

Enemmän irti ryhmästä

Osallistavan ryhmätoiminnan oppaan
toteuttaminen Stoppareihin

LAHDEN
AMMATTIKORKEAKOULU
Sosiaali- ja terveysala
Sosiaalialan koulutusohjelma
Sosiaalipedagoginen aikuistyö
Opinnäytetyö
Syksy 2016
Pia Rautio
Terhi Vanha-aho
Kaisa Vihreälehto

Lahden ammattikorkeakoulu
Sosiaalialan koulutusohjelma

RAUTIO, PIA:
VANHA-AHO, TERHI:
VIHREÄLEHTO, KAISA:

Enemmän irti ryhmästä:
Osallistavan ryhmätoiminnan oppaan
toteuttaminen Stoppareihin

Sosiaalipedagogisen aikuistyön opinnäytetyö, 80 sivua, 51 liitesivua

Syksy 2016

TIIVISTELMÄ

Tämän toiminnallisen opinnäytetyön aihe oli ryhmäsisältöjen suunnittelu lastensuojelun erityisyksikön ohjaajien työvälineeksi. Opinnäytetyön toimeksiantajana toimivat A-klinikkasäätiön Stopparit.

Opinnäytetyön tarkoituksena oli kehittää Stoppareille uusia ryhmäsisältöjä ja lisätä ohjaajien tietoisuutta erilaisista ryhmänohjausmenetelmistä. Ryhmäsisältöjen keskeinen tarkoitus oli lisätä toiminnallisuutta ja nuorten osallisuuden kokemusta ryhmässä.

Opinnäytetyön tavoitteena oli erilaisten toiminnallisten ja osallistavien ryhmäsisältöjen suunnittelu, toteutus ja arviointi. Tavoitteena oli tuottaa nuorille mielekkäitä ryhmätoimintoja, joissa he pääsevät osallistumaan ja voivat ilmaista itseään. Konkreettisena tavoitteena oli tuottaa ohjaajille käyttöön jäävä ja helposti hyödynnettävä menetelmäopas.

Suunnitteluvaiheeseen kuuluneiden kyselyiden pohjalta kehitettiin erilaisia ryhmäsisältöjä. Opinnäytetyön toteutusvaiheessa sekä opinnäytetyön tekijät että Stoppareiden ohjaajat testasivat suunniteltuja ryhmäsisältöjä. Ohjaajat ja ryhmiin osallistuneet nuoret antoivat ryhmäsisällöistä palautetta. Saatu palaute huomioiden koottiin ryhmätoiminnan opas, joka sisälsi kahdeksan toiminnallista ja nuoria osallistavaa ryhmäsisältöä. Opas koottiin kansiomuotoon, minkä lisäksi materiaali tallennettiin sähköiseen muotoon toimeksiantajan intraverkkoon.

Suunnitelluissa ryhmissä nuoret kokivat pääsääntöisesti pääsevänsä ilmaisemaan itseään ja osallistumaan toimintaan aktiivisesti. Mahdollisuus tehdä itse lisäsi toiminnan mielekkyyttä. Toiminta ei kuitenkaan saa olla liian monivaiheista tai kestää liian pitkään. Haasteeksi osoittautui nuorten mielenkiinnon ylläpitäminen ryhmäsisältöjen hoidollisista tavoitteista tinkimättä. Havaittiinkin, että ohjaajan rooli ryhmän motivoijana ja osallistujien huomion suuntaajana on tärkeä.

Asiasanat: ryhmätoiminta, osallisuus, toiminnalliset menetelmät, nuoret, päihdehoito, lastensuojelu

Lahti University of Applied Sciences
Degree Programme in Social Services

RAUTIO, PIA: Making the most of groups:
VANHA-AHO, TERHI: Implementing inclusive group
VIHREÄLEHTO, KAISA: activities – a guide
for Stopparit

Bachelor's Thesis in Social Pedagogy for Work with Adults, 80 pages, 51
pages of appendices

Autumn 2016

ABSTRACT

The topic of this functional thesis was planning group activities for youth placed in a closed institution. The commissioner of the thesis was A-klinikkasäätiö's Stopparit.

