

Opinnäytetyö AMK

Sosiaalialan koulutusohjelma

Aikuissosiaalityö

2017

Katriina Toivonen

RYHMÄMUOTOISEN SOSIAALITYÖN KEHITTÄMINEN

– Narratiivista ryhmätoimintaa
pitkäaikaistyöttömille asiakkaille

Katriina Toivonen

RYHMÄMUOTOISEN SOSIAALITYÖN KEHITTÄMINEN

- Narratiivista ryhmätoimintaa pitkäaikaistyöttömille asiakkaille

Kehittämistyö on alkanut maaliskuussa 2016 ja se on tehty Turun kaupungin Pohjoisessa sosiaalitoimistossa. Tavoitteena oli ryhmämuotoisen sosiaalityön kehittäminen aikuissosiaalityössä ja laatia opas, jonka avulla tuodaan uusia ideoita ja toimintamalleja ryhmiin sekä helpotetaan ja kannustetaan ryhmämuotoisen sosiaalityön käynnistämiseen Turun kaikissa aluetoimistoissa.

Teoreettisena viitekehyksenä toimivat pitkäaikaistyöttömyyden monialainen ilmiö ja sen vaikutukset yksilöön, sosiaalinen kuntoutus, ryhmämuotoinen sosiaalityö sekä narratiivinen ryhmätoiminta taide- ja kulttuurilähtöisiä menetelmiä hyödyntäen. Kehittämismenetelminä on käytetty dialogista keskustelua, kehittämispäiväkirjaa, työpajoja ja narratiivisen ryhmätoiminnan pilotointia, jossa ryhmämuotoista sosiaalityötä kokeiltiin käytännössä loka- joulukuussa 2016 sekä pilottiryhmän loputtua SWOT-analyysia. Tutkimusmenetelminä on käytetty pilottiryhmän aikana osallistuvaa havainnointia sekä ryhmän viimeisellä kerralla kvantitatiivisen tutkimuksen kyselylomaketta asiakaspalautteen muodossa.

Tuotoksena on syntynyt narratiivisen ryhmätoiminnan opas sosiaalialan ammattilaisten käyttöön. Opas sisältää tietoa ryhmämuotoisesta sosiaalityöstä ja sen hyödyistä, ryhmätoiminnan suunnittelemiseen, toteutukseen ja arviointiin liittyviä oleellisia asioita sekä mahdollisia riskejä ja toimintatapoja niiden välttämiseksi. Oppaassa on kuvattu narratiivista viitekehystä ja se sisältää erilaisia toiminnallisia menetelmiä. Lopuksi oppaassa on esimerkkirunko ryhmätoimintaan ja pilottiryhmän kokemuksia siitä. Pilottiryhmä on suunniteltu ja toteutettu tietoperustan pohjalta, kun taas opas on syntynyt tietoperustan ja käytettyjen tutkimus- ja kehittämismenetelmien tulosten myötä.

Opas on käytännöllinen, tiivis ja sisältö on asiakaslähtöisesti tuotettu. Opasta voi hyödyntää pitkäaikaistyöttömien asiakkaiden lisäksi myös muiden aikuissosiaalityön asiakasryhmien kanssa. Oppaassa huomioidaan sekä kokemattomat, että kokeneet ryhmänohjaajat ja siten tuodaan uusia toimintamalleja ja helpotetaan ryhmämuotoisen sosiaalityön käynnistämistä Turun kaikissa aluetoimistossa. Sosiaalisen kuntoutuksen ryhmien hyödyt ovat laajat niin asiakkaiden, työntekijöiden kuin organisaation näkökulmasta, siksi on tärkeää, että ryhmät vakiintuvat työkäytännöksi kaikissa aluetoimistoissa. Opas on levitetty aikuissosiaalityön käyttöön maaliskuussa 2017.

ASIASANAT:

Pitkäaikaistyöttömyys, sosiaalinen kuntoutus, ryhmämuotoinen sosiaalityö, aikuissosiaalityö, narratiivinen viitekehys, kehittäminen

BACHELOR'S THESIS | ABSTRACT

TURKU UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Bachelor of Social Services | Adult social work

2017 | 40 + 34

Katriina Toivonen

DEVELOPMENT OF GROUP-BASED SOCIAL WORK

- Narrative group activities for the long-term unemployed

Development work began in March 2016 and was done in Turku northern social office. The goal was to develop and find new operative models for group-based work in adult social work and to produce a guide that would bring new ideas and operative models to group work and to ease and incentivize the start of group-based social work in all regional offices of Turku.

The theoretical frame of reference was the multidisciplinary phenomenon of long-term unemployment and its impact on the individual with social rehabilitation and narrative, group-based art and culture work as the methods utilized. Development methods used were dialog, development diary, workshops and piloting of narrative group work in which group-based social work was tested in practice between October and December of 2016 and SWOT-analysis once the pilot group concluded. Research methods used were observation during the pilot group sessions and quantitative research questionnaire in the form of client feedback.

As a product, a narrative group-based work guide was formed for professional use. The guide contains information about group-based social work and its benefits, essential details for planning, implementing and assessing of group work and possible risks involved and modes of operation for avoiding them. Narrative frame of reference is detailed in the guide and it contains various functional methods for group work. The guide also contains an example frame for group work and details the experiences of the pilot group. The pilot group was designed and implemented on the knowledge base, whereas the guide was designed on the combination of the knowledge base and results from the research and development methods used.

The guide is practical, compact and the content has been produced on a customer first basis. The guide can be used with long-term unemployed client groups as well as with other client groups in adult social work. The guide takes in to account inexperienced as well as experienced group counsellors and so it brings in new operative models and eases the start of group-based social work in all regional offices of Turku. The benefits of social rehabilitation are extensive from the point of view of clients as well as counsellors and organizations, thus it is important that group-based work becomes a standard in all regional offices. The guide was distributed for the use of adult social work in March of 2017.

KEYWORDS:

Long-term unemployment, social rehabilitation, group-based social work, adult social work, narrative frame of reference, development work

SISÄLTÖ

1 JOHDANTO	6
2 KEHITTÄMISTYÖN LÄHTÖKOHDAT	8
2.1 Kehittämistyön tausta, tehtävä ja tarve	8
2.2 Aikuissosiaalityö kehittämissympäristönä ja toimijat	9
2.3 Ryhmämuotoisen sosiaalityön kehittämishankkeita	10
3 PITKÄAIKAISTYÖTTÖMÄN SOSIAALISEN KUNTOUTUKSEN TARPEET	12
3.1 Sosiaalinen kuntoutus aikuissosiaalityössä	12
3.2 Pitkäaikaistyöttömyys Suomessa 2016	13
3.3 Pitkäaikaistyöttömän elämänlaatu ja hyvinvointi	14
3.4 Huono-osaisuudesta osallisuuteen	15
4 NARRATIIVINEN RYHMÄTOIMINTA	17
4.1 Ryhmämuotoinen sosiaalityö	17
4.2 Narratiivinen viitekehys ryhmätoiminnassa	19
4.3 Taide- ja kulttuurilähtöiset menetelmät narratiivisuuden tukena	21
5 IDEASTA NARRATIIVISEN RYHMÄTOIMINNAN OPAAKSI	22
5.1 Kehittämisprosessin eteneminen ja aikataulu	22
5.2 Tutkimus- ja kehittämismenetelmät	25
5.3 Narratiivisen ryhmätoiminnan opas	30
6 ARVIOINTI	33
6.1 Ryhmämuotoinen sosiaalityö aikuissosiaalityössä	33
6.2 Kehittämistyön prosessi	35
6.3 Ammattietiikka ja ammatillinen kasvu	36
LÄHTEET	38

LIITTEET

Liite 1. Narratiivisen ryhmätoiminnan opas

KUVAT

Kuva 1. Turun avohuollon sosiaalityö (Kuusikkokunnat 2015, 13). 10

TAULUKOT

Taulukko 1. Kehittämisprosessin aikataulu. 24

1 JOHDANTO

Toiminnallinen opinnäytetyö on aina kehittämistyötä, joka toteutetaan ammatillisessa kentässä eli toimintaympäristössä, jossa kehittämistyölle on noussut tarve (Vilkkä & Airaksinen 2003, 10). Tein kehittämistyön Turun kaupungin Pohjoisen sosiaalitoimiston aikuis- ja lapsiperheiden sosiaalityössä, jossa kehittämistehtäväksi muodostui ryhmämuotoisen sosiaalityön kehittäminen. Toiminnalliseen opinnäytetyöhön kuuluu raportin lisäksi produkti eli tuotos, joka on konkreettinen tuote tietyn kohderyhmän käytettäväksi (Vilkkä & Airaksinen 2003, 51). Tuotoksena tein asiakaslähtöisen ja käytännöllisen narratiivisen ryhmätoiminnan oppaan aikuissosiaalityön käyttöön. Sen tarkoituksena on helpottaa ja kannustaa ryhmämuotoisen sosiaalityön käynnistämiseen Turun kaikissa aluetoimistoissa sekä tuoda jo kokeneille ryhmänohjaajille uusia ideoita ja toimintamalleja ryhmiin. Kaupungissa on päätetty, että lähitulevaisuudessa ryhmätoiminta otetaan vakituiseksi työkäytännöksi kaikissa aluetoimistoissa.

Oleellinen osa kehittämistyötä oli sosiaalisen kuntoutuksen ryhmän pilotointi eli kokeileminen, jolloin toteutimme suunnittelemani ryhmäkokonaisuuden yhdessä sosiaalityöntekijä Elli Rantolahden kanssa loka- joulukuussa 2016 pitkäaikaistyöttömille asiakkaille. Asiakasryhmä valikoitui oman kiinnostukseni myötä, ajankohtaisuuden sekä pitkäaikaistyöttömyyden negatiivisten vaikutusten vuoksi, sillä tutkimusten mukaan työttömyys heikentää elämänlaatua ja siihen liittyy syrjäytymisen riski. Myös ryhmätoiminta, sen hyödyllisyys, erilaiset toiminnalliset menetelmät ja narratiivisuus ovat kiinnostaneet minua opintojen alusta lähtien ja erityisesti nyt, kun puhe sosiaalisesta kuntoutuksesta on lisääntynyt. Toimeksiantajan löytämistä helpotti se, että aiheeni oli ajankohtainen sosiaalihuoltolain ja siten Turun sosiaalityön työkäytäntöjen uudistumisen myötä.

Palvelujärjestelmän uudistumisen lisäksi palveluiden kehittäminen on tärkeää asiakkaiden elämänlaadun, hyvinvoinnin ja osallisuuden edistämisen vuoksi sekä yhteiskunnan tilanteen kannalta, sillä sosiaaliset ongelmat ovat olleet haaste jo vuosikymmeniä eikä niihin ole saatu ratkaisua ja esimerkiksi pitkäaikaistyöttömien määrä on jatkanut kasvuaan (Jouttimäki ym. 2011, 18–19). Hyvinvointivaltion tehtävänä on tukea kaikin tavoin kansalaisten arkielämän jäsentymistä, tasa-arvon lisääntymistä ja sosiaalisen pääoman kehittymistä. Yhteiskunnassa korostetaan väestön terveyden, työ- ja toimintakyvyn sekä hyvinvoinnin edistämistä. Riskiaikaa elämässä ovat erilaiset siirtymävaiheet ja muutokset, kuten työttömyys, joka johtaa palveluiden käyttöön. (Vaarama ym. 2014, 21.)

Raportti etenee kehittämistyön taustan, tehtävän, tarpeen, kehittämissympäristön ja toimijoiden sekä lyhyesti Suomessa järjestettyjen aikuissosiaalityön ryhmien ja niiden kokemusten esittelemisellä. Seuraavat pääkappaleet sisältävät teoriaa, lainsäädäntöä, kokemus- ja tutkimustietoa, jotka ohjaavat kehittämistyön toiminnallista osuutta, määrittää sisältöä ja ajankohtaisuutta sekä avaa kehittämistyön teoreettista perustaa. Käytin monipuolisesti ajankohtaisia lähteitä, jotka sopivat kehittämistehtävään ja aiheeseen. Lähteiden luotettavuuden varmistamiseksi perehdyin enimmäkseen ajankohtaiseen kirjallisuuteen sekä tutkimuksiin ja määriteltyihin käsitteisiin perustuviin sähköisiin lähteisiin, jotka olivat tulleet luotettavilta tahoilta.

Tietoperusta alkaa sosiaalisen kuntoutuksen määritelmästä ja aikuissosiaalityön esittelemisellä, josta se etenee pitkäaikaistyöttömyyden käsitteeseen ja tilanteeseen Suomessa vuonna 2016. Kuvaan pitkäaikaistyöttömyyden vaikutuksia hyvinvointiin ja elämänlaatuun, työttömyyteen liittyviä syy-seurauksia, elämänhallinnan käsitettä sekä huono-osaisuuden ja osallisuuden teoreettista määritelmää. Neljännessä kappaleessa avaan ryhmämuotoisen sosiaalityön teoriaa, narratiivista viitekehystä ryhmätoiminnassa sekä taide- ja kulttuurilähtöisiä menetelmiä narratiivisuuden tukena. Tietoperustan kappaleet loivat keskenään pohjan pilottiryhmän eli narratiivisen ryhmätoiminnan suunnittelulle, toteutukselle ja arvioinnille.

Tietoperustan jälkeen kuvailen menetelmäkirjallisuutta hyödyntäen kehittämisprosessin aikataulua ja etenemistä lineaarisen mallin mukaan sekä käyttämiäni tutkimus- ja kehittämismenetelmiä. Lopuksi esittelen oppaan, joka on syntynyt tietoperustan ja tutkimus- ja kehittämismenetelmien tuloksien yhteissummasta. Kuvailen oppaan sisältöä, käyttötarkoitusta ja sen laadinnassa tehtyjä ratkaisujani. Viimeisenä kappaleena on arviointi, jossa arvioin kehittämisprosessia, ammattietiikkaa, omaa ammatillista kasvuani, kehittämistavoitteiden toteutumista sekä pohdin ryhmämuotoisen sosiaalityön jatkoa Turun sosiaalitoimistoissa.

2 KEHITTÄMISTYÖN LÄHTÖKOHDAT

Lähtökohdat avaavat kehittämistyön taustaa, tehtävää ja toimijoita sekä kertovat miksi ryhmämuotoista sosiaalityötä kehitetään Turun aikuissosiaalityössä. Kehittämistyön alussa kartoitetaan aiheen tarpeellisuus, ajankohtaisuus sekä selvitetään, mitä muita vastaavia ideoita ja kehittämishankkeita aiheesta löytyy (Vilkkä & Airaksinen 2003, 27).

2.1 Kehittämistyön tausta, tehtävä ja tarve

Kehittämistyö alkoi suunnittelemani aiheen pohjalta, jota lähdin työstämään omien kiinnostuksen kohteiden, vahvuuksien, kehittämistarpeiden ja resurssien mukaan. Pitkässä opinnäytetyöprosessissa on tärkeää, että aihe on motivoiva ja opiskelijana voin syventää omaa asiantuntemustani aiheesta (Vilkkä & Airaksinen 2003, 23). Opettajan ehdotuksesta tarjosin ideaani Turun kaupungin Pohjoiseen sosiaalitoimistoon aikuis- ja lapsiperheiden sosiaalityöhön, sillä siellä oltiin aloitettu ryhmämuotoisen sosiaalityön kehittäminen vuoden 2016 aikana. Ideastani kiinnostuttiin, sillä työkäytäntö oli osoittautunut hyödylliseksi ja tarpeelliseksi sekä siellä haluttiin uusia kokemuksia erilaisista sosiaalisen kuntoutuksen ryhmistä.

Toimeksiantajan kanssa käydyn keskustelun jälkeen kehittämistehtäväksi tarkentui ryhmämuotoisen sosiaalityön kehittäminen aikuissosiaalityössä ja uusien toimintamallien löytäminen, jonka tuotoksena laadin asiakaslähtöisen ja käytännöllisen oppaan narratiivisesta ryhmätoiminnasta. Oppaan tarkoituksena on tuoda uusia ideoita sekä helpottaa ryhmätoiminnan käynnistämistä Turun kaikissa aluetoimistoissa. Vuoden 2015 loppuun asti sosiaalisesta kuntoutuksesta vastasi Turun työllistämispalveluyksikkö, joka järjesti sosiaalista kuntoutusta ostopalveluna kolmannen sektorin toimijoilta. Vuoden 2016 alusta Turun sosiaalityöllä on ollut vastuu palvelun järjestämisestä ja kehittämisestä. Tehtävä on haastava, sillä sosiaalinen kuntoutus on sosiaalihuoltolain mukainen lakisääteinen palvelu ja kunnalla on sen järjestämisvastuu. Kehittämistyön alussa vain Pohjoisella sosiaalitoimella oli kokemusta kolmesta ryhmästä vuoden 2016 aikana. (Kuusikkokunnat 2015, 32; Rantolahti 2016.)

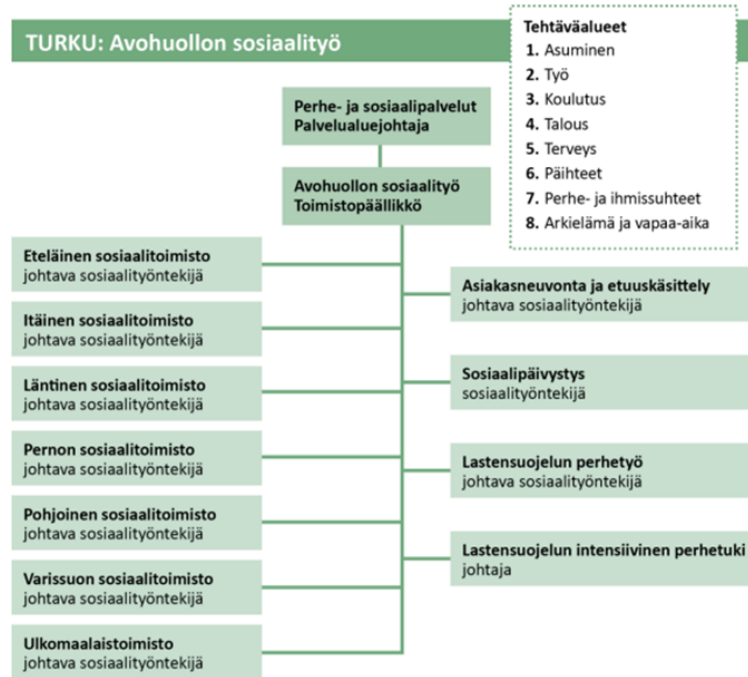
Uusien työkäytäntöjen kehittäminen ja käyttöön ottaminen on ajankohtaista myös siksi, että perustoimeentulotuki siirtyy kunnan vastuulta Kelaan tammikuussa 2017. Uudistuk-

sen oletetaan vaikuttavan aikuissosiaalityössä tehtävään työhön ja tuovan sosiaalityöntekijöille enemmän aikaa uusien työkäytäntöjen käyttöön. (Kuusikkokunnat 2015, 5.) Palvelujärjestelmän uudistumisen lisäksi kustannustehokkaita palveluita tarvitaan, sillä 1990-luvun lama aiheutti pysyvää ja pitkittynyttä työttömyyttä ja sosiaaliturvan leikkauksia, joita ei edelleenkään ole pystytty korjaamaan taloudellisen taantumun vuoksi ja siten tällä hetkellä ei pystytä tarjoamaan riittäviä ja laadukkaita palveluja niitä tarvitseville (Isola & Suominen 2016, 10).

Erityisesti syrjäytymisuhan alla oleville 25—64-vuotiaille pitkäaikaistyöttömille asiakkaille tulisi kehittää sosiaalisen kuntoutuksen palveluja, joten pilottiryhmään rajattiin asiakasryhmäksi 30–64 -vuotiaita pitkäaikaistyöttömiä henkilöitä (HE 164/2014). Pilottiryhmän tarkoituksena oli sosiaalisen elämäntilanteen ja toimintakyvyn paraneminen, syrjäytymisen ehkäiseminen, hyvinvoinnin ja osallisuuden edistäminen, itsenäisen selviytymisen tukeminen, työmarkkina- ja palveluvalmiuksien lisääminen, vertaistuki sekä Turun palveluiden esittelemine ja niihin osallistumisen madaltaminen.

2.2 Aikuissosiaalityö kehittämissympäristönä ja toimijat

Aikuissosiaalityö on asiakkaan elämäntilanteen, ongelmien ja vahvuuksien kartoitusta, jossa etsitään yhdessä asiakkaan kanssa ratkaisuja sekä vaihtoehtoja elämäntilanteen parantamiseksi ja motivoidaan asiakasta muutoksiin. Lapsiperheiden sosiaalityössä huomioidaan aikuisten lisäksi myös perheen lapset, jotka eivät ole lastensuojelun asiakaina. (Turku 2016.) Turussa aikuissosiaalityötä tehdään kuudessa aluetoimistossa ja ulkomaalaistoimistossa. Aluetoimistoissa työskentelee johtava sosiaalityöntekijä sekä aikuis- ja lapsiperheiden sosiaalityön ja lastensuojelun sosiaalityöntekijöitä. Kuvassa 1 on havainnollistettu Turun avohuollon sosiaalityön organisaatio ja sosiaalityön tehtäväalueet.



Kuva 1. Turun avohuollon sosiaalityö (Kuusikkokunnat 2015, 13).

Kehittämistyön toimijat ovat henkilöitä, jotka ovat keskeisesti mukana kehittämistyön työskentelyvaiheissa (Salonen 2013, 21). Kehittämistyössä toimijoita olivat itseni lisäksi Turun Pohjoisen sosiaalitoimiston aikuis- ja lapsiperhesosiaalityöntekijät, pilottiryhmän asiakkaat, Turun ammattikorkeakoulusta ohjaava opettaja, vertaisarvioijat, pilottiryhmässä mukana olleet vierailijat ja vierailukohteet sekä ystäväni, jotka antoivat palautetta oppaaseen ulkopuolisin silmin. Ryhmässä kävi vierailijat Turun kulttuuri- ja liikuntapalveluista, mielenterveys- ja päihdetiimin työntekijät, talous- ja velkaneuvoja sekä kävimme tutustumassa Monipalvelukeskus Tsempin ja TST ry:n tiloihin ja toimintaan.

2.3 Ryhmämuotoisen sosiaalityön kehittämishankkeita

Sosiaalialan menetelmänä ryhmätoimintaa on järjestetty lähinnä kolmannen ja yksityisen sektorin tahoilta esimerkiksi A-klinikoilla jo 1950-luvulta lähtien. Kuntien aikuissosiaalityössä on ollut yksittäisiä ryhmäkokeiluja, mutta usein uudenlaiset työmallit ja niiden käyttö loppuvat, kun määräaikaiset hankkeet päättyvät. Aikuissosiaalityössä on tehty pääsääntöisesti yksilökohtaista asiakastyötä ja sosiaalisen kuntoutuksen palvelut on usein järjestetty ostopalveluina. (Jouttimäki ym. 2011, 93–94.)

Helsingin läntisen sosiaalikeskuksen alueella on vuosina 2002–2004 toteutettu Pyörre-projekti, jossa kehitettiin ryhmämuotoisen sosiaalityön työmallia järjestämällä sosiaalisen kuntoutuksen kursseja työelämästä syrjäytyneille pitkäaikaistyöttömille. Pyörre-kurssien vaikuttavuus ja voimaannuttava kokemus asiakkaille arvioitiin hyödylliseksi, mutta kuitenkin toiminta loppui hankkeen päätyttyä. Nyt 2010 vuosikymmenellä on kiinnostuttu uudelleen ryhmämuotoisesta sosiaalityöstä. Helsingin läntinen sosiaalikeskus toteutti vuosina 2010–2011 aikuissosiaalityön kehittämishankkeen nimeltä VIVA ”Visio vahvasta aikuissosiaalityöstä”, johon sisältyi ryhmämuotoisen sosiaalityön kehittäminen ja kokeileminen. Toiminnalle olisi tarvetta enemmänkin ja se koettiin hyödylliseksi työtavaksi, mutta kuitenkin VIVA-hankkeen päättyessä ryhmämuotoinen sosiaalityö ei vakiintunut työkäytännöksi ja toivottiin, että sosiaalityöntekijöillä olisi aikaa ja tilaa toteuttaa ryhmämuotoista sosiaalityötä edelleen. (Jouttimäki ym. 2011, 94; 129.)

Espoossa ryhmämuotoisen sosiaalityön kehittäminen aloitettiin 2010 vuoden lopulla erilaisten hankkeiden avulla, joiden myötä toiminta on vakiintunut työkäytännöksi. Espoon Kipinä on ryhmämuotoisen sosiaalityön ja sosiaalisen kuntoutuksen toimintaa. Siihen kuuluu erilaisia Kipinä-ryhmiä: eri-ikäisille ja elämäntilanteessa oleville suunnattuja spesifejä ryhmiä. Toimintaa kehitetään yhdessä asiakkaiden ja yhteistyökumppaneiden kanssa ja sen tavoitteena on auttaa asiakasta löytämään polkuja työelämään, opiskelemaan, pysyvään asumiseen, mielekkääseen tekemiseen sekä lisätä hyvinvointia. (Espoo 2016.)

Suomessa järjestetyissä aikuissosiaalityön ryhmissä on tullut ilmi, että monelle asiakkaalle vapaaehtoisuus, matala kynnys, ryhmätoimintaan osallistuminen ja sisältöön vaikuttaminen olivat antaneet kokemuksen kuulluksi tulemisesta ja sosiaalisesta osallisuudesta. Heikossa taloudellisessa tilanteessa olevat kokivat myös taloudelliset kannusteet tärkeiksi, kuten bussikortin. Toisaalta koettiin, että taloudellisilla kannusteilla ei ollut erityistä merkitystä, kun ryhmä koettiin kiinnostavaksi ja osallistava toiminta motivoivaksi ja tavoitteelliseksi. (STM 2015, 28–30.) Lähes kaikissa kokeiluissa hyödyt ovat olleet katkavat niin työntekijöiden, organisaation kuin asiakkaiden näkökulmasta. Silti vain harvoin ryhmämuotoinen sosiaalityö on vakiintunut työkäytännöksi.

3 PITKÄAIKAISTYÖTTÖMÄN SOSIAALISEN KUNTOUTUKSEN TARPEET

Pitkäaikaistyöttömyyden kustannukset eivät ole yhteiskunnalle vain taloudellisia, vaan ensisijaisesti sosiaalisia, jotka liittyvät työttömyyden psykososiaalisiin vaikutuksiin. 2000-luvulla kuntoutus on saanutkin aiempaa enemmän psykososiaalisia ulottuvuuksia ja sillä pyritään auttamaan elämäntilanteen hallintaan, tukemaan voimavaroja, selviytymistä ja hyvinvointia niin arkielämässä kuin elämän muuttuvissa tilanteissa. Tavoitteena on mahdollisimman itsenäinen selviytyminen, toiminta- ja työkyvyn paraneminen, sosiaalisen osallisuuden ja elämänhallinnan vahvistuminen. (Järvikoski & Härkäpää 2011, 10–11; 14.) Ihmisen toimintaa ja kuntouttamista ylläpitävät palvelut nähdään sosiaalipoliittisena investointina, sillä toimintakyvyn ylläpitäminen vähentää palvelutarvetta ja turvaa riittävän työvoiman nyt ja tulevaisuudessa (Isola & Suominen 2016, 23).

3.1 Sosiaalinen kuntoutus aikuissosiaalityössä

Aikuissosiaalityön toimintaa ohjaavat useat lait, kuten sosiaalihuoltolaki, laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista sekä näitä täydentävät asiakasryhmäkohtaiset ja etuuskohtaiset lait. Aikuissosiaalityön tavoitteiksi mainitaan hyvän elämänlaadun ja elämänhallinnan edellytyksien luominen, palauttaminen ja ylläpitäminen, syrjäytymisen ehkäiseminen, omaehtoisen selviytymisen, itsenäisten ja myönteisten elämänvalintojen sekä täysivaltaisen kansalaisuuden tukeminen. (Juhila 2008a, 23; 26.) Sosiaalityön tehtävänä on tutkia asiakkaiden hyvinvoinnin tilaa, sen edellytyksiä, esteitä ja puutteita sekä kehittää toimenpiteitä asiakkaiden hyvinvoinnin tilan parantamiseksi (Jouttimäki ym. 2011, 118).

Turun kaupunki määrittelee aikuissosiaalityön olevan asiakkaan elämäntilanteen, ongelmien ja vahvuuksien kartoitusta sekä ratkaisujen ja vaihtoehtojen löytämistä elämäntilanteen parantamiseksi. Se voi sisältää esimerkiksi taloudellisen tuen tarpeen arviointia, kriisiapua, asiakkaan aktivoimista koulutukseen, työelämään tai työkyvyn arviointiin, sosiaalista kuntoutusta, asumiseen liittyvää ohjausta, palveluohjausta sekä päihteiden käytön seuraamista ja hoitoon ohjausta. Kyseessä on suunnitelmallinen työote, joka perustuu asiakkaan tilanteen arviointiin ja tarpeiden pohjalta asetettuihin tavoitteisiin sekä keinojen valitsemiseen, joilla tavoitteet voidaan saavuttaa. Asiakkuus päättyy, kun tavoitteet

on saavutettu ja sekä asiakas, että sosiaalityöntekijä ovat samaa mieltä siitä, ettei asiakkuudelle ole enää tarvetta. (Jouttimäki ym. 2011, 15; Turku 2016.)

Uuden sosiaalihoitolain muutoksen myötä sosiaalisesta kuntoutuksesta on tullut yksi keskeisimmistä kehitettävistä työkäytännöistä aikuissosiaalityössä. Sosiaalisella kuntoutuksella tarkoitetaan sosiaalityön ja sosiaaliohjauksen keinoin annettavaa tehostettua tukea sosiaalisen toimintakyvyn vahvistamiseksi, osallisuuden edistämiseksi ja syrjäytymisen torjumiseksi (Sosiaalihoitolaki 1301/2014). Sosiaalisella kuntoutuksella ei tarkoiteta vain työllistymisen mahdollisuuksien parantamista vaan laajemmin asiakkaan sosiaalisen elämäntilanteen parantamiseen tähtäävää toimintaa (Jouttimäki ym. 2011, 128). Sillä tavoitellaan sosiaalihoillon asiakkaiden työmarkkinavalmiuksien edistämistä ja elämänhallinnan lisäämistä tai toimintakyvyn ja elämänhallinnan ylläpitoa, kun työllistyminen avoimille työmarkkinoille ei ole mahdollista (HE 164/2014).

Toimintakyvyllä tarkoitetaan ihmisen valmiuksia selviytyä jokapäiväisen elämän tehtävistä kotona, työssä ja vapaa-aikana (Järvikoski & Härkäpää 2011, 92). Sosiaalinen kuntoutus perustuu asiakkaan toimintakyvyn ja kuntoutustarpeen kokonaisvaltaiseen selvittämiseen. Sosiaalisen kuntoutukseen kuuluu kuntoutusneuvonta ja -ohjaus, kuntoutuspalvelujen yhteensovittaminen, valmennus arkipäivän toiminnoista suoriutumiseen ja elämänhallintaan, tuki sosiaaliin vuorovaikutussuhteisiin sekä muut sosiaalista kuntoutumista edistävät toimenpiteet. Sen välineitä voivat olla yksilöllinen psykososiaalinen tuki, kotikäynnit, tuki asioiden hoitamiseen, ryhmätoiminta, vertaistuki, työtoiminta ja osallistuminen vapaaehtoistoimintaan. Sosiaalisessa kuntoutuksessa yksilöllinen tuki yhdistyy toiminnallisuuteen ja osallistuminen ryhmätoimintaan on osa kuntoutusta, kun se on tavoitteellista ja kuuluu asiakkaan suunnitelmaan. (HE 164/2014; Sosiaalihoitolaki 1301/2014.)

3.2 Pitkäaikaistyöttömyys Suomessa 2016

Pitkäaikaistyötön on henkilö, joka on ollut yhtäjaksoisesti työttömänä 12 kuukautta tai pidemmän ajan (Tilastokeskus 2016). Vuoden 2016 elokuussa oli 342 500 työtöntä työnhakijaa, joka on 4 200 vähemmän kuin vuosi sitten. Samaan aikaan yli vuoden työttömänä olleita pitkäaikaistyöttömiä oli 127 900, joka on 15 100 enemmän kuin vuotta aiemmin. Yli kaksi vuotta työttömänä olleita pitkäaikaistyöttömiä oli 58 700, joka on 9 200 enemmän kuin vuosi sitten. (Työ- ja elinkeinoministeriö 2016.) Tilastojen mukaan työttömyystilanne on yleisesti parantunut, mutta pitkäaikaistyöttömyys jatkaa kasvuaan.

Työttömyys voi olla seurausta puutteellisista elämänhallinnan taidoista tai hyvinvoinnin vajeista. Taustalla voi olla vajaakuntoisuutta, päihde- ja mielenterveysongelmia, erilaisia riippuvuuksia, sosiaalisia vaikeuksia tai fyysistä sairastelua. Toisaalta työelämän kiristynyt tahti ja vaatimustasot voivat johtaa elämänhallinnan otteen menettämiseen sekä työssä viihtymättömyyteen. Elämänhallinnan käsite on jaettu sisäiseen ja ulkoiseen osaan. Sisäisellä elämänhallinnalla tarkoitetaan ihmisen omia kykyjä pitää elämänsä järjestyksessä silloinkin, kun elämässä tapahtuu negatiivisia ja elämää koettelevia asioita, joihin ei voi itse vaikuttaa. Ulkoiseen elämänhallintaan sisältyy turvattu taloudellinen toimeentulo, sosiaaliset suhteet, järjestyksessä olevat asumiseen liittyvät asiat, asema työmarkkinoilla ja yleisesti toimiva arki. Toisin sanoen asiat näyttävät olevan ulkoisesti hallinnassa. Tiivistäen elämänhallinnassa on kyse siitä, että elämisen kannalta välttämättömät asiat ovat järjestyksessä ja ihmiset kokevat elämän olevan omassa otteessaan. (Juhila 2006, 61; Jouttimäki ym. 2011, 21–22.)

Työttömyyteen vaikuttavat yksilöllisten tekijöiden lisäksi yhteiskunnalliset ja globaalit tekijät maailman muuttuessa ja kehittyessä koko ajan. Nykyisin työttömänä voi olla henkilöitä, joilla on hyvä tietotaito ja kaikki mahdollisuudet suoriutua työelämässä, mutta ongelmana on työpaikkojen puute. Työpaikkojen vähyyden lisäksi työttömyys voi johtua puutteellisesta koulutuksesta tai työkokemuksesta sekä pätkä- ja osa-aikatöistä, jotka eivät kannata taloudellisesti. Haasteena on myös pitkittyneen työttömyyden jälkeen kiinnittyminen takaisin työelämään, sillä työmarkkinoilta poisjääminen heikentää työkykyä ja samaan aikaan työelämän vaatimukset kasvavat. (Vaarama ym. 2014, 21; Isola & Suominen 2016, 36.) Yhdestä näkökulmasta työelämän ulkopuolelle päätenyt ihminen ei halua hakeutua hektiseen ja muuttuneeseen työelämään, joka toisaalta voidaan nähdä eristäytymisenä toivottomilta tuntuvilta työmarkkinoilta. Lisäksi ulkoa päin asetetut pakot voivat viedä motivaatiota työllistymiseen. (Isola & Suominen 2016, 32–33.)

3.3 Pitkäaikaistyöttömän elämänlaatu ja hyvinvointi

Pitkäaikaistyöttömillä henkilöillä on todettu riski heikkoon elämänlaatuun kaikilla hyvinvoinnin osa-alueilla. Tutkimusten mukaan työttömyyteen liittyy heikko fyysinen, psyykinen ja sosiaalinen hyvinvointi, toimeentulopaineita, negatiivisia vaikutuksia itsetuntoon ja ihmissuhteisiin, päihde- ja mielenterveysongelmien lisääntymistä, stressiä, sosiaalista syrjäytymistä ja yksinäisyyttä. Työikäisten heikoksi koettua hyvinvointia selittää voimakkaammin työttömyys ja sen myötä tullut tuloköyhyys. (Martelin ym. 2014, 70–71.)

Pitkäaikaistyöttömyys pudottaa ihmiset vähimmäisturvan eli työmarkkinatuen ja tarveharkintaisen toimeentulotuen varaan (Juhila 2006, 58). Hyvinvointivaltion etuuksista ja tuista kertyvä ansio ei anna mahdollisuutta pitkäjänteiseen tulevaisuuden suunnitteluun ja lisäksi edut ja palvelut voivat tuntua leimaavilta, kontrolloivilta sekä tuoda tunteen pärjäämättömyydestä. Ajatus siitä, että on muita ihmisiä huonompi voi johtaa häpeän ja alemmuuden tunteeseen. (Isola & Suominen 2016, 36–37.) Toisaalta jatkuva puhe pitkäaikaistyöttömyydestä ja työttömyyden yleistyminen voivat vähentää työttömyyteen liittyviä ennakkoluuloja ja stressiä. Näin se vaikuttaa myönteisesti työttömien hyvinvointiin ja työttömien joukko on vähemmän valikoitunutta esimerkiksi elämänhallinnan puutteiden, terveystottumusten tai heikomman terveyden mukaan. Kuitenkin työttömyyden ja etenkin pitkäaikaistyöttömyyden negatiiviset vaikutukset hyvinvointiin ja terveyteen ovat tutkittuja riskitekijöitä. (Saikku ym. 2014, 120.)

Sosiaalityön tavoitteena on elämänlaadun ja hyvinvoinnin edistäminen. Elämänlaatuun sisällytetään koettu hyvinvointi ja terveys, sosiaaliset suhteet, mielekäs tekeminen, aineelliset elinolot sekä elinympäristön laatu. Edellä mainitut tekijät ovat olennaisia osallisuuden, toimintakyvyn, yhteisöön kuulumisen sekä mielekkään elämän kannalta. (Vaarama ym. 2014, 22.) Hyvinvointi teoriana käsittää yksilön kokemuksen terveydestä, toimeentulosta, asumisesta, ympäristöstä, turvallisuudesta, sosiaalisista suhteista, arvostuksesta sekä mahdollisuudesta virkistäytymiseen, lepoon, mielekkääseen toimintaan ja itsensä toteuttamiseen (STM 2007, 11). Hyvinvointi koetaan omalla tavalla, sillä kaikilla on omat tarpeet ja resurssit elämässään. Siten hyvinvointi sisältää erilaisia merkityksiä ja arvostuksia eri ihmisille ja sanan merkitystä on pohdittava, jotta voi ymmärtää, miten voi edistää omaa tai toisen hyvinvointia. (Lammi-Taskula 2011, 9–10.)

3.4 Huono-osaisuudesta osallisuuteen

Huono-osaisuus on moniulotteinen ilmiö, joten myös syyt huono-osaisuudelle ovat moninaisia (Saari 2015, 87). Yhdestä näkökulmasta ihminen voi olla huono-osainen, mikäli elämä ei sisällä hyvinvoinnin osatekijöitä (Juhila 2008b, 60). Ihmisarvoisen elämisen edellytys on, että ihminen pystyy tyydyttämään elämisen kannalta välttämättömät tarpeensa erilaisten resurssien avulla. Huono-osaisilla ei ole keinoja tavoitella yhteiskunnassa arvostettuja ja tarpeellisia asioita, joka voi puolestaan aiheuttaa vastareaktion, kuten tavoiteltujen asioiden arvon kiistämisen. Se voi näkyä selän kääntämisellä palveluille,

häiriökäyttäytymisenä, rikollisuutena ja sääntöjen tarkoituksellisen rikkomisena, jotka puolestaan jakavat yhteiskuntaa yhä enemmän kahtia. (Saari 2015, 29; 38.)

Prosessi, jossa yksilöä ja yhteiskuntaa yhdistävät sidokset heikkenevät, kutsutaan syrjäytymiseksi, jota on määritelty myös huono-osaisuuden kasautumiseksi. Syrjäytymisen ja huono-osaisuuden määritelmään vaikuttaa yhteiskunnan yleinen ilmapiiri, joten kyseessä ei ole pysyvä tila tai yksilöihin liittyvä ominaisuus vaan yhteiskunnassa tavoiteltavan ja normaalina pidetyn osallisuuden ulkopuolelle jääminen. Syrjäytymisen käsitteellisenä vastakohtana pidetään sosiaalisen osallisuuden toteutumista, jonka edistämiseksi pyritään yhteiskunnan toiminnoista, kuten työstä, vapaa-ajasta, koulutuksesta ja kulttuurielämästä syrjään jääneitä tulemaan uudelleen osallisiksi. Osallisuus on kuulumista, kuulluksi tulemistä, olemista osana demokraattista kokonaisuutta sekä yhteyttä omiin ja yhteisiin voimavaroihin. Syrjäytyminen aiheuttaa epätasa-arvoisuutta, sillä syrjäytyneillä henkilöillä on vähemmän osallisuuden mahdollisuuksia ja täysipainoisen elämän kannalta tärkeitä resursseja kuin enemmistöllä ja se heikentää siteitä yhteisiin kokonaisuuksiin, joissa tuotetaan hyvinvointia. (Juhila 2006, 51–54; Isola & Suominen 2016, 40.)

Tänä päivänä työvoima-asema, työllisyys tai työttömyys erottelee työikäiset selvästi hyvinvoinnin perusteella, sillä työvoima-asema vaikuttaa elämänlaatuun ja hyvinvoinnin vaajeet kasautuvat yleisimmin pitkäaikaistyöttömille henkilöille. Työ on yksi merkittävistä hyvinvoinnin osatekijöistä, sillä se toimii hyvinvoinnin lähteenä esimerkiksi säännöllisen toimeentulon, sosiaalisten kontaktien ja itsensä toteuttamisen mahdollisuuksien vuoksi. Työ on myös ihmisen tapa osallistua yhteiskuntaan ja rakentaa sitä yhteiskunnan aktiivisena ja vastuullisena jäsenenä (Niemelä 2009, 227). Siten työllistymistä tukevilla toimilla ja työllistymisellä on hyvinvointiin liittyviä tavoitteita, kuten syrjäytymisen ehkäiseminen ja sosiaalisen osallisuuden edistäminen. (Saikku ym. 2014, 119–122.) Pitkäaikaistyöttömyyden syiden ja seurauksien moninaisuus luovat haasteita työllistymiseen ja työllisyyttä edistävien palveluiden toimintaan, jolloin sosiaalisesti kuntouttavien ryhmien hyödyt ja tarpeellisuus korostuvat.

4 NARRATIIVINEN RYHMÄTOIMINTA

Ryhmätoiminta on yksi sosiaalisen kuntoutuksen välineistä. Narratiivisuus eli tarinallisuus toimii ryhmätoiminnan viitekehyksenä ja sen mukaan valikoituvat ryhmän toimintatavat ja menetelmät. Ryhmätoiminnan teemat ja aiheet lähtevät asiakkaiden tarpeista eli aikuissosiaalityön asiakkaiden tarpeista, joita käsittelemme edellisessä kappaleessa pitkäaikaistyöttömyyden näkökulmasta. Ryhmämuotoisen sosiaalityön tarkoituksena on yksilön psykososiaalisen toiminnan paraneminen, sillä se mahdollistaa hyvinvoinnin parantamista itsensä toteuttamisen, yhdessä olemisen, yhteisöllisyyden tarpeiden sekä sosiaalisen ja henkisen osallisuuden näkökulmasta (Northen 2006, 76; Jouttimäki ym. 2011, 118).

4.1 Ryhmämuotoinen sosiaalityö

Ryhmämuotoinen sosiaalityö tarkoittaa sosiaalityön ympäristössä toteutettavaa ryhmätoimintaa. Ryhmätoiminnassa työskentely on yhdessä pohdiskelua ja tekemistä, jolloin tietoa rakennetaan yhdessä ohjaajien ja jäsenten kesken (Martin ym. 2012, 11). Sosiaalityöntekijä on siten osallisena ryhmässä, sillä erolla, että hänellä on erillinen rooli ja vastuu ryhmänohjaajana (Lang 2010, 68). Ryhmä muodostuu kahdesta tai useammasta henkilöstä, jotka ovat vuorovaikutuksessa keskenään, tietoisia ryhmään kuulumisesta ja yhteisistä tavoitteista (Kataja ym. 2011, 15). Ryhmien olemassaololle löytyy psykologinen peruste, joka kertoo jäsenen henkilökohtaisesta päämäärästä ja sisältää yksilön halun sekä mahdollisuuden toteuttaa tarpeitaan. Sosiaalinen peruste kertoo ryhmän jäsenten yhteisestä päämäärästä ja sisältää yhteisen halun toimia tavoitteiden suunnassa. (Niemistö 2007, 36.)

Samanlaisessa tilanteessa elävät ihmiset jakavat usein elämäntilanteisiinsa ja ongelmiinsa liittyviä kokemuksia. Nämä kokemukset ja niihin liittyvä toinen tieto tekevät heistä vertaisia, jolloin voidaan puhua vertaistuesta. Vertaisuus synnyttää ihmisten välille keskinäistä yhteydenpitoa, mutta toisinaan sitä voidaan aktivoida ammattilaisten avustuksella eli mahdollistamalla vertaistuki ryhmätoiminnalla. Vertaisryhmät voivat toimia selviytymistä tukevinä, ongelmia lievittävinä tai ratkaisevina voimavaroina. (Juhila 2006, 129–130.)

Ryhmätoiminta koostuu lähtötekijöistä, ryhmässä syntyvistä ilmiöistä ja ryhmän tulokista. Ryhmätoiminnan lähtötekijöihin sisältyvät ryhmän tarkoitus ja tavoitteet, sosiaalinen ja fyysinen ympäristö, ryhmän koko ja jäsenet. Lähtötekijät määrittävät ryhmätoimintaa ja sitä, mitä sillä voi saavuttaa sekä millaisia ryhmäilmiöitä ryhmässä syntyy. Ryhmässä syntyviin ilmiöihin sisältyvät ryhmän säännöt, normit, roolit, osallistumisen ja viestinnän jakautuminen, ryhmän kiinteys ja motivaatio. Ryhmätoiminnan tulokset kertovat ryhmän saavutuksista, johon sisältyvät ryhmäkokemukset, ryhmän hyödyt, oppimiskokemukset sekä jäsenten hyvinvointi ja tyytyväisyys. (Niemistö 2007, 21–22.)

Ryhmän tarkoitus määrittää tarkemmat tavoitteet ja vaikuttaa ryhmän sisältöön ja toimintatapoihin. Ryhmän tarkoituksesta kumpuavien tavoitteiden ymmärtäminen on mielekkään ryhmätoiminnan lähtökohta ja se helpottaa jäsenten vuorovaikutusta, työskentelyä, motivoitumista ja sitoutumista ryhmään. Ryhmätoiminnalla itsellään on yleensä kaksi tavoitetta, sillä ryhmän on toimittava tehokkaasti ryhmän tarkoituksen mukaan sekä huolehdittava omasta kiinteydestään. Jäsenten osaamista, voimavaroja ja sitoutumista voidaan lisätä sillä, että jäsenet voivat vaikuttaa tavoitteeseen ja työskentelyyn mahdollisuuksien mukaan. Siksi alustavaan suunnitelmaan tulee jättää tilaa ideoille, joita syntyy ryhmän aikana. (Niemistö 2007, 34–35; 37–38.)

Ryhmät elävät koko ryhmätoiminnan ajan, joten siinä voi ilmentyä ongelmia liittyen ryhmän tarkoitukseen, työskentelyyn tai ryhmädynamiikkaan liittyviin vaikeuksiin, kuten vuorovaikutuksen, ihmissuhteiden ja vallankäytön ongelmiin (Kataja ym. 2011, 24). Ryhmädynamiikan ja ilmiöiden ymmärtäminen on tärkeää tehokkaan työskentelyn ja ryhmän kiinteyden kannalta. Niiden ymmärtämättömyys voi johtaa tyytymättömiin jäseniin ja ryhmän heikkoon suoriutumiseen. Ohjaajan tulee tarvittaessa reagoida ryhmässä tapahtuviin ilmiöihin ja rohkaista jäseniä tasavertaiseen kommunikointiin. Ryhmätilanteessa kommunikointi on aina läsnä ja se voi olla sanatonta eli elekielellä, ilmeillä ja olemuksella viestimistä tai sanallista viestintää. Ohjaajan tehtävänä on kuunnella viestien tarkoitusta sekä tarvittaessa puuttua siihen, mikäli se on ryhmän sääntöjen ja arvojen vastaista. (Toseland ym. 2006, 13–16.) Ryhmätoiminnan perusarvoina pidetään ihmisoikeuksia, ihmiskunnioitusta ja vastuullisuutta, sillä jäsenten tulee ymmärtää, että ryhmässä ihmiset vaikuttavat toisiinsa toiminnallaan (Northen 2006, 77).

Ryhmätoiminnan haasteiden ja riskien tiedostaminen sekä tarvittaessa niihin puuttuminen mahdollistaa ryhmän työskentelyn onnistumisen. Ryhmätoiminnan onnistuessaan sen hyödyt ovat laajoja ja moninaisia. Myös Lang Norma C. (2010, 55), joka omaa vuosikymmenten kokemuksen ryhmämuotoisesta sosiaalityöstä on kirjoittanut vastaavia

hyötyjä ryhmämuotoisesta sosiaalityöstä kuin Suomessa on havaittu. Hän korostaa ryhmän hyötyjä sen sosiaalisen tuen, psykososiaalisen kasvun ja kehityksen, ihmisyyden ja perustarpeiden, kuten vuorovaikutuksen ja yhteisöllisyyden toteutumisen näkökulmasta sekä kuvaa ryhmää areenaksi, jossa asiakas saa vertaisiltaan hyväksyntää ja uusia näkökulmia, joiden pohjalta voi arvioida omaa näkökulmaansa uudelleen. Ryhmän avulla asiakas voi myös uudelleen sosiaalisoitua ja saa mahdollisuuden identiteetin ja itsetuntemuksen vahvistamiseen. (Lang 2010, 55–56.)

Ryhmä mahdollistaa yhteenkuuluvuuden tunteen, joka on yksi perustarpeistamme. Lisäksi ryhmämuotoinen sosiaalityö tarjoaa uudenlaisen ja inhimillisen palvelun, jossa kaikki osapuolet voivat oppia uutta ja se on taloudellisesti tehokasta, sillä ryhmässä kohdataan monta asiakasta kerralla. (Martin ym. 2012, 13–14.) Isola & Suominen (2016, 174) kirjoittaa osuvasti: ”ihminen tarvitsee ihmistä, ollakseen itse ihminen” ja ryhmässä asiakas saa mahdollisuuden sosiaaliseen kanssakäymiseen. Ryhmä on oikea tapa asiakkaan kuntouttamiseen, mikäli tuen tarpeet voidaan täyttää paremmin vertaistuellalla ja sosiaalisella kanssakäymisellä muiden kanssa kuin yksilötyössä (Northen 2006, 76).

4.2 Narratiivinen viitekehys ryhmätoiminnassa

Narratiivinen eli tarinallinen työtapa alkoi kehittyä 1980-luvun alusta lähtien erityisesti terapiassa, mutta sen kehittelijät ovat itse tuoneet ilmi, että narratiivisuutta voidaan pitää filosofiana tai elämäntapana ennemmin kuin terapiatekniikkana (Malinen 2008, 129). Narratiivista ryhmätoimintaa ei tule sekoittaa terapiaan, jossa yleensä ratkotaan traumoja ja työskentelyn tarkoituksena on saada toiminnoilla hyvää vaikutusta psyykeeseen. Sosiaalialan työmenetelmänä narratiivisen ryhmätoiminnan tavoitteena on esimerkiksi itsetuntemuksen ja itsetunnon vahvistaminen, luovuuden ja rohkeuden lisääminen, osallistaminen ja voimaantuminen. Voimaantumisen ominaisuudet näkyvät eri ihmisillä eri tavoin, mutta yleisesti voidaan ajatella, että se näkyy oman elämänhallinnan tunteena, kykyinä asettaa ja saavuttaa päämääriä, toiveikkuutena tulevaisuutta kohtaan sekä itsetunnon paranemisena. (Karjalainen 2004, 175–176; 179; Linnossuo 2011, 9.)

Ihminen on merkityksiä luova olento ja annamme jatkuvasti kokemuksillemme erilaisia merkityksiä, joiden avulla pyrimme ymmärtämään elämää. Tätä ihmiselle ominaista tapaa järjestää sisäistä maailmaansa kutsutaan tarinaksi, jossa jaksotetaan omat kokemukset ajallisesti ja kuvaillaan itseä näiden tapahtumien ja teemojen avulla. Elämämme

merkitykset muodostuvat tarinoiksi, jotka antavat mielekkyyden elämällemme ja identiteettillemme. (Malinen 2008, 130.) Narratiivinen työskentely antaa mahdollisuuden arvioida ja tarkastella omaa elämää uudesta näkökulmasta ja se toimii erityisesti ryhmässä, sillä aina vain itselle kerrottu tarina ei vie ymmärrystä ja sisäistämistä eteenpäin. Oman elämän tarinan tai tarinan osan jakaminen ryhmässä voi tuottaa tärkeän näkökulma- ja tunteen muutoksen ja tunteen kuulluksi tulemisesta. (Vesänen-Laukkanen ym. 2004, 17; Linnosuo 2011, 10.)

Narratiivisen ryhmätoiminnan keskeinen sisältö on tarinoiden kautta työskentely ja ryhmätyöskentely rakentuu elämänmuutoksen, sosiaalisen muutoksen sekä ryhmän ja tarinoiden kokonaisuudesta. Tarinoilla on kognitiivinen ja emotionaalinen ulottuvuus, joista kognitiivinen tarkoittaa, että tarinan avulla voidaan ymmärtää ja selittää esimerkiksi mahdollisia asioiden välisiä yhteyksiä. Emotionaaliseen ulottuvuuteen liittyy tarinaan sisältyvät odotukset ja roolipaineet, joiden kautta ihminen kokee joko onnistuneensa tai epäonnistuneensa. Työskentelyssä korostuu voimavara- ja ratkaisukeskeisyys, sillä tarinan kerronnalla herätetään muistoja aiemmista ratkaisuista sekä autetaan siirtämään ratkaisuja asiasta toiseen. Lisäksi tarinat voivat paljastaa piilossa olevia näkökulmia ja elämän kohokohtia, joille ihminen on voinut sokaistua vaikean elämäntilanteen vuoksi. Ryhmän jäsenet ilmaisevat itseään omalla tavallaan ja päättävät, mitä haluavat tuoda esiin, sillä tarinat voivat olla hyvinkin yksityiskohtaisia ja eri sävyisiä. (Kataja ym. 2011, 32–33; Louhela 2015, 62–65.)

Ohjaajalta edellytetään taitoa kuunnella ja kuulla, mutta myös auttaa erilaisia ryhmän jäseniä kertomaan tarinansa ja kokemuksensa. Tarinan luonnissa tarvitaan osittain luovuutta, jonka Kantojärvi (2012, 19) määrittelee ”aktiiviseksi asenteeksi, jossa ongelmia tarkastellaan mahdollisuuksina ja ihmetellään uteliaasti, miksi jotain tapahtuu” eli luova asenne on omien ajatusten tietoista valintaa ja aktiivista toimintaa asioiden parantamiseksi (Kantojärvi 2012, 19–20). Jäsenet voivat tarvita kannustusta ja rohkaisua luovuuteen erilaisten toiminnallisten menetelmien ja keskustelun avulla. Tärkeintä on ymmärtää, että tarinan kerronnan lähtökohtana on itselle kertominen eikä niitä arvioida tai arvoteta ryhmässä. Olennaisinta on itse kerronta, johon liittyy oman elämän reflektointi eikä kerronnan tuloksena syntynyt tarina. (Karjalainen 2004, 165; 171.) Elämäkokemuksien sävy ja niihin liittyvät ajatukset sekä tunteet ovat tärkeää identiteetin ja itseymmärryksen rakentamisessa eikä niinkään itse elämäkokemuksen sisältö (Sava & Katainen 2004, 26).

4.3 Taide- ja kulttuurilähtöiset menetelmät narratiivisuuden tukena

Narratiivisen ryhmätoiminnan tärkeimmässä asemassa ovat tarinallisuus ja keskustelu, joita voidaan tukea ja helpottaa erilaisilla toiminnallisilla, kuten taide- ja kulttuurilähtöisillä menetelmillä. Erilaisia menetelmiä ovat esimerkiksi musiikin, valokuvien, piirtämisen, maalaamisen, askartelun, elokuvien, kirjoittamisen, kirjallisuuden, liikunnan, tanssin ja draaman käyttäminen. Menetelmillä tarkoitetaan kaikkia tekemiseen ja toimintaan liittyviä harjoituksia, joilla pyritään aktivoimaan yksilön oppimista ja ryhmän toimintaa. Menetelmistä keskusteleminen antaa asioille lisää syvyyttä sekä parhaimmillaan mahdollisuuden ratkaisujen soveltamiseen myös arkielämässä. Arkielämässä selviytymisen lisäksi sosiaalityön tavoitteena on vahuuksien löytäminen ja erityisesti taide- ja kulttuurilähtöiset menetelmät voivat auttaa asiakasta löytämään omia kiinnostuksen kohteitaan ja vahuuksiaan (Linnossuo & Parkkinen 2013, 19). (Kataja ym. 2011, 30.)

Narratiivisuutta voi hyödyntää vain ohjaajien ja ryhmän jäsenten välisen luottamuksellisen suhteen avulla. Turvallisen ilmapiirin luomisessa on hyvä hyödyntää erilaisia toiminnallisia menetelmiä, jotka edistävät tutustumista, ryhmäytymistä, kiinteyttä ja yhdessä tekemistä. Toiminnallisilla menetelmillä helpotetaan työskentelyä, kiihdytetään mielikuvitusta ja autetaan löytämään uusia toimintamalleja ja luovia puolia itsestään. Yhdessä oivaltaminen ja tekeminen voi lisätä jäsenten uskoa omaan kykyihinkin sekä kykyihin ratkaista pulmallisia tilanteita. (Kataja ym. 2011, 30; Linnossuo 2011, 18.) Aidot ja onnistuneet tarinat syntyvät toiminnan ja tekemisen kautta, sillä toiminta edesauttaa ihmistä muistamaan ja jokaisen toiminnan katsotaan olevan oma tarinansa (Kataja ym. 2011, 33).

Oman tarinan ilmaisussa ei ole oikeaa eikä väärää tapaa ja voimme ilmaista itseämme puheen ja kirjoittamisen lisäksi monipuolisesti taiteen avulla. Taidetyöskentely voi auttaa oman elämän arvon näkemiseen sekä kokemusten kunnioittamiseen, sillä siten tehdään itselle ja ryhmässä myös toisille näkyväksi. Kirjoitetut tarinat voidaan nähdä kulttuurisina kertomuksina ja ne voivat olla pohjana jopa omaelämäkerrallisen kirjan kirjoittamiseen. (Sava & Katainen 2004, 29–30.) On tärkeää auttaa asiakasta ymmärtämään erilaisia menetelmiä hyödyntäen omaa tarinaansa, näkökulmiaan ja tunteitaan, jotka määrittävät hänen elämänsä ja sitä, kuka hän tänään on (Egan 2010, 149). Tarinoiden avulla välittyy sekä rakentuu itseymmärrys ja ryhmässä muiden kertomilla tarinoilla voi jäsentää omaa elämäänsä (Sava & Katainen 2004, 25).

5 IDEASTA NARRATIIVISEN RYHMÄTOIMINNAN OPPAAKSI

Toiminnallisessa opinnäytetyössä yhdistyy käytännön kehittämistyö ja tutkimuksellinen lähestymistapa, jotka valikoituvat kehittämistehtävän ja asetettujen tavoitteiden mukaan (Toikko & Rantanen 2009, 19; Kananen 2012, 26). Käytin työskentelyn eri vaiheissa aina aloitusvaiheesta oppaan arviointiin asti erilaisia tutkimus- ja kehittämismenetelmiä. Niiden avulla sain tarvittavan tiedon ja materiaalin ryhmämuotoisen sosiaalityön kehittämiseen ja narratiivisen ryhmätoiminnan oppaan laatimiseen.

5.1 Kehittämisprosessin eteneminen ja aikataulu

Lineaarisen mallin mukaan työskentely etenee vaiheittain sisältäen tavoitteen määrittelyn, suunnittelun, toteutuksen sekä päättämisen ja arvioinnin. Lineaarinen malli perustuu määriteltyyn tavoitteeseen, jonka perusteella kehittäminen voidaan suunnitella mahdollisimman tarkasti etukäteen. Kehittämistyön ensimmäisenä vaiheena oli aiheen ideointi, valinta ja rajaaminen, jolloin pohdin aihetta ajatuskartan avulla sekä selvitin, mitä muita vastaavia kehittämistöitä alalta löytyy. Pohdin aihetta sosionomin osaamisalueiden sekä oman ammatillisen kasvun näkökulmasta peilaten ajankohtaisuuteen. Kartoitin huolellisesti idean tarpeellisuuden ja aiheeseen liittyvän kirjallisuuden ennen toimeksiantosopimuksen laadintaa. Toimeksiannosta sopimisen jälkeen orientoiduin aiheeseen esseiden avulla ja pidimme toimeksiantajan kanssa aloituspalaverin, jolloin tutustuimme paremmin toisiimme ja määrittelimme kehittämistyölle tavoitteet. Tavoitteet perustuvat yksittäiseen ideaan ja tunnistettuun tarpeeseen, joten kehittämistavoitteissa yhdistyi alkuperäinen ideani ja työpaikan tarve kehittämistyölle. (Toikko & Rantanen 2009, 64; 66.)

Tavoitteen määrittelyn jälkeen alkaa suunnitteluvaihe, jossa laaditaan opinnäytetyösuunnitelma. Sen avulla työskentelyä jäsennetään kaikille toimijoille ja kerrotaan, mitä aiotaan tehdä, miksi, miten ja missä aikataulussa sekä rakennetaan tietoperustaa. Tietoperusta kuvastaa, mihin alan näkemykseen ja käsitteisiin kehittämistyö perustuu. Perehdyin tarkemmin ajankohtaiseen lähdekirjallisuuteen, aiempiin kunnallisen ryhmämuotoisen sosiaalityön ryhmiin ja kehittämistyön menetelmäkirjallisuuteen. Lähdin syventämään alkuperäistä ideaani suhteessa kehittämistyön tarkentuneisiin tavoitteisiin ja pohdin, mikä olisi aiheeseen ja kohderyhmälle sopiva tuotos sekä mitä tietoa tarvitsen kehittämistyön

tavoitteiden saavuttamiseksi. Toin esiin tutkimus- ja kehittämismenetelmiä, joiden avulla kehittämistyön tavoitteet oli mahdollista saavuttaa. (Vilkka & Airaksinen 2003, 26–27; 42.) Ohjaava opettaja ja toimeksiantaja hyväksyivät opinnäytetyösuunnitelman, jonka jälkeen anoin tutkimuslupaa Turun hyvinvointitoimialalta. Tutkimuslupa myönnettiin, sillä ehdolla, että opinnäytetyöraportti ei sisällä asiakastyön raportointia ja sosiaalityöntekijällä oli pilottiryhmän asiakastyön vastuu.

Suunnitteluvaiheen jälkeen alkoi käytännön kehittämistyöskentely ja oppaan laadinta (Kananen 2012, 48). Toteutusvaiheen alussa perehdyin lähdekirjallisuuteen ja opinnäytetyöhön liittyvät tekstit olivat erilaisia muistiinpanoja, päiväkirjamerkintöjä ja ajatuskarttoja, joiden avulla kirjoitin tietoperustan valmiiksi. Laadin tietoperustan pohjalta yksityiskohtaisen ryhmätoiminnan suunnitelman ja pidimme suunnittelupalaverin sosiaalitoimistossa, jolloin kävimme suunnitelman läpi. Sovimme käytännön asioista ja ryhmätoiminnan tarkemman aikataulun, joiden pohjalta laadin pilottiryhmään esitteen, jonka avulla sosiaalityöntekijät markkinoivat asiakkaita ryhmään. Ennen harjoitteluni alkua kävimme toimeksiantajan kanssa keskustelua sähköpostien välityksellä, kun suunnittelimme ryhmään liittyviä asioita sekä sain vinkkejä ryhmän sisältöön ja esimerkiksi vierailijoiksi ja vierailukohteiksi sopivia Turun palveluita, joihin olin yhteydessä ennen pilottiryhmän alkua. Harjoittelun mainitseminen on oleellista tietoa kehittämisprosessin etenemisen ja onnistumisen suhteen, sillä harjoittelu mahdollisti käytännön kehittämistyön toteuttamisen.

Toteutusvaiheessa hankin materiaalia ja tietoa tutkimus- ja kehittämismenetelmien avulla, analysoin tuloksia sekä dokumentoin menetelmistä saadut tiedot huolellisesti. Pilotoinnin aikana tein osallistuvaa havainnointia ja kävimme dialogista keskustelua toimeksiantajan sekä ryhmään kuuluvien asiakkaiden kanssa. Aloitin oppaan pintapuolisen suunnittelun toteutusvaiheen alussa ja kysyin jo pilottiryhmän aikana toimeksiantajan toiveita oppaan sisällön suhteen. Pilottiryhmän jälkeen pyysimme asiakaspalautetta ja laadimme toimeksiantajan kanssa omat SWOT-analysit ryhmämuotoisesta sosiaalityöstä. Tämän jälkeen alustavat luonnokset ja kirjoitukset oppaan sisällöstä muotoutuivat tutkimus- ja kehittämismenetelmien tulosten sekä tietoperustan avulla valmiiksi narratiivisen ryhmätoiminnan oppaaksi. Kysyin oppaan ensimmäiseen versioon palautetta toimeksiantajalta ja kahdelta koulun ulkopuoliselta henkilöltä.

Lineaarisen mallin viimeisenä vaiheena on opinnäytetyön päättäminen ja arviointi, johon sisältyy tuotoksen viimeisteleminen ja levittäminen, jatkoideoiden esittäminen, arvioiminen ja loppuraportointi (Toikko & Rantanen 2009, 65). Viimeistelin oppaan valmiiksi ja

kysyin toimeksiantajan palautetta kehittämistyön tavoitteiden saavuttamiseen. Arvioin kehittämisprosessia, opasta ja sen hyödyllisyyttä, ammattietiikkaa ja omaa oppimistani. Viimeisenä vaiheena viimeistelin opinnäytetyöraportin valmiiksi. Alla olevassa taulukossa 1 on esitetty kehittämisprosessin aikataulu vaiheittain ja kerrottu vaiheisiin liittyvät keskeisimmät kehittämistyöt, joiden myötä toiminnallinen opinnäytetyö valmistui.

Taulukko 1. Kehittämisprosessin aikataulu.

ALOITUSVAIHE	
Maaliskuu 2016	Aiheen pohdinta ja ideointi, aiempiin opinnäytetöihin ja tutkimuksiin perehtyminen → Opinnäytetyön aihe
Huhtikuu 2016	Aiheen esitleminen opettajalle, toimeksiantajan etsiminen ja sähköpostilla idean tarjoaminen → Haastattelu sosiaalitoimistossa, toimeksiannosta sopiminen ja aiheen tarkentuminen
TAVOITTEEN MÄÄRITTELY	
Huhtikuu 2016	Aiheeseen perehtyminen ja orientoituminen, työpaja koululla → Orientoiva essee
Toukokuu 2016	Aloituspalaveri sosiaalitoimistossa, toimeksiantosopimuksen laadinta, tavoitteiden määrittäminen → Toimeksiantosopimus, kehittämistyön tavoitteet
SUUNNITTELUVAIHE	
Toukokuu 2016	Lähdekirjallisuuteen, tutkimus- ja menetelmätietoon, aiempiin sosiaalisen kuntoutuksen ryhmiin perehtyminen, pilottiryhmän suunnitteleminen, työpaja koululla → Opinnäytetyösuunnitelma, aiheen rajaus
Kesäkuu 2016	Opinnäytetyösuunnitelma hyväksytään (opettaja, toimeksiantaja) → Tutkimuslupahakemus Turun hyvinvointitoimialalle
TOTEUTUSVAIHE	
Heinäkuu 2016	Keskeisten käsitteiden avaaminen, lähdemateriaaliin perehtyminen, pilottiryhmän suunnitteleminen → Alustava tietoperusta ja pilottiryhmän suunnitelma
Elokuu 2016	Suunnittelupalaveri sosiaalitoimistossa: pilottiryhmän suunnitelman läpikäynti, aikataulun sopiminen, tutkimusluvan saaminen → Tarkentunut pilottiryhmän suunnitelma, tutkimuslupa, esite ryhmään
Syyskuu 2016	Lähdemateriaalin lukeminen ja tietoperustan kokoaminen, oppaan luonnostelu → Alustava tietoperusta, oppaan alustava sisältö Pilottiryhmän käytännön valmistelut ja suunnitteleminen toimeksiantajan kanssa sähköpostitse Pilottiryhmän vierailijoiden ja vierailukohteiden sopiminen sähköpostitse → Kalenterimerkintä
Lokakuu 2016	Toimeksiantaja markkinoi ryhmää ja valikoi osallistujat → Osallistujalista Harjoittelu alkaa, ryhmätoiminnan pilotointi, dialoginen keskustelu, osallistuva havainnointi
Marraskuu 2016	Pilottiryhmässä kahden viikon tauko, oppaan sisällön luonnostelu tutkimus- ja kehittämismenetelmien tulosten pohjalta → Sisällysluettelo oppaaseen Työpaja koululla → Tarkentunut tietoperusta
Joulukuu 2016	Pilottiryhmä päättyy, asiakaspalaute, SWOT-analyysi, tutkimus- ja kehittämismenetelmien tuloksien tarkastelu, harjoittelu loppuu → Muistio
Tammikuu 2017	Tutkimus- ja menetelmätietoon perehtyminen, tuloksien analysointi ja yhteenveto, oppaan laadinta → Kehittämistyön raportointi, oppaan ensimmäinen versio

ARVIOINTI JA PÄÄTTÄMINEN	
Helmikuu 2017	Palaute oppaaseen toimeksiantajalta ja koulun ulkopuolisilta henkilöiltä → Valmis opas Toimeksiantajan palaute, kehittämisprosessin, oppaan ja oman oppimisen arvioiminen, tietoperusta tarkentuu → Opinnäytetyöraportti
Maaliskuu 2017	Työpaja koululla, oppaan levittäminen, opinnäytetyön viimeisteleminen ja loppuraportointi
VALMIS OPINNÄYTETYÖ	

5.2 Tutkimus- ja kehittämismenetelmät

Kehittämistyössä tutkimusmenetelmillä pyritään turvaamaan saadun tiedon laatu ja luotettavuus eikä kerättyä tietoa ole välttämätöntä analysoida yhtä tarkasti kuin tutkimuksissa. Tutkimukselliset lähestymistavat jaotellaan kvalitatiiviseen eli laadulliseen sekä kvantitatiiviseen eli määrälliseen tutkimukseen. (Vilka & Airaksinen 2003, 57–58; Kananen 2012, 26.) Tutkimusmenetelminä hyödynsin kyselyitä lomakkeen ja sähköpostiviestittelyn välityksellä, kirjallisuutta, tutkimuksia (Lipponen 2015) sekä osallistuvaa havainnointia. Kehittämismenetelminä hyödynsin menetelmä- ja tutkimuskirjallisuutta, kokemuksia vastaavista kehittämistöistä (Puikkonen & Sandström 2008; Kosonen 2012; Hakala & Viita, 2014; Seppänen 2016), ryhmätoiminnan pilotointia, kehittämispäiväkirjaa, dialogista keskustelua, SWOT-analyysia ja työpajoja. (Salonen 2013, 22–23.)

Pilotointi

Pilotointi tarkoittaa kokeilevaa toimintaa, jossa kehitettävää asiaa kokeillaan käytännössä rajatussa ympäristössä. Kokeilimme narratiivista sosiaalisen kuntoutuksen ryhmää yhdessä sosiaalityöntekijä Elli Rantolahden kanssa Pohjoisessa sosiaalitoimistossa. Pilotoinnissa selvitetään työkäytännön toimivuutta, jonka pohjalta sitä voidaan kehittää toimivammaksi ennen sen levittämistä laajempaan käyttöön organisaatiossa. Pilotoinnissa edellytetään kohderyhmän palautetta ja havainnoidaan osallistujien kokemuksia. (Toikko & Rantanen 2009, 99–101.)

Pilottiryhmä kokoontui torstaisin yhteensä seitsemän kertaa loka- joulukuussa 2016. Neljännen tapaamisen jälkeen oli kahden viikon tauko, joka koettiin kaikkien osallisten näkökulmasta huonoksi asiaksi. Tauko oli pakollinen työresurssien ja harjoittelun aikataulun vuoksi. Pilottiryhmään ilmoittautui yhteensä yhdeksän asiakasta, joista kahdeksan osallistui säännöllisesti ryhmätoimintaan. Kaksi asiakasta tuli mukaan ensimmäisen ta-

paamisen jälkeen, sillä ryhmässä oli tilaa ja he olivat tuoneet esiin kiinnostuksensa ryhmätoimintaa kohtaan. Ryhmään valikoitui asiakkaita, jotka olivat olleet pitkään aikuisosiaalityön asiakkaina, enimmäkseen pitkäaikaistyöttömiä ja muutamia työkyvyttömyyseläkkeellä olevia henkilöitä. Alun perin ryhmässä oli tarkoitus olla vain pitkäaikaistyöttömiä asiakkaita, jotka olivat pudonneet työllistymistä edistävien palveluiden piiristä, mutta tärkeintä oli, että pilottiryhmä pystyttiin järjestämään ja siihen valikoitui ryhmästä hyötyviä ja motivoituneita asiakkaita.

Pilottiryhmään osallistuminen oli vapaaehtoista eikä poissaoloista tullut sanktioita, sillä halusimme pitää ryhmään osallistumisen kynnyksen matalana ja tavoitteena oli laatia motivoiva ryhmäkokonaisuus, johon asiakkaat osallistuivat omasta tahdostaan. Kannustimeksi ja kulkemisen helpottamiseksi asiakkaat saivat ryhmätoiminnan ajalle bussikortin, joka koettiin tärkeäksi, sillä se mahdollisti ryhmään osallistumisen. Lisäksi asiakkaita osallistettiin ryhmätoiminnan suunnitteluun, jotta ryhmätoiminta olisi mahdollisimman hyödyllinen ja motivoiva kokonaisuus. Asiakkaita kannustettiin omien mielipiteiden esiin tuomiseen ja heiltä kysyttiin ehdotuksia, ideoita ja toiveita suullisesti ja lomakkeen avulla. Nimettömän lomakkeen avulla asiakkaiden oli helpompaa tuoda omat toiveet, ehdotukset ja myös rajoitukset esiin kuin suullisesti.

Laadin jokaiseen ryhmätapaamiseen yksityiskohtaisen ohjaussuunnitelman, johon toimeksiantaja antoi palautetta, sillä sosiaalityöntekijällä oli asiakastyön vastuu. Valitsin ja muodostin toiminnalliset menetelmät ryhmän tarkoituksen, asiakkaiden toiveiden ja narratiivisen viitekehyksen pohjalta hyödyntäen erilaisia toteutus- ja ilmaisutapoja. Tapauksien tarkemmat tavoitteet ja teemat määräytyivät ryhmän tarkoituksen mukaan. Ryhmätapaaminen aloitettiin kahvitarjoilulla ja kuulumistenvaihdolla, toiminnallisella osuudella eli teemanmukaisella työskentelyllä ja lopuksi ryhmään tuli vierailija tai me nimme vierailulle tutustumaan Turun palveluihin. Pilottiryhmän teemoja olivat tutustuminen, ryhmän tavoitteet ja tarkoitus, hyvinvointi, terveelliset elämäntavat, päihteet ja mielenterveys, vahvuudet ja voimavarat, kuntouttava työtoiminta, talous ja arkielämä, sosiaaliset verkostot, tulevaisuus sekä ryhmän päätös ja palaute. Oppaassa (liite 1) on tarkempi kuvaus pilottiryhmän sisällöstä ja toiminnallisista menetelmistä.

Asiakaspalaute ja osallistuva havainnointi

Kehittämistyössä voidaan käyttää kvantitatiivisen tutkimuksen tiedonkeruumenetelmänä kyselylomaketta mielipiteiden kartoittamiseen erityisesti kehittämisprosessin loppuarvioinnissa. Ryhmätoiminnan viimeisellä tapaamisella keräsimme asiakkailta palautetta

suullisesti ja kirjallisesti nimettömän asiakaspalautelomakkeen avulla. Lomake voidaan muodostaa avoimilla kysymyksillä, joilla mahdollistetaan kaikkien asioiden ja mielipiteiden esiin tuominen sekä strukturoiduilla monivalintakysymyksillä, joissa kysymyksissä on vaihtoehtoja. Palautelomakkeessa oli kolme avointa kysymystä sekä strukturoituja kysymyksiä, joissa käytin 5-portaitaista asteikkoa. Asteikon ääripäinä olivat täysin samaa mieltä ja täysin eri mieltä. (Kananen 2012, 121; 125.)

Nimettömän palautelomakkeen avulla pystyi varmistamaan, että jokainen osallistuja voisi tuoda oman äänensä kuuluviin. Suunnittelin lomakkeen kysymykset ja niiden muotoilun käyttötarkoituksen mukaan, sillä lähtökohtana on saada vastauksia suhteessa kehittämistyön tavoitteisiin ja tuotoksen sisältöön (Vilka & Airaksinen 2003, 60). Asiakaspalautteessa selvitin asiakkaiden mielipiteitä, tyytyväisyyttä ja näkökulmia liittyen ryhmäkokonaisuuteen, ryhmän sisältöön, toiminnallisiin menetelmiin, ryhmänohjaukseen sekä yleisesti heidän ajatuksiaan ryhmästä.

Ryhmätoiminnan kokonaisuuden, toiminnallisten menetelmien ja narratiivisuuden toimivuuden sekä yleisesti ryhmän hyötyjen ja riskien analysoimiseksi tein pilottiryhmässä osallistuvaa havainnointia, joka on yksi laadullisen tutkimuksen tiedonkeruumenetelmistä. Osallistuvassa havainnoinnissa tutkija osallistuu toimintaan ja kohdistaa havainnoinnin tiettyihin asioihin, jotka ovat oleellisia kehittämistyön tavoitteiden saavuttamisen suhteen (Vilka 2006, 44). Havainnointi oli tärkeässä roolissa, sillä asiakkaat eivät juurikaan tuoneet mielipiteitään esiin esimerkiksi toiminnallisista menetelmistä. Havaintoja tehdessä on tosin ymmärrettävä ja tunnettava kohderyhmään kuuluvien asiakkaiden elämäkokonaisuus ja varmistuttava siitä, että ymmärtää asioille antamansa merkityksen, jotta voidaan varmistaa havaintojen luotettavuus (Vilka 2006, 13). Siksi oli erityisen tärkeää käydä dialogista keskustelua havainnoista sosiaalityöntekijän kanssa, joka tunsi asiakkaat pidemmältä ajalta.

Dialoginen keskustelu

Dialogissa toteutuu erilaisten ja eri asemassa olevien toimijoiden tasavertainen yhteistoiminta ja se edellyttää keskinäistä vuorovaikutusta, kunnioitusta ja luottamusta sekä yhteisymmärrystä tavoitteiden suhteen. Dialogissa myös rakennetaan yhteisymmärrystä ja asioita ei tarkastella vain yhdestä näkökulmasta. Kävimme toimeksiantajan kanssa tiivistä keskustelua aina tavoitteen määrittelystä kehittämistyön arviointiin asti. Pilottiryhmän aikana dialogista keskustelua käytiin myös ryhmään osallistuvien asiakkaiden

kanssa, jolloin kaikkien näkökulmat ja asiantuntijuus pääsivät esiin ja tietoa luotiin yhteistyössä. Dialogissa suunnitelmat, toteutus ja päätökset ovat yhteisen ajattelun ja erilaisten näkökulmien yhdistämisen tulos. (Vartiainen 2007, 158.)

Aluksi palaverit sosiaalitoimistossa olivat lähinnä alkuvaiheen suunnittelua ja kävimme toimeksiantajan kanssa keskustelua sähköpostien välityksellä. Keskustelut olivat dialogisempia, kun aloitin kymmenen viikon harjoittelun Pohjoisessa sosiaalitoimistossa ja pääsin tutustumaan paremmin aikuissosiaalityön toimintaympäristöön ja asiakkaisiin. Pilotiryhmän aikana refleктоimme ryhmätoimintaa ja keskustelimme jokaisen ryhmätapaamisen jälkeen havainnoistamme ja ryhmäkokemuksesta. Dialogi oli tärkeää ryhmätapaamisen jälkeen ryhmätoiminnan jatkon ja toteuttamisen suhteen, sillä erilaiset näkemykset ja havainnot syvensivät ymmärrystä ryhmästä ja ryhmän vaikutuksista asiakkaisiin. Näin toimintaa pystyttiin kehittämään ja muokkaamaan toimivammaksi sekä asiakkaille hyödyllisemmäksi kokonaisuudeksi.

Työyhteisössä kävin keskustelua kokeneiden sosiaalityöntekijöiden lisäksi sosiaalityön opiskelijoiden kanssa. Keskustelun myötä päädyin korostamaan oppaassa ryhmätoiminnan prosessia ryhmänohjaajan näkökulmasta yksityiskohtaisesti huomioiden, että opasta voisi käyttää henkilö, jolla ei ole lainkaan kokemusta tai koulutusta liittyen ryhmätoimintaan ja toiminnallisiin menetelmiin. Oman koulutukseni ja kokemuksen pohjalta kiinnitin erilaisiin asioihin huomiota ja kävimme antoisia keskusteluja sosiaalityöntekijöiden kanssa, kun tutustuimme toistemme koulutuksiin ja osaamisalueisiin. Dialoginen lähestymistapa perustuukin haluan kysyä ja oppia toisilta, jossa asiantuntijuutta jaetaan (Toikko & Rantanen 2009, 93). Työyhteisössä oli positiivista huomata, että ryhmätoiminnasta oltiin kiinnostuneita, vaikka sosiaalityön opinnot eivät juurikaan sisällä ryhmänohjaukseen liittyviä kursseja ja niihin syventyminen on itsestään kiinni.

Kehittämispäiväkirja

Kirjoitin kehittämispäiväkirjaa koko kehittämisprosessin ajan sekä hyödynsin kansiota, johon keräsin prosessin aikana aineistoa ja materiaalia liittyen kehittämistyöhön. Kirjoitin päiväkirjaan kehittämistyön aikana ilmenneet keskeiset asiat, palautteet ja omat oppimiskokemukset, joiden avulla opinnäytetyöraportin ja oppaan valmistaminen mahdollistuvat. Myös Vilkkä & Airaksinen (2003,19) korostavat, että huolellisesti kirjoitettu päiväkirja auttaa muistamaan laajan ja pitkälle ajanjaksolle sijoittuvan opintokokonaisuuden ratkaisut ja aikaansaannokset alkuvaiheesta lähtien.

Aluksi kehittämispäiväkirjaan ja kansioon kertyi lähinnä löytämiäni lähteitä, tutkimuksia, opinnäytetöitä sekä alustavia ajatuksia ja suunnitelmia. Päiväkirjan kirjoittaminen korostui pilottiryhmän aikana, jolloin kirjoitin jokaisen ryhmätapaamisen jälkeen osallistuvan havainnoinnin tuloksista sekä asiakkaiden ja toimeksiantajan kanssa käydyn dialogisen keskustelun myötä tulleita keskeisiä asioita, joilla oli mahdollista kehittää ryhmätoiminnan sisältöä ja toiminnallisia menetelmiä. Kirjoitin myös yleisesti ryhmäkokonaisuudesta ja analysoin ryhmänohjaamiseen, suunnittelemiseen ja toteutukseen liittyviä asioita, joista sain hyvää sisältöä oppaaseen.

SWOT-analyysi

Pilottiryhmän jälkeen laadimme toimeksiantajan kanssa omat SWOT-analyysit ryhmämuotoisesta sosiaalityöstä ja pilottiryhmästä. SWOT tulee englannin sanoista Strengths (vahvuudet), Weaknesses (heikkoudet), Opportunities (mahdollisuudet) ja Threats (uhat). Tarkoituksena oli hahmottaa, mitä riskejä ja hyviä puolia työkäytännössä on ennen kuin ryhmämuotoinen sosiaalityö otetaan työkäytännöksi Turun kaikissa sosiaalitoimistoissa sekä arvioida, miten pilottiryhmän ryhmäkokonaisuus oli toiminut ja mitä kehitettävää siinä vielä olisi ryhmänohjaajien näkökulmasta. SWOT-analyysi on hyödyllinen kehittämismenetelmä, kun analysoidaan toimintaympäristöä kokonaisuutena ja sen avulla voidaan tunnistaa myös hyvien käytäntöjen kriittiset kohdat. (Opetushallitus 2017.)

Tiivistin SWOT-analyysiin koko pilottiryhmän kokonaisuuden, josta oli helppoa ottaa huomioita oppaaseen. Toimeksiantaja pystyi analysoimaan ryhmämuotoista sosiaalityötä laajemmin organisaation näkökulmasta, joka on oleellista tietoa kehittämistehtävän suhteen, kun tarkoituksena on vakiinnuttaa ryhmämuotoinen sosiaalityö työkäytännöksi. SWOT-analyysien myötä oppaan merkitys ja tarve sekä ryhmämuotoisen sosiaalityön hyödyllisyys korostuivat.

Työpaja ja kysely

Kehittämisen prosessin kaikkiin vaiheisiin sisältyi koululla järjestetty työpaja, jotka jäsenivät työskentelyä ja auttoivat pysymään aikataulussa. Työpajaan osallistui ohjaava opettaja ja muita sosionomiopiskelijoita. Pienryhmässä sai apua erityisesti aiheen rajaukseen, tavoitteiden määrittämiseen sekä suunnitteluun. Muiden opiskelijoiden avulla sain uusia näkökulmia aiheeseen, vertaispalautetta ja huomioita, joita en ollut itse huomannut, kuten mahdollisia riskejä aiheen suunnitteluvaiheessa. Kananen (2012, 86) toteaa, että työpajat ovat yksi tehokkaimmista suunnittelun keinoista. Lisäksi sain ohjaavalta

opettajalta palautetta koko prosessin ajan sekä pienryhmän mielipiteitä tietoperustaan ja kehittämistyön tuloksien raportointiin.

Tuotoksen valmistelussa tarvitaan käyttäjien näkemystä siitä, mihin suuntaan tuotetta viedään, jotta se olisi mahdollisimman hyödyllinen ja asiapitoinen (Kananen 2012, 51). Kysyin hyvissä ajoin toimeksiantajan toiveita ja ideoita oppaan sisällön suhteen sekä pyysin palautetta oppaan ensimmäiseen versioon sähköpostitse. Pyysin myös ystäväni kommentteja oppaan ulkoasuun ja kirjoitukseen. Palaute oli enimmäkseen hyvää, mutta esimerkiksi ystäväni löysivät joitain ulkoasuun ja kielioppiin liittyviä huomiota ja toimeksiantajan palaute oli arvokasta oppaan sisällön suhteen. Palautteen avulla muokkasin ulkoasua ja sisältöä oppaan selkeyttämisen vuoksi. Kysyin toimeksiantajalta palautetta vielä oppaan valmistumisen jälkeen, sillä Toikko & Rantanen (2009, 82) kirjoittaa, että arviointiaineistoa voidaan kerätä kyselyn avulla, jolloin jälkikäteen kerätty arviointiaineisto kerätään kehittämistyön tavoitteiden mukaan. Näin sain myös toimeksiantajan näkökulman kehittämistyön tavoitteiden saavuttamiseen.

5.3 Narratiivisen ryhmätoiminnan opas

Opinnäytetyön tuotoksen kriteereitä ovat sen uutuus, houkuttelevuus, käytettävyys, informatiivisuus, johdonmukaisuus, selkeys ja asiasisällön luotettavuus ja sopivuus kohderyhmälle. Näiden kriteereiden pohjalta lähdin työstämään opasta ilman valmista pohjaa Microsoft Officen Wordilla ja laadin narratiivisen ryhmätoiminnan oppaan (liite 1) aikuissosiaalityön käyttöön. Oppaasta saadaan luotettava, kun laadinnassa on huomioitu lähdekritiikki sekä perusteltu, mistä tieto on saatu. Käytin oppaassa ajankohtaisia ja luotettavia lähteitä, joihin oppaan käyttäjät voivat syventyä tarkemmin oman mielenkiinnon mukaan lähdeluettelon avulla, josta ilmenee oppaassa käyttämäni sähköiset ja kirjalliset lähteet. Opinnäytetyöraportti perustelee oppaan laadinnan kannalta tehdyt ratkaisut ja kertoo, mistä tieto on saatu ja miten. (Vilka & Airaksinen 2003, 53.)

Lähdin työstämään opasta siten, että se sopii sosiaalialan ammattilaisille, kokeneille sekä erityisesti aloitteleville ryhmänohjaajille. Tein oppaan laadinnassa jatkuvaa arviointia ja kehitin sitä siten, että se palvelee mahdollisimman paljon sosiaalityöntekijöitä, joilla on erilainen tausta ja kokemus ryhmämuotoisesta sosiaalityöstä. Halusin oppaasta mahdollisimman tiiviin ja selkeän sekä samanaikaisesti informatiivisen, jotta se on hyödyllinen ja helppo käyttää käytännön työssä. Oppaan sisällysluettelo ja sivunumerot helpottavat lukemista, sillä niiden avulla löytää itseään kiinnostavan kappaleen nopeasti.

Opas syntyi, kun muokkasin ja yhdistin lähteistä saamaani tietoa tutkimus- ja kehittämismenetelmien tuloksien avulla kohdeympäristöön sopivaan muotoon. Opas on käytännöllinen ja sisältö on asiakaslähtöisesti tuotettu, sillä asiakkaiden sekä toimeksiantajan kokemukset ja mielipiteet on otettu huomioon oppaan kaikissa osa-alueissa. Pilottiryhmän tarkoitus, teema ja sisältö on rakennettu pitkäaikaistyöttömän sosiaalisen kuntoutuksen tarpeiden pohjalta, mutta opas on laadittu siten, että sitä voi hyödyntää myös muiden aikuissosiaalityön asiakasryhmien kanssa. Ryhmän tarkoitus, toteutuskertojen teemat ja sisältö määräytyvät aina asiakkaiden tarpeiden pohjalta.

Oppaassa on aiheeseen ja sisältöön johdatteleva lukijalle kappale sekä viisi pääkappaletta, joiden alle olen tehnyt alaotsikoita selventämään oppaan rakennetta ja sisältöä. Opas sisältää tietoa ryhmämuotoisesta sosiaalityöstä ja sen hyödyistä, ryhmänohjaajan näkökulmasta ryhmätoiminnan suunnitteluun, toteutukseen ja arviointiin liittyviä asioita, ryhmätoiminnan haasteita ja riskejä sekä toimintatapoja niiden välttämiseksi. Kerron lyhyesti ryhmätoiminnan narratiivisesta viitekehyksestä ja esittelen erilaisia toiminnallisia menetelmiä, joita suunnittelin pilottiryhmään. Oppaan lopussa on esimerkkirunko ryhmätoimintaan ja lyhyt yhteenveto siitä, miten se käytännössä toteutui. Viimeisenä oppaassa on liitteitä, jotka liittyvät ryhmätoiminnan käynnistämisen helpottamiseen, palautteeseen ja toiminnallisiin menetelmiin. Oppaassa on muutamia kuvia, joiden tarkoituksena on havainnollistaa toiminnallisia menetelmiä sekä elävöittää opasta. Valitsin teemaväriksi maanläheisen vihreän, sillä halusin oppaaseen raikkaan ja miellyttävän sävyn.

Alkuperäisen suunnitelman mukaan oppaaseen piti tulla valmis runko ryhmätoimintaan, johon olisin sisällyttänyt toiminnalliset menetelmät. Päädyin kuitenkin tekemään toiminnallisista menetelmistä oman kappaleen, sillä kaikki ryhmät ovat ainutlaatuisia ja kaikille ei sovi sama suunniteltu runko. Lajittelin menetelmät aiheittain sisällysluetteloon, jotta ryhmänohjaajan on helpompi löytää omaan ryhmäänsä ja teemaan sopivia menetelmiä. Uusia ryhmänohjaajia ajatellen tein oppaan loppuun ryhmätoiminnan suunnittelun tueksi ja inspiraation lähteeksi ytimekkään esimerkkirungon ryhmätoimintaan. Tarkoituksena on havainnollistaa, miten suunniteltu kokonaisuus ja toiminnalliset menetelmät toteutuivat käytännössä. Oppaassa on suhteessa eniten vahvuuksien ja voimavarojen kartoittamiseen liittyviä menetelmiä, vaikka kaikkia ei ollut tarkoitus toteuttaa pilottiryhmässä. Päädyin ratkaisuun, sillä sosiaalityön yhtenä tavoitteena on asiakkaan vahvuuksien ja voimavarojen löytäminen ja kyseisiä menetelmiä voi käyttää varasuunnitelmana, mikäli alun perin suunniteltu ryhmäkokonaisuus ei toimikaan ryhmässä.

Toimeksiantajan palautteen mukaan opas on informatiivinen, selkeä ja helppokäyttöinen sekä se saavuttaa sille asetetut tavoitteet. Erityisesti toiminnallisten menetelmien lajittelu ja kokoaminen omaksi kappaleeksi koettiin hyväksi ratkaisuksi ja helpottamaan omaa työtään. Lisäksi narratiivisen viitekehyksen esiin tuominen ja avaaminen saivat hyvää palautetta tiiviin ja asiapitoisen sisällön vuoksi. Oppaan vahvuutena pidetään sitä, että siitä löytää nopeasti ja ytimekkäästi oleellista tietoa ryhmien vetämiseen sekä monipuolisesti hyödyllisiä toiminnallisia menetelmiä.

Opas on kooltaan A4, sillä siten liitetiedostot ovat helpompi tulostaa ja hyödyntää omaan ryhmään käytettäväksi. Opas on tallennettu sähköisesti PDF-muotoon, koska sähköistä versiota on helpompi säilyttää ja levittää sekä sen voi halutessaan tulostaa omaan käyttöön. Oppaan levitys oikeus on Turun kaupungin Pohjoisella sosiaalitoimistolla ja heidän kauttaan opas levitettiin muiden aluetoimistojen käyttöön sähköpostitse. Lisäksi opas on tallennettu Turun kaupungin työntekijöiden sähköiseen intranettiin, josta se on helppo tavoittaa eikä opas pääse hukkumaan sähköpostiin.

6 ARVIOINTI

Kehittämistyön tavoitteena oli ryhmämuotoisen sosiaalityön kehittäminen aikuissosiaalityössä ja uusien toimintamallien löytäminen, jonka tuotoksena laadin asiakaslähtöisesti tuotetun ja käytännöllisen oppaan narratiivisesta ryhmätoiminnasta sosiaalialan ammattilaisten käyttöön. Arvioinnissa tuotetaan tietoa kehitettävästä asiasta ja analysoidaan tavoitteiden toteutumista. Arviointitiedolla osoitetaan näyttöä kehitetyn asian toimivuudesta ja hyödyllisyydestä sekä arvioidaan kehittämisprosessia, ammattietiikkaa ja opiskelijan omaa ammatillista kasvua. (Toikko & Rantanen 2009, 61.)

6.1 Ryhmämuotoinen sosiaalityö aikuissosiaalityössä

Sosiaalihuoltolaki edellyttää sosiaalisen kuntoutuksen järjestämiseen ja perustoimeentulotuen siirtyminen kunnan vastuulta Kelaan vuoden 2017 alussa muuttaa aikuissosiaalityössä tehtävää työtä. Ajatellaan, että sosiaalityöntekijät saisivat enemmän aikaa asiakastyöhön ja erityisesti uusien tehokkaiden työkäytäntöjen käyttöön. Kuitenkin Turussa Kelaan siirtyminen ei tule vaikuttamaan merkittävästä sosiaalityöntekijöiden työnkuvaan, sillä aikuis- ja lapsiperhesosiaalityöntekijät eivät tehneet aiemminkaan toimeentulotuen liittyviä tehtäviä muuten kuin perusosan alentamisen, täydentävän ja ehkäisevän tuen osalta. Kela siirron jälkeen kunnan sosiaalitoimisto voi edelleen oman harkintansa mukaan myöntää täydentävää ja ehkäisevää toimeentulotukea. (Kuusikkokunnat 2015, 5.) Toisaalta toimeentulotuen siirtyminen Kelaan voi vähentää perustoimeentulotukeen liittyvää ohjausta ja neuvontaa sosiaalitoimistoilta.

Ryhmämuotoisen sosiaalityön vakiintuminen työkäytännöksi on tärkeää palvelujärjestelmän uudistumisen lisäksi myös sen hyödyllisyyden vuoksi asiakkaiden voimaantumisen ja osallisuuden edistämisen sekä laadukkaan, inhimillisen ja kustannustehokkaan palvelun tarjoamisen näkökulmasta. Hyötyjen moninaisuus tuli esiin niin tietoperustan, aiempien kehittämishankkeiden kuin pilottiryhmän kokemuksen myötä. Turussa on toistaiseksi järjestetty ryhmiä vain Pohjoisessa aikuissosiaalityössä, mutta nyt myös muut aluetoimistot ovat kiinnostuneet ryhmämuotoisesta sosiaalityöstä. Turun sosiaalitoimistoissa on suunniteltu, että ryhmiä vetävät ryhmätoiminnasta kiinnostuneet sosiaalityöntekijät ja osa panostaisi yksilötyöskentelyyn. Siten vältetään tilanteet, joissa ryhmiä vetävät työntekijät ilman omaa tahtoaan ja asiakkaat ovat tasa-arvoisemmassa asemassa,

sillä nyt ryhmiin osallistumiseen on vaikuttanut se, millä alueella asiakas asuu. (Rantolahti 2017.)

Narratiivisen ryhmätoiminnan opas koettiin hyödylliseksi, koska se tuo uusia toimintamalleja ja ideoita ryhmiin sekä huomioi myös uudet ryhmänohjaajat. Oppaan avulla pääsee tutustumaan ryhmätoimintaan, ryhmänohjaajan rooliin, erilaisiin menetelmiin, ryhmätoiminnan mahdollisuuksiin ja asioihin, joihin tulee kiinnittää huomiota riskien välttämiseksi. Sosiaalityöntekijät, joilla ei ole kokemusta ryhmätoiminnasta kokivat oppaan hyväksi tueksi, joka madaltaa ryhmien vetämisen kynnyksiä, kun taas kokeneet ryhmänohjaajat kertoivat saavansa oppaasta uusia ideoita ja virikkeitä ryhmiin. Opas helpottaa ryhmämuotoisen sosiaalityön käynnistämisessä ja säästää sosiaalityöntekijöiden aikaa ryhmien toteuttamisessa, kun kaikki oleellinen ja hyödyllinen tieto on koottu yhteen paikkaan. Oppaan menetelmiä ja sisältöä voi muokata ja yhdistää itselleen luontevaan muotoon ja se tuo Seppäsen (2016) sosiaalisesti kuntouttavan ryhmätoiminnan suunnitelman rinnalle uudenlaisen ryhmätoiminnan mallin ja yksityiskohtaisemman oppaan yleisesti ryhmätoiminnan järjestämiseen aikuissosiaalityössä. Opas on onnistunut myös siten, että sitä voi hyödyntää kaikkien aikuissosiaalityön asiakasryhmien kanssa ja sen avulla on helppoa laatia omaan ryhmään sopiva kokonaisuus.

Oppaan lisäksi ryhmämuotoisen sosiaalityön käynnistämistä helpottaa se, että sosiaalityöntekijöille järjestettiin keväällä 2017 ryhmänohjaamiseen liittyvä koulutus Turun ammattikorkeakoulussa ja vuonna 2017 ryhmätoimintaan varataan oma budjetti. Pilottiryhmässä oli haastavaa käyttää monipuolisesti erilaisia taide- ja kulttuurilähtöisiä menetelmiä ja toteuttaa asiakkaiden toiveita, sillä ryhmätoiminnalle ei oltu varattu lainkaan rahaa. Ryhmätoiminnan teemojen, aiheiden sekä vierailijoiden suunnittelemisen haasteena oli eri elämäntilanteissa olevat asiakkaat, sillä ryhmän tarkoituksena on olla tehokas ja hyödyllinen kokonaisuus kaikille osallistujille, tavoittaa sosiaalityölle määritellyt tavoitteet ja vastata asiakkaiden yksilöllisiin tuen tarpeisiin. Toisaalta on mahdotonta toteuttaa kokonaisuus, joka olisi aina kaikille hyödyllinen ja se taas kertoo siitä, että ryhmän jäseniltä vaaditaan joustavuutta ja kykyä ryhmätyöskentelyyn. Yhtenä keinona voisi olla kohde-ryhmän selkeämpi rajaus. Rantolahti (2016) on myös pohtinut spesifien ryhmien eli tietyille asiakasryhmälle suunnattujen ryhmien järjestämistä.

Yhteenvetona voi todeta, että ryhmämuotoinen sosiaalityö on todella vakiintumassa työkäytännöksi Turun aikuissosiaalityössä ja opas otetaan heti käyttöön, kun Pohjoisessa sosiaalitoimistossa käynnistyy uusi sosiaalisen kuntoutuksen ryhmä keväällä 2017 ja

muut aluetoimistot aloittavat ryhmien suunnittelemisen koulutuksen jälkeen. Opasta voidaan jatko kehittää ja täydentää erilaisten ryhmien avulla. Ryhmänohjaajat voisivat koota oppaan tueksi liitekansion, johon he tallentaisivat oman ryhmäkokonaisuuden, josta ilmenee: kohderyhmä, koko, kesto, tarkoitus, sisältö, teemat ja toiminnalliset menetelmät. Näin oppaan rinnalle kertyisi erilaisia ehdotuksia ja esimerkkirunkoja ryhmien toteuttamiseen ja muut ryhmänohjaajat voivat saada niistä ideoita ja uusia näkökulmia omaan ryhmäkokonaisuuteen. Valmiit esimerkkirungot voivat myös nopeuttaa ryhmätoiminnan suunnittelua.

6.2 Kehittämistyön prosessi

Kehittämistyö on valmistunut aikataulussa lineaarisen mallin mukaan. Kehittämisprosessin riskinä olisi voinut olla yllättävät tapahtumat, jotka olisivat vaikuttaneet merkittävästi suunnitelmaan. Näin ei kuitenkaan käynyt tarkoin määriteltyjen tavoitteiden, aiheeseen perehtymisen ja huolellisen suunnitelman ansiosta. Palasin suunnitelmaan prosessin kaikissa vaiheissa ja se auttoi sisäistämään yhdessä työpajojen kanssa opinnäytetyön kokonaisuutta. Myös tarkoin laadittu aiheessa pysyvä, ajankohtaisiin ja luotettaviin lähteisiin perustuva tietoperusta toimi kehittämistyön tukiperustana ja asetti työskentelylle selkeät raamit. Kehittämistyön keskeisenä välineenä toimi kehittämispäiväkirja, sillä kehittämistyön onnistuminen ja seuranta onnistuvat vain riittävän dokumentoinnin avulla (Toikko & Rantanen 2009, 80). Kirjoittamisen lisäksi omaa muistamista tukivat ajatuskartat, valokuvaus ja tuotetun materiaalin arkistointi kansioon.

Toimeksiantajan kanssa käyty dialoginen keskustelu mahdollisti kehittämisprosessin onnistumisen sekä käytännöllisen ja hyödyllisen oppaan laadinnan. Aikaisempiin ryhmätoiminnan kokemuksiin ja kehittämistöihin perehtymisellä sain arvokasta tietoa ryhmätoiminnan riskien välttämiseksi, hyväksi havaittuja toimintatapoja sekä ideoita sisällön ja menetelmien suhteen. Narratiivisen ryhmätoiminnan pilotointi oli tärkeässä roolissa ja Pohjoisessa sosiaalitoimistossa oli luontevaa lähteä kokeilemaan uudenlaista ryhmätoiminnan mallia, sillä toimeksiantajalla oli jo kokemusta sosiaalisen kuntoutuksen ryhmistä. Pilotoinnissa kokeilimme uudenlaista ryhmätoiminnan mallia ja kehitimme sitä toimivammaksi ennen kuin narratiivisen ryhmätoiminnan opas levitettiin muiden aluetoimistojen käyttöön. Pilotointi myös mahdollisti dialogin asiakkaiden kanssa, asiakaspalautteen ja osallistuvan havainnoinnin. Asiakkaiden palautteessa ja kehittämispäiväkirjassani oli samankaltaisia huomioita, varsinkin ryhmän hyötyjen ja riskien kartoittamisen

suhteen. Samoin omassa ja toimeksiantajan SWOT-analyysissä oli samoja huomioita ryhmätoiminnan onnistumisen, hyödyllisyyden, riskien ja haasteiden suhteen. Sain oppaaseen luotettavuutta, kun eri näkökulmat olivat tehneet samoja huomioita. SWOT-analyysi oli hyvä tapa pysähtyä arvioimaan aihetta myös rakentavan palautteen näkökulmasta ja olimme molemmat tehneet huomion siitä, että sosiaalisen kuntoutuksen ryhmässä sosiaalityöntekijä ja sosionomi olivat toimiva työpari.

Tutkimus- ja kehittämismenetelmien avulla sain laadittua käytännöllisen ja asiakaslähteisesti tuotetun oppaan. Pilottiryhmän kokonaisuus järjestettiin oppaan sisällön pohjalta, sillä itselläni ei ollut kokemusta vastaavasta ryhmästä ja käytännön kokemuksen avulla sisältöä on muokattu toimivammaksi kokonaisuudeksi. Oppaan laadinta oli mielenkiintoista ja jännittävää tekemistä, sillä sain toteuttaa ja luoda sen omalla tyylilläni sekä tiesin, että opasta tarvitaan ja se tulee aikuissosiaalityön sosiaalityöntekijöiden käyttöön. Aluksi Wordin käyttäminen oli haastavaa ja se, että materiaalia oli runsaasti niin tietope-
rustan, lähdekirjallisuuden kuin tutkimus- ja kehittämismenetelmien tuloksien myötä. Jouduin pohtimaan, mitä tietoa todella tarvitsen ja poistaa mielenkiintoistakin materiaalia. Kriittisen tarkastelun myötä onnistuin laatimaan tiiviin ja informatiivisen oppaan, joka koettiin hyödylliseksi Turun aluetoimistoissa.

Kehittämisen prosessin lopussa yllätyin työmäärästä, sillä samaan aikaan oli tehtävänä opas ja toiminnallisen opinnäytetyön raportti, joita en ollut aiemmin tehnyt. Pidän lukemisesta, kirjoittamisesta ja uuden kehittämisestä, joten en kokenut kehittämisen prosessin aikana suuria haasteita. Joitain haasteita oli ajankäytön ja oman jaksamisen suhteen, sillä olin kehittämisen prosessin aikana vuorotyössä ja vuoden aikana on ollut myös muita opintojaksoja suoritettavana. Siitä huolimatta pystyin pitämään motivaationi korkealla ja kehittämisen prosessin lopussa panostin vain toiminnallisen opinnäytetyön valmistamiseen.

6.3 Ammattietiikka ja ammatillinen kasvu

Sosiaalialan työtä säätelee lainsäädäntö, mutta valintoja ohjaavat ammattietiikka ja arvot, sillä lainmukaisuus ei aina takaa oikeudenmukaisuutta ja laki antaa harvoin suoraa vastausta ihmissuhdetyön monimutkaisiin tilanteisiin (Talentia 2013, 5). Sosiaalityön ammattieettiset periaatteet korostuivat pilottiryhmässä ryhmän sisällön suunnittelussa, ryhmätapaamisten toteutuksessa, asetetuissa tavoitteissa sekä pilottiryhmän arvioinnissa ja asiakkaiden tavoitteiden tarkastelussa. Käytännön asiakastyön lisäksi ammattieettiset

periaatteet erityisesti salassapitovelvollisuus on huomioitu tutkimus- ja kehittämismenetelmien dokumentoinnissa, niiden säilytyksessä sekä opinnäytetyön raportoinnissa.

Hyvän opinnäytetyöaiheen myötä pääsin syventämään osaamistani, kokeilemaan omia taitojani työelämän kehittämisessä, harjoittelemaan kehittämistyötä ja projektinhallintaa sekä hyödyntämään omaa innovatiivisuuttani (Vilkkä & Airaksinen 2003, 16). Kehittämistyön aikana olen kasvanut ihmisenä, ammatillisesti sekä saanut uusia tietotaitoja ja näkökulmia sosiaalityöhön. Erityisesti olen saanut oppia asiakkailta ja työyhteisöltä dialogisuuden myötä. Sosiaalialan kompetenssien pohjalta arvioiden asiakastyön osaamiseni vahvistui pilottiryhmän suunnittelemisen, toteutuksen ja arvioinnin aikana. Opin käyttämään erilaisia menetelmiä, soveltamaan teoriaa käytäntöön, kohtaamaan, ohjaamaan ja tukemaan erilaisia ja eri elämäntilanteissa olevia asiakkaita.

Eettinen osaaminen korostui asiakastyössä ja opinnäytetyön raportoinnissa. Opinnäytetyöni kokonaisuudessaan tavoittelee huono-osaisuuden ehkäisyä, tasa-arvoisuuden edistämistä, palveluiden kehittämistä asiakaslähtöisesti ja lainsäädännön toteutumisen edistämistä. Työyhteisöosaaminen kehittyi kehittämistyön myötä, sillä olin työyhteisön jäsen, jonka työkuvaan kuului pilottiryhmän suunnitteleminen ja organisointi sosiaalityöntekijän työparina. Opin merkittäviä työyhteisötaitoja sekä verkostoitumaan muiden palvelujärjestäjien kanssa pilottiryhmän vierailijoiden ja vierailukohteiden myötä. Myös palvelujärjestelmäosaaminen kehittyi pilottiryhmän aikana, kun ryhmässä tehtiin yhteistyötä eri palvelunjärjestäjien kanssa. Lisäksi ryhmässä toteutettiin palveluohjausta, jolloin lainsäädännön, etuuskien ja palveluiden tunteminen olivat tärkeässä roolissa.

Yhteiskuntaosaaminen korostui tietoperustassa ja pilottiryhmässä esiin nousseiden keskustelujen myötä, kun aiheena olivat yhteiskunnan ajankohtainen tilanne ja hallituksen kaavailemat sekä toteuttamat säästötoimenpiteet, jotka kohdistuvat yhteiskunnan heikoimmassa asemassa oleviin. Kehittämistyön aikana olen perehtynyt alueellisiin ja yhteiskunnallisiin huono-osaisuutta ja epätasa-arvoa tuottaviin rakenteisiin. Tutkimus- ja kehittämisosaaminen mahdollistui toiminnallisen opinnäytetyön myötä. Omaan kehittävän työotteen ja sain uutta tietoa, jonka myötä laadin oppaan, jota työyhteisössä ei aiemmin ollut. Opin käyttämään erilaisia tutkimus- ja kehittämismenetelmiä, analysoimaan tuloksia sekä dokumentoimaan ja poimimaan materiaalista kaikkein oleellimmän tiedon. Toteutin vastuullisen kehittämistyön aikataulussa.

LÄHTEET

Egan, G. 2010. The skilled helper: a problem-management and opportunity-development approach to helping. 9., uudistettu painos. Belmont: Cengage.

Espoo. 2016. Espoon kipinä. Viitattu 13.9.2016 <http://www.espoo.fi/kipina>.

Hakala, S. & Viita, V. 2014. Ryhmäkokonaisuus itsenäistyville nuorille aikuisille: Narratiivisuus ja luovat toiminnot. Opinnäytetyö. Toimintaterapian koulutusohjelma. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Saatavilla myös https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/80056/Hakala_Sanna.pdf?sequence=1.

HE 164/2014. Hallituksen esitys eduskunnalle sosiaalihuoltolaiksi ja eräksi siihen liittyviksi laeiksi. Finlex >Hallituksen esitykset >2014 >HE 164/2014.

Isola, A-M. & Suominen, E. 2016. Suomalainen köyhyys. Helsinki: Into.

Järvikoski, A. & Härkäpää, K. 2011. Kuntoutuksen perusteet. Näkökulmia kuntoutukseen ja kuntoutustieteeseen. 5., uudistettu painos. Helsinki: WSOYpro Oy.

Jouttimäki, P., Kangas, S. & Saurama, E. (toim.) 2011. Uudistuva ja voimaannuttava aikuissosiaalityö. Visio vahvasta aikuissosiaalityöstä -hankkeen loppuraportti. Viitattu 4.10.2016 http://www.socca.fi/files/1676/Uudistuva_ja_voimaannuttava_aikuissosiaalityo_-_Visio_vahvasta_aikuissosiaalityosta_-_hankkeen_loppuraportti.pdf.

Juhila, K. 2006. Sosiaalityöntekijöinä ja asiakkaina. Sosiaalityön yhteiskunnalliset tehtävät ja paikat. Tampere: Vastapaino.

Juhila, K. 2008a. Aikuisten parissa tehtävän sosiaalityön areenat. Teoksessa Jokinen, A. & Juhila, K. (toim.) 2008. Sosiaalityö aikuisten parissa. Tampere: Vastapaino, 14–47.

Juhila, K. 2008b. Aikuisten parissa tehtävän sosiaalityön yhteiskunnallinen paikka. Teoksessa Jokinen, A. & Juhila, K. (toim.) 2008. Sosiaalityö aikuisten parissa. Tampere: Vastapaino, 48–81.

Kananen, J. 2012. Kehittämistutkimus opinnäytetyönä. Kehittämistutkimuksen kirjoittamisen käytännön opas. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu.

Kantojärvi, P. 2012. Fasilitointi luo uutta. Menesty ryhmän vetäjänä. Helsinki: Talentum.

Karjalainen, A-L. 2004. Kokemuksesta kirjoittaminen ja kirjoittamisen kokemus. Omaelämäkerrallinen kirjoittaminen sosionomikoulutuksessa ja narratiivinen menetelmä sosiaalialan työssä. Helsinki: Diakonia ammattikorkeakoulu.

Kataja, J.; Jaakkola, T. & Liukkonen, J. 2011. Ryhmä liikkeelle! Toiminnallisia harjoituksia ryhmän kehittämiseksi. Jyväskylä: PS-kustannus.

Kosonen, V. 2012. Ryhmätoiminta pitkäaikaistyöttömille: Someron kaupungin työtoiminnan kehittäminen. Opinnäytetyö. Sosiaalialan koulutusohjelma. Turku: Turun ammattikorkeakoulu. Saatavilla myös https://publications.theseus.fi/bitstream/handle/10024/50443/Kosonen_Virve.pdf?sequence=1.

Kuusikkokunnat. 2015. Kuuden suurimman kaupungin aikuissosiaalityö vuonna 2015. Kuusikko-työryhmän julkaisusarja 8/2015. Viitattu 16.1.2017 http://www.kuusikkokunnat.fi/SIRA_Files/downloads/at_2014_16122015.pdf.

Lammi-Taskula, J. (toim.) 2011. Sosiaali- ja terveydenhuollon perusteet. 7., uudistettu painos. Helsinki: WSOYpro Oy.

Lang, N.C. 2010. Group work practice to advance social competence: a specialized methodology for social work. New York: Columbia University Press.

Linnossuo, O. & Parkkinen, T. 2013. Perehdytystä ohjaajalle. Teoksessa Krappe, J.; Parkkinen, T. & Sinisalo-Juha, E. (toim.) 2013. Tavarat taskuissa. Nuorten ryhmäohjauksen taidelähtöisiä menetelmiä. MIMO -projekti 2010 - 2013. Turku: Turun ammattikorkeakoulu; Helsinki: Humanistinen ammattikorkeakoulu, 18–22.

Linnossuo, O. 2011. Narratiivisuus ja elämänkaarikirjoittaminen. Teoksessa Kuukasjärvi, A.; Linnossuo, O. & Sutinen, J. (toim.) 2011. Taidetyöskentelyä arjen näyttämöillä. Teoriaa, menetelmiä ja sovelluksia. Turku: Turun ammattikorkeakoulu, 9–20.

Lipponen, S. 2015. Ryhmämuotoisen sosiaalityön jäljillä – kokemuksia Kipinästä, näkökulmia asiakaslähtöiseen sosiaalityöhön. Pro Gradu-tutkielma. Sosiaalityö. Helsinki: Helsingin yliopisto. Saatavilla myös https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/154587/Lipponen_sosiaalityo.pdf?sequence=2.

Louhela, J. 2015. Narratiivinen ryhmä elämänmuutoksen tukena. Teoksessa Näkki, P. & Sayed, T. (toim.) 2015. Asiakastyön menetelmiä sosiaalialalla. Helsinki: Edita, 62–80.

Malinen, T. 2008. Luova tila. Ratkaisukeskeisestä ja narratiivisesta työtavasta. Helsinki: Lyhytterapiainstituutti Oy.

Martelin, T.; Murto, J.; Pentala, O. & Linnanmäki, E. 2014. Terveys, terveyserot ja niiden kehitys. Teoksessa Vaarama, M.; Karvonen, S.; Kestilä, L.; Moisio, P. & Muuri, A. (toim.) 2014. Suomalaisen hyvinvointi 2014. Helsinki: Terveyden- ja hyvinvoinninlaitos, 62–79.

Martin, M.; Heiska, H.; Syvälahti, A. & Hoikkala, M. 2012. Satoa ryhmästä - opas hyvinvointiryhmän ohjaajalle. Helsinki: Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiö.

Niemelä, P. 2009. Ihmisen toiminnallisuus ja hyvinvointi sosiaalityön teoreettisen ymmärryksen perustana. Teoksessa Mäntysaari, M.; Pohjola, A. & Pösö, T. (toim.) 2009. Sosiaalityö ja teoria. Jyväskylä: PS-kustannus, 209–236.

Niemistö, R. 2007. Ryhmän luovuus ja kehitysehdot. 7., uudistettu painos. Helsinki: Palmenia.

Northen, H. 2006. Ethics and values in group work. Teoksessa Garvin, C.D.; Gutiérrez, L.M. & Galinsky, M.J. 2006. Handbook of social work with groups. New York: Guilford Press, 76–89.

Opetushallitus. 2017. SWOT-analyysi. Viitattu 12.1.2017 http://www.oph.fi/saadokset_ja_ohjeet/laadunhallinnan_tuki/wbl-toi/menetelmia_ja_tyovalineita/swot-analyysi.

Puikkonen, S. & Sandström, E. 2008. Ryhmätoiminta pitkäaikaistyöttömille naisille tarinallisin menetelmin. Opinnäytetyö. Sosiaalialan koulutusohjelma. Järvenpää: Diakonia-ammattikorkeakoulu. Saatavilla myös http://kirjastot.diak.fi/files/diak_lib/Jarvenpaa2008/ca799c_jrvenp_puikkonen_sandstrm_2008.pdf.

Saari, J. 2015. Huono-osaiset. Elämän edellytykset yhteiskunnan pohjalla. Helsinki: Gaudeamus.

Saikka, P.; Kestilä, L. & Karvonen, S. 2014. Työttömien ja työllisten koettu hyvinvointi toiminta-aluevalmiuksien viitekehityksessä. Teoksessa Vaarama, M.; Karvonen, S.; Kestilä, L.; Moisio, P. & Muuri, A. (toim.) 2014. Suomalaisen hyvinvointi 2014. Helsinki: Terveyden- ja hyvinvoinninlaitos, 118–143.

Salonen, K. 2013. Näkökulmia tutkimukselliseen ja toiminnalliseen opinnäytetyöhön. Opas opiskelijoille, opettajille ja TKI-henkilöstölle. Turun ammattikorkeakoulu. Saatavilla myös <http://julkaisut.turkuamk.fi/isbn9789522163738.pdf>.

Sava, I. & Katainen, A. 2004. Taide ja tarinallisuus itsen ja toisen kohtaamisen tilana. Teoksessa Sava, I. & Vesänen-Laukkanen, V. (toim.) 2004. Taiteeksi tarinoitu oma elämä. Jyväskylä: PS-kustannus, 22–39.

Seppänen, P. 2016. Ryhmätoimintaa aikuis sosiaalityön asiakkaille: Sosiaalisesti kuntouttavan ryhmätoiminnan suunnitelma. Opinnäytetyö. Sosiaalialan koulutusohjelma. Turku: Turun ammattikorkeakoulu. Saatavilla myös http://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/116263/Seppanen_Pilvi.pdf;jsessionid=51A4475AD680D4A6206D2476C700533D?sequence=1.

Sosiaali- ja terveysministeriö (STM). 2007. Hyvinvointi 2015-ohjelma, sosiaalialan pitkän aikavälin tavoitteita. Viitattu 30.9.2016 https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/113898/Julk_2007_3_hyvinvointi2015_verkko.pdf?sequence=1.

Sosiaali- ja terveysministeriö (STM). 2015. Osallistava sosiaaliturva. Työryhmän loppuraportti. Viitattu 30.9.2016 http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/125774/URN_ISBN_978-952-00-3581-5.pdf?sequence=1.

Sosiaalihuoltolaki 1301/2014. Annettu Helsingissä 30.12.2014. Saatavilla sähköisesti osoitteessa <http://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2014/20141301>.

Talentia. 2013. Sosiaalialan ammattilaisen eettiset ohjeet. Arki, arvot, elämä, etiikka. 6., uudistettu painos. Helsinki: Sosiaalialan korkeakoulutettujen ammattijärjestö Talentia ry.

Tilastokeskus. 2016. Pitkäaikaistyötön. Viitattu 30.9.2016 <http://www.stat.fi/meta/kas/pitkaaikaisyot.html>.

Toikko, T. & Rantanen, T. 2009. Tutkimuksellinen kehittämistoiminta. Näkökulmia kehittämisssessiin, osallistamiseen ja tiedontuotantoon. Tampere: Tampere University Press.

Toseland, R.W.; Jones, L.V. & Gellis, Z.D. 2006. Group dynamics. Teoksessa Garvin, C.D.; Gutiérrez, L.M. & Galinsky, M.J. 2006. Handbook of social work with groups. New York: Guilford Press, 13–31.

Turku. 2016. Aikuis- ja lapsiperheiden sosiaalityö. Viitattu 6.10.2016 <https://www.turku.fi/aikuis-ja-lapsiperheiden-sosiaalityo-9847>.

Työ- ja elinkeinoministeriö. 2016. Työllisyyskatsaus. Elokuu 2016. Viitattu 6.10.2016 <http://tem.fi/julkaisulista?subject=Ty%C3%B6llisyyskatsaus>.

Vaarama, M.; Mukkila, S. & Hannikainen-Ingman, K. 2014. Suomalaisten elämänlaatu nuoruudesta vanhuuteen. Teoksessa Vaarama, M.; Karvonen, S.; Kestilä, L.; Moisio, P. & Muuri, A. (toim.) 2014. Suomalaisten hyvinvointi 2014. Helsinki: Terveystieteiden ja hyvinvoinninlaitos, 20–39.

Vartiainen, E. 2007. Konsultti kehittäjänä. Teoksessa Seppänen-Järvelä, R. & Karjalainen, V. (toim.) 2007. Kehittämistyön risteyskohtia. Helsinki: Stakes, 134–163.

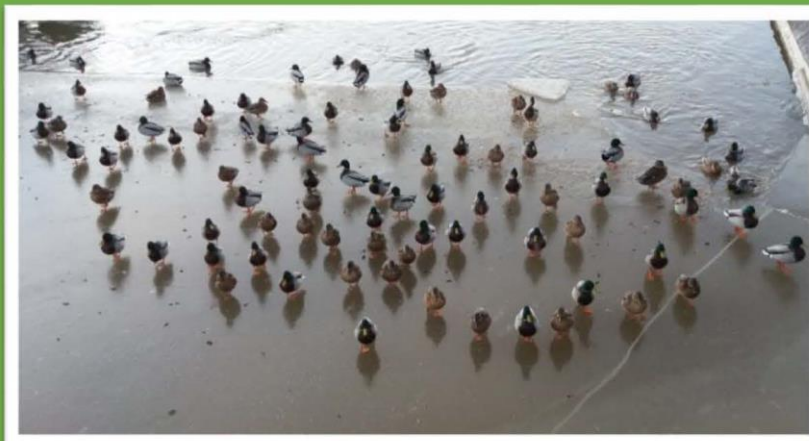
Vesänen-Laukkanen, V.; Sava, I. & Martin, M. 2004. Yhteistyötä ja yhteistä jakamista. Teoksessa Sava, I. & Vesänen-Laukkanen, V. (toim.) 2004. Taiteeksi tarinoitu oma elämä. Jyväskylä: PS-kustannus, 16–21.

Vilka, H. & Airaksinen, T. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki: Tammi.

Vilka, H. 2006. Tutki ja havainnoi. Helsinki: Tammi.



RYHMÄMUOTOINEN SOSIAALITYÖ – NARRATIIVISEN RYHMÄTOIMINNAN OPAS



KATRIINA TOIVONEN, TURKU AMK OPINNÄYTETYÖ 2017
Turun kaupungin Pohjoinen sosiaalitoimisto

LUKIJALLE



Narratiivisen ryhmätoiminnan opas on syntynyt opinnäytetyöni tuotoksena helmikuussa 2017. Tein opinnäytetyön Turun Pohjoisessa sosiaalitoimistossa ja toteutin pilottiryhmän yhteistyössä sosiaalityöntekijä Elli Rantolahden kanssa loka-joulukuussa 2016. Opas on tarkoitettu sosiaalialan työntekijöiden käyttöön ja sen tarkoituksena on helpottaa ryhmämuotoisen sosiaalityön käynnistämistä kaikissa Turun sosiaalitoimistoissa ja tuoda työntekijöille uusia toimintamalleja sekä ideoita ryhmiin.

Opas on syntynyt teorian, lainsäädännön, aiempien Suomessa järjestettyjen aikuissosiaalityön ryhmien, työyhteisön keskustelujen sekä pilottiryhmän kokemuksen ja asiakaspalautteen myötä. Opas on käytännönläheinen, tiivis ja sisältö on asiakaslähtöisesti tuotettu, sillä asiakkaiden kokemukset ja mielipiteet on otettu huomioon oppaan kaikissa osa-alueissa.

Opas sisältää tietoa ryhmämuotoisesta sosiaalityöstä ja sen hyödyistä. Ryhmätoiminta ja ryhmänohjaus kappaleessa kerron ryhmätoiminnan suunnitteluun, toteutukseen ja arviointiin liittyviä asioita ryhmänohjaajan näkökulmasta sekä tuon esiin ryhmätoiminnan haasteet ja riskit sekä toimintatapoja niiden välttämiseksi.

Kerron lyhyesti ryhmätoiminnan narratiivisesta viitekehyksestä, mitä narratiivisuus on käytännössä ja mitä huomioita se vaatii ryhmänohjaajalta. Esittelen erilaisia toiminnallisia menetelmiä, joita suunnittelin syksyn pilottiryhmään. Olen otsikoinut menetelmät sisällysluetteloon, jotta ryhmänohjaajan on helpompi löytää omaan ryhmäänsä ja teemaan sopivia menetelmiä. Lopuksi oppaassa on esimerkkirunko ryhmätoimintaan ja lyhyt yhteenveto siitä, miten se käytännössä toteutui.

Kiitos Turun kaupungin Pohjoisen sosiaalitoimiston lapsiperhe- ja aikuissosiaalityön työntekijöille opinnäytetyön mahdollistamisesta, yhteistyöstä ja hyvästä ohjauksesta.

Turussa 27.2.2017

Katriina Toivonen





SISÄLTÖ

Lukijalle

1 Ryhmämuotoinen sosiaalityö.....	3
2 Ryhmätoiminta ja ryhmänohjaus.....	4
2.1 Suunnitteleminen – Ennen ryhmää.....	5
2.2 Toteutus – Ryhmän aikana.....	6
2.3 Arviointi – Ryhmän jälkeen.....	7
2.4 Ryhmätoiminnan haasteet ja riskit.....	8
3 Narratiivinen viitekehys ryhmätoiminnassa.....	9
4 Toiminnallisia menetelmiä.....	10
4.1 Tutustumiseen.....	10
4.2 Ryhmän sääntöjen luontiin.....	11
4.3 Ryhmätoiminnan alkuvaiheeseen.....	11
4.4 Teeman mukaiseen työskentelyyn (hyvinvointi, talous ja arkielämä)	12
4.5 Elämänhistorian hahmottamiseen.....	14
4.6 Vahvuuksien ja voimavarojen löytämiseen.....	15
4.7 Sosiaalisten verkostojen kartoittamiseen.....	15
4.8 Ryhmän loppuvaiheeseen (unelmat, tulevaisuus)	16
4.9 Myönteisen palautteen antamiseen ja saamiseen.....	17
5 Esimerkkirunko ryhmätoiminnalle.....	17
Lähteet.....	21

Liitteet

LIITE 1 Ohjaussuunnitelma
LIITE 2 Osallistava lomake
LIITE 3 Palautelomake
LIITE 4 Ominaisuudet
LIITE 5 Terveelliset elämäntavat ja hyvinvointi -aiheiset sanat
LIITE 6 Talous- ja arkielämä väitteet
LIITE 7 Unelmani on -harjoitus
LIITE 8 Myönteiset lauseenalut
LIITE 9 Vahvuudet ja taidot -lomake



1 RYHMÄMUOTOINEN SOSIAALITYÖ

Tavoitteellista ryhmätoimintaa aikuissosiaalityön asiakkaille

Sosiaalihuoltolain mukaan kunnan tulisi järjestää asiakkaiden tuen tarpeisiin vastaavia sosiaalipalveluita sosiaalityön, sosiaaliohjauksen ja sosiaalisen kuntoutuksen avulla. Ryhmätoiminta on yksi sosiaalisen kuntoutuksen välineistä ja osallistuminen ryhmään on osa kuntoutusta, kun se on tavoitteellista ja kuuluu asiakkaan suunnitelmaan.

Sosiaalisella kuntoutuksella:

- Tarkoitetaan asiakkaan sosiaalisen elämäntilanteen parantamiseen tähtäväää toimintaa
- Annetaan tehostettua tukea sosiaalisen toimintakyvyn vahvistamiseksi, syrjäytymisen torjumiseksi ja osallisuuden edistämiseksi
- Tavoitellaan asiakkaiden työmarkkinavalmiuksien ja elämänhallinnan lisäämistä tai toimintakyvyn ja elämänhallinnan ylläpitoa

Sosiaalinen kuntoutus on lakisääteinen palvelu, jonka järjestämisvastuu on kunnalla

Ryhmämuotoisen sosiaalityön hyödyt

Ryhmässä tehtävän sosiaalityön hyödyt ovat laajat ja moninaiset. Asiakkaat haluavat muutosta ja helpotusta omaan tilanteeseensa ja tukimuotoja, joiden avulla muutos mahdollistuu. Lisäksi ryhmässä voidaan madaltaa Turun palveluihin osallistumista tutustumalla palveluihin vierailijoiden tai vierailujen avulla.

Erilaisilla työtavoilla voidaan edistää varhaista puuttumista, kuntouttaa sekä löytää erilaisille asiakkaille sopivia tukimuotoja

Organisaation hyödyt – taloudellinen etu, sillä ryhmässä tavataan monta asiakasta kerralla. Mahdollistaa erilaisten tukimuotojen tarjoamisen, laadukkaan, tehokkaan ja yksilöllisemmän palvelun antamisen asiakkaille.

Työntekijät saavat uudenlaisia työmuotoja, haasteita ja mahdollisuuksia, joiden myötä on mahdollista kasvaa ja kehittyä ammatillisesti sekä tehdä inhimillistä sosiaalityötä. Myös yhteistyö muiden palvelunjärjestäjien kanssa lisääntyy ja helpottuu.

Ryhmämuotoisessa sosiaalityössä voidaan tehdä asioita, jotka eivät ole mahdollisia yksilöohjauksessa ja tiivis työskentely ryhmään kuuluvien asiakkaiden kanssa mahdollistaa kokonaisvaltaisemman tutustumisen asiakkaaseen ja hänen elämäntilanteeseen → mahdollisuus muutokseen



Ryhmässä asiakkaat saavat:

- Vertaistukea ja ymmärrystä muilta samassa elämäntilanteessa olevilta
- Jakaa ja kuulla toisten kokemuksia, mielipiteitä ja näkökulmia – uutta tietoa
- Kokemuksen kuulluksi tulemisesta ja tunteen voimaantumisesta
- Säännöllisyyttä arkeen, toivottua sisältöä elämään, seuraa ja motivaatiota muutokseen
- Toiminnallisten menetelmien, yhdessä tekemisen ja oivaltamisen avulla uskoa ja varmuutta omaiin kykyihin
- Yhteenkuuluvuuden tunteen ja uudenlaista rohkeutta sosiaalisiin tilanteisiin
- Inhimillisen ympäristön sosiaalityöhön, palveluohjausta ja tukea muutokseen

2 RYHMÄTOIMINTA JA RYHMÄNOHJAUS

Ryhmätoiminta koostuu: lähtötekijöistä, ryhmäilmiöistä / toteutuksesta ja tuloksista.

Ryhmätoiminnalla voidaan ajatella olevan kaksi tavoitetta: sen on toimittava tehokkaasti ryhmän tarkoituksen mukaan sekä huolehdittava omasta kiinteydestään.

Tehokas työskentely riippuu ryhmän **kiinteydestä**, johon liittyvät ryhmän yhteishenki ja motivaatio ryhmään. Kiinteyttä voidaan lisätä tutustumisella, ryhmäytymisellä, turvallisen, rennon ja luottamuksellisen ilmapiirin avulla.

Ryhmänohjaaja:

- Laatii ryhmätoiminnan suunnitelman ja huolehtii toteutuksesta
- Arvioi ryhmätoimintaa huomioiden ryhmäkokonaisuuden ja osallistujien yksilölliset kokemukset
- Auttaa ryhmää työskentelemään tavoitteiden mukaisesti
- Tuntee ryhmätoiminnan hyödyt, haasteet ja ryhmissä esiintyvät tyypilliset ilmiöt
- Huolehtii ryhmän kiinteydestä
- Ohjaa keskustelua ja toiminnallisia menetelmiä
- Huolehtii tiedottamisesta, osallistujien orientoitumisesta ryhmään ja osallistumisesta ryhmätilanteeseen

Ryhmämuotoisessa sosiaalityössä on hyvä työskennellä työparin kanssa, jolloin yhdessä pohtiminen, ryhmäkokemusten ja vastuun jakaminen mahdollistuvat



2.1 Suunnitteleminen – Ennen ryhmää

Ensimmäiseksi pohditaan ryhmän tarpeellisuus ja tarkoitus, joka määrittää tavoitteet. Miksi ryhmä on olemassa? Mitä sillä halutaan saavuttaa?

Lähtötekijöihin sisältyvät:

- Kohderyhmä – Kenelle ryhmä sopii? Kuka hyötyy ryhmästä?
- Ryhmän koko (suositus 5-8 osallistujaa)
- Ryhmän hyötyjen ja riskien pohtiminen
- Ryhmän aikataulu, ajankohta ja kesto – Kuinka monta kertaa, milloin ja kuinka kauan kerrallaan ryhmä kokoontuu? (7 tapaamiskertaa on koettu sopivaksi kestoksi, 2 tuntia on riittävä tapaamisaika, kun ryhmään tulee vierailija – 3 tuntia, mikäli ryhmä menee vierailulle)
- Suljettu vai avoin ryhmä – Otetaanko uusia jäseniä aloituksen jälkeen?
- Ympäristötekijät – Missä ryhmä kokoontuu, onko tila rauhallinen ja riittävän tilava?
- Työpaikan resurssit – Ryhmätoiminnan budjetti, työntekijät, yhteisen aikataulun sopiminen

Lähtötekijät määrittävät mitä ryhmätoiminnalla voidaan saavuttaa ja millaisia ryhmäilmiöitä ryhmässä syntyy

Lähtötekijöiden suunnittelemisen jälkeen tehdään alustava yksityiskohtaisempi ryhmätoiminnan suunnitelma:

- Tapaamiskertojen tarkemmat tavoitteet ja sisältö
- Valitaan toteutustapa ja toiminnalliset menetelmät

Seuraavaksi suunnitelman toteutus:

- Markkinoidaan ryhmää kohderyhmälle ja valitaan sopivat asiakkaat – esite, tiedottaminen ryhmästä ja haastattelut (arvioidaan motivaatiota, asennetta ja edellytyksiä ryhmästä hyötymiseen)
- Asiakkaiden motivointi ja sitouttaminen ryhmätoimintaan – bussikortti, vapaaehtoisuus (ei sanktioita poissaoloista), kahvitarjoilu, asiakkaat saavat vaikuttaa ryhmätoiminnan sisältöön
- Käytännön valmistelut – varataan tila, hankitaan tarvittavat materiaalit ja välineet
- Varmistetaan osallistujat ennen ensimmäistä tapaamista

Turun palveluiden vierailijat/ vierailukohteet eivät aina ole tarpeenmukaisia ryhmässä, mutta ne ovat hyvä tapa tutustua ja madaltaa palveluihin osallistumista

Ennen vierailua selvitetään aika, paikka, esityksen toteutustapa, kuinka kauan varataan aikaa ja esitetään toiveita sisällön suhteen

Huolellisesti ja pitkälle viety suunnitelma antaa tukevan perustan ryhmätoiminnalle ja ideoita on hyvä olla enemmän kuin käytännössä ehtii toteuttamaan – Suunnitelma tulee kuitenkin tehdä joustavasti ja jättää tilaa ehdotuksille, joita syntyy ryhmätoiminnan aikana



2.2 Toteutus – Ryhmän aikana

Jokaiseen ryhmätapaamiseen laaditaan yksityiskohtaisempi ohjaussuunnitelma (liite 1) ohjaajien arvioinnin, osallistujien toiveiden ja ryhmän tavoitteiden pohjalta. Ryhmätoiminnan aikana tai ennen ryhmää osallistujia voidaan osallistaa suunnitteluun suullisesti tai lomakkeen (esim. liite 2) avulla.

Ryhmätapaamisen suunnitteleminen:

- Aika, paikka, teema ja tavoitteet
- Tapaamisen ohjelmarakenne: sisältö ja aikataulu (varataan aikaa toiminnalliseen osuuteen, vapaalle keskustelulle, taukoon, vierailijoille)
- Ennakkovalmistelut ja tarvittavat välineet
- Varasuunnitelmat, Mitä jos: vierailu peruuntuu, ryhmä ei työskentele tarkoituksenmukaisesti, ilmaantuu vaikeuksia liittyen ihmissuhteisiin ja vuorovaikutukseen tai valittu toiminnallinen osuus ei toimi ryhmän kanssa

Turvallisuuden ja selkeyden tunnetta voidaan lisätä sillä, että tapaaminen aloitetaan ja lopetetaan aina samalla tavalla

Ryhmät elävät ja kehittyvät koko ryhmätoiminnan ajan, jokainen tapaaminen on erilainen eikä tapaamisenkulkua ja toteutusta voida ennustaa

Ryhmätoiminnan aloitusvaihe on tärkeä tutustumisen, luottamuksellisen ilmapiirin, jäsenten motivoinnin ja ryhmäytymisen kannalta.

Ensimmäisellä tapaamisella:

- Ohjaajat kertovat ryhmän tarkoituksen ja tavoitteet
- Osallistujat ja ohjaajat tutustuvat toisiinsa
- Sovitaan ryhmän sopimukset ja säännöt
- Kerrataan ryhmätoiminnan aikataulu, sisältö, mahdolliset vierailijat, ryhmän tyyli
- Kartoitetaan asiakkaiden nykytilanne, yksilölliset tavoitteet ja ajatukset ryhmää kohtaan – *Miksi olen ryhmässä?*

Myös toisella tapaamisella on hyvä panostaa tutustumiseen ja ryhmäytymiseen

Ryhmän säännöillä vältetään kaoottisuutta, mahdollistetaan aikataulussa ja tavoitteellisessa työskentelyssä pysyminen, kaikkien jäsenten tasavertainen osallistuminen sekä lisätään kiinteyttä



Esimerkki ryhmätapaamisesta:

- Ohjaaja tekee tarvittavat ennakkovalmistelut (kahvinkeitto, materiaalien ja välineiden vieminen ryhmätilaan)
- Ryhmän alussa vaihdetaan kuulumisia
- Orientoidutaan ryhmätapaamiseen → esitellään teema, sisältö, aikataulu ja sovitaan tauoista
- Toiminnallinen osuus (teeman ja tavoitteen mukainen työskentely)
- Vierailija tai vierailu Turun palveluihin
- Lopuksi jaetaan ajatukset ryhmätapaamisesta
- Ohjaaja kirjaa asiakastietojärjestelmään: osallistumisen, aiheet, tarkentuneet tavoitteet ja muut ryhmässä esiin nousseet huomiot

Ohjaajan tehtävänä on:

- Huolehtia aikataulusta
- Lämmittää ja alustaa ryhmä teemaan sekä toiminnalliseen osuuteen
- Kannustaa ja tukea keskusteluun
- Huomioida erilaiset osallistujat ja auttaa tarvittaessa työskentelyssä

Ohjaajat osallistuvat oman harkintansa mukaan toiminnalliseen osuuteen

Ryhmässä tarvitaan tilannetajua ja joustoa aikatauluun – kaikkia suunniteltuja toimintoja ja menetelmiä ei tarvitse toteuttaa, sillä keskusteleminen on tärkeintä

Ryhmätoiminnan lopettamisen vaihe on tärkeä, sillä usein ryhmistä tulee kiinteät ja osallistujat voivat jäädä kaipaamaan ryhmää sekä kokea erilaisia tunteita ryhmän loppumisen suhteen.

Ryhmän loppumiseen on hyvä valmistautua jo toiseksi viimeisellä tapaamisella muistuttamalla ryhmän päättymisestä ja keskustelemalla ryhmän jälkeisestä ajasta. Viimeisellä tapaamisella on tärkeää keskustella kaikista tuntemuksista ja osallistujien jatkosta. Lisäksi kerätään ja annetaan palautetta sekä tarkastellaan saavutettuja tavoitteita.

2.3 Arviointi – Ryhmän jälkeen

Ryhmätoiminnan jälkeen arvioidaan ryhmätoiminnan tulokset → **Toteutuiko ryhmätoiminnan tavoitteet ja tarkoitus?**

Tuloksiin sisältyvät: ryhmäkokemukset, ryhmän hyödyt, osallistujien hyvinvointi ja tyytyväisyys.



Ryhmää voidaan arvioida asiakkaiden suullisen ja kirjallisen palautteen (esim. liite 3) sekä työntekijöiden reflektoinnin ja keskustelun avulla. Ryhmää arvioidaan myös kokonaisuutena ja ryhmänohjauksen näkökulmasta, jolloin seuraavia ryhmiä voidaan kehittää entistä toimivammiksi ja työntekijät voivat kehittyä ryhmänohjaajina.

Sosiaalisen kuntoutuksen ryhmässä on tärkeää huolehtia asiakkaiden jatkosuunnitelmista ryhmän jälkeiselle ajalle ja tarkastella osallistujien yksilöllisten tavoitteiden saavuttamista

2.4 Ryhmätoiminnan haasteet ja riskit

Ryhmätoiminnan hyödyt ja edut toteutuvat, kun ryhmätoiminta suunnitellaan huolellisesti ja tiedostetaan mahdolliset haasteet ja riskit.

Aluksi haasteita voi tulla työresurssien vuoksi, kuten aikataulun, ryhmästä kiinnostuneiden työntekijöiden, tilan ja taloudellisen tuen suhteen. Haasteista selviää varaamalla ryhmätoimintaan riittävästi aikaa ja oman budjetin sekä ryhmätoimintaan kannustavan työyhteisön avulla. Tärkeää on, että ryhmiä ohjaavat työntekijät, joilla on motivaatiota ryhmänohjaamiseen.

Ryhmätoiminnan mahdollisia haasteita:

- Asiakkaiden saaminen, motivointi ja sitoutuminen ryhmään
- Ryhmä ei työskentele ja keskustele
- Ryhmässä on kaoottinen ja epävarma tunnelma
- Keskustelu rönsyilee tai jokin tietty aihe vie paljon tilaa
- Laatia kaikille hyödyllinen ja tarpeellinen ryhmäkokonaisuus sekä sopivien vierailijoiden/vierailukohteiden valinta
- Huomioida ja mahdollistaa kaikkien tasavertainen osallistuminen
- Yhteisiä sääntöjä ei noudateta, negatiivinen asenne ryhmää kohtaan

Toimintatapoja haasteiden välttämiseksi:

- Kannustimet, vapaaehtoisuus, tavoitteiden ja ryhmän tarkoituksen ymmärtäminen
- Osallistujien toiveiden ja mielipiteiden huomiointi, kuuleminen ja kunnioittaminen
- Turvallinen ja rento ilmapiiri, jossa kannustetaan ja tuetaan toisia (samat tutut osallistujat ja ohjaajat)
- Selkeä ryhmäkokonaisuus, säännölliset tapaamiset, ryhmäohjelman läpikäynti
- Muistuttaa ryhmän säännöistä, tapaamiskerran teemasta, ryhmän tarkoituksesta
- Selkeä ja kannustava ryhmänohjaus, puhutaan haasteista ryhmän kanssa
- Asiakkaiden valintaan panostaminen (ryhmätyöskentelyyn kykenevät, sisällön suhteen erilaisten taustojen, elämäntilanteiden ja tuen tarpeiden selvittäminen ennen ryhmää tai ryhmätoiminnan kohdistaminen tietyille asiakasryhmälle)



Ohjaajan vastuulla on puuttua ja tarvittaessa poistaa ryhmästä häiriötekijät, jotta ryhmä palvelee kaikkia osallistujia. Esimerkiksi akuutissa kriisitilanteessa tai päihteiden vaikutuksen alaisena tavoitteellinen ryhmätyöskentely voi olla hankalaa. Tällöin tulee pohtia, hyötyykö ja kykeneekö asiakas olemaan ryhmätapaamisessa ja keskustella siitä hänen kanssaan.

3 NARRATIIVINEN VIITEKEHYS RYHMÄTOIMINNASSA

Narratiivisuus eli tarinallisuus voi toimia ryhmätoiminnan viitekehysenä, jonka mukaan valikoituu ryhmän toimintatavat ja menetelmät. Oppaan menetelmät ovat muodostettu ja valittu narratiivisen viitekehysten pohjalta.

Narratiivisen ryhmätoiminnan keskeinen sisältö on tarinoiden kautta työskentely. Elämäntarinamme ja muiden osallistujien havainnot muodostavat käsityksen elämästä, historiasta, nykyhetkestä ja tulevaisuudesta.

Tarina muodostuu, kun pyrimme ymmärtämään ja jäsentämään elämää erilaisilla merkityksillä, joita annamme omille kokemuksillemme

Narratiivisessa viitekehyksessä korostuu voimavara- ja taitojen kehitys:

- Tarinankerronnalla herätetään muistoja aiemmista ratkaisuista, vahvuuksista ja resursseista
- Tarinan avulla autetaan siirtämään ratkaisuja asiasta toiseen
- Muiden tarinoiden ja keskustelun avulla voi löytää uusia toiminta- ja ajattelutapoja

Ryhmänohjaajan on hyvä tiedostaa

- Osallistujat ilmaisevat itseään omalla tavallaan ja päättävät, mitä haluavat tuoda esiin ryhmässä
- Tärkeää on, että kertoja tulee kuulluksi ja saa tunteen siitä, että oma elämä on tärkeä ja arvokas
- Elämäkokemusten sävy ja niihin liittyvät ajatukset/tunteet ovat tärkeää identiteetin ja itseyemmärryksen rakentamisessa eikä niinkään elämäkokemuksen sisältö
- Ohjaajalta edellytetään taitoa kuunnella ja kuulla, mutta myös auttaa erilaisia osallistujia kertomaan tarinaansa
- Oman tarinan ilmaisussa ei ole oikeaa eikä väärää tapaa ja voimme ilmaista itseämme puheen ja kirjoittamisen lisäksi taiteen avulla
- Narratiivisen ryhmätoiminnan tärkeimmässä asemassa ovat tarinallisuus ja keskustelu, joita voidaan tukea ja helpottaa erilaisilla toiminnallisilla menetelmillä



Sosiaalialan työmenetelmänä narratiivisen ryhmätoiminnan tarkoituksena voi olla:

- Tutustuminen ja luottamuksen rakentaminen
- Itsetuntemuksen ja itsetunnon vahvistaminen
- Luovuuden ja rohkeuden lisääminen
- Syrjäytymisen ehkäiseminen, osallistaminen ja voimaantuminen

Tarinassa jaksotetaan omat kokemukset ajallisesti ja kuvaillaan itseään näiden tapahtumien ja teemojen avulla – Olennaisinta on oman elämän reflektointi, eikä kerronnan tuloksena syntynyt tarina tai tarinan osa

Aidot ja onnistuneet tarinat syntyvät toiminnan ja tekemisen kautta – myös jokaisen toiminnan katsotaan olevan oma tarinansa

4 TOIMINNALLISET MENETELMÄT

Erlaisia toiminnallisia menetelmiä ovat esimerkiksi musiikin, piirtämisen, maalaamisen, askartelun, elokuvien, kirjoittamisen, kirjallisuuden, kuvien, liikunnan, tanssin ja draaman monipuolinen käyttäminen.

Toimivassa ryhmässä menetelmät herättävät ajatuksia, keskustelua ja osallistujat voivat tuoda menetelmän avulla näkökulmiaan esiin

Menetelmillä tarkoitetaan kaikkia tekemiseen ja toimintaan liittyviä harjoituksia, joilla pyritään aktivoimaan yksilön oppimista ja ryhmän toimintaa.

Eryityisesti taide- ja kulttuurilähtöiset menetelmät kiihdyttävät mielikuvitusta, helpottavat muistelua, tuovat vaihtoehtoisen tavan itsensä ilmaisuun, auttavat löytämään omia kiinnostuksen kohteita, vahvuuksia, uusia toimintamalleja sekä luovia puolia itsestään

4.1 Menetelmiä tutustumiseen

Menetelmien tavoitteena on tutustuminen, ryhmäytymisen tukeminen, rennon ja luottamuksellisen ilmapiirin luominen.



Tutustuminen kuvakorttien tai oman kuvan piirtämisen avulla

Välineet: kuvakortit, tussit, kyniä, paperia

Pöydälle levitetään erilaisia kuvakortteja. Jokainen valitsee itseään tai omaa tunnelmaa kuvastavan kortin, jonka avulla esittelee itsensä ja ajatuksensa ryhmää kohtaan.

Tutustumisen voi toteuttaa myös **omakuva - piirroksen** avulla, jolloin osallistujat piirtävät oman kuvan tai jonkin muun itseään kuvastavan asian ja esittelee itsensä sen avulla.

Ominaisuuksien vaihtokauppa

Välineet: ominaisuuslaput (liite 4)

Osallistujille jaetaan satunnaisesti viisi ominaisuuslappua. Jokainen lukee omat ominaisuudet ja pohtii sopivatko ne itselleen. Tämän jälkeen ominaisuuksia vaihdetaan keskenään niin kauan, että jokaisella osallistujalla on viisi itseään kuvaavaa ominaisuutta. Jos ominaisuudet eivät löydy vaihtamalla niitä keskenään, voidaan lähetyville varata ylimääräisiä ominaisuuslappuja, joihin voi vaihtaa omansa. Lopuksi osallistujat esittelevät itsensä ominaisuuksien avulla.

4.2 Menetelmiä ryhmän sääntöjen luontiin

Ryhmän sopimukset ja säännöt

Välineet: A3-kartonki, tussit, kyniä, sakset, paperia, liimaa, sinitarraa

Sääntöjulist: Jokainen osallistuja (myös ohjaajat) kirjoittavat yhden itselleen tärkeän säännön lappuun. Kaikkien säännöt ja sopimukset liimataan yhteen A3-kartongiin, jolloin siitä tulee ryhmälle oma juliste.

Sääntökukkanen: Valmiiksi tehtyyn kukkaseen pohditaan yhdessä keskustellen sääntöjä siten, että kukkasen jokaiseen terälehteen tulee vähintään yksi sääntö.

Menetelmien tavoitteena on yhteisten ja ymmärrettävien sääntöjen laatiminen, joilla mahdollistetaan turvallisen ja luottamuksellisen ilmapiirin luominen sekä tehokas ryhmätoiminta

Lopuksi säännöt käydään läpi ja varmistetaan, että kaikki ovat tyytyväisiä niihin. Julisteeseen/kukkaan voi kirjoittaa myös ryhmän nimen ja sitä voidaan pitää seinällä koko ryhmätoiminnan ajan.

4.3 Menetelmiä ryhmätoiminnan alkuvaiheeseen

Menetelmien tavoitteena on osallistujien ajatuksien ja tunnelmien kuuleminen, orientoituminen ryhmään, motivaation ja sitoutumisen tukeminen sekä omien tavoitteiden tiedostaminen ja siten hyödyllisen ryhmätoiminnan mahdollistaminen.



Tavoite- ja vahvuuskäden piirtäminen

Välineet: paperia, kyniä, tussit

Osallistujia pyydetään piirtämään oma käsi ranne mukaan lukien paperiin. Ranteeseen ohjeistetaan kirjoittamaan tämän hetken tilanne: haasteet, vaikeudet, hyvät asiat. Seuraavaksi pyydetään kirjoittamaan kämmeneen tavoitteet ryhmälle: miksi on mukana ryhmässä, mitä haluaa saavuttaa ryhmän aikana. Tämän jälkeen jokaiseen sormeen ohjeistetaan kirjoittamaan jokin oma vahvuus. Lopuksi jokainen saa esitellä omaa tuotostaan.

Fiilisjana

Välineet: A3-paperi, tussit

Ohjaaja voi laatia fiilisjanan valmiiksi ennen ryhmätapaamista. Janaan tulee toiseen päähän + positiivinen, toiseen - negatiivinen ja keskelle +/- eli en osaa sanoa. Osallistujat pohtivat omaa fiilistään ryhmää kohtaan ja merkitsevät sen tussilla janaan. Lopuksi lyhyt keskustelu fiiliksistä ja perustelu janamerkintään. Fiilisjanan avulla jokainen voi tuoda oman mielipiteensä ja tunnelmansa esiin myös ilman sanallista ilmaisua.

4.4 Menetelmiä teeman mukaiseen työskentelyyn**Hyvinvointijuliste – yhteisöllinen tuotos hyvinvoinnista**

Välineet: 1-2kpl A3-kartonkia, vanhoja lehtiä, sakset, liimaa, kyniä, tussit, vahaliidut

Jos osallistujia on yli 5, kannattaa muodostaa kaksi ryhmää. Ryhmät saavat oman kartongin, johon he tuovat keskustellen oman näkemyksensä hyvinvoinnista: piirtäen, kirjoittaen tai vanhoista lehdistä leikkaa-liimaa-tekniikkaa hyödyntäen.

Keskustelua voi viritellä kysymyksillä: mikä vaikuttaa hyvinvointiin, milloin ihminen on hyvinvoiva? Ohjaajat voivat helpottaa työskentelyä muistuttamalla hyvinvoinnin osatekijöistä, esittämällä lisäkysymyksiä työskentelyn aikana sekä tekemällä yhteenvetoja ja huomioita osallistujien keskusteluista esiin nousseista asioista.

Tavoitteena on avata laajaa ja monimutkaista käsitettä, sillä sosiaalityön yhtenä tavoitteena on hyvinvoinnin edistäminen. Luovat ja monipuoliset toteutustavat herättävät ajatuksia, helpottavat ilmaisua ja mahdollistavat kaikkien osallistumisen



Tehtävässä on tärkeintä keskustelu, joka tapahtuu työskentelyn aikana. Lopuksi osallistujat esittelevät oman julisteensa ja voivat keskustella toistensa tuotoksista. Lisäksi pohditaan, herättivätkö julisteissa olevat asiat ajatuksia liittyen omaan elämään.



Terveelliset elämäntavat ja hyvinvointi -aiheisten sanojen lajittelu

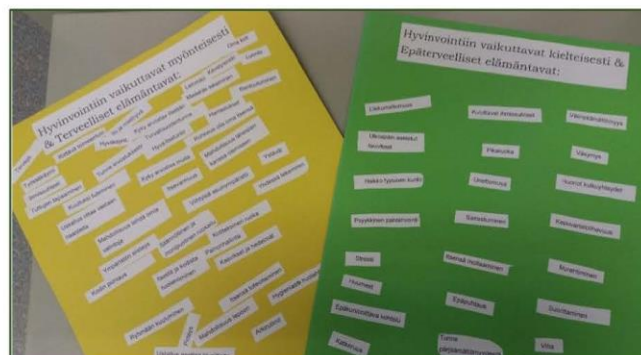
Välineet: terveelliset elämäntavat ja hyvinvointi -aiheiset laput (liite 5), 2kpl A3-kartonkia, liimaa/sinitarraa, tussit

Jos osallistujia on yli 5, kannattaa muodostaa kaksi ryhmää. Ryhmille jaetaan satunnaisesti lappuja, joissa lukee terveellisiin elämäntapoihin ja yleisesti hyvinvointiin liittyviä asioita. Tämän jälkeen ryhmät lajittelevat laput yhdessä keskustellen joko: hyvinvointiin vaikuttavat myönteisesti kartonkiin tai hyvinvointiin vaikuttavat kielteisesti kartonkiin.

Tavoitteena on oman terveyskäyttäytymisen ja hyvinvoinnin hahmottaminen, yhdessä pohtiminen ja tekeminen, muilta oppiminen sekä konkretisoida hyvinvointi käsitettä

Tehtävässä on tärkeintä työskentelyn aikana syntynyt keskustelu. Sanojen lajittelun jälkeen keskustellaan tehtävästä: jäivätkö jotkin sanat lajittelematta, mitkä ja miksi, tuliko työskentelyssä vastaan erilaisia ajattelutapoja?

Seuraavaksi osallistujat valitsevat aiheista 1-2 lappua, jotka sujuvat omassa elämässään ja 1-2 lappua, joissa olisi parannettavaa. Lopuksi esitellään omat laput ja pohditaan ryhmässä, miten omaa elämänmuutosta voisi edistää pienin askelin ja omia vahvuuksiaan voisi hyödyntää.



Talous- ja arkielämä -aiheinen janatyöskentely

Välineet: maalarinteippiä, osallistujille omat nappulat esim. pelinappulat, väitteet (liite 6)

Ensimmäiseksi pöydälle tehdään jana maalarinteipillä. Janan toinen pää tarkoittaa "täysin samaa mieltä" ja toinen "täysin eri mieltä". Halutessaan nämä voi kirjoittaa janaan.

Osallistujille annetaan oma nappula siten, että jokainen tunnistaa ja muistaa omansa. Työskentelyssä on erilaisia väitteitä liittyen arkielämään ja talouteen. Ohjaaja lukee väitteen ja osallistajat laittavat oman merkin janalle itselleen sopivaan kohtaan. Tämän jälkeen keskustellaan väitteestä ja osallistajat voivat perustella omaa valintaansa.

Tavoitteena on arkielämässä selviytymisen tukeminen kuulemalla muiden ajatuksia ja kokemuksia, itsetuntemuksen vahvistaminen sekä itsensä ilmaisun helpottaminen janan avulla

4.5 Menetelmiä elämänhistorian hahmottamiseen

Elämänjana -tehtävän vaihtoehtoinen toteutustapa piirtämällä elämäнкаarta vaiheittain

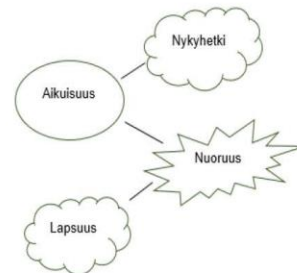
Välineet: A3-paperia tai kartonkia, tussit, kyniä, värikyniä, vahaliidut

Osallistujille jaetaan oma paperi, johon työstetään vapaavalintaisesti neljä kohtaa, esimerkiksi laatikoita, ympyröitä, pilviä, kukkasia, mitä vain. Ensimmäiseen "laatikkoon" kirjoitetaan lapsuus, toiseen nuoruus, kolmanteen aikuisuus ja neljänteen nykyhetki.

Osallistujia kannustetaan kirjoittamaan/piirtämään jokaiseen elämänvaihe-laatikkoon sellaisia asioita ja tapahtumia, jotka ovat olleet merkityksellisiä joko kielteisesti tai myönteisesti. Mitkä tekijät ja tapahtumat ovat vaikuttaneet siihen kuka olet tänään? Osallistujia muistutetaan siitä, että he voivat päättää, miten paljon ja mitä haluavat elämänhistoria -tehtävään laittaa.

Lopuksi keskustellaan tehtävästä ja osallistajat voivat halutessaan kertoa muille omaa elämäntarinaansa.

Tavoitteena on oman elämänhistorian ja -tarinan hahmottaminen, ymmärtäminen ja tunteminen



Tehtävä voidaan laatia myös menetelmien hyvinvointijulisteen tai terveelliset elämäntavat ja hyvinvointi -aiheisten sanojen lajittelun pohjalta – menetelmien tuotoksista osallistajat voivat saada apua muistamiseen ja helpotusta elämänhistorian pohtimiseen



4.6 Menetelmiä vahvuuksien ja voimavarojen löytämiseen

Menetelmien tavoitteena on omien voimavarojen ja vahvuuksien tunnistaminen, niiden hyödyntäminen sekä vahvuuksista keskusteleminen ryhmässä.

Omien vahvuuksien havainnollistaminen kuvakorteilla

Välineet: kuvakortit

Pöydälle levitetään erilaisia kuvakortteja. Osallistujia ohjeistetaan ottamaan yksi kuvakortti jokaiseen elämäntilanteeseen: lapsuuteen, nuoruuteen, aikuisuuteen ja nykyhetkeen. Kuvakortilla kuvaillaan vahvuuksia ja positiivisia asioita jokaiseen elämäntilanteeseen liittyen: mitkä ovat olleet omia vahvuuksia, missä on ollut hyvä, mistä on saanut hyvää palautetta, mistä kuvasta herää hyvä muisto. Nykyhetken pohditaan tämän hetken vahvuuksia. Lopuksi käydään läpi osallistujien kuvakortit ja niistä esiin nousseet vahvuudet sekä nousiko menneestä sellaisia asioita, joita voisi tänä päivänä hyödyntää?

Hyppy kuvaan -harjoitus

Välineet: valokuvia tai kuvakortit

Ohjaaja tuo tapaamiseen erilaisia valokuvia tai kuvakortteja. Osallistujille jaetaan omat kuvat ja heitä ohjeistetaan kuvittelemaan itsensä kuvaan. Ohjeistetaan pohtimaan, mitä kuvassa tapahtuu, mitä he tekevät tai ajattelevat kuvassa sekä hakemaan kuvan mukaisen tilanteen/taiteen avulla omia vahvuuksiaan ja muita hyviä asioita. Lopuksi osallistujat kertovat omasta kuvastaan ja ajatuksistaan.

Omat vahvuudet ja taidot -lomake

Välineet: kyniä, omat vahvuudet ja taidot -lomakkeet (liite 9)

Osallistujat saavat lomakkeen täytettäväksi. Tarkoituksena on pohtia ja löytää itselleen sopivia vahvuuksia. Jos osallistujia on enemmän kuin 4, voidaan tehtävää rajata siten, että osallistujia ohjeistetaan valitsemaan esimerkiksi 5 itselleen tärkeintä vahvuutta. Tämän jälkeen keskustellaan omista vahvuuksista/taidoista ja pohditaan, miten niitä voisi kehittää ja hyödyntää elämässään vielä enemmän.

4.7 Menetelmiä sosiaalisten verkostojen kartoittamiseen

Menetelmien tavoitteena on omien sosiaalisten suhteiden kartoittaminen, pohtia suhteiden laatua ja tilannetta tällä hetkellä.



Verkostokartan laadinta

Välineet: verkostokartta-lomakkeita, paperia, värikyniä, tussit, vahaliidut

Osallistujia ohjeistetaan laatimaan oma verkostokartta piirtäen, kirjoittaen tai perinteisen verkostokartta-lomakkeen avulla. Verkostokartta laaditaan itsenäisesti. Työskentelyn purussa on hyvä keskustella, miltä tehtävän laadinta tuntui ja osallistujat voivat halutessaan kertoa omasta verkostokartastaan enemmän.

”Sitä ihmistä en unohda” – tehtävä

Välineet: paperia, kyniä, vahaliidut

Osallistujille jaetaan omat paperit ja heitä ohjeistetaan valitsemaan yksi tärkeä ihminen jostakin elämänsä vaiheesta. Kannustetaan valitsemaan sellainen henkilö, joka on vaikuttanut osallistujan elämään myönteisesti. Jokainen kirjoittaa/piirtää omasta tärkeästä henkilöstään ja siitä, miten hän on osallistujan elämään vaikuttanut. Lopuksi pohditaan, mitä tunteita ja ajatuksia kyseinen henkilö tällä hetkellä herättää.

4.8 Menetelmiä ryhmän loppuvaiheeseen

Menetelmien tavoitteena on pohtia toivottua tulevaisuutta, tukiverkostoja ja valmistautua ryhmän jälkeiseen aikaan, vahvistaa omaa itsetuntemusta, löytää kuvittelun avulla päämääriä, uusia näkökulmia ja tavoiteltavia asioita elämään.

Unelmani on -tehtävä

Välineet: unelmani on -papereita (liite 7), kyniä, värikyniä, tussit

Osallistujille jaetaan Unelmani on -paperi, johon pohditaan oma unelma; realistinen haave ilman kritiikkiä, toivottu tulevaisuuden tila. Tämän jälkeen pohditaan yksi kohta kerrallaan keskustellen/piirtäen/kirjoittaen:

- Miten unelmassa näkyy oma arvomaailmasi, arvostamat asiat ja ihanteet?
- Unelman pilkkominen pieniin paloihin: mieti käytännön tasolla, mitkä tavoitteesi ovat, mitä haluat saavuttaa?
- Mitä hyötyä tavoitteella on sinulle, perheellesi, ystäville, naapureille, muille esim. verkostokartassa esiin tulleille henkilöille?
- Miten voit saavuttaa tavoitteet, mitä teet ja kenen kanssa, jotta tavoite toteutuu? Miten varaudut mahdollisiin vastoinkäymisiin? Kenen kanssa jaat suunnitelman, keneltä saat tukea?
- Mistä tiedät, että olet saavuttanut tavoitteen? Milloin unelma on saavutettu?

Lopuksi keskustellaan unelmista ja muista tehtävän aikana esiin nousseista asioista.



Myönteisten tulevaisuuskuvien luominen

Välineet: myönteiset lauseenalut -lomakkeet (liite 8), kyniä

Osallistujille jaetaan lomake, jossa on myönteisiä lauseen alkua. Osallistujia ohjeistetaan kirjoittamaan lauseen alkujen avulla ajatuksiaan omasta tulevaisuudestaan. Tehtävän tarkoituksena on herätellä positiivisia ajatuksia ja tuntemuksia. Osallistuja voi halutessaan kirjoittaa pitkän tarinan tai vain yksikin sana per lause riittää. Tehtävään on hyvä varata aikaa ja kannustaa, jopa haastaa osallistujia pohtimaan tulevaisuuttaan. Lopuksi osallistujat voivat lukea oman tekstinsä tai vain osan siitä.

4.9 Menetelmiä myönteisen palautteen antamiseen ja saamiseen

Positiivinen juoruilu

Välineet: paperia ja kyniä

Osallistujille (myös ohjaajille) jaetaan paperi, johon kirjoitetaan oma nimi. Toteutuksen voi tehdä kahdella tavalla; joko omakuvat -piirroksen avulla tai vain kirjallisesti. Ensimmäisessä vaihtoehdossa osallistuja aloittaa piirtämällä omia kasvojaan paperiinsa, jota muut jatkavat, kunnes kaikki ovat osallistuneet siihen. Toisella kierroksella kirjoitetaan paperissa olevasta henkilöstä myönteinen/positiivinen asia. Toisessa vaihtoehdossa tehdään vain yksi kierros, jossa kirjoitetaan positiivisia asioita paperin henkilöstä. Lopuksi keskustelua siitä, miltä positiivinen palaute tuntui ja tuliko yllättävää palautetta.

Tavoitteena on myönteisen palautteen antaminen ja saaminen sekä mukava ryhmän lopetus

5 ESIMERKKIRUNKO RYHMÄTOIMINNALLE

Pilottiryhmä kokoontui 7 kertaa torstai aamupäivisin kaksi tuntia kerrallaan. Ryhmään osallistui 8 asiakasta, joista kaksi tuli mukaan ensimmäisen tapaamisen jälkeen. Ryhmään valikoitui iältään 30-60-vuotiaita pitkäaikaistyöttömiä ja työkyvyttömyyseläkkeellä olevia henkilöitä. Ryhmään tuli työresurssien vuoksi kahden viikon tauko, joka on huomioitu esimerkkirungossa. Tauko koettiin niin osallistujien kuin työntekijöidenkin näkökulmasta huonoksi asiaksi, joten sitä kannattaa jatkossa välttää.

Ryhmän tarkoitus: sosiaalisen elämäntilanteen ja toimintakyvyn paraneminen, syrjäytymisen ehkäiseminen, hyvinvoinnin ja osallisuuden edistäminen, itsenäisen selviytymisen tukeminen, työmarkkinavalmiuksien edistäminen/lisääminen, vertaistuki sekä Turun palveluiden esittelemine.



1 TUTUSTUMINEN, RYHMÄN TAVOITTEET JA TARKOITUS

- Kahvitarjoilun ohella ohjaajat esittelevät itsensä ja kertovat ryhmästä: tarkoituksen, tavoitteet, alustavan sisällön, aikataulun
- Kuvakorttien avulla itsensä esittelemine ja tutustuminen
- Ryhmän sopimuksien ja sääntöjen laadinta – sääntöjulistete
- Tavoite- ja vahvuuskäden piirtäminen
- Päiväkirjaohjeistus, vihkojen ja kynien jakaminen
- Vierailija Turun kulttuuripalveluista
- Fiilisjana

Kokemus toteutuskerrasta:

Paikalla 5 osallistujaa. Tapaaminen eteni suunnitellun rungon mukaan, mutta esimerkiksi sääntöjulistetta emme tehneet, sillä säännöistä keskusteleminen oli riittävää. Tavoite- ja vahvuuskäden piirtäminen oli hyvä tapa hahmottaa omia vahvuuksia ja tavoitteita ryhmää kohtaan. Fiilisjanan perusteella osallistujilla oli positiivinen fiilis ryhmätapaamisesta. Ryhmätoiminnan aikana osallistujat hyödynsivät ensimmäisellä kerralla jaettuja vihkoja.

2 HYVINVOINTI

- Kahvitarjoilun ohella kuulumisten vaihto, ryhmätapaamisen aikataulun ja sisällön läpikäynti
- Tutustumisharjoituksena: ominaisuuksien vaihtokauppa
- Toiminnallinen osuus: hyvinvointijulisteiden tekeminen
- Elämänhistorian tarkastelua
- Vierailija Turun liikuntapalveluista

Kokemus toteutuskerrasta:

Paikalla 8 osallistujaa. Ominaisuuksien vaihtokauppa -tehtävä on hyvä ja hauska tapa tutustumiseen. Hyvinvointijulisteet tehtiin kahdessa ryhmässä ja työskentelyyn varattiin aikaa. Erilaiset toteutustavat (piirtäminen, leikkaa-liimaa-tekniikka) mahdollistivat kaikkien osallistumisen julisteeseen. Elämänhistorian tarkastelua emme ehtineet toteuttamaan. Turun kulttuuri- ja liikuntapalvelut kannattaa jatkossa esitellä samalla kerralla, sillä heillä oli jonkin verran samoja asioita esityksessä.



3 HYVINVOINTI; TERVEYSKÄYTTÄYTYMINEN, PÄIHTEET JA MIELENTERVEYS

- Kahvitarjoilun ohella kuulumisten vaihto, ryhmätapaamisen aikataulun ja sisällön läpikäynti
- Ryhmäläisten osallistaminen ryhmätoiminnan suunnitteluun lomakkeen avulla
- Toiminnallinen osuus: terveelliset elämäntavat ja hyvinvointi -aiheisten sanojen lajittelu
- Elämänhistorian tarkastelua
- Vierailijana Turun päihde- ja mielenterveystiimi

Kokemus toteutuskerrasta:

Paikalla 6 osallistujaa. Asiakkaiden osallistaminen lomakkeen avulla oli hyvä keino saada osallistujien toiveita ja ideoita esiin. Terveelliset elämäntavat ja hyvinvointi -aiheisten sanojen lajittelu herätti hyvää keskustelua ja nosti esiin erilaisia näkökulmia. Sanoja oli tosin liian paljon ja jatkossa ei kannata ottaa kaikkia sanoja mukaan. Edelleen emme ehtineet toteuttamaan elämänhistorian tarkastelua, mutta toisaalta toiminnan ohella osallistujat pohtivat myös menneisyyttään.

4 VAHVUUDET JA VOIMAVARAT, KUNTOUTTAVA TYÖTOIMINTA

- Kahvitarjoilun ohella kuulumisten vaihto, ryhmätapaamisen aikataulun ja sisällön läpikäynti
- Omien vahvuuksien havainnollistaminen kuvakorteilla
- Vahvuudet ja taidot -lomakkeen täyttäminen ja keskusteleminen
- Vierailu Monipalvelukeskus Tsemppiin

Kokemus toteutuskerrasta:

Paikalla 4 osallistujaa. Ehdimme täyttämään ennen Tsemppiin lähtöä vahvuudet ja taidot -lomakkeen, jonka pohjalta oli helppoa keskustella vahvuuksista. Aikamme loppui kesken, joten jouduimme käymään lomakkeet nopeasti läpi. Kaksi tuntia on liian vähän, kun mennään ryhmän kanssa vierailulle.

5 TALOUS JA ARKIELÄMÄ

- Kahvitarjoilun ohella kuulumisten vaihto kuvakorttien avulla, ryhmätapaamisen sisällön ja aikataulun läpikäynti
- Toiminnallinen osuus: talous- ja arkielämä -aiheinen janatyöskentely
- Vierailija Turun talous- ja velkaneuvonnasta

Kokemus toteutuskerrasta:

Paikalla 7 osallistujaa. Kahden viikon tauon jälkeen oli hyvä vaihtaa kuulumiset ensimmäisellä kerralla tutuksi tulleiden kuvakorttien avulla ja varata alkukeskusteluun aikaa. Talous- ja arkielämä -aiheinen janatyöskentely oli hyvä tapa käsitellä aihetta ja työskentelyyn oli helppoa osallistua. Keskustelua tuli paljon ja ehdimmekin käymään vain kaksi väitettä.



6 SOSIAALISET VERKOSTOT, TULEVAISUUS

- Kahvitarjoilun ohella kuulumisten vaihto, ryhmätapaamisen sisällön ja aikataulun läpikäynti
- Verkostokartan laadinta
- Toiminnallinen osuus: unelmani on -tehtävä
- "Sitä ihmistä en unohda" -tehtävä
- Vierailu Turun seudun TST ry:n tiloihin

Kokemus toteutuskerrasta:

Paikalla 4 osallistujaa. Sosiaaliset verkostot olivat aiheena haastava, sillä niihin liittyy voimakkaita tunteita niin menneisyydestä kuin nykyhetkestä. Jätimme verkostokartan laadinnan pois. Unelmani on -tehtävä vaatii osallistujalta kykyä unelmointiin ja heittäytymiseen, siksi tehtävä vaatii paljon ohjausta ja hyvän ilmapiirin. "Sitä ihmistä en unohda" -tehtävän avulla osa löysi positiivisia kokemuksia.

7 TULEVAISUUS, RYHMÄN PÄÄTÖS, PALAUTE

- Kahvitarjoilun ohella kuulumisten vaihto, ryhmätapaamisen sisällön ja aikataulun läpikäynti
- Toiminnallinen osuus: myönteisten tulevaisuuskuvien luominen - kirjoitustehtävä
- Ryhmäläiset saavat valita oman ajankohtaisen aiheen, josta haluaa vielä puhua ryhmässä
- Ryhmätoiminnan suullinen ja kirjallinen palaute
- Positiivinen juoruilu
- Keskustelua siitä, mitä ryhmäläiset aikovat tehdä ryhmän jälkeen ja varmistetaan, että jokaisella on jokin suunnitelma esim. aktiivisuussuunnitelma TE-toimistolla, aika omalle sosiaalityöntekijälle, kuntouttavan työtoiminnan alkaminen

Kokemus toteutuskerrasta:

Paikalla 7 osallistujaa. Viimeisellä kerralla ei ollut vierailijaa vaan aika käytettiin vapaamuotoiseen yhdessä oloon sekä keskusteluun. Myönteisten tulevaisuuskuvien kirjoittaminen vaatii kannustusta, aikaa ja rauhaa. Tehtävä osoittautui hyväksi vaihtoehdoksi perinteisen aarrekartta -työskentelyn tilalle. Positiivinen juoruilu oli mukava tapa lopettaa ryhmätoiminta ja jokaiselle jäi mukava muisto ryhmästä.

Palautteen perusteella ryhmän ajankohta ja kesto koettiin hyväksi, ilmapiiri oli hauska ja rento, ryhmässä käsiteltiin osallistujille tärkeitä asioita ja asiakkaat saivat toivottua sisältöä elämään. Palautteessa tuli esiin myös vertaistuen merkitys, uuden oppiminen ja ryhmä koettiin hyväksi irtiotoksi arjesta. Vierailijat ja vierailukohteet olivat tärkeitä ja odotettuja. Asiakkaat kiinnostuivat palveluista ja osa oli aikeissa osallistua niihin. Pilottiryhmä oli alusta asti itseohjautuva ja osallistajat lähtivät keskustelemaan ja työskentelemään ennakkoluulottomasti.



LÄHTEET

- HE 164/2014. Hallituksen esitys eduskunnalle sosiaalihuoltolaiksi ja eräksi siihen liittyviksi laeiksi. Finlex >Hallituksen esitykset >2014 >HE 164/2014.
- Jouttimäki, P., Kangas, S. & Saurama, E. (toim.) 2011. Uudistuva ja voimaannuttava aikuissosiaalityö. Visio vahvasta aikuissosiaalityöstä -hankkeen loppuraportti.
http://www.socca.fi/files/1676/Uudistuva_ja_voimaannuttava_aikuissosiaalityo_-_Visio_vahvasta_aikuissosiaalityosta_-hankkeen_loppuraportti.pdf.
- Karjalainen, A-L. 2004. Kokemuksesta kirjoittaminen ja kirjoittamisen kokemus. Omaelämäkerrallinen kirjoittaminen sosionomikoulutuksessa ja narratiivinen menetelmä sosiaalialan työssä. Helsinki: Diakonia ammattikorkeakoulu.
- Kataja, J.; Jaakkola, T. & Liukkonen, J. 2011. Ryhmä liikkeelle! Toiminnallisia harjoituksia ryhmän kehittämiseksi. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Krappe, J.; Parkkinen, T. & Sinisalo-Juha, E. (toim.) 2013. Tavarat taskuissa. Nuorten ryhmäohjauksen taidelähtöisiä menetelmiä. MIMO -projekti 2010 - 2013. Turun ammattikorkeakoulun oppimateriaaleja 83.
- Kuukasjärvi, A.; Linnossuo, O. & Sutinen, J. (toim.) 2011. Taidetyöskentelyä arjen näyttämöillä. Teoriaa, menetelmiä ja sovelluksia. Turun ammattikorkeakoulun oppimateriaaleja 53.
- Leskinen, E. 2010. Ryhmä toimimaan! Vinkkejä tutustumiseen, oppimiseen ja yhteistyöhön. 2., uudistettu painos. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Malinen, T. 2008. Luova tila. Ratkaisukeskeisestä ja narratiivisesta työtavasta. Helsinki: Lyhytterapiainstituutti Oy.
- Martin, M.; Heiska, H.; Syvälahti, A. & Hoikkala, M. 2012. Satoa ryhmästä - opas hyvinvointi-ryhmän ohjaajalle. Helsinki: Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiö.
- Niemistö, R. 2007. Ryhmän luovuus ja kehitysehdot. 7., uudistettu painos. Helsinki: Palmenia.
- Näkki, P. & Sayed, T. (toim.) 2015. Asiakastyön menetelmiä sosiaalialalla. Helsinki: Edita.
- Salmimies, R. & Ruutu, S. 2009. Myönteisen muutoksen työkirja. Helsinki: WSOYpro.
- Sava, I. & Vesänen-Laukkanen, V. (toim.) 2004. Taiteeksi tarinoitu oma elämä. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Sosiaali- ja terveysministeriö. 2015. Osallistava sosiaaliturva. Työryhmän loppuraportti.
http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/125774/URN_ISBN_978-952-00-3581-5.pdf?sequence=1.
- Sosiaalihuoltolaki 1301/2014. Finlex >Lainsäädäntö >Säädökset alkuperäisinä >2014 >1301/2014.
- Vahvuudet ja taidot -lomake osoitteessa:
http://www.oikeitaitoita.fi/sites/default/files/Liite%204_Omat%20vahvuudet%20ja%20taidot%20lista.pdf.
- Vilén, M.; Leppämäki, P. & Ekström, L. 2008. Vuorovaikutuksellinen tukeminen. 3., uudistettu painos. Helsinki: WSOY.
- Oppaan kuvat. 2016. Katriina Toivonen.



LIITE 1

Ohjaussuunnitelma

Aika ja paikka:

Ryhmän tarkoitus:

Toteutuskerran teema ja tavoitteet:

Mitä tehdään ja miten (aikataulu):

Mitä välineitä tarvitaan / ennakkovalmistelut:

Muuta huomioitavaa:

LIITE 2

Tällä lomakkeella on mahdollista vaikuttaa ryhmätoiminnan sisältöön ja menetelmiin, esittää toiveita ja ideoita liittyen teemoihin ja työskentelyyn.

1. Mitä aiheita ja teemoja pidät tärkeänä?
2. Mitä ajatuksia ja toiveita sinulla on ryhmän sisällön ja työskentelyn suhteen? Mitä haluat tehdä ryhmässä?
3. Onko jotakin, mitä et ehdottomasti halua/voi tehdä?
4. Vapaa sana ryhmän suhteen (esim. mitä odotat ryhmältä, omat tavoitteet, tunnelmat ja ajatukset)

Ympyröi ne kohdat, joista pidät:

Maalaaminen	Piirtäminen	Musiikin kuunteleminen
Askartelu	Musiikin soittaminen	Liikkuminen
Kirjoittaminen	Tanssiminen	Näytteleminen
Valokuvaus	Keskusteleminen	Heittäytyminen
Pelaaminen	Elokvien katselu	Valokuvien katselu

Mitä muuta tulee mieleen:

LIITE 3

Nimetön palautekysely ryhmätoiminnasta

Kaikki palaute on arvokasta ja haluamme kuulla mielipiteenne ryhmätoiminnasta.

Ruksaa sopivin vaihtoehto väitteisiin	Täysin samaa mieltä	Jokseenkin samaa mieltä	En osaa sanoa	Jokseenkin eri mieltä	Täysin eri mieltä
Ryhmässä käsiteltiin minulle tärkeitä asioita					
Ryhmään oli helppo tulla mukaan					
Sain sanoa haluamani ryhmässä					
Ryhmän kesto oli sopiva					
Ryhmän ajankohta oli sopiva					
Ryhmän osallistujamäärä oli sopiva					
Ryhmän vierailut/vierailijat olivat hyödyllisiä					
Toimintaan oli helppoa osallistua					
Ryhmän ohjaus oli hyvää ja riittävää					

Ryhmässä oli hyvää:

Ryhmässä oli huonoa:

Tuleeko mieleen jotain muuta sanottavaa tai tarkennettavaa / vapaa sana:

KIITOS PALAUTTEESTA JA RYHMÄÄN OSALLISTUMISESTA ☺

LIITE 4

Epävarma	Epätietoinen	Hauska	Avulias
Avuton	Epäilevä	Arka	Anteeksiantava
Alistunut	Hermostunut	Hulvaton	Iloinen
Inhoava	Käytännöllinen	Jännittänyt	Järkyttynyt
Komea	Haaveilija	Harkitseva	Spontaani
Kiltti	Komenteleva	Kapinallinen	Mukava
Kateellinen	Kultainen	Lamaantunut	Luja
Lämmin	Mahtaileva	Miehekäs	Malttamaton
Motivoitunut	Murheellinen	Nopea	Näppärä
Nipottaja	Odottava	Onnellinen	Pohtiva
Pelokas	Rakastava	Rento	Riehakas
Rohkea	Romanttinen	Saamaton	Aikaansaava
Sitoutunut	Soma	Stressaantunut	Innostunut

LIITE 4

Säteilevä	Tarmokas	Tasainen	Hiljainen
Ujo	Tulinen	Torjuva	Tunteellinen
Turtunut	Tuulinen	Tyyni	Tyytyväinen
Vahva	Vapaa	Vapautunut	Vauhdikas
Virkeä	Vihainen	Ystävällinen	Päätäväinen
Määrätietoinen	Reilu	Rentoutunut	Hyväntuulinen
Huumorintajuinen	Ajattelevainen	Sosiaalinen	Taiteellinen
Erakko	Positiivinen	Negatiivinen	Luotettava
Puhelias	Musikaalinen	Eloisa	Liikunnallinen
Rauhallinen	Luova	Leppoisa	

LIITE 5

Ruokailu, liikunta, painonhallinta:

Säännöllinen ja monipuolinen ruokailu

Sokerin käyttö

Kävelylenkki

Kovat rasvat ja suola

Painonhallinta

Keskivartalolihavuus

Ylipaino

Kotitekoinen ruoka

Einekset

Pikaruoka

Liikkumattomuus

Kasvikset ja hedelmät

Kuntourheilu

Vireys:

Mahdollisuus lepoon

Riittävä unenmäärä

Väsymys

Unettomuus

Säännöllinen unirytm

Sosiaaliset suhteet:

Tuttujen tapaaminen

Ystävät

Yhdessä tekeminen

Perhe

Ryhmään kuuluminen

Yksinäisyys

Kuulluksi tuleminen

Epäkunnioittava kohtelu

Kuluttavat ihmissuhteet

Arkielämä, vapaa-aika:

Arkirutiinit

Hygieniasta huolehtiminen

Mielekäs tekeminen

Aikaansaamattomuus

Lemmikit

Itsestä ja kodista huolehtiminen

Välinpitämättömyys

Itsensä toteuttaminen:

Uskallus asettaa tavoitteita

Ulkoapäin asetetut tavoitteet

Suorittaminen

Muiden odotukset

Itsensä toteuttaminen

LIITE 5

Fyysinen hyvinvointi:

Terveys

Sairastuminen

Hyvä fyysinen kunto

Psyykinen hyvinvointi:

Murehtiminen

Stressi

Rentoutuminen

Hyvä itsetunto

Rohkeus olla oma itsensä

Itsensä syyllistäminen

Kyky arvostaa itseään

Kyky arvostaa muita

Psyykinen pahoinvointi

Tyytyväisyys itseensä ja elämään

Tunne arvostuksesta

Ympäristö, asuminen:

Kodin puhtaus

Viihtyisä asuinympäristö

Levoton asuinympäristö

Luonto

Huonot kulkuyhteydet

Oma koti

Turvallisuudentunne

Päihteiden käyttö:

Alkoholin käyttö

Tupakointi

Huumeet

Tunteet:

Rakkaus

Ilo ja mielihyvä

Hyväksyntä

Viha

Katkeruus

Pettymys

Onnellisuus

Itsevarmuus

Tunne

pärjäämättömyydestä

Koulutus, työ, toimeentulo:

Työssäkäynti

Riittävä toimeentulo

Köyhyys

Ammattitutkinto / Koulutus

Peruskoulu

Työttömyys

LIITE 6

Väitteet janatyöskentelyyn

Nautin nykyhetkestä	Kaipaen muutosta elämääni
Raha ei merkitse minulle kaikkea	Stressaannun helposti
Näen asioiden hyvät puolet ja sanon ne ääneen	Olen tyytyväinen elämääni
Uskallan näyttää iloni	Minun on helppoa hoitaa asioitani
Hyväksyn ajoittaisen epäonnistumiseni	Voin pyytää apua muilta
Annan itselleni ja muille anteeksi	Huolehdin itsestäni ja kodistani
Osaan sanoa ei tarvittaessa	Minulta odotetaan/vaaditaan liikaa asioita
Sosiaaliset suhteeni ovat toimivia	Saan energiaa toisten ihmisten seurasta
Hyväksyn muiden erilaisuuden	Olen vapaa tekemään valintoja elämässäni
Uskallan kertoa mielipiteeni	Hoidan laskut ja muut pakolliset menot ajoissa
Pystyn huomauttamaan huonosta palvelusta	Olen järjestelmällinen
Minun on helppoa tehdä päätöksiä	Kotityöt eivät tuota minulle tuskaa
Pyrin aktiivisesti muuttamaan asioita, joihin en ole tyytyväinen	Tiedän mistä saan apua ja tukea tarvittaessa
Tulotasoni riittää perustarpeisiini	Olen yhtä arvokas kuin kuka tahansa muukin
Tiedän vahvuuteni	Tiedän, missä rajani kulkevat ja teen ne selväksi toisille
Olen tyytyväinen itseeni ja siihen, mitä minulla on	
Uskon selviytyväni haasteista	
Arvostan itseäni ja saavutuksiani	
Osaan ottaa apua vastaan	
Minun on helppoa mennä uusiin tilanteisiin	
Teen elämässäni asioita, joista nautin	
Pyrin selvittämään haastavat tilanteet	
Elämääni sisältyy mielekästä tekemistä	
Lepään ja rentoudun riittävästi	
En pysty toteuttamaan itseäni niin kuin haluaisin	

LIITE 7

UNELMANI ON: _____

LIITE 8

Myönteisten tulevaisuuskuvien luominen. Emme voi ennustaa tulevaisuuttamme, mutta mikään ei estä meitä kuvittelemasta sitä, mitä tulevaisuus tuo tullessaan.

Kuvittele, että vuoden kuluttua elät elämäsi parasta aikaa ja jatka alla olevia lauseen alkuja sen mukaan.

Minulla oli aiemmin vaikeaa, sillä:

Selvisin vaikeasta tilanteesta:

Nyt minulle kuuluu hyvää, koska:

Terveyteni on parempi, sillä:

Vapaa-ajalla minä:

Minun ihmissuhteisiin kuuluu hyvää, koska:

Tulen iloiseksi ja saan energiaa:

Jos minun tarvitsee, niin lataan akkuni:

Fyysinen kuntoni on parempi, koska:

Arkielämäni on hyvää, sillä:

Vahvuuksiani/taitojani/kykyjäni ovat:

Hyödynnän vahvuuksiani:

Mielialani on parempi, huomaan sen siitä, että:

Yhteenvetona huomaan, että minulla menee paremmin kuin vuosi sitten, sillä:

LIITE 9

Vahvuuksia

- joustavuus
- johdonmukaisuus
- ennakkoluulottomuus
- huolellisuus
- suvaitsevaisuus
- tarkkuus
- avarakatseisuus
- taloudellisuus
- myönteisyys
- realistisuus
- luonnollisuus
- tiedonhalu
- oppimishalu
- päättäväisyys
- itsevarmuus
- kunnianhimoisuus
- luotettavuus
- rehellisyys
- vastuuntunto
- ahkeruus
- innokkuus
- oma-aloitteisuus
- aktiivisuus
- itsenäisyys
- kekseliäisyys
- luovuus
- omaperäisyys
- taiteellisuus
- nopeus
- tarmokkuus
- epävarmuuden sietokyky
- rentous
- rauhallisuus
- pitkäjänteisyys
- sinnikkyys
- harkitsevuus
- suunnitelmallisuus

Vuorovaikutustaitoja

- sosiaalisuus
- ystävällisyys

- kohteliaisuus
- palveluhenkisyys
- huumorintaju
- sanavalmius
- esiintymistaito
- yhteistyökyky
- hyvä ihmistuntemus
- neuvottelutaito
- motivointitaito
- johtamistaito
- suullinen ilmaisutaito
- kirjallinen ilmaisutaito
- kielitaito

Ammatillisia taitoja

- koneiden ja laitteiden käyttötaidot
- koneiden ja laitteiden korjaustaidot
- rakennustaidot
- ajotaito
- kodinhoito- ja puhdistuspalvelutaidot
- ruoanvalmistustaidot
- hoito- ja hoivataidot
- kasvat-, ohjaus- ja opetustaidot
- tyylien ja trendien tuntemus
- musiikilliset taidot
- kuvataiteelliset taidot
- käsityötaidot
- myyntitaidot
- esittelytaidot
- asiakaspalvelutaidot
- kulttuurien tuntemus
- ruokakulttuurien tuntemus
- erätaidot
- luonnon tuntemus
- maantiedon tuntemus

Työhallintataitoja

- organisointitaito
- suunnittelutaito
- ongelmanratkaisutaito
- päätöksentekotaito
- projektien vetotaito

Matemaattisia taitoja

- laskutaito
- numeerinen päättelykyky
- looginen päättelykyky
- avaruudellinen hahmotuskyky

Tietoteknisiä taitoja

- tekstinkäsittelytaidot
- ohjelmointitaidot
- ohjelmien käyttötaidot

Muita taitoja, joita sinulla on

- kädentaidot
- sorminäppäryys
- kestävyyskunto
- _____
- _____
- _____
- _____