tapaaminen sillon täällön ni on se ihan eri..

mut sillee et tavallaan et mulle ainakin tullu se fiilis et te ootte ollut ihan niinku aidosti ikäänku tässä. (Ä2)

Teille tulee syvällisempi ymmärrys asiakkaasta. (Ä4)

8.6 Asiakkaaseen uskominen

Ryhmätoiminnan kehittämisen tausta-ajatuksena oli uskominen asiakkaan omiin kykyihin ja olemassa oleviin voimavaroihin. Voimavaroja on hyvä tuoda esille erilaisin keinoin ja palautella niitä myös asiakkaan mieleen. Asiakkaan löytäessä omat voimansa, hän pystyy etenemään omassa muutostyössään, jonka vuoksi perhe on perhekuntoutuksessa. Työntekijän tulee uskoa asiakkaaseen ja tukea asiakasta kohti toivottua muutosta. Koemme asiakkaaseen uskomisen tärkeimmäksi lähtökohdaksi koko lastensuojelutyöskentelylle. Äidit kokivat ryhmätoiminnan hyvin positiivisena asiana osana perhekuntoutusta. Heidän yhteinen mielipiteensä oli että ryhmätoimintaa on hyvä kehittää edelleen ja ottaa osaksi kuntoutusprosessia.

...vaan tuetaan äitiä ja äitiyttä, sehän on hyvinkin olennaista koko perheen kannalta. (Ä4)

8.7 Menetelmien arviointi

Toiminnallisia menetelmiä olemme avanneet aiemmin kappaleessa seitsemän. Ryhmän toteutuksessa käytimme luovia menetelmiä, koska koimme ne hyväksi keinoksi pohtia ja tuoda esille olemassa olevia voimavaroja. Lähtökohtanamme oli, että toiminnan kautta voi löytää uusia puolia itsestään sekä tuoda jo olemassa olevia voimavaroja näkyviksi. Haastatteluiden pohjalta voi todeta, että äidit kokivat luovien menetelmien käytön hyvänä. Pelkässä keskustelussa ei välttämättä saa sanottua ja tuotua esiin kaikkia asioita. Konkreettisen tuotoksen luomisen ja sen tarkastelemisen avulla asioista on helpompi puhua.

..jos sattuu ryhmäs olee sellane joka ei saa sitä suuta auki (naurua) ..sitte tavallaan ku sitä käydään läpi ni tavallaan sitte niinku ehkä tuleeki sanottuu jotain mitä ei just ehkä muuten ois sanonu.. ku se nyt on siinä ja sen on jo siihen pistäny siihen paperiin.(Ä1)

Aarrekartta- työskentelyn tarkoituksena oli pohtia omia unelmia ja haaveita. Jokaisella on oikeus omiin unelmiin ja oikeus pyrkiä niitä toteuttamaan. Usein kuitenkin toisten tarpeet menevät omien edelle. Tarkoituksena aarrekartassa on tehdä omat toiveet näkyviksi, jolloin niihin voi palata myöhemmin arjen keskellä.

No jotenki et mä saisin ne niinku mitä siin nyt on ne isommat asiat et tavallaan niinku toteutumaan ja sillee pysymään niin kauan et mä saan ne toteutumaan ni pysymään sillee aktiivisesti mielessä että mä saan ne toteutumaan et muuten ne vähän tuppaa jos ei ne tolleen oo jossaiin tyylii jatkuvasti jossain näkösällä ni sit ne vähän hautautuu jonnekin liian syvälle. (Ä2)

Voimaeläin oli syvällinen juttu.. Olen miettinyt tätä kertaa myöhemminkin. (Ä4)

Ryhmän käyttö tällaisessa työskentelyssä oli onnistunut ratkaisu. Moni äideistä toi esille sen, että mitä useampi osallistuja sitä monipuolisempi sisältö. Ryhmä mahdollisti ajatusten vaihdon ja tuen saamisen omille pohdinnoille. Keskustelujen kautta äidit saivat kokea yhteenkuuluvuuden tunnetta toisten kanssa. Toiminnalliset menetelmät koettiin hyödyllisiksi ja toimiviksi.

Ryhmän toiminnalle asetetut tavoitteet saavutimme mielestämme hyvin. Äidit kokivat saaneensa rohkaisua ja luottamusta omiin kykyihin. He pääsivät keskustelemaan toisten äitien sekä ohjaajien kanssa itselle tärkeistä asioista ja siihen annettiin tilaa. Voimavaroja löytyi jokaisesta ja äidit halusivatkin asettaa tekemänsä työnsä kotiin omalle paikalle, jotta ne pysyvät mielessä. Hemmottelusta koettiin että sitä ei voi koskaan olla liikaa, mutta toisaalta se soti myös arvomaailmaa vastaan, joka meidän olisi pitänyt osata huomioida etukäteen paremmin. Luontoretki Nuuksioon jäi elämään erään äidin mieleen ja hän suunnitteli vievänsä perheensä sinne jatkossa. Suhde työntekijän ja asiakkaan välillä vahvistui ja se on näkynyt monin paikoin perheen kanssa työskentelyssä ryhmän ulkopuolella.

9 Pohdinta

Ryhmän toteuttaminen voimavaralähtöisen ja toiminnallisen työskentelyn kautta oli mielestämme toimiva ratkaisu. Äidit löysivät itsestään sellaisia asioita ja vahvuuksia, jotka oli jäänyt muiden asioiden taakse. Toiminnallinen työskentely mahdollisti keskittymisen itseensä hyvin. Ryhmä antoi uudenlaista kuvaa niin äideistä, kuin myös lastensuojelussa tapahtuvasta työssä. Lastensuojelu on kaksiosaista työtä, kontrollia ja tukea samanaikaisesti. Työtä ohjaavat usein haasteet, ongelmat ja uudet kriisit, jolloin työ usein näyttäytyy niin sanotusti tulipalojen sammuttamiselta. Tällainen ryhmätoiminta toi uudenlaista työskentelytapaa arjen työhön vanhempien kanssa. Sen avulla voitiin keskittyä positiivisiin asioihin ja voimavaroihin sillä hetkellä. Voimavaralähtöinen työskentely ja positiivisten asioiden etsiminen ei kuitenkaan tarkoita, että ongelmia sivuutetaan. Lastensuojelussa tehtävä työ on moniulotteista ja tämä ryhmä on yksi osoitus siitä. Ryhmässä saatujen kokemusten kautta äidit saavat voimia jaksamiseen perhekuntoutusjakson aikana.

Ryhmän toteuttaminen vaatii ohjaajalta pohdintaa siitä kuinka paljon haluaa itsestään ryhmään antaa. Koimme luontevaksi itse osallistua täysipainoisesti työskentelyyn, sillä ryhmä oli niin pieni. Suuremman ryhmän kohdalla voi ohjaaja pohtia, onko osallistuminen työskentelyyn tarpeen. Ryhmä antoi työntekijälle mahdollisuuden tutustua asiakkaaseen ja hänen maailmaansa lähemmin, joka palvelee työskentelyä

myös muussa työskentelyssä. Ryhmän kokoa mietittäessä on myös ajateltava, mikä palvelee tarkoitusta parhaiten. Suuri ryhmä mahdollistaa paremmin yhteenkuuluvuutta ja kokemusten jakamista laajemmin äitien kesken. Pienen ryhmän etuna on luottamuksellisemman ja läheisemmän suhteen syntyminen asiakkaan ja työntekijän välille. Ryhmämme oli pienikokoinen, mutta ryhmänohjaajat, osaston työntekijät, kokivat sen erittäin hyväksi suhteessa äitien kanssa työskentelyyn, muun osastolla tapahtuvan työn tueksi. Luottamuksellinen suhde on oleellinen asia lastensuojelutyössä ja se näyttäytyi lisääntyvän hyvin vahvasti ryhmän myötä. Kuten haastatteluista kävi ilmi, asiakkaan näkökulmasta voisi ajatella, että suurempi ryhmä ja muiden äitien kokemukset nousisi tärkeämmälle sijalle. Ryhmään oli alun perin ajateltu osallistuvan kuusi äitiä. Osastolla oli kuitenkin ryhmän alkamisajankohtaan vain neljä äitiä, joista jokainen suostui osallistumaan ryhmään. Ryhmään sitoutuminen ei kuitenkaan näyttänyt kovin vahvalta, koska lähes jokaiselle kerralle osallistui vain kaksi äitiä. Mielestämme sitoutumista ryhmään lisäisi mahdollisesti se, että ryhmän toiminnan ja sisältöjen suunnitteluun otettaisiin äidit vahvemmin mukaan. Palautetta saimmekin äideiltä siitä, että teemojen sisältöjä olisi ollut hyvä avata kutsussa tarkemmin.

9.1 Luotettavuus ja eettisyys

Opinnäytetyötämme varten pyysimme varmuuden vuoksi tutkimusluvan Espoon kaupungilta. Tutkimusluvan myönsi Espoon sosiaali- ja terveystoimen esikunta/Kehittämissyksikön kehittämisjohtaja Tuula Heinänen 29.5.2013. Tutkimusluvan myöntämisen perusteena on, että kukaan opinnäytetyöhön osallistuvista ei ole tunnistettavissa työstä. Olemme huolehtineet tästä ja kertoneet sen myös äideille.

Ryhmään osallistuminen oli äideille vapaaehtoista. Kysyimme äideiltä suullisesti luvan haastattelun nauhoittamiseen, kommenttien sekä otettujen valokuvien käyttöön työssämme. Kysyimme luvan kuvaamiseen jokaisella kerralla erikseen. Käytimme työssämme kuvia, jotta lukijalle konkretisoituisi käytetyt menetelmät paremmin. Kerroimme äideille, että ryhmä perustuu opinnäytetyöllemme, jonka tarkoituksena on kehittää uutta työmenetelmää. Korostimme olevamme kiinnostuneita äitien kokemuksista ja rehellisistä mielipiteistä ryhmään ja ryhmän toimintaan liittyen.

Haastattelumateriaali käsiteltiin luottamuksellisesti. Kaikki äidit eivät päässeet osallistumaan ryhmähaastatteluun, joten järjestimme heille yksilöhaastattelut. Haastatteluita ei nauhoitettu, vaan äitien vastaukset kirjattiin haastattelulomakkeeseen. Haastattelijana toimi opiskelija ja kirjaajana toimi osastolta yksi ohjaaja. Näin varmistimme vastausten luotettavuuden.

Toinen opiskelijoista, Jenni Huttunen, työllistyi Tuomarilan perhetukikeskukseen elokuussa 2013, jolloin opinnäytetyöprosessi oli jo käynnissä. Ryhmän toiminnan kannalta koimme hyväksi, että ryhmää oli ohjaamassa kaksi äideille tuttua ohjaajaa. Mielestämme tutut ohjaajat mahdollistivat paremmin luottamuksellisen ilmapiirin toteutumisen ryhmässä, kuin jos olisimme olleet kaksi ulkopuolista opiskelijaa jotka tulevat toteuttamaan ryhmää. Työntekijän ja asiakkaan välinen suhde vahvistui, joka parantaa tavoitteellisen työskentelyn jatkamista perhekuntoutuksessa.

Olimme suunnitelleet ryhmäkerrat pääasiassa onnistuneesti. Hemmottelukerralle saimme mahdollisuuden tarjota äideille shiatsu- hierontaa ja homeopaattista konsultaatiota Tuomarilan perhetukikeskuksessa jo olemassa olevien yhteistyötahojen tarjoamana. Kokemukset hoidoista ovat olleet positiivisia, jonka vuoksi tartuimme tähän mahdollisuuteen sitä enempää kyseenalaistamatta. Halusimme tarjota äideille mahdollisuuden hellittää hetkeksi. Hemmottelukerralla emme olleet osanneet huomioida riittävästi aikataulua. Tällä kerralla yhteinen aloitus ja lopetus ei mahdollistunut. Tarkoituksena oli myös, että pääsisimme itse kokeilemaan hoitomuotoja etukäteen, jotta olisimme voineet paremmin kertoa hoitojen sisällöstä. Aikataulujen vuoksi tämä ei onnistunut. Koska yhteistä aloitusta ei ollut, pyysimme hoitajia itse asiantuntijoina kertomaan omasta menetelmästäan osallistuville äideille. Haastattelussa saimme palautetta, jossa toivottiin, että hoitojen sisältöä olisi avattu paremmin etukäteen. Eräs äiti koki hoitomuodot oman arvomaailman vastaiseksi. Meidän olisi pitänyt perehtyä aiheeseen tarkemmin myös itse, jotta olisimme voineet huomioida asian paremmin ja kertoa hoitojen sisällöstä enemmän. Yhteinen aloitus olisi mahdollistanut keskustelun aiheesta ennen hoitoihin osallistumista. Äideille suunnitellun hemmottelukerran tarkoituksena ei ollut tuottaa negatiivisia tunteita. Veimme asiaa eteenpäin myös työyhteisössä, jotta se voidaan jatkossa paremmin huomioida hoitoja tarjottaessa.

9.2 Kehittämisehdotukset

Ryhmän toiminta on sovellettavissa ja siirrettävissä eri asiakasryhmille. Sisältöjen suunnittelu vaati aina paneutumisen sen asiakasryhmän tarpeisiin, jonka kanssa työskentelyä ollaan aloittamassa. Jatkossa ryhmän toteutusta ja sisältöä voisi suunnitella vahvemmin yhdessä osallistuvien asiakkaiden kanssa, jolloin ryhmään sitoutuminen voisi olla vahvempaa. Tällöin myös toteutuisi paremmin Espoon lastensuojelutyön kehittämistoimenpide, jossa asiakkaiden osallisuutta voimavaralähtöisten menetelmien kehittämiseen tulisi lisätä. Haastatteluissa äidit toivat esille sen, että ryhmä voisi toimia pidemmällä aikavälillä ja voisi sisältää esimerkiksi yhden yöretken, joka äitien mielestä mahdollistaisi arjesta irtautumisen vielä paremmin. Eräs äideistä toivoi sisältöön myös enemmän konkreettisia rentoutumisen keinoja, joita voisi siirtää omaan arkeen käytettäväksi. Äidit ehdottivat jatkoa ajatellen myös elokuvailtaa, jonka pohjalta voisi keskustella yhteisesti. Taidelähtöiset menetelmät koettiin hyväksi ja niitä toivottiin lisää. Ryhmäkertojen ajoitus, viikonloput vai arki-illat, jakoivat mielipiteitä. Molemmissa koettiin olevan hyviä ja huonoja puolia. Arki on usein täynnä eri perheenjäsenten aikatauluja, mutta toisaalta viikonloppuisin on mahdollisuus kunnon lepoon ja perheen yhteiseen tekemiseen. Ryhmää suunniteltaessa, myös tätä asiaa voisi pohtia yhdessä osallistuvien kanssa ja pyrkiä saamaan ajankohdan mahdollisimman monelle sopivaksi. Tuomarilan perhetukikeskuksessa pohdittiin, että ryhmää voisi jatkossa tarjota kaikkien osastojen äideille, joka mahdollistaisi suuremman ryhmäkoon ja ryhmään valikoituisi aiheeseen motivoituneet äidit.

Opinnäytetyömme oli mielestämme ajankohtainen, koska lastensuojelutyötä tulee kehittää koko ajan monipuolisesti. Voimavaralähtöiset keinot ovat väylä onnistuneen asiakassuhteen luomiseen. Viimeaikaisten tapahtumien valossa ja lisääntyneiden huostaanotto määrien vuoksi ajatteleme että on tärkeätä näyttää lastensuojelusta sitä puolta joka pyrkii tukemaan asiakasta hänen tilanteessaan. On tärkeätä kehittää uusia menetelmiä voimavarojen löytymiseen. Valmistuvina sosionomeina ja tulevina lastensuojelun työntekijöinä olemme itse oppineet valtavasti mitä voimavaralähtöisyys on. Koemme sen erittäin arvokkaaksi tiedoksi työssämme.

10 Lähteet

Forss, Päivi – Vatula-Pimiä, Marja- Leena 2007. Sosiaalinen turva ja hyvinvointi. Helsinki: Edita Publishing Oy.

Harju, Kristiina 2000. Valmiina muutokseen. Aarrekartan avulla kohti uutta. Helsinki: WSOY.

Heino, Tarja 2008. Lastensuojelun avohuolto ja perhetyö: kehitys, nykytila, haasteet ja kehittämisehdotukset. Helsinki: Stakes.

Heino, Tarja 2009. Lastensuojelu – kehityskulkuja ja paikannuksia. Teoksessa Lammi-Taskula, Johanna – Karvonen, Sakari – Ahlström, Salme (toim.). Lapsiperheiden hyvinvointi 2009. Helsinki: Terveystieteiden tutkimuskeskus ja hyvinvoinninlaitos. 198–215.

Hämäläinen, Juha 1999. Johdatus sosiaalipedagogiikkaan. Kuopio: Kuopion yliopisto.

Järvinen, Ritva – Lankinen, Aila – Taajamo, Terhi – Veistilä, Minna – Virolainen, Arja 2007. Perheen parhaaksi. Perhetyön arkea. Helsinki: Edita Publishing Oy.

Kataja, Jukka 2003. Rentoutuminen ja voimavarat. Helsinki: Edita Publishing Oy.

Kettunen, Reetta – Kähäri-Wiik, Kaija – Vuori-Klemilä, Anne – Ihalainen, Jarmo 2002. Kuntoutumisen mahdollisuudet. Helsinki: WSOY.

Känkänen, Päivi 2013. Taidelähtöiset menetelmät lastensuojelussa – kohti tilaa ja kokemuksia. Verkkodokumentti <
http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/104494/URN_ISBN_978-952-245-911-4.pdf?sequence=1> Luettu 13.10.2013.

- Laine, Seppo – Heino, Liisa – Pärnä, Katariina 2010. Perhekuntoutuksen moniammatilliset käytännöt. Teoksessa Törrönen, Maritta – Pärnä, Katariina (toim.): Voimauttavat suhteet perhekuntoutuksessa. Porvoo: Mannerheimin lastensuojeluliitto. Lasten ja nuorten kuntoutussäätiö. 137–166.
- Lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelma vuosille 2013-2016. Espoo: Espoon kaupunki. Luonnos 6.5.2013.
- Lastensuojelun toimintakulttuurin, palvelurakenteen ja johtamisen kehittäminen vuosina 2013-2016. Espoo: Espoon kaupunki. Liite Lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelmasta.
- Lastensuojelu 2011. Terveiden ja hyvinvoinninlaitos. Verkkodokumentti. <http://www.thl.fi/fi_FI/web/fi/tilastot/aiheittain/lasten_sosiaalipalvelut/lastensuojelu> Luettu 1.4.2013
- Lastensuojelulaki 2007/417. Annettu Helsingissä 13.4.2007.
- Liuksiala, Katja 2009. Viisautta voimaeläimestä. Markku Backmanin haastattelu. Voi hyvin- lehti 05/2009. 50-53 .
- Miller, Helena – Törrönen, Maritta 2010. Arvostava ja aito kohtaaminen. Teoksessa Törrönen, Maritta – Pärnä, Katariina (toim.). Voimauttavat suhteet perhekuntoutuksessa. Porvoo: Mannerheimin lastensuojeluliitto. Lasten ja nuorten kuntoutussäätiö. 67–88.
- Myllärniemi, Annina 2007. Lastensuojelun perhetyö ammattikäytäntönä. SOCCAn ja Heikki Waris- instituutin julkaisusarja nro 15. Helsinki.
- Puonti, Annamajja – Saarnio, Tuula – Hujala, Anne (toim.). 2004. Lastensuojelu tänään. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

- Reijonen, Mikko 2005. ”Mitä työtä se perhetyö oikein on?”. Teoksessa Voimaa perhetyöhön. Arjen tuki ja ammatilliset verkostot. Reijonen Mikko (toim.). Keuruu: Ps-kustannus.
- Rostila, Ilmari 2001. Tavoitelähtöinen sosiaalityö. Voimavarakeskeisen ongelmanratkaisun perusteet. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.
- Räty, Tapio 2007. Uusi lastensuojelulaki. Helsinki: Edita publishing Oy.
- Rönkkö, Leena – Rytönen, Timo 2010. Monisäikeinen perhetyö. Helsinki: WSOYpro Oy.
- Salonen, Kirsi 2010. Mielen luonto. Eko- ja ympäristöpsykologian näkökulma. Helsinki: Green Spot.
- Seppänen, Paula – Hansen, Maija – Janhunen, Tarja – Kytöpuu, Katri – Salo, Saara – Seppänen, Sami – Tapio, Nina – Vilén, Marika 2010. Perhetyön työkalupakki täydentyy. Teoksessa Vilén, Marika – Seppänen, Paula – Tapio, Nina – Toivanen, Riikka (toim.). Kohtaamisia lapsiperheissä. Menetelmiä perhetyöhön. Helsinki: Kustannus-Osakeyhtiö Kotimaa/Kirjapaja. 207-257.
- Siitonen, Juha 1999. Voimaantumisteorian perusteiden hahmottelua. Verkkodokumentti. <<http://herkules oulu.fi/isbn951425340X/isbn951425340X.pdf>> Luettu 20.9.2013.
- Tuomarilan perhetukikeskuksen esite. Espoon kaupunki.
- Vilén, Marika – Leppämäki, Päivi – Ekström, Leena 2002. Vuorovaikutuksellinen tukeminen sosiaali- ja terveysalalla. Helsinki: WSOY.
- Vilka, Hanna – Airaksinen, Tiina 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Jyväskylä: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Kutsu äideille

Kutsumme sinut kokemaan hyvää oloa ja löytämään uusia keinoja hyvinvointisi tueksi

Maanantai 19.8. 17:30–19:30 Tunne

Lauantai 24.8. 11:00–13:00 Luonto ja liikunta

Lauantai 31.8. 11:00 – 13:00 Taide

Lauantai 7.9. 11:00–13:00 Hemmottelu

Tiistai 10.9. 17:30 – 19:30 Hyvä ruoka ja keskustelu



Tervetuloa!

Olemme sosionomi- opiskelijoita Metropolia ammattikorkeakoulusta. Teemme opinnäytetyötä yhteistyössä Tuomarilan perhetukikeskuksen osasto Terhon henkilökunnan kanssa. Tarkoituksenamme on selvittää sinun kokemuksia hyvinvoinnista ja siitä voiko tällainen perhetyön muoto lisätä ja tukea äitien hyvinvointia. Haluamme tarjota sinulle erilaisia kokemuksia, joista voit saada hyvää oloa ja voimavaroja elämääsi. Mukana ryhmässä työskentelee lisäksi Terhon ohjaaja Suvi Vainio.

Opinnäytetyömme kannalta on erittäin arvokasta ja tärkeää kuulla sinun ajatuksiasi hyvinvoinnista ja ryhmän toiminnasta. Viimeisellä kerralla keräämme osallistujien ajatuksia yhdessä keskustellen. Keräämme ajatuksenne täysin nimettöminä, joten ketään ei tulla tunnistamaan työstämme.

*Tervetuloa nauttimaan kanssamme ja ottamaan aikaa
itsellenne!*

Jenni Huttunen ja Päivi Rintamaa

**Toivoisimme, että vastaat seuraaviin
kysymyksiin**

- ❖ Mitä hyvinvointi mielestäsi on?
- ❖ Kun sinulla on aikaa itsellesi, mitä mieluiten teet? Kaipaatko vapaa-aikaasi jotain uutta?
- ❖ Mitä toivoisit tältä ryhmältä?



Haastattelukysymykset

Haastattelukysymykset

- Millä mielellä lähdit mukaan ryhmän toimintaan?
- Mitä mieltä olit ryhmästä?
 - ajankohta
 - aikataulu
 - pituus
- Millainen tunnelma ryhmäkerroilla vallitsi?
- Mitä ryhmä on sinulle antanut?
- Miten olet kokenut ryhmässä työskentelyn?
- Millaisia voimavaroja olet saanut/löytänyt elämääsi? – Kuinka pitkälle ne ovat kantaneet?
- Miten olet kokenut työskentelyn ryhmässä?
- Mitkä asiat ryhmässä vaikuttivat positiivisesti sinuun ja voimavaroihisi?
- Mitä merkitystä työskentelyllä on ollut perhekuntoutusjaksolle?
 - kokonaisuutta ajatellen
 - ohjaajien kanssa työskentely
- Miten olet kokenut sisällöt/toteutukset?
- Voisitko käyttää uudelleen sisältöjä/metodeja?
 - mielikuvamatkat
- Miten ryhmää voisi kehittää edelleen?

Ryhmänsisällöt

- Mitä ajattelet luovista ja toiminnallista menetelmistä joita ryhmäkerroilla toteutettiin?
- Mitä aarrekartta-työskentely sinulle antoi?
- Luonto?
- Taide, mitä ajatuksia voimaeläin-työskentely sinussa herätti?
- Miten koit hemmotteluhoidot, mitä tunteita ja ajatuksia heräsi?