The purpose of this thesis was to develop useful group activities for instructors and to increase the instructors' awareness of methods of group guidance. The central purpose was to create group activities that will increase the experience of involvement of the youth attending the groups and to offer participants experiences of involvement in groups.

The aim of this thesis was to plan, implement and evaluate the group contents produced during the thesis process. The aim was to produce meaningful activities in which the young can participate and express themselves. The tangible objective was to produce a useful method guide for instructors.

Different types of group content were developed based on the questionnaires. In the implementation phase the planned group content was tested. Both directors and youth who participated in the groups gave feedback on the contents. The feedback was taken into account when compiling the group activity guide, which contained eight functional group contents. The guide was compiled into a folder format and in addition, the material was uploaded in electronic format on the commissioner's intranet.

In developed groups the participants mainly felt they could express themselves and participate actively. The opportunity to produce on one's own increased the meaningfulness of activities. However, the activity must not have too many steps or take too long. The challenge is to maintain the interest of the young people without compromising the purpose and objectives of the group. It was also noticed that the role of the instructor as a motivator and in directing participants' attention is important.

Keywords: participation, group activities, group leading, youth, substance abuse treatment, child welfare

SISÄLLYS

1	JOHDANTO	1
2	OPINNÄYTETYÖN TAUSTA JA KOHDEORGANISAATIO	3
2.1	Taustaorganisaatio	3
2.2	Kohdeorganisaatio ja kohderyhmä	4
2.3	Ryhmätoiminnan tavoite ja muutosvaihemalli	5
2.4	Aikaisemmat opinnäytetyöt ja tutkimukset	7
3	OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITTEET	9
4	TIEDONHANKINNAN KUVAUS	10
5	PÄIHTEET JA NUORUUS	12
5.1	Nuorten päihteidenkäyttö	12
5.2	Nuoruuden vaiheet ja elämönhallinta	13
5.3	Lastensuojelu ja nuorten päihdehoito	15
6	RYHMÄTOIMINTA JA OSALLISUUS	17
6.1	Ryhmän tehtävä	17
6.2	Turvallinen ryhmä	18
6.3	Nuorten ryhmän erityisyys	19
6.4	Ohjaajan rooli ryhmässä	20
6.5	Osallisuus	22
6.6	Toiminnallisuus ja luova toiminta	24
6.7	Toiminnalliset menetelmät sosiaalialalla	26
7	OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUKSEN KUVAUS	28
7.1	Opinnäytetyöprosessin kulku	28
7.2	Kyselyn tulokset	30
7.3	Suunnittelua ohjaavat tekijät	35
8	RYHMIEN TOTEUTUKSET	40
8.1	Opinnäytetyön tekijöiden ohjaamat toimintakerrat	40
8.1.1	Fiiliskortit	40
8.1.2	Kehon päihdekartta	43
8.2	Stoppareiden ohjaajien ohjaamat toimintakerrat	46
8.2.1	Puolesta ja vastaan	46
8.2.2	Biisin sanat	48

8.2.3	Oma huone	50
8.2.4	Voimavarapeli	51
8.2.5	Mitä mieltä? -rastit	53
8.2.6	Tehdään tarina	55
8.3	Palautteen perusteella tehdyt muutokset	57
9	ARVIOINTI	59
9.1	Yhteistyö	59
9.2	Ryhmäsisältöjen suunnittelu, toteutus ja arviointi	60
9.3	Ryhmäsisällöt	61
9.4	Opas	63
9.5	Oman osaamisen kehittyminen	66
10	POHDINTA	68
10.1	Eettisyys ja luotettavuus	68
10.2	Johtopäätökset	69
10.3	Jatkokehittämissuositukset	72
	LÄHTEET	74
	LIITTEET	81

1 JOHDANTO

Tämä toiminnallinen opinnäytetyö syntyi sen tekijöiden yhteisestä kiinnostuksesta ryhmätoimintaa ja päihdehoitoa kohtaan. Yhdessä toimeksiantaja A-klinikkasäätiön Stoppareiden kanssa pohdimme, voitaisiinko hoidollisissa ryhmissä tehdä jotain aivan uudella tavalla. Heräsi kysymys, miten päihteidenkäyttöön ja elämänhallintaan liittyvistä nuorten ryhmistä saataisiin enemmän irti.

Lasten osallisuuteen lastensuojelussa on alettu kiinnittää enenevässä määrin huomiota, minkä johdosta on kehitetty lapsilähtöisiä dialogisia, toiminnallisia ja taidelähtöisiä työmenetelmiä. Lastensuojelussa onkin havaittavissa lapsen osallisuutta vahvistava käänne. (Känkänen 2013, 72.) Sen vuoksi halusimme kiinnittää erityistä huomiota nuorten osallisuuteen. Opinnäytetyössämme osallisuutta pyritään vahvistamaan toiminnallisten ja osallistavien ryhmäsisältöjen avulla.

Toiminnalliset menetelmät voivat luoda työskentelyyn uusia mahdollisuuksia, sillä niitä hyödyntämällä ihmiset voivat saada erilaisia näkökulmia sekä omaan elämäänsä että oman itsensä pohtimiseen. Niiden avulla voidaan tukea ihmisen tarvetta vuoropuheluun ja oman elämänsä rakentajana toimimiseen. Toiminnalliset menetelmät antavat mahdollisuuden pohtia, tarkastella ja keskustella asioista sekä saada uutta ajateltavaa. Menetelmien käyttö voi herättää myönteisiä tunteita, jotka puolestaan voivat saada aikaan aktiivisuutta, yhteisöllisyyttä ja osallisuutta. (Nietosvuori 2008, 141, 136.) Menetelmät mahdollistavat ryhmiiin osallistuville nuorille uudenlaisia ryhmäkokemuksia; toiminnallisissa ryhmissä osallistujat ovat itse aktiivisia ja voivat saada onnistumisen kokemuksia.

Osallisuuden teeman vuoksi nuoria halutaan ottaa mukaan ryhmätoimintojen teemojen ja menetelmien valintaan sekä selvittää heidän kokemuksiaan Stoppareiden ryhmätoiminnasta. Myös ohjaajien näkemykset ryhmätoiminnasta koetaan tarpeellisiksi selvittää, koska halutaan suunnitella käyttöön jääviä ryhmäsisältöjä. Nuorille ja ohjaajille

tehdyn kyselyn kautta nuoret pääsevät osaltaan vaikuttamaan suunniteltavien ryhmien teemoihin ja menetelmiin. Ryhmäsisällöistä suunnitellaan valmiita kokonaisuuksia, joiden tavoitteet mukailevat Stoppareiden hoidollisten ryhmien tavoitteita. Ryhmät toteutetaan opinnäytetyön tekijöiden ja Stoppareiden ohjaajien toimesta ja arvioidaan saadun palautteen pohjalta. Näistä ryhmäsisällöistä kootaan menetelmäopas Stoppareiden ohjaajien käyttöön.

Tämän opinnäytetyön myötä voi saada käsityksen paitsi niistä haasteista, mitä ryhmäsisältöjen kehittämisprosessiin liittyy myös siitä, millaisia mahdollisuuksia ryhmänohjaajalla on elävöittää nuorten ryhmää ja saada nuoria osallistumaan mukaan toimintaan.

2 OPINNÄYTETYÖN TAUSTA JA KOHDEORGANISAATIO

Opinnäytetyön toimeksianto saatiin A-klinikkasäätiön Stoppari-Lahdesta, jossa yksi opinnäytetyöntekijöistä oli suorittanut opintoihin liittyvän harjoittelujakson ja jossa hän on toiminut sen jälkeen sijaisena. Idea opinnäytetyöhön syntyi Stopparin päihde- ja elämönhallintaryhmissä tehtyjen havaintojen ja esimiehen sekä ohjaajien kanssa käytyjen keskusteluiden pohjalta. Päihde- ja elämönhallintaryhmiin kaivattiin ensisijaisesti lisää toiminnallisuutta ja nuoria osallistavia ja kiinnostavia sisältöjä. Ryhmien rakenteeseen kaivattiin myös yhtenäisyyttä ja selkeyttä, joita esimerkiksi erilaiset ryhmänoitus- ja lopetusmenetelmät lisäävät. Opinnäytetyön tarkoituksena on kehittää päihde- ja elämönhallintaryhmien sisältöjä. Opinnäytetyö ajoittui yhteen A-klinikkasäätiön Stoppareiden ryhmätoimintojen uudistamisen kanssa. Opinnäytetyöprosessissa suunnitellut sisällöt tulevat sekä Stoppari-Lahden että Stoppari-Haminan käyttöön.

2.1 Taustaorganisaatio

Valtakunnallisesti toimiva, voittoa tavoittelematon järjestö ja palveluntuottaja A-klinikkasäätiö on perustettu vuonna 1955. A-klinikkasäätiön hoito- ja kuntoutuspalveluiden, ehkäisevän päihdetyön ja asiantuntijapalveluiden tavoitteena on vähentää päihdehaittoja ja muita psykososiaalisia ongelmia. A-klinikkasäätiössä tehdään töitä päihdeongelmaisten ja heidän läheistensä aseman parantamiseksi. Säätiön järjestötoimintaa rahoitetaan Raha-automaattiyhdistyksen avustuksilla. A-klinikkasäätiön eri palvelualueet solmivat puite- ja ostopalvelusopimuksia niiden kuntien tai kuntayhtymien kanssa, joiden avustuksilla toimintaa rahoitetaan. (A-klinikkasäätiö 2016a.)

A-klinikkatyön taustalla vaikuttavia arvoja ovat ihmisarvon kunnioittaminen, luottamuksellisuus, suvaitsevaisuus sekä vastuullisuus. A-klinikkasäätiöllä tehtävän terapiatyön lähestymistapoja ovat ratkaisu- ja voimavarakeskeinen, systeemiteoreettinen, kognitiivinen,

transaktioanalyttinen, ja psykodynaaminen ajattelutapa. (A-klinikkasäätiö 2016f; 2016g.)

A-klinikkasäätiössä palvelutuotanto on vuonna 2015 tehdyn organisaatiomuutoksen jälkeen jaettu Etelä-Suomen, Länsi-Suomen ja Sisä-Suomen palvelualueeseen sekä valtakunnallisiin hoitopalveluihin. Valtakunnallisiin hoitopalveluihin kuuluvat Järvenpään päihdesairaala, Mikkelin A-klinikka, Stoppari-Hamina ja Stoppari-Lahti. (A-klinikkasäätiö 2016b; 2016c.)

2.2 Kohdeorganisaatio ja kohderyhmä

Stoppari-Hamina ja Stoppari-Lahti ovat lastensuojelulain mukaiset, vahvasti resurssoidut laitokset, jotka ovat erikoistuneet päihdetyöhön ja nuorisopsykiatriseen osaamiseen. Stoppareissa tarjottu hoito on tarkoitettu 12–17-vuotiaille nuorille ja nuori voi tulla pysäytysjaksolle suoraan kotoaan tai toisesta lastensuojelulaitoksesta. Stoppareiden pysäytisosastoilla on seitsemän asiakaspaikkaa ja työryhmä koostuu sosiaali- ja terveysalan ammattilaisista; Stoppareissa työskentelee lähihoitajia, sosionomeja ja sairaanhoitajia. Stoppari-Haminassa toimii myös viisipaikkainen kuntoutumisosasto, joka tarjoaa vaiheittain etenevää yksilöllisesti suunniteltua hoitoa. Stoppareiden tavoitteena on pysäyttää nuoren haitallinen elämäntapa, johon voi liittyä esimerkiksi rajattomuutta, päihteidenkäyttöä tai rikollisuutta. Stoppareiden hoitoketjussa tarjotaan kiireellisesti sijoitetuille tai huostaan otetuille nuorille hoidollista pysäytystä ja hoidon tarpeen arviointia sekä kuntouttavaa hoitoa. Pysäytysjakson aikana suunnitellaan jatkohoito nuoren tarpeet ja hänen perheensä sekä lähiverkostonsa huomioiden. Yleisenä tavoitteena on edistää päihde- ja mielenterveysongelmaisten nuorten ja heidän perheidensä kuntoutumista ja hyvinvointia. Hoitoketjulla jokaiselle nuorelle asetetaan myös yksilöllisiä tavoitteita. Pysäytisosastot tarjoavat lyhyitä noin 30–90 vuorokauden pysäytys- ja arviointijaksoja. Hoitoon tulon tarvitaan maksusitoumus nuoren kotikunnan sosiaaliviranomaiselta. Pysäytisosastojen ovet ja ikkunat ovat lukittu ja 30 vuorokauden mittaisen pysäytysjakson aikana

nuoren kulkeminen talon ulkopuolella tapahtuu ainoastaan ohjaajan seurassa. (A-klinikkasäätiö 2016d; 2016e; 2016h; 2015a; Stoppari-Lahti 2012; Stoppari-Lahti 2013.)

Stoppareissa hoito- ja työskentelytavat ovat yksilöllisiä ja ne riippuvat nuoren ja hänen perheensä elämäntilanteesta, tarpeista ja voimavaroista. Terapeuttisen, hoidollisen sekä lastensuojelun ja päihdetyön asiantuntemuksen kokonaisuus mahdollistaa hoidon monimuotoisuuden. Hoitajakso rakentuu tiiviin omaohjaajatyöskentelyn, yhteisöhoidollisten elementtien, hoidollisten ryhmien ja tiiviin verkostotyön varaan. Nuoren kanssa työskennellessä tärkeintä on nuorta arvostava ja kunnioittava asenne. Ohjaaja pyrkii saamaan selville nuoren omat tavoitteet, ydinarvot ja yhdessä tavoitellun muutoksen merkityksen; tavoitteet etsitään ja nimetään yhteistyössä nuoren kanssa. Yhteisöhoidolliset menetelmät tarkoittavat koko yhteisön tietoista hyödyntämistä sekä hoidollisten, kuntoutuksellisten että kasvatuksellisten tavoitteiden toteutumiseksi. Menetelmillä tavoitellaan tasa-arvoa, nuoren kuulemistä, sallivuutta, yhteisvastuuta, yhdessäoloa sekä sopeutumista yhteisön sisäiseen ja ulkopuoliseen todellisuuteen. (A-klinikkasäätiö 2015b.)

2.3 Ryhmätoiminnan tavoite ja muutosvaihemalli

Ryhmähoito on yksi monista Stoppareissa käytettävistä hoitotyön menetelmistä. Hoidolliset ryhmät rytmittävät päivää ja ovat osa hoitoa. Hoidolliset ryhmät antavat osaltaan tietoa nuoren osallistumisesta toimintaan, vuorovaikutuksesta ja suhtautumisesta avun vastaanottamiseen. Tämä on tärkeää tietoa jatkohoitoa suunniteltaessa. Kuntouttavassa hoidossa nuori oppii muun muassa hahmottamaan elämäänsä ja aiemman toimintansa vaikutusta tilanteelleen sekä kyseenalaistamaan omia arvojaan. Nuori rakentaa myönteistä minäkuvaa ja oppii sitä kautta tunteiden rakentavaa hallintaa ja sosiaalisia taitoja. Ryhmässä opitaan sääntöjä ja rajoja ja ollaan vuorovaikutuksessa muiden vertaisten kanssa. Hoidon aikana ohjaajien tehtävänä on auttaa nuorta tiedostamaan ristiriita, joka hänen ajattelun, mielipiteiden ja käyttäytymisen

välillä on. Nuorelle ei välttämättä kerrota, mitä hänen tulisi tehdä, vaan esiin tuodaan erilaisia mahdollisuuksia, joilla asioita voi ratkaista. Ryhmien avulla nuori matkaa omaan itseensä, ottaa oman elämän haltuun vähitellen itse, liikkuu, urheilee, jaksaa, ahkeroi, oppii kodin hoitoon liittyviä asioita, elää ilman pähteitä sekä kohtaa seksuaalisuusasioita. Ryhmien menetelmät ja sisällöt muuttuvat nuorten tarpeiden sekä henkilökunnan osaamisen mukaan. (Nuorten hoitotyön käsikirja 2015, 5–6, 8, 10–11.)

Kaikille toiminnoille ja ryhmille tavoite löytyy riippuvuuksien nelikentästä, joka tarkoittaa jakoa fyysiseen, psyykkiseen, sosiaaliseen ja henkiseen riippuvuuteen. Jokainen toiminta edesauttaa jonkun tai useiden osa-alueiden riippuvuuden nujertamista. Sosiaalisen riippuvuuteen liittyvän haitallisen elämänmallin ja sosiaalisen verkoston tilalle pyritään löytämään muuta tekemistä toiminnallisuuden kautta, kuten tutustumalla harrastuksiin ja muuhun korvaavaan toimintaan. Siihen liittyy myös osallistuminen yhteisiin toimintoihin ja ryhmiin, vuorovaikutus niissä ja yhteiset säännöt. Fyysiseen riippuvuuteen liittyy vieroitusoireiden helpottaminen ja rentoutuminen sekä päivärytmiin kuuluvat asiat ja itsestä huolehtiminen. Psyykkistä riippuvuutta helpotetaan luottamuksen saavuttamisella ohjaajiin ja omaohjaajatyöskentelyllä, mutta myös hoidollisten ryhmien kautta ja avoimella keskustelulla. Tavoitteena on nykyisyyden ja tulevaisuuden hahmottaminen, oman toiminnan seurausten ymmärtäminen ja tulevaisuuden suunnitelmien tekeminen. Pettymysten ja stressin hallinnan tavoitteeseen liittyy myönteisen minäkuvan ja itsetunnon kehittymisen kautta tulevat taidot tunnistaa, käsitellä ja hallita tunteita. Henkistä riippuvuutta käsitellään erilaisten uskomusten muuttamisen kautta sekä yksilö- että ryhmäkeskusteluissa. Tähän liittyen käsitellään omia arvoja ja asenteita ja määritellään niitä uudelleen sekä hahmotetaan omaa maailmankuvaa. (Nuorten hoitotyön käsikirja 2015, 10–11, 14.)

Muutosvaihemalli auttaa suunnittelemaan nuoren hoitoa ja huomioimaan elämäntapamuutoksen vaatimukset. Muutosvaiheista ensimmäinen on esipohdintavaihe, kun nuori ei näe vielä ongelmaansa. Toinen vaihe on pohdinta, kun nuori miettii silloin tällöin ongelman mahdollisuutta. Kolmas vaihe on valmistautuminen, kun nuori on tehnyt ensimmäisen siirron

muutokseen ja neljäs vaihe on toiminta, jolloin laaditaan selviytymissuunnitelma. Erityisesti nämä neljä ensimmäistä vaihetta tulevat esiin pysäytyshoidon aikana. Pysäytyshoito saa miettimään ainakin ongelman mahdollisuutta. Näiden vaiheiden jälkeen siirrytään ylläpitovaiheeseen ja lopulta vakiintumiseen, jossa nuori on jättänyt haitallisen elämäntavan. Nämä kaikki vaiheet voivat toistua useita kertoja ennen kuin uusi elämäntapa omaksutaan. Mahdollinen retkahdus nähdään oppimistilanteena. Motivoitunut nuori voi tarvita työntekijän tukea ja välineitä muutoksen toteuttamiseen. Motivaatiota voi herättää, kasvattaa ja vahvistaa vuorovaikutuksessa. (Nuorten hoitotyön käsikirja 2015, 6, 14.)

2.4 Aikaisemmat opinnäytetyöt ja tutkimukset

Aiemmin tehtyjä opinnäytetöitä ja tutkimuksia kartoitettiin tekemällä hakuja Theseuksesta, josta löytyy ammattikorkeakoulujen opinnäytetöitä sekä Melindasta, joka on kirjastojen yhteistietokanta. Haut tehtiin erilaisilla hakusanayhdistelmillä, jotta tulokset vastaisivat mahdollisimman tarkasti tämän opinnäytetyön aihetta. Suurin osa tuloksista oli opinnäytetöitä. Pääteitä ja niiden käyttöä on käsitelty nuorten kanssa toiminnallisin menetelmin erityisesti ehkäisevän päihdetyön näkökulmasta runsaasti. Näissä opinnäytetöissä on esimerkiksi järjestetty ryhmätoimintaa kouluihin. Muutamissa töissä on toiminnallisia menetelmiä kehitetty erityisesti lastensuojelun laitoksiin tai päihdekuntoutuksessa oleville nuorille ja aikuisille. Niissä aihetta on lähestytty usein jonkin yksittäisen menetelmän kautta. Toiminnallisuuden merkitystä päihdetyössä on tutkittu jonkin verran laadullisissa opinnäytetