

OPINNÄYTETYÖ

Toivoa ryhmästä

Toivontalon päiväkeskuksen ryhmätoiminnan kehittäminen

Henna Haka

Yhteisöpedagogi AMK

(210 op)

Arvioitavaksi jättämisaika

5/2022

TIIVISTELMÄ

Humanistinen ammattikorkeakoulu
Yhteisöpedagogi AMK

Tekijät: Henna Haka

Opinnäytetyön nimi: Toivoa ryhmästä. Toivotalon päiväkeskuksen ryhmätoiminnan kehittäminen

Sivumäärä: 29 ja 4 liitesivua

Työn ohjaaja: Jenny Honka

Työn tilaaja: Raili Salo, Rauman Seudun Katulähetys Ry

Tämän kehittämistyön tarkoituksena oli suunnitella ryhmätoimintaa Päiväkeskus Toivotaloon. Tavoitteena oli vahvistaa kohderyhmän, eli muun muassa päihde- ja mielenterveysongelmaisten asiakkaiden, osallisuutta kartoittamalla heidän ideoitaan ja toiveitaan ryhmätoiminnan suhteen. Tutkimuskysymyksinä olivat: Mitä ryhmätoimintaa päiväkeskukseen kaivataan, mikä olisi kohderyhmä ja millä keinoin osallistujia saataisiin mukaan toimintaan?

Opinnäytetyön tietoperustassa kuvattiin osallisuutta ja syrjäytymistä. Päihdeongelmiin keskityttiin tarkemmin, sillä ne koskettivat erityisesti opinnäytetyön kohderyhmää. Lisäksi käsiteltiin päiväkeskus- ja ryhmätoimintoja, sekä niiden roolia hyvinvoinnin lisääjinä. Opinnäytetyön aineistonkeruumenetelminä käytettiin asiakkaiden haastatteluja, sekä asiakkaista koostuvaa matalan kynnyksen ideointiryhmää.

Kehittämisprosessin aikana kävi ilmi, että tarvetta toiminnalle on, mutta osallistumiskynnys on monille liian korkea. Edelleen tarvitaan keinoja asiakkaiden motivoimiseksi. Kehittämistyön tuotoksena syntyi neljän toimintakerran runko toiminnan toteuttamisen tueksi, sekä markkinointisuunnitelma lisäämään keinoja asiakkaiden tavoittamiseen. Ryhmätoimintaa tullaan tulevaisuudessa järjestämään Päiväkeskus Toivotalolla asiakkaiden ideoiden ja toiveiden pohjalta. Pohdinnan arvoista on myös se, onko ryhmätoiminnat kohderyhmälle oikea työmuoto, vai pitäisikö resurssit käyttää esimerkiksi yksilö ohjaukseen tai kotiin vietävään tukeen.

Opinnäytetyö onnistui tavoitteessaan siltä osin, että asiakkaiden osallisuus huomioitiin ideoinnissa ja ryhmätoiminta suunniteltiin asiakaslähtöisesti. Asiakkaiden motivointiin ja osallistumiseen tulee jatkossakin kiinnittää huomiota, ja tämä on varmasti kehittämiskohde pitkälle tulevaisuuteen.

Asiasanat: Osallisuus, ryhmätoiminta, päiväkeskus, huono-osaisuus

ABSTRACT

Humak University of Applied Sciences
Community Educator
Bachelor's Degree in NGO and Youth Work

Author: Henna Haka

Title: Hope from the group. Developing group activities in Day Centre Toivontalo.

Number of Pages: 28 and 4 attachment pages

Supervisor: Senior Lecturer Jenny Honka

Commissioned by: Service Manager Raili Salo, Rauma Street Mission (reg. assoc.)

The purpose of this development project was to plan group activities in Day Centre Toivontalo. The aim was to strengthen the inclusion of the target group, i.e. people with a history of intoxicant abuse and mental health issues, by assessing their own ideas and wishes with regards to potential group activity. Another objective was to find ways to activate the target group to take part in group activities.

The beginning of the thesis explores and describes inclusion and exclusion within their frame of reference. More detailed focus was placed on substance abuse, as it was very prevalent amongst the target group of this study. Additional focus was placed on the role of the Day Center functions and group functions in increasing wellbeing. The data collection methods of this study included client interviews as well as low threshold brainstorming group formed of the clients.

The results of the study indicate that there is a need for these activities, but the threshold for participation seems to be too high: more ways to motivate the clients are needed. In the future, the group activities at Toivontalo will be designed based on the ideas and wishes of the clients. The outcome of the study was a framework for a set of four consecutive group meetings and a marketing plan to increase the number of approaches to reach the clients. It should also be considered whether group activity is the most appropriate approach with these clients or if the resources should be targeted elsewhere, e.g. individual counselling or home support services.

The study succeeded in considering the inclusion of the clients by collecting their own ideas. Hence, the framework of group functions was planned with client focus. In the future, there should be more focus on how to motivate this target group to participate in group functions. This will need long-term development efforts.

Keywords: inclusion, group activities, Day centre, disadvantage

SISÄLLYS

TIIVISTELMÄ

ABSTRACT

1 JOHDANTO.....	5
2 TOIMINTAYMPÄRISTÖ JA TYÖN TARVE.....	6
2.1 Toivontalon asiakkaat	7
3 TIETOPERUSTA.....	9
3.1 Päiväkeskukset.....	9
3.2 Osallisuutta ryhmistä.....	10
4 AINEISTONKERUUSEEN VALMISTAUTUMINEN.....	14
4.1 Työntekijöiden haastattelu	14
5 MENETELMÄT	16
5.1 Asiakaskysely.....	16
5.2 Ideointiryhmä.....	17
6 TULOKSET JA ANALYSOINTI.....	18
6.1 Haastatteluun vastanneet ja heidän toiveensa toiminnan suhteen.....	18
6.2 Ideointiryhmän tuottama sisältö ryhmätoimintaan	21
7 TUOTOKSET	22
7.1 Toiminnan markkinointi ja toteutus.....	22
8 LOPUKSI	25
LÄHTEET	27
LIITTEET	30

1 JOHDANTO

2021 on julkaistu hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden edistämisen periaatepäätös. Päätöksellä linjataan niitä toimia, joilla suomalaisten hyvinvoinnin ja terveyden eriarvoisuus saadaan vähenemään vuoteen 2030 mennessä. Periaatepäätöksessä on neljä painopistettä, joista yksi on taata jokaisen mahdollisuus osallisuuteen. Tämän kehittämistyön kannalta olennainen osallisuuden vahvistamisen tavoite on, että jokaisella tulee olla mahdollisuus mielekkääseen vapaa-ajan toimintaan ja harrastamiseen. (Valtioneuvosto 2021, 7–8.)

Opinnäytetyön tilaajana on Rauman Seudun Katulähetys ry:n ylläpitämä päiväkeskus Toivontalo. Opinnäytetyön aihe nousi keskustelusta Toivontalon palvelupäällikön Raili Salon kanssa. Salon (2022) mukaan asiakkaita on vaikea saada osallistumaan yhteiseen toimintaan, varsinkin iltaisin ja viikonloppuisin. Korona-aika on myös tuonut oman haasteensa, sillä useat ryhmät ovat olleet tauolla ja toimintaa pitäisi käynnistää uudelleen. Opinnäytetyöni tutkimuskysymyksiksi muotoutui: ”Miten Toivontalon päiväkeskustoimintaan saataisiin osallistujia?”, ”Millaisen toiminnan asiakkaat kokevat mielekkääksi?” ja ”Mikä on toiminnan kohderyhmä?”

Tuotokseksi sovimme neljän toimintakerran sisällön suunnittelun, jota tulevaisuudessa käytetään apuna toiminnan toteutuksessa. Lisäksi tuotin organisaatiolle markkinointisuunnitelman, jota hyödynnetään asiakkaiden kartuttamisessa ja toiminnan näkyvyyden lisäämisessä. Tarkoituksena oli saada asiakkaat mukaan suunnitteluun jo varhaisessa vaiheessa. Asiakkaan kannalta tavoitteena oli mielekkään tekemisen tarjoaminen ja osallisuuden vahvistaminen. Kehittämistyössä käytin menetelminä asiakkaille suunnattua strukturoitua haastattelua, sekä matalan kynnyksen ideointiryhmää. Kyseisillä menetelmillä saatava tieto ja tulokset sopivat kehittämistävänä tavoitteisiin, sillä toiminta oli tarkoitus toteuttaa mahdollisimman asiakaslähtöisesti.

Tämä opinnäytetyö oli kuin luotu yhteisöpedagogille, jos peilataan aihetta koulutuksen kompetensseihin. Yhteisöllistä osaamista tarvitaan, kun haetaan yksilöiden vahvuuksia ja osaamisen hyödyntämistä ryhmässä. Hyvä ohjaaja vahvistaa yhteistyötä ryhmän sisällä ja edesauttaa yhdenvertaisen dialogin syntymistä. Pedagoginen osaaminen antaa eväitä ryhmädynamiikan hallintaan sekä ammatillisen työkentän hahmottamiseen. Yhteisöpedagogin kehittämisosaaminen taas auttaa tunnistamaan kehittämistarpeita. (Humanistinen ammattikorkeakoulu 2019.) Opinnäytetyö, joka tutkii ryhmien kanssa toimimista ja sisällön suunnittelua, on varmasti hyödyllinen yhteisöpedagogien ammattialalle.

2 TOIMINTAYMPÄRISTÖ JA TYÖN TARVE

Rauman Seudun Katulähetys Ry on kristillinen kansalaisjärjestö. Katulähetystyön arvoina kristillisyyden lisäksi ovat vastuullisuus, ihmisten kunnioittaminen ja yhdessä onnistuminen. Päiväkeskus on kaikille avoin matalan kynnyksen kohtaamispaikka, jossa on aamiaisen ja luonaan lisäksi yksilöllistä palveluohjausta, kuntouttavaa työtoimintaa sekä ryhmätoimintaa. Päiväkeskuksessa on ruokajako kaksi kertaa viikossa ja tiloissa toimii myös neulanvaihtopiste Vinkki sekä tuetun asumisen yksikkö. Toivontalolle on lupa tulla päihtyneenä, kunhan on toimintakykyinen eikä aiheuta käytöksellään häiriötä. Tavoitteena katulähetystyöllä on muun muassa kasvattaa asiakkaiden osallisuutta ja osaamista. Palveluja tuotetaan ihmislähtöisesti. (Rauman Seudun Katulähetys Ry, 2020.)

Tarve opinnäytetyölleni on todellinen, sillä päihteiden ongelmakäytön, sekä vähäosaisuuden, on katsottu vaikuttavan yksilön osallisuuden kokemuksiin. Päihteidenkäyttäjien sosiaaliset verkostot ovat usein kaventuneet, ja heillä on monesti kuulumattomuuden tunteita. (Särkelä-Kukko, 2020.) Elämänpiirin kaventuminen ja oma-aloitteisuuden puute saattavat johtaa päivien tyhjyyteen ja virikeköyhyteen. Arjesta selviytymisen ja psyykkisen kuntoutumisen kannalta sosiaaliset suhteet ja niissä saatu tuki ovat tärkeitä. Päihteiden käyttäjä saattaa kokea usein yksinäisyyttä ja sosiaaliset kanssakäymistaidot voivat olla varsin puutteelliset. Mielekkyyttä tuottavat toiminnat ja kokemukset parantavat elämänlaatua ja päiväohjelma tuottaa päiviiin rytmiä. (Vuori-Kemilä 2007, 59–60.)

Marita Björnin vuonna 2010 tehdyssä opinnäytetyössä kerättiin tietoa Toivontalon asiakkaista. Opinnäytetyössä oli havaittu asiakkaiden vähäinen osallistuminen järjestettyyn toimintaan. Syyt vaihtelivat eri ryhmien välillä. Akuutissa vaiheessa olevien kohdalla syinä olivat muun muassa kärsivällisyyden tai motivaation puute. Björnin opinnäytetyössä, kuten myös keskustellessani Toivontalon asiakaspäällikkö Raili Salon kanssa, nousi esiin myös asiakkaan kunto. Ei ole mahdollisuutta osallistua yhteistoimintaan, jos ei ole toimintakykyinen. Salon (2022) mukaan myös päihteidenkäyttäjiä on lähes mahdotonta sitouttaa tiettyyn aikaan järjestettävään toimintaan, sillä heidän on vaikea pitää kiinni sovituista aikatauluista. Salon mukaan toimintaan saatetaan kumminkin osallistua, jos satutaan olemaan paikalla.

Björnin opinnäytetyön mukaan päihteidenkäytön lopettaneet osallistuivat päivärutiineja ja elämänhallintaa tukeviin toimintoihin ja vertaistuki koettiin tärkeäksi. Päihteiden käytön lopettaneet kokivat kuitenkin akuuttikäyttäjien kohtaamisen riskiksi omalle raittiudelleen ja siitä

syystä eivät tahtoneet jäädä päiväkeskukseen pidemmäksi aikaa. Mielenterveyskuntoutujat saattoivat myös kartella päihteiden käyttäjiä. Björn koki ongelmaksi, ettei kaikille ryhmille sovi samanlainen toiminta ja nosti opinnäytetyössään esille tarpeen toiminnan suurempaan eriyttämiseen. (Björn 2010, 67–68.)

2.1 Toivontalon asiakkaat

Toivontalon asiakkaita yhdistää mielenterveys- ja päihdeongelmat, vaikka taustat ovat moninaisia. Mielenterveys- ja päihdeongelmat ovat merkittäviä syrjäytymisen, asunnottomuuden ja pitkäaikaistyöttömyyden aiheuttajia Suomessa (Mattila 2016, 20). Usein osallisuus nähdään asiana, joka mahdollistuu vasta kun päihteiden ongelmakäyttäjä on päässyt kuiville. On tärkeää huomioida, että osallisuutta ja osallistumismahdollisuuksia tulisi edistää päihteiden käytöstä huolimatta. (Särkelä-Kukko, 2020.)

Neljän vuoden välein suoritetaan päihdetapauslaskenta, jonka avulla saadaan tärkeää tietoa päihdeasiakkaista. Päihdetapauslaskennoissa kerätään yhden vuorokauden ajalta tietoa päihde-ehdoisista asioinneista kaikista sosiaali- ja terveydenhuollon yksiköistä. Päihdeasioinneilla tarkoitetaan palveluissa tapahtuneita asiointeja, joissa arvioidaan henkilön olleen päihtyneenä, olevan päihteiden ongelmakäyttäjä tai tulleen palveluun esimerkiksi päihteiden käytöstä johtuvan tapaturman vuoksi. (Kuussaari, Partanen & Stenius 2013, 147.)

Viimeisimmän, vuonna 2019 suoritettuna laskennan mukaan suurin päihteiden vuoksi palvelujärjestelmässä asioivien ryhmä on yli 50-vuotiaat miehet, joiden keskuudessa alkoholi oli käytetyin päihde. Huumeiden käyttö on lisääntynyt lähes kaikissa ikäryhmissä ja lähes puolet päihde-ehdoisesti asioineista oli käyttänyt jotakin huumausainetta. Huumeiden käytön yleistyessä päihdeongelmat myös monimutkaistuvat. (Kuussaari, Rautiainen & Grainger 2021, 27–29.) Huumeiden käytön lisääntyminen on näkynyt myös Toivontalolla, sillä Vinkissä vaihdettujen huumeneulojen määrä kasvoi yli kymmenellä tuhannella vuodesta 2019 vuoteen 2020 (Rauman Seudun katulähetys 2020).

Päihdetapauslaskennan yhteydessä käy ilmi, että päihde-ehdoiset asioinnit kasaantuivat miehille kaikissa ikäryhmissä ja useampi kuin kolme viidestä päihde-ehdoisesta asioinnista oli miesten tekemiä. Työttömyys ja mielenterveysongelmat olivat yleisiä. Mielenterveyteen liittyviä ongelmia oli 40 prosentilla päihdeasiakkaista. Asunnottomuus oli yleisempää nuoremmissa ikä-

luokissa. Päihdehuollon erityispalveluiden päihde-ehtoisista asioinneista valtaosa tapahtui avo-
muotoisissa päihdepalveluissa. Päihde-ehtoiset asioinnit päiväkeskuksissa ovat kuitenkin tutki-
muksen mukaan vähentyneet vuodesta 2015 vuoteen 2019. (Kuussaari, Rautiainen & Graiger
2021, 26.)

3 TIETOPERUSTA

Tietoperustassa perehdyn tarkemmin päiväkeskusten toimintaan ja käsittelen ryhmätoimintoja hyvinvoinnin näkökulmasta. Tietoperustassa käsitellään lisäksi syrjäytymistä, osallisuutta ja niitä asioita, jotka on hyvä ottaa huomioon ryhmätoimintaa suunniteltaessa.

3.1 Päiväkeskukset

Päiväkeskustoimintaa toteuttavat kunnat, seurakunnat sekä järjestöt. Keskuksiin on helppo tulla, sillä kynnys on matala. Päiväkeskustoiminnalla pyritään luomaan yhteisöllisyyttä, turvallisuutta ja ihmisarvoa korostavaa toimintaa. Yhteisen tekemisen on katsottu helpottavan usein oloa enemmän kuin pelkän keskustelun, joten päiväkeskuksissa on tarjolla erilaista toimintaa ja tukea. (Heimonen 2007, 11–12.) Päänteellisten päiväkeskusten ajatuksena on ehkäistä päihdehaittoja tarjoamalla myös päihtyneille henkilöille mahdollisuus oleskeluun lämpimissä ja valvotuissa tiloissa. Päänteellinen päiväkeskus vahvistaa asiakkaiden sosiaalisia taitoja, sillä yhteisiä sääntöjä on noudatettava ja toisten rajoja kunnioitettava. (Tepponen, Straden & Rutanen 2015, 20.)

Päiväkeskus voi auttaa liittymään yhteiskuntaan, vahvistaa ihmisarvoista elämää ja kuntoutumista. Yhteiskunta säästää suuria summia, jos kyseiset asiat ihmisten elämässä toteutuvat. Usein heikoimmassa asemassa olevat ja syrjään ajautuneet ovat yhteisöissä niitä, joita vältellään pelon tai muusta syystä johtuvan vierastamisen vuoksi. Heidät leimataan usein ulkopuoliksi. Köyhimpien ja syrjäytymisvaarassa olevien ihmisten kynnys päästä tarvitsemiensa palveluiden ja tuen piiriin on yllättävän korkea. Päiväkeskus on usein ainoa paikka, jossa ihmisten on helppo asioida. Monille päiväkeskus on myös ainoa paikka mihin halutaan ja uskalletaan tulla. Tärkeää on ymmärrys siitä, että päihdeongelma vaikeuttaa sitoutumista, eikä asiakkailta tule vaatia liian suuria kehitysaskelia. Työntekijältä vaaditaan kärsivällisyyttä ja ymmärrystä asiakassuhteissa. (Mattila 2016, 20–23; Kiviniemi 2015, 10)

Sote-uudistuksella pyritään tarjoamaan kaikille tasavertaiset palvelut, tuomalla ne lähelle asiakkaita. Päiväkeskuksilla on tärkeä rooli tässä palvelujen ketjussa. Jotta marginaalista olisi mahdollista siirtyä kohti tasa-arvoista yhteiskuntaa, on päiväkeskusten kaltaisten matalien kynnysten tukipisteiden merkitys mittaamaton. Päiväkeskus on monille ensimmäinen askel tuen piiriin ja toimintaan mukaan lähteminen lisää kävijöiden luottamusta toisiin ihmisiin. Päihde-työn päiväkeskukset pyrkivät toimimaan linkkinä huono-osaisten asiakkaiden ja kuntouttavien

palvelujen välillä. Eteenpäin ohjauksen ei kuitenkaan katsota olevan ainoana tarkoituksena, vaan lisäksi asiakkaan rinnalla kulkeminen, arjessa tukeminen ja haittojen vähentäminen ovat päiväkeskusten tehtäviä. (Kiviniemi 2015, 10–11.)

Sininauhaliitto on jaotellut päiväkeskukset Maslow'n tarvehierarkian mukaan punaisiin, keltaisiin ja vihreisiin päiväkeskuksiin. Kun ihminen ei enää kykene täyttämään perustarpeitaan ilmenee se usein syrjäytymisenä. Punainen päiväkeskus, johon Toivontalokin lukeutuu, tarjoaa toimintoja, jotka täyttävät välttämättömät fyysiset tarpeet. Punaisissa päiväkeskuksissa on tarjolla muun muassa ruokaa, ruuan jakoa, peseytymismahdollisuus sekä akuutteihin asioihin liittyvää ohjausta ja neuvontaa. Punaisissa päiväkeskuksissa asiakkailla on usein akuutti päihde-, tai muu arkea rajoittava ongelma. Tässä vaiheessa keskitytään enemmän luottamussuhteen rakentamiseen kuin esimerkiksi ryhmätoimintoihin innostamiseen. Ajatuksen tarvehierarkiassa on, ettei ylemmät tarpeet tule tyydyttyiksi, ennen alempien toteutumista. Keltaiset päiväkeskukset keskittyvät puolestaan vahvemmin yksinäisyyden ehkäisyyn ja vihreät toimintaan aktivoimiseen. (Tepponen ym. 2015, 131–132.)



Kuvio 1: Maslow'n tarvehierarkia Annikki Peren (2016) mukaan.

3.2 Osallisuutta ryhmistä

Syrjäytymisen käsitteellä kuvataan yhteiskunnallisen huono-osaisuuden muotoja. Syrjäytyminen voi olla johtua esimerkiksi työttömyydestä, heikosta taloudellisesta asemasta, mielenterveysongelmista, päihteiden käytöstä tai joutumisesta yhteiskunnallisten vaikutusmahdollisuuk-

sien ulkopuolelle. Syrjäytymistä ja köyhyyttä ehkäistään muun muassa huolehtimalla peruspalveluista, vähentämällä työttömyyttä ja köyhyyttä sekä vahvistamalla osallisuutta. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2022.)

Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen mukaan osallisuus on yksi terveyttä edistävä tekijä ja terveyden ja tasa-arvon edellytys. Ihminen kokee olevansa osa yhteisöä, kun hänellä on mahdollisuus vaikuttaa omaa elämäänsä koskeviin päätöksiin. Tutkimusten mukaan osallistumisaktiivisuudella ja ihmisen sosioekonomisella asemalla on selkeä yhteys. Osallisuutta edistäessä erityinen huomio tulisi kiinnittää kaikista heikoimmassa asemassa oleviin. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2022.)

Osallisuus on omakohtaista sitoutumista, vastuun ottamista ja vaikuttamista asioiden kulkuun. Osallisuus nähdään usein syrjäytymisen vastavoimana. Sosiaalisen osallisuuden myötä ihmisten hyvinvointi ja terveys lisääntyvät, koska osallisuus luo mielekkyyttä elämään. Osallisuus luo uskoa omiin mahdollisuuksiin, vähentää eriarvoisuutta ja sitä kautta syrjäytymistä. (Karkkulainen, Ala-Vannesuoma, Airaksinen, Varonen, Kastu & Sipi 2019, 15–16.)

Syrjäytymisen ehkäisyssä osallisuuden käsite viittaa sosiaalisten suhteiden vahvistamiseen ja sellaiseen toimintaan, jossa yhteisöllisyys ja ryhmäilmiöiden huomioiminen ovat keskiössä. Tällöin voidaan puhua myös toiminnallisesta osallisuudesta. Toiminnallinen osallisuus on konkreettista tekemistä, kokemista, mukana oloa ja toimeen tarttumista. Olennaista osallisuuden edesauttamisessa on sen huomioiminen, että osallistuminen ja toiminnallisuus on vapaaehtoista. Osallisuuden avoin toteutuminen mahdollistaa näin ollen myös valinnan olla osallistumatta. (mahis.info 2022, 2.)

Motivaatio on tärkeä tekijä siinä, että yksilössä syntyy halu osallistua toimintaan. Motivaatio syntyy tarpeiden ja halujen aikaansaamana. Motivaatio voidaan määritellä tilaksi, joka määrittää sen, mihin yksilön mielenkiinto suuntautuu ja kuinka vireästi hän toimii. Motivaatio voidaan jakaa sisäiseen ja ulkoiseen motivaatioon. Olennaista on, että sisäistä motivaatiota syntyy, jotta henkilö toimii omasta tahdostaan, ilman palkkioita tai pakotteita. Ihminen kokee itse toiminnan iloa ja tyydytystä tuottavaksi, eikä kaipaa muuta hyötyä toiminnastaan. (Terveysverkko, 2022)

Ryhmät, joissa on vapaa pääsy, eivät yleensä katso ihmisen luokka-asemaa, koulutustasoa tai siviilisäätyä, sillä ne eivät ole olennaisia asioita. Ihmiset haluavat olla vuorovaikutuksessa samoista asioista kiinnostuneiden ihmisten kanssa ja yhteisöt antavat mahdollisuuden siihen. (Aro 2011, 54.) Ryhmätoiminta antaa ihmisille tilaisuuksia tehdä mielekkäitä, toiminnallisia asioita

muiden osallistujien kanssa. Nämä ryhmässä tehtävät toiminnalliset menetelmät rohkaisevat osallistujia osallistumaan aktiivisemmin itse toimintaan, luoden tällä tavalla uusia sosiaalisia kontakteja. (Terveys- ja hyvinvoinnin laitos 2020.)

Kun toimintoja suunnitellaan ja toteutetaan, tehdään samalla valinta siitä, mitkä asiakasryhmät niihin osallistuu. Siksi pelkkä oikean toimintamuodon valinta ei riitä. Toimintojen sisältöä suunnitellessa kannattaa muistaa, että asiakkaat ovat yksilöitä. Esimerkiksi eri sukupolvien näkemykset mielekkästä toiminnasta voivat poiketa keskenään. Vaikka toiminta itsessään koettaisiin mielekkäänä, on huomioitavaa, että osallistumiselle voi siitä huolimatta olla esteitä. Tiedonpuute, leimautuminen, aukioloajat, sijainti, muut osallistujat tai esimerkiksi suhtautuminen päihtyneenä olemiseen saattavat nostaa kynnystä osallistua toimintaan. (Tepponen ym. 2015, 135.) Haasteena Toivontalolla tuntuu olevan juuri asiakkaiden moniongelmaisuus. Suurimman avun tarpeessa olevilla on korkein kynnys hakeutua palveluihin. Kuinka heidän tarpeisiinsa vastattaisiin?

Eri yksilöiden tavat ajatella innostavat oppimaan mutta liian suuret ristiriidat mielipiteiden välillä saattavat kannustaa pitäytymään tiukemmin omassa kannassaan. Yhteistoiminnallisuuden riskit ryhmän sisällä saattavat liittyä ryhmän jäsenten epätasa-arvoon, erilaisiin statuksiin ja liialliseen yksilöllisyyteen. (Repo-Kaarento 2010, 24, 42–43.) Ohjaajan tulee seurata ryhmän dynamiikkaa ja tarvittaessa ohjata tilannetta ja ihmisiä eteenpäin puolueettomilla kysymyksillä, ehdotuksilla tai menetelmillä. Fasilitaattori ei kritisoi ryhmän jäseniä tai toimintatapoja vaan tarjoaa erilaisia työkaluja ratkoa ryhmän sisäisiä ristiriitoja. (Summa & Tuominen 2009, 56.)

Sosiokulttuurisen innostamisen tavoitteena on ihmisten oman osallistumisen kautta kannustaa oma-aloitteisuuteen, vastuunottamiseen, ihmisten väliseen kohtaamiseen, yhteisöllisyyteen, luovuuteen ja toimintaan sitoutumiseen. Innostamista voidaan soveltaa kaikilla elämänaloilla. Ammatillisen innostajan tehtävänä on motivoida, vahvistaa ja koordinoita yksilöitä ja ryhmiä. (Kurki 2020.) Osallistava ohjaaja toimii toiminnallisten menetelmien asiantuntijana sekä auttaa luomaan sosiaalisia suhteita ja yhteisiä tavoitteita. (Kurki 2000, 77–79.) Ohjaajan haastava tehtävä osallisuuden toteutumisen kannalta on johtaa ilman johdattelua, antaa ryhmälle vastuu omasta toiminnastaan (Kurki 2020).

Ryhmätyö on antoisa väline päihdetyössä. Ryhmässä toimimisen vahvuutena on pidetty sitä, että sen tulos on suurempi kuin jäsentensä summa. Toiminnan sisältö määrittyy ryhmäläisten

tarpeiden pohjalta. Ryhmässä toimimiseen kuuluu erilaisia rooleja ja reagoititapoja, joten yksilöiden sosiaaliset taidot vahvistuvat. (Lappalainen-Lehto, Romu & Taskinen 2007, 195.)

4 AINEISTONKERUUSEEN VALMISTAUTUMINEN

Koin, että ennen aineistonkeruuta minun tulisi tietää enemmän tilaajaorganisaation toiveista kehittämistyön suhteen. Halusin saada tietoa siitä, miten aineistoa olisi hyvä kerätä, jotta tavoitettaisiin mahdollisimman suuri joukko vastaajia. Lisäksi tavoitteenani oli selvittää, millaisia haasteita työntekijät olivat kohdanneet aiemmin ryhmätoimintaa toteuttaessaan.

4.1 Työntekijöiden haastattelu

Suoritin työntekijöille suunnatun haastattelun avoimena ryhmähaastatteluna. Avoin haastattelu muistuttaa tavallista keskustelua. Puhe etenee haastateltavien ehdoilla eikä haastattelun kulkua ole tarkoin suunniteltu. Haastattelijä esittää kysymykset mukailleen haastateltavaa, eikä yritä tarjota valmiita vastauksia. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006.) Avoin haastattelu antoi myös mahdollisuuden esittää tarkentavia kysymyksiä haastattelun edetessä.

Aluksi suunnittelin, millaista tietoa haluan sillä saada, jotta tarvittaessa keskustelua pystyi ohjaamaan oikeaan suuntaan. Ryhmähaastattelulla halusin tietoa siitä, miten tavoittaisin ryhmätoimintaan osallistujia ja miten asiakaskyselyn voisi toteuttaa. Ryhmähaastatteluun osallistui neljä Toivontalon työntekijää. Osallistujina olivat Toivontalon palvelupäällikkö Raili Salo, ohjaajat Pipsa Hiltunen ja Minna Korhonen sekä apuohjaaja Jukka Lampela. Valitsin ryhmähaastattelun, jotta saisin mahdollisimman paljon tietoa eri näkökulmista ja ajatusten vaihto toisi mahdollisesti esiin uusia ideoita. Yksittäisten ihmisten haastattelemisen sijaan on toisinaan perusteltua koota ryhmä tutkimusaiheen kannalta relevantteja henkilöitä yhteen pohtimaan aihetta (Pietilä 2017). Toteutin haastattelun 16.3.2022 ja se kesti noin puoli tuntia.

Työntekijöiden haastattelusta kävi ilmi, että olisi hyvä määritellä selkeästi tapahtuuko tuleva ryhmätoiminta arki-iltoina vai viikonloppuisin. Aiemmin Toivontalolla on ollut yhtenä iltana viikossa toimintaa ilta-aikaan. Henkilökunnan palaverin vuoksi ovet on hetkeksi jouduttu sulkemaan asiakkailta ja tämän katsottiin vaikuttaneen kävijämääriin. Toiminnan arki-iltaisina tulisi siis jatkua suoraan, jotta niiden ihmisten, jotka ovat jo päiväkeskuksessa olisi helpompi jäädä paikalle.

Työntekijät toivoivat, että harvoin Toivontalolla käyviltä voisi kysyä, millainen toiminta saisi heidät lähtemään mukaan. Tämän toiveen noustessa esille pohdimme mistä olisi mahdollista tavoittaa nämä henkilöt. Yhtenä tavoitteena kehittämistyössäni oli saada osallistujia toimintaan, joten tämä oli olennainen kysymys opinnäytetyön kannalta.

Työntekijöiden vastauksista nousi esille kaksi kertaa viikossa järjestettävä ruokajako. Ruokajakoon osallistuu kerralla noin sata henkilöä, joten siinä yhteydessä olisi helppo tavoittaa suuri määrä ihmisiä. Ennen koronaa, kun jonotus tapahtui vielä sisätiloissa, pidettiin joskus ruuan jaon yhteydessä kahvilaa. Heräsi ajatus, että kahvilan voisi siirtää ulos kyselyn ajaksi. Työntekijöiden mukaan osa asiakkaista tulee jonottamaan ruokakassia jopa kaksi tuntia ennen jaon alkamista ja tämä kertoo henkilökunnan mukaan muustakin tarpeesta kuin ruoka.

Haastateltavat kertoivat, että on tärkeää, ettei ihmisten tarvitse poistua jonosta. Kahvilapisteen ja kyselyn olisi hyvä sijaita lähellä jonoa. Ajoissa jonottamaan tulijat ovat usein varttuneempaa sukupolvea ja tämä ryhmä oli henkilökunnan mielestä myös realistisin osallistujaryhmä yhteiseen toimintaan. Nuoria kävijöitä voi olla hankalampi sitouttaa toimintaan. Henkilökunta suosittelee, että kirjaan itse kyselyn vastaukset ylös. Lisäksi sovimme, että ideointiryhmään osallistujille jaetaan henkilökohtaiset kutsut ja he saavat ilmaisen lounaan päiväkeskuksella

Henkilökunnan haastattelusta kävi ilmi, että heille on tärkeää asiakkaan ääni toimintaa suunniteltaessa. Henkilökunta voi keksiä mitä tahansa toimintaa, mutta jos tarpeet ei kohtaa on toiminta turhaa. Pohdittiin myös sitä, miten yksinäisyys on lisääntynyt. Tämä ei kuitenkaan näy ryhmien kävijämäärissä, joten heräsi kysymys siitä, onko kynnys hakeutua toimintaa kummin-kin edelleen liian korkea.

5 MENETELMÄT

Tässä opinnäytetyössä käytin aineistonhankintamenetelminä strukturoitua haastattelua ja asiakkaista koostuvaa ideointiryhmää. Haastattelu ja kysely ovat yleisiä aineistonkeruumenetelmiä kvalitatiivisessa eli laadullisessa tutkimuksessa. Kyseisiä menetelmiä käytetään, kun halutaan tietää, mitä ihminen ajattelee tai miksi hän toimii tietyllä tavalla. (Tuomi & Saramäki, 2017, 62.) Laadullinen eli kvalitatiivinen tutkimus sopi tavoitteeseeni, jossa pyrittiin selvittämään asiakkaiden mielipiteitä ja ajatuksia ryhmätoiminnasta.

Kehittäminen nähdään usein toimintana, jolla on jokin selkeä tavoite. Toiminnan onnistuminen on kiinni siitä, kuinka hyvin määritetyt tavoitteet saavutetaan. Kehittämistoiminnan laajuus voi vaihdella suuresti, mutta lähtökohtaisesti kehittäminen on käytännöllistä asioiden korjaamista, parantamista ja edistämistä. Kehittäminen voi pitää sisällään myös uusien ideoiden keksimistä ja niiden vakiinnuttamista pysyvämmäksi osaksi toimintaa. (Toikko & Rantanen 2009, 15–16.)

Halusin että aineiston keruuseen osallistuneet henkilöt saavat mahdollisimman vapaasti kertoa mielipiteistään haastattelu- ja ryhmätilanteissa. Laadulliseen tutkimukseen yhdistetään arvostus tutkittavien henkilöiden toimijuutta ja näkökulmia kohtaan. (Juhila 2022.) Alaluvuissa käsitte- len tarkemmin käyttämiäni menetelmiä sekä kerron niiden toteuttamisesta.

5.1 Asiakaskysely

Työntekijöiden haastattelun pohjalta suunnittelin asiakaskyselyn, jonka toteutin Toivontalolla ennen ruokajaon alkua 23.3.2022. Aluksi kerroin haastateltaville, että olen suunnittelemassa ryhmätoimintaa Toivontalolle osana opinnäytetyötäni. Lisäksi kerroin, mihin ja miten tietoja käytetään. Kysely suoritettiin nimettömästi ja tämä kerrottiin myös kyselyyn osallistuneille.

Kysymykset esitettiin kaikille samassa muodossa (Liite 1). Vastaajia ei johdateltu, vaan he saivat miettiä vastauksia itsenäisesti. Kyselyyn osallistuneet vastasivat suullisesti ja kirjasin itse vastaukset ylös. Haastattelussa poimin asiakkaiden vastauksista vain opinnäytetyön kannalta oleelliset asiat. Kyselyn yhteydessä oli tarjolla kahvia ja keksejä, mikä osoittautui toimivaksi tavaksi lähestyä vastaajia ja suurin osa suostui haastateltaviksi.

Kysely toteutettiin avointen kysymysten muodossa, jotta vastaajilla oli mahdollisuus vastata omin sanoin. Kysymyksinä oli: Osallistutko tällä hetkellä johonkin Toivontalolla järjestettävään toimintaan? Kiinnostaisiko sinua osallistua ryhmätoimintaan? Onko tiettyjä syitä, jotka

vaikuttavat siihen, ettet tahdo osallistua? Millaisia asioita teet vapaa-ajallasi? Kaipaisitko päiviisi lisää tekemistä? Millainen toiminta saisi sinut osallistumaan ryhmiin? Olisitko halukas jatkossa auttamaan minua toiminnan kehittämisessä?

5.2 Ideointiryhmä

Ruokajonossa kyselyyn vastanneista yksi tuli paikalle. Ideointiryhmään osallistui lisäksi kuntouttavan työtoiminnan ryhmä, joten osallistujia oli yhteensä seitsemän. Mukana oli myös kuntouttavan työtoiminnan ohjaaja, joka ei tuonut esille omia näkemyksiään, vaan ideat lähtivät asiakkailta. Huomioitavaa on, että kyselyyn vastanneista kuusi kertoivat mahdollisesti osallistuvansa ideointiin, joten tämäkin kertoo jo haasteesta saada osallistujia sitoutumaan toimintaan.

Ideointiryhmässä käytettiin Brainwrigting–menetelmää. Brainwriting-menetelmässä on tarkoituksena osallistaa kaikki ryhmän jäsenet ideoimaan. Oleellista on, että myös ryhmän hiljaisimpien osallistujien ajatukset pääsevät esille. Tavoitteena on keskittyä laadun sijasta määrään ja rajoitettu vastaamisaika vapauttaa vastaajat tuottamaan villedäkin ideoita. (Sitra 2020.)

Aluksi keskusteltiin vapaasti, kävin läpi asiakaskyselyn tuloksia ja kerroin opinnäytetyöstäni. Osallistujat jaettiin pareihin, jotka saivat keksiä itsenäisesti kolme asiaa, joita tulevissa ryhmissä voitaisiin tehdä. Tämän jälkeen paperi annettiin seuraavalle parille, jotka jatkoivat ideointia edellisen pohjalta. Näin jatkettiin, kunnes paperit olivat kiertäneet kaikilla. Ideoita syntyi yhteensä kaksitoista. Tämän jälkeen keskusteltiin ja jokainen sai äänestää kolmea suosikkiaan kehitetyistä ideoista. Eniten ääniä saaneet ideat otin huomioon ryhmätoimintarunkoa suunnitelllessani.

Brainwrigting-menetelmän valitsin, sillä mielestäni se oli tarpeeksi matalan kynnyksen menetelmä, jossa jokaisen ideat tulivat esille. Parityöskentelyn ajattelin lisäävän yhdessä pohdintaa ja tuottavan enemmän ideoita. Ideointiryhmä kesti tunnin, koska mielestäni aika oli menetelmään riittävä ja asiakkaat huomioiden sopivan lyhyt. Tapaamisen lopuksi kysyin ryhmän mielipidettä siihen, miten ryhmätoimintaa olisi hyvä markkinoida ja lähtisivätkö he itse mukaan toimintaan.

6 TULOKSET JA ANALYSOINTI

Seuraavissa luvuissa käyn läpi aineistonkeruun tulokset. Haastattelujen vastaukset analysoin kysymys kerrallaan. Aineiston analyysissä käytin menetelmänä teemoittelua, niiden vastausten osalta, joissa käsiteltiin ryhmätoiminnan sisältöjä, tai syitä olla osallistumatta toimintaan. Teemoittelun avulla aineistosta etsitään yhdistäviä tai erottavia tekijöitä. Teemoittelu on laadullisen analyysin menetelmä, jossa etsitään kehittämistehtävän kannalta merkitykselliset asiakokonaisuudet. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2022.) Ideointiryhmässä syntyneet toiveet ryhmätoiminnan suhteen näkyvät suoraan tuotoksessa, eli seuraavien ryhmätoimintojen sisällönä.

Haastattelun etuna on, että vastaajiksi suunnitellut henkilöt saadaan usein helposti mukaan tutkimukseen. Haastatteluun katsotaan myös sisältyvän virhelähteitä, jotka aiheutuvat sekä haastateltavasta että haastattelijasta. Lisäksi haastattelu tilanne kokonaisuutena vaikuttaa tulosten luotettavuuteen. Haastatteluissa haastateltavilla on taipumus antaa sosiaalisesti suotavia vastauksia. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2007, 201.)

Haastattelut toteutettiin ympäristössä, jossa lähellä oli muita ihmisiä ja tämä saattoi osaltaan vaikuttaa haastateltavien kykyyn keskittyä vastauksiinsa. Lisäksi haastattelu-aika oli rajallinen ja saattoi näin ollen vaikuttaa vastausten pituuteen ja luotettavuuteen. Vastausprosentti jäi pieneksi, joten tuloksia ei voi verrata suoraan koko kohderyhmän toiveisiin ja tarpeisiin. Haastatteluilla saatiin kuitenkin tietoa toiminnan kehittämisen tueksi.

6.1 Haastatteluun vastanneet ja heidän toiveensa toiminnan suhteen

Haastatteluun osallistui 11 naista ja 6 miestä. Suurin vastaajien ryhmä olivat 55–70-vuotiaat naiset, joita oli lähes puolet vastaajista (Taulukko 1). Ruokajaossa kävijöitä oli kyseisenä päivänä yhteensä 108, joten vastausprosentti oli 16.

Taulukko 1: Vastaajien ikä- ja sukupuolijakauma (n=17)

Ikäryhmä	Naisia	Miehiä	Yht.
18–29 v.	0	1	1
30–54 v.	3	2	6
55–70 v.	8	3	10

Yli 70 v.	0	0	0
Yht.	11	6	17

Toiminnot joihin kyselyyn vastanneet asiakkaat Toivontalolla osallistuvat näkyvät seuraavassa taulukossa (Taulukko 2). Sama vastaaja saattoi osallistua useampaan toimintaan. Kahdeksan vastaajaa seitsemästätoista kertoi osallistuvansa ruokailuihin, kaksi hartauksiin, kolme kuntouttavaan työtoimintaan, yksi vaatteiden jakoon ja yksi vesijumppaan. Kuusi vastaajista ei osallistu mihinkään toimintaan ruokajaon lisäksi. Vastaajista kukaan ei maininnut osallistuvansa ryhmätoimintoihin, kuntouttavaa työtoimintaa tai vesijumppaa lukuun ottamatta.

Taulukko 2

Ruokailu	Hartaudet	Kuntouttava työtoiminta	Vaatteiden jako	Vesijumppa	En osallistu
8	2	3	1	1	6

Miespuolisia vastaajia oli kuusi. Ainoastaan yksi oli kiinnostunut ryhmätoiminnoista. Osallistumisen esteiksi mainittiin päihteiden käyttö, pitkä välimatka, masennus, lääkitys ja se ettei ryhmätoiminnot ylipäättään kiinnosta. Neljä vastaajaa kuitenkin kaipasi päiviinsä tekemistä, eikä kellään vastaajista ollut harrastuksia. Kysyttäessä millaisia asioita he tekevät vapaa-ajallaan ja mistä ovat kiinnostuneita, vastauksiksi tuli kavereiden kanssa ajan viettäminen, ulkoilu ja television katselu. Kahden vastaajan kohdalla päihteiden käytön katsottiin olevan syynä, että harrastukset olivat jääneet.

Naisista, joiden vastauksia oli yksitoista, kiinnostuneita ryhmätoiminnoista oli seitsemän. Kolme vastaajista kertoi, että heillä on jo niin paljon tekemistä ja harrastuksia etteivät he ehtisi ryhmiin, mutta voisivat muussa tapauksessa olla kiinnostuneita osallistumaan. Yhdellä vastaajista oli masennusta, jonka vuoksi ryhmiin osallistuminen tuntui vaikealta. Viisi vastaajaa kaipasi päiviinsä mielekästä tekemistä. Kiinnostuksen kohteiksi ja harrastuksiksi kerrottiin sauvakävely, pyöräily, jooga, kielten opiskelu, vapaaehtoistyö, uinti, valokuvaus, musiikki, ruuanlaitto ja perhe.

Tärkeää olisi määrittää kohderyhmä jolle toimintaa tuotetaan, jotta on helpompi päättää mihin resurssit kannattaa kohdentaa, mihin toimintaan panostetaan ajallisesti ja rahallisesti. Kohderyhmän huomiointi ei tarkoita sitä, että estettäisiin muita tulemasta mukaan toimintaan vaan sitä, että toiminta suunnitellaan tietyn ihmisryhmän tarpeista käsin. Näin varmistetaan, että toiminta palvelee ainakin heitä ja mahdollisesti myös muita. (Tepponen ym. 2015, 134.)

Haastattelun perusteella henkilöt, jotka olivat muutenkin aktiivisia arjessaan, olivat valmiimpia tulemaan mukaan toimintaan kuin ne, joilla tekemistä ei muutenkaan ollut. Vastauksissa oli huomioitavaa se, että kohderyhmä, jolta mielekäs tekeminen puuttuu, vaikutti olevan juuri se ryhmä, joka ei kokenut ryhmätoimintaa mielekkääksi. Kuten aiemmassa tietoperustassa selvisi, päihde-ehdoista asioinneista suurin osa on miesten tekemiä (Kuussaari, Rautiainen & Grainger 2021, 27).

Haastattelun perusteella vastaajista juuri miespuoliset kaipaivat tekemistä, joten toiminnan kohdentaminen heille tuottaisi suurimman hyödyn. Toisaalta 55–70-vuotiaat naiset olisivat haastattelujen perusteella se ryhmä, joka olisi halukkain osallistumaan toimintaan. Haastattelussa kävi ilmi, että ryhmätoiminta ei välttämättä työmuotona ole kohderyhmälle kaikkein helpoiten lähestyttävissä. Pohdinnan arvoista olisikin se, pitäisikö toimintaa markkinoida toisella termillä. Mahdollisesti pelkkä päiväkeskuksen laajennettu aukiolo tavoittaisi asiakkaat paremmin ja kynnys tulla mukaan madaltuisi.

Koronan myötä ihmisiä voi olla vielä vaikeampi saada liikkeelle, ja kynnys lähteä mukaan kasvanut entisestään. Ihmisille, jotka lähtökohtaisesti eivät ole mukana yhteisöissä kuten työpaikoilla tai harrastuksissa, ryhmätoiminta saattaa tuntua vieraalta. Pitäisikö palvelujen tuottajien keskittyä vielä enemmän asiakkaiden tarpeisiin ja kuulla heitä palveluja kehittäessä? Miten aktivoida yksilötasolla ensin, jotta ihminen ylipäättensä saadaan liikkeelle ja tätä kautta myös mahdollisesti osaksi yhteisöä? Millaiselle toiminnalle on todellinen tarve? Asiakkaiden vastauksista kävi ilmi, että päiviin kaivataan tekemistä, joten tarve selvästi jonkin asteiselle toiminnalle on olemassa.

Toiveet toiminnan suhteen

Seuraavassa taulukossa näkyvät haastateltavien toiveet koskien ryhmätoimintoja (Taulukko 3). Vastaukset ovat teemoiteltu viiteen eri luokkaan niin, että päällekkäiset vastaukset on poistettu. Monipuolisen toiminnan suunnittelun kannalta teemoiksi valikoitui: ruoka, liikunta, taide/kulttuuri, ulkoilu ja muu toiminta.

Taulukko 3

Ruoka	Liikunta	Taide/kulttuuri	Ulkoilu	Muut
Leipominen	pesäpallo	Museossa vierailu	Pihapelit	Perhepäivä
Ruuan laitto	Tanssi	Askartelu	Laavu	Kortin peluu
Grillaus	Tennis	Valokuvaus	melonta	lautapelit
	Kävely	Elokuvan katselu	telttailu	
	kuntosali	Kielten opiskelu	Kalastus	

Haastattelun lopuksi vastaajilta kysyttiin, olisivatko he halukkaita osallistumaan jatkoideointiin seuraavalla viikolla. Yhdeksästä ryhmätoiminnoista kiinnostuneesta kuusi ilmoitti halukkuutensa osallistua. Halukkaille jaettiin erillinen kutsu (Liite 3), jossa kerrottiin ideointiryhmän tarkoituksesta ja ajankohdasta. Osallistujien motivoimiseksi luvattiin myös ilmainen lounas päiväkeskuksella tulevan tapaamisen päätteeksi.

6.2 Ideointiryhmän tuottama sisältö ryhmätoimintaan

Ideointiryhmän ajatukset toiminnan sisällöstä vastasivat pitkälti kyselyyn vastanneiden toiveita. Ryhmä jaettiin pareihin, joista jokainen mietti kolme lähtöideaa toiminnalle, joten ideoita syntyi kaksitoista. Näistä äänestettiin kolme suosikkia.

Puolet ideoista koski jotain liikuntaa, kuten tennistä, jalkapalloa, uintia, luonnossa liikkumista tai keilausta. Kolme ideaa koski ruokailua, kuten grillausta tai leivontaa. Eniten ääniä saaneena ideana oli uintiretki pyöräillen, jonka aikana voisi grillata ja kalastaa. Toinen suosittu ehdotus oli tennis, josta oltaisiin valmiita maksamaan itse, jos pelaaminen tapahtuisi esim. palloiluhallissa. Kolmanneksi suosituin idea oli syksyinen laavuretki, johon voisi yhdistää marjojen ja sienien keräämisen ja grillaamisen laavulla. Ideoinnin sisältöä käytettiin toimintarungon suunnittelun tukena (Liite 4).

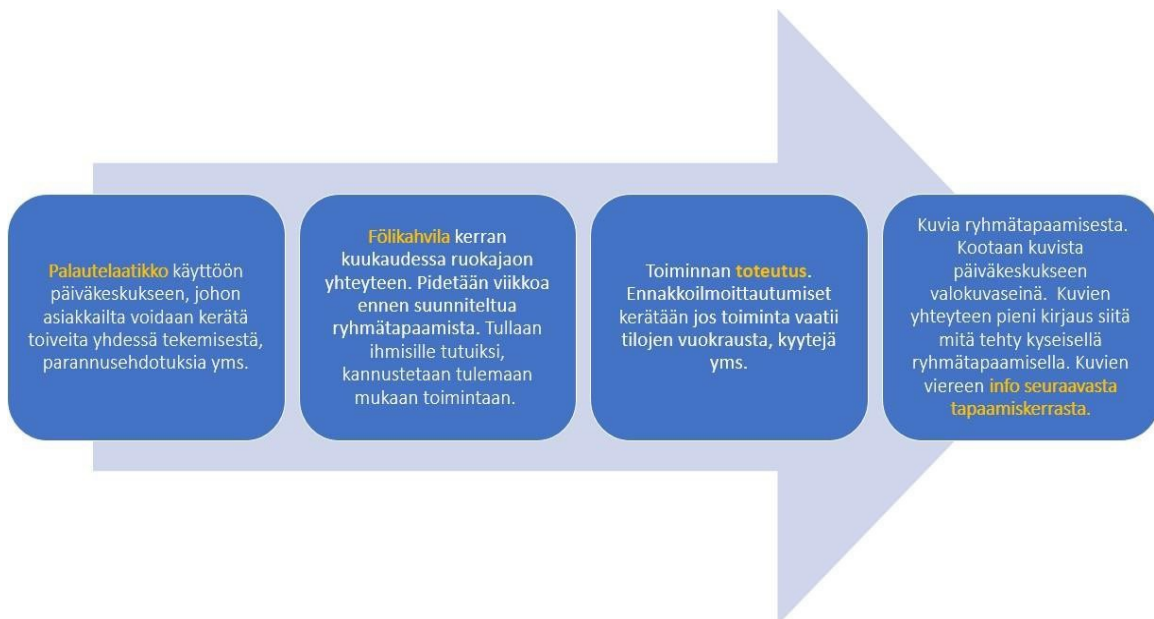
Ohjaajana olisin voinut ohjeistaa osallistujat paremmin tai tapaamisen aluksi herätellä ideointiin muiden harjoitusten avulla, sillä ideat tuntuivat olevan varsin perinteisiä, eikä ehkä lähteneet lentoon toivotulla tavalla. Toisaalta ideointiryhmässä tuotetut ideat toiminnan sisällöistä vastaavat aiemmin suoritetun haastattelun tuloksia ja vahvistavat näin osaltaan tutkimuksen reliabiliteettia, eli mittaustulosten toistettavuutta.

7 TUOTOKSET

Aineistonkeruun ja analysoinnin pohjalta toteutin suunnitelman toiminnan markkinointiin. Toiminnan suunnittelu ja toteutus ei itsessään riitä, ellei asiakkaita saada mukaan toimintaan. Seuraavassa luvussa esittelen markkinointisuunnitelman tarkemmin ja eritellen prosessin eri vaiheet. Toisena tuotoksena toimii neljän toimintakerran runko, jota työntekijät voivat käyttää tulevan toiminnan suunnittelun ja toteutuksen tukena (Liite 4).

7.1 Toiminnan markkinointi ja toteutus

Markkinointisuunnitelma on vasemmalta oikealle etenevä prosessi, joka käy ilmi seuraavasta kuvioista (Kuvio 2). Markkinointiprosessissa on otettu huomioon aineistonkeruun aikana esiin tulleita toiveita sekä asiakkailta, että henkilökunnalta. Markkinointisuunnitelman tarkoituksena on tarjota tilaajaorganisaatiolle uusia tapoja tavoittaa asiakkaita ja samalla huomioida asiakkaiden osallisuus toiminnan suunnittelussa.



Kuvio 2: Toiminnan markkinointi ja toteutus.

Palautelaatikko ja asiakasraati

Vastaajilla oli paljon ideoita toiminnan suhteen, joten asiakaspalautetta ja ideoita olisi hyvä kerätä asiakkailta jatkossakin. Kehittämisehdotukseni on, että otettaisiin käyttöön palautelaatikko. Palautteiden määrästä riippuen pidetään asiakasraadien esim. neljä kertaa vuodessa, jolloin yhdessä asiakkaiden kanssa käytäisiin läpi palautteet ja suunniteltaisiin tulevaa toimintaa.

Asiakasraati koostuu palveluja käyttävistä asiakkaista. Työntekijät ja asiakkaat käyvät vuoropuhelua ja raati tekee ehdotuksia palveluiden parantamiseksi. Asiakasraati on osallistava menetelmä, jonka avulla asiakkaat otetaan mukaan palveluiden suunnitteluun, arviointiin ja seurantaan. (Aalto 2022.)

Fölikahvila

Kuten tietoperustasta ja asiakkaiden vastauksista kävi ilmi, on innostaminen vaikeaa, jos ihminen ei luota muihin ja muiden luottamus häneen on matalaa. Luottamus pitää saavuttaa pitkäjänteisellä työllä. Tärkeää on selvittää, kuinka asiakkaille luodaan kokemuksia siitä, että heidän mielipiteillään ja näkemyksillään on merkitystä. Nämä kokemukset innostavat osallistumaan. (Valtari 2022.)

Asiakaskyselyn, sekä työntekijöiden haastattelun perusteella toimintaa kaivataan myös ruokajaon yhteyteen. Kyselyssä kävi ilmi, että monet ruokajakoon osallistujat eivät käytä muita Toivontalon palveluita. Kynnys palveluiden käyttöön tuntuu olevan edelleen monille liian korkea. Ideointiryhmässä nostettiin esiin toiminnan markkinointi. Ryhmään osallistujat kertoivat, että mahdollisesti osallistuisivat toimintaan, jos heidät pyydetäisiin siihen mukaan henkilökohtaisesti. Kohtaamisen tärkeys korostuu, jotta luottamusta ja kiinnostusta syntyy.

Ehdotankin, että kerran kuukaudessa ruokajaon yhteydessä järjestettäisiin Fölikahvila. Kahvilan yhteydessä voitaisiin jakaa tietoa tulevasta toiminnasta ja kannustaa lähtemään mukaan. Tärkeintä asiakkaan kannalta olisi, että he tulisivat kohdatuiksi. Fölikahvilan lomassa voitaisiin järjestää esimerkiksi lahjoitus vaatteiden jakoa tai grillausta. Ajatuksena on, että mahdollisesti kuntouttavan työtoiminnan ryhmä voisi ohjaajan avustuksella osallistua toiminnan suunnitteluun ja toteutukseen, jotta asiakkaiden osallisuus toteutuisi myös toiminnan aikana. Jotta jatkuva kohtaamista tapahtuu myös niiden asiakkaiden kanssa, jotka eivät Toivontalon päivittäiseen toimintaan osallista on otettava käyttöön muita tapoja asiakkaiden motivoimiseksi mukaan toimintaan.

Toiminnan toteutus ja seuraavan toimintakerran markkinointi

Kyselyn perusteella toimintaa kaivattiin enemmän arki-iltoihin kuin viikonloppuun. Toimintaan, jossa tarvitsee varata ulkopuolisia tiloja tai kuljetusta, kerätään ilmoittautumiset etukäteen. Toiminta on suunniteltu niin, että mahdollisimman monet asiakastoiveet on huomioitu. Toimintarungossa (Liite 4) on otettu huomioon ruuanlaitto, valokuvaus, vierailut museoissa tai muissa kohteissa, liikunta ja pihapelit. Toiminta on suunniteltu niin, että kohderyhmä on huomioitu mahdollisimman laajasti ja osallistua voi omien kykyjen ja voimavarojen mukaan. Ajatuksena on, että ensimmäiset toimintakerrat tapahtuvat Toivontalon tiloissa, jotta osallistuminen on helpompaa ja joustavampaa. Toiminnan tultua tutummaksi voidaan siirtyä muihinkin paikkoihin. Markkinoinnin näkökulmasta on ajatuksena dokumentoida toimintaa valokuvien ja pienen toimintakertomuksen avulla. Toiminnasta otetut kuvat voidaan laittaa esille Toivontaloon, jotta mahdollisesti innostettaisiin asiakkaita tulemaan mukaan jatkossa. Samaan yhteyteen laitetaan info seuraavasta toimintakerrasta.

8 LOPUKSI

Opinnäytetyön tilaaja kertoi saaneensa opinnäytetyöni myötä uutta pohdittavaa siitä, miten toimintaa voisi tulevaisuudessa suunnitella ja kokeilla. Tilaaja piti erityisen hyvänä ideana vapaaehtoisten ja kokemusasiantuntijoiden tuomisen mukaan toimintaan. Markkinointisuunnitelmassa hän piti ajatuksesta valokuva ryhmätoimintaa ja käyttää kuvia myöhemmin markkinoinnin tukena. Opinnäytetyöni tilaajan mielestä olin tehnyt hyvää työtä toiminnan kehittämisen suhteen.

Tulevaisuudessa tulee edelleen kehittää tapoja, joilla voidaan madaltaa kävijöiden osallistumiskynnystä yhteiseen toimintaan. Toivontaloa on pidetty auki myös lauantaisin ja silloin kävijöitä kuitenkin ollut, joten mahdollisesti pelkkä keskuksen auki pitäminen riittää ilman erityistä ohjelmaa. Tärkeämpää Toivontalolla tuntuu olevan työntekijöiden kohtaaminen ja sosiaaliset kontaktit, ei niinkään ryhmätoiminnot. Olisiko ryhmätoimintoja syytä vähentää entisestään ja käyttää resurssit muihin palveluihin, kuten yksilöohjaukseen tai kotiin vietävään apuun?

Asiakkaiden kuuleminen toiminnan suunnittelussa pitäisi ottaa edelleen jatkossa huomioon. Kohtaamisia asiakkaiden kanssa tulisi syntyä usein, jotta toiminta tulisi heille entistä tutummaksi ja madaltaisi kynnystä lähteä mukaan toimintaan. Tämän hetkinen maailman tilanne on tuonut myös uusia haasteita päiväkeskusten toiminnalle. Ukrainan sota on tuonut vieläkin laajemman joukon pakolaisia myös Toivontalon asiakkaiksi. Toimintaa pitää tehdä entistä kulttuurisensitiivisemmällä työotteella. Tämän uuden kohderyhmän tarpeisiin vastaaminen ja tavoittaminen olisi hyvä aihe jatkokehittämiselle.

Opinnäytetyöprosessi oli haastavaa, mutta palkitsevaa. Opin paljon ihmisten kohtaamisesta ja erilaisista kehittämistyön menetelmistä. Osallisuus ja muut opinnäytetyön teemat ovat tärkeitä yhteisöpedagogin työssä, joten näiden asioiden pohtiminen on varmasti ollut hyödyksi tulevaisuuden ammattikentällä. Olen oppinut myös paljon järjestökentällä toimimisesta ja saanut viedä eteenpäin tietoa yhteisöpedagogin roolista ja taidoista. Opin, että kehittäminen ei lopu koskaan, sille on jatkuva tarve. Lisäksi opin työskentelemään moniammatillisessa työryhmässä ja ymmärsin miten paljon mahdollisuuksia eri näkökulmien jakaminen, tarjoaa työyhteisölle.

Kehittämistyö vaatii aikaa ja suunnitelmallisuutta. Olisin voinut käyttää enemmän aikaa aineistonkeruumenetelmien suunnitteluun, jotta analysointi olisi ollut helpompaa ja olisi tuottanut enemmän tietoa. Aineistomäärän kasvattaminen olisi lisännyt tulosten luotettavuutta. Kehittä-

mistyöni synnytti kuitenkin uusia vaihtoehtoja ryhmätoimintojen järjestämiseen, sekä asiakkaiden tarpeiden ja toiveiden kartoittamiseen. Opinnäytetyöni vastasi tavoitteeseensa ryhmätöinnän sisältöjen suhteen, mutta jätti vielä suurilta osin vastaamatta siihen, miten asiakkaita saisi innostettua mukaan toimintaan. Tämä on varmasti kehittämiskohde vielä pitkälle tulevaisuuteen.

LÄHTEET

- Aro, Jari 2011. Yhteisöllisyys ja sosiaalinen side. Teoksessa Kangaspunta, Seppo (toim.) Yksilöllinen yhteisöllisyys. Avaimia yhteisöllisyyden muutoksen ymmärtämiseen. Tampere: Tampere University Press. 35–60
- Björn, Marita 2010. "Olen saanut täällä arvostusta ja olen saanut olla hyvässä yhteisössä"- Toivontalon päiväkeskuksessa kävijät. Kuntoutusohjauksen ja -suunnittelun koulutusohjelma, Satakunnan ammattikorkeakoulu. Opinnäytetyö. Viitattu 1.3.2022. ["Olen saanut täällä arvostusta ja olen saanut olla hyvässä yhteisössä" - TOIVONTALON PÄIVÄKESKUKSESSÄ KÄVIJÄT \(theseus.fi\)](#)
- Humanistinen ammattikorkeakoulu 2019. Järjestö- ja nuorisotyön koulutusohjelma. Opetussuunnitelma 2018–2024. Viitattu 3.3.2022. https://opiskelijanopas.humak.fi/?page_id=920
- Juhila, Kirsi 2022. Teoksessa Jaana Vuori (toim.) Laadullisen tutkimuksen verkkokäsikirja. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoaarkisto. Viitattu 13.4. 2022. [Laadullisen tutkimuksen ominaispiirteet - Tietoaarkisto \(tuni.fi\)](#)
- Karkkulainen, Marjatta & Ala-Vannesluoma, Taija & Airaksinen, Raija & Varonen, Henna & Kastu, Riikka & Sipi, Sanna 2019. Toimii! Hoitajan opas toiminnallisiin menetelmiin. 2. uudistettu painos. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy
- Kiviniemi, Arne 2015. Esipuhe: Ihmisen arvoinen päiväkeskus. Teoksessa Margit, Tepponen & Päivi, Strandén & Hannu, Rutanen (toim.) Yhteinen päiväkeskus. Apua arkeen, tukea kuntoutumiseen ja askeleita yhteisöllisyyteen. Sininauha-julkaisut. Helsinki: Next Print, 9–11
- Kurki, Leena 2000. Sosiokulttuurinen innostaminen. Tampere: Vastapaino.
- Kurki, Leena 2020. Sosiokulttuurinen innostaminen: keskeisiä käsitteitä. Viitattu 15.4.2022 <https://kansalaisyhteiskunta.fi/tietopankki/sosiokulttuurinen-innostaminen-keskeisia-kasitteita>
- Kuussaari, Kristiina & Partanen, Airi & Stenius, Kerstin 2013. Teoksessa Katariina, Warpenius & Marja Holmila & Christoffer Tigerstedt (toim.) Alkoholi- ja päihdehaitat läheisille, muille

ihmisille ja yhteiskunnalle. Terveyden- ja hyvinvoinnin laitos. Tampere: Juvenes Print, 146-159.

Kuussaari, Kristiina & Rautiainen, Elina & Grainger, Marjut 2021. Päihdetapauslaskenta 2019 päihteiden aiheuttamien haittojen ehkäisyn ja hoidon kehittämisen tietolähteenä. Teoksessa Olavi Kaukonen & Kristiina Kuussaari (toim.) Päihdepalveluiden yhteiskunnalliset haasteet. Raportti 2 /2021. Terveyden ja hyvinvoinninlaitos. Viitattu 5.4.2022. [Päihdepalveluiden yhteiskunnalliset haasteet \(julkari.fi\)](#)

Lappalainen-Lehto, Riitta & Romu Maija-Liisa & Taskinen Mailis 2007. Haasteena Päihteet. Ammatillisen päihdetyön perusteita. 1. painos. Helsinki: WSOY Oppimateriaalit OY.

Mattila, Kati-Pupita 2016. Vastaantulemisen eetos- ihmisarvolähtöisen kristillisen päihdetyön ydin. Teoksessa Anna meidän nähdä. Sininauha- julkaisut. Helsinki: Next Print Oy, 17–26.

Pere, Annikki 2016. Hyvä työ tuo tuottavuutta. Viitattu 10.4.2022. [Hyvä työ tuo tuottavuutta – Metsähyvinvointi \(metsähyvinvointi.fi\)](#)

Pietilä, Ilkka 2017. Ryhmäkeskustelu. Teoksessa Matti Hyvärinen & Pirjo Nikander & Johanna Ruusuvuori (toim.) Tutkimushaastattelun käsikirja. Tampere: Vastapaino, 111–130.

Raivio, Helka (toim.) 2018. Enemmän sosiaalista toimintakykyä, lisää osallisuutta! Yhteiskehittäen vaikuttavampaa sosiaalista kuntoutusta. Sosiaalisen kuntoutuksen kehittämishankkeen (SOSKU) 2015–2018 loppuraportti. Työpaperi 7/2018. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 15.4.2022. [Microsoft Word - 200218 FINAL SOSKU LOPPURAPORTTI Muokattu \(julkari.fi\)](#)

Rauman Seudun Katulähetys 2020. Toimintastrategia 2020–2022.

Repo-Kaarento, Saara 2010. Innostu ryhmästä. Miten ohjata oppivaa yhteisöä. 1.-2. painos. Vantaa: Hansaprint Oy.

Saaranen-kauppinen, Anita & Puusniekka, Anna 2006. KvaliMOTV- Menetelmäopetuksen tietovaranto. Tampere. Yhteiskuntatieteellinen tietoaarkisto. Viitattu 5.4.2022. [KvaliMOTV - 6.3.1 Avoin haastattelu \(tuni.fi\)](#)

Salonen, Raili 2022. Toivontalon palvelupäällikkö. Suullinen tiedoksianto 19.1.2022.

- Salo, Raili & Hiltunen, Pipsa & Korhonen, Minna & Lampela, Jukka. Suullinen haastattelu 16.3.2022. Haastattelija: Henna Haka
- Sitra 2020. Tekojen pikaideointi. Työkalu. Viitattu 20.5.2022. [Tekojen pikaideointi - Sitra](#)
- Summa, Terhi & Tuominen, Kaisu 2009. Fasilitaattorin työkirja. Menetelmiä sujuvaan ryhmätyöskentelyyn. Kehitysyhteistyön palvelukeskus.
- Särkelä-Kukko, Mona 2020. Päihteidenkäyttö ja yhteiskunnallisen osallisuuden ongelmat. Päihdelinkki.fi. Artikkelit. Viitattu 3.4.2022. [Päihteidenkäyttö ja yhteiskunnallisen osallisuuden ongelmat | Päihdelinkki.fi \(paihdelinkki.fi\)](#)
- Tepponen, Margit & Stranden, Päivi & Rutanen Hannu (toim.) 2015. Yhteinen päiväkeskus. Apua arkeen, tukea kuntoutumiseen ja askeleita yhteisöllisyyteen. Sininauha-julkaisut. Helsinki: Next Print.
- Terveyden- ja hyvinvoinninlaitos 2020. Ryhmätoiminta ja toiminnalliset menetelmät. Viitattu 15.4.2022. <https://thl.fi/fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/sosku/sosiaalisen-kuntoutuksen-opas/palvelun-sisallot/ryhmatoiminta-ja-toiminnalliset-menetelmat?msclkid=c29f814>
- Terveysverkko 2022. Motivaatio. Viitattu 20.5.20122. [Motivaatio - Terveysverkko](#)
- Toikko, Timo & Rantanen, Teemu 2009. Tutkimuksellinen kehittämistoiminta. Näkökulmia kehittämisprosessiin, osallistamiseen ja tiedontuotantoon. 3. korjattu painos. Tampereen Yliopistopaino Oy: Juvenes Print.
- Valtioneuvosto 2021. Hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden edistäminen 2030 Valtioneuvoston periaatepäätös. Valtioneuvoston julkaisuja 2021:14. Viitattu 3.3. 2022. [Hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden edistäminen 2030. Valtioneuvoston periaatepäätös](#)
- Vuori-Kemilä, Anne 2007. Mielenterveys- ja päihdetyö: Yhteistyötä ja kumppanuutta. Helsinki: WSOY Oppimateriaalit Oy.

LIITTEET

TERVETULOA SUUNNITTELUHETKEEN TOIVONTALOLLE KESKIVIKKONA 30.3. KLO 11–12

Tarkoituksena ideoida yhdessä mitä kaikkea Toivontalon tulevissa ryhmätapaamisissa voitaisiin tehdä ja miten toimintaamme voitaisiin kehittää.

Osallistuminen ei sido toimintaan jatkossa.

Suunnittelun ohessa tarjolla kahvia ja tapaamisen jälkeen Toivontalo tarjoaa osallistujille lounaan.

Toivottavasti nähdään ensi viikolla,

Henna

Hei,

Olen Henna, tuleva yhteisöpedagogi. Aloitin harjoittelijana Toivontalolla maaliskuun alussa ja teen opinnäytetyöni täällä päiväkeskuksella.

Opinnäytetyöni tavoitteena on, selvittää miten ryhmätoimintoja Toivontalolla voitaisiin parantaa, ja miten toimintaan saataisiin enemmän osallistujia. Teidän toiveiden ja ideoiden keräämiseksi toteutan lyhyen kyselyn/haastattelun, josta saatua tietoa on tarkoitus hyödyntää ryhmätoiminnan kehittämisessä.

Kyselyyn osallistuminen on täysin vapaaehtoista eikä vastaaja ole tunnistettavissa vastauksista. Kysely toteutetaan anonyymisti. Tutkimuksen päätyttyä kyselylomakkeen tiedot hävitetään. Mielenpitemme ovat erittäin arvokkaita, joten toivottavasti teillä on pieni hetki aikaa vastata!

Osallistumisestanne kiittäen,

Henna Haka

AMK-opiskelija Turun Humanistinen ammattikorkeakoulu

KYSELY RYHMÄTOIMINNASTA

Ikä ja sukupuoli (M, N, muu/en halua kertoa)

18–29 v. 30–54 v. 55–70 v. yli 70 v.

--	--	--	--

Osallistutko tällä hetkellä johonkin Toivontalolla järjestettävään toimintaan? (Ruokailu, ryhmät yms.)

Kiinnostaisiko sinua osallistua ryhmätoimintaan? Onko tiettyjä syitä, jotka vaikuttavat siihen, ettet tahdo osallistua?

Millaisia asioita teet vapaa-ajallasi (kiinnostuksen kohteet, harrastukset yms.)? Kaipaisitko päiviisi lisää tekemistä?

Millainen toiminta saisi sinut osallistumaan ryhmiin? (Ideoita tekemisestä)

Olisitko halukas jatkossa auttamaan minua toiminnan kehittämisessä? (osallistumaan suunnitteluryhmään, jossa mietitään sisältöjä yms.)

Neljän toimintakerran runko

1. TOIMINTAKERTA

Pihatapahtuma

Grillausta, tikanheittoa, mölkkyä ja muita pihapelejä. Pyydetään jos Toivontalon musikaaliset kävijät voisivat soittaa tapahtumassa. Tapahtuman yhteydessä voisi olla lisäksi esim. vaatteiden jakoa.

2. TOIMINTAKERTA

Kokkisota

Ohjaaja tuo osallistujille kaksi kassia ruoka-aineita (helposti kokattavia). Halukkaat kokkaajat jaetaan kahteen joukkueeseen, jotka valmistavat ohjaajien avustuksella ateriat aineksista. Osallistujat, jotka eivät halua valmistaa ruokaa voivat toimia makutuomareina.

3. TOIMINTAKERTA

Valokuvasuunnistus

Ohjaaja käy ottamassa valokuvia etukäteen esim. Vanhan Rauman alueelta, tarpeeksi tutuista kohteista. Osallistujia voidaan pyytää suunnistuksen aikana ottamaan samasta kohteesta kuva, jotta lopuksi tiedetään että rasti on löytynyt.

Ryhmän voi jakaa pienempiin porukoihin, kuitenkin niin että jokaisessa ryhmässä olisi mukana ohjaaja, jotta pysyttäisiin aikataulussa. Yksi kohde voi olla esim. kahvila, jossa voidaan jäädä hetkeksi kahville. Valokuvasuunnistuksen yhteyteen voi myös liittää vierailun jossain kohteessa, esim. museossa.

4. TOIMINTAKERTA

Sauna ja uinti

Esim. Kesäkodin saunat Petäjässä lämmitetään 2.7–27.8 välisenä aikana perjantaisin klo 17–21. Halukkaat voivat pyöräillä Petäjään ohjaajan johdolla ja kyytiä tarvitsevilta pyydetään ilmoittautumiset ennakoon. Jos osa ei halua saunoa voidaan esim. onkia ja grillata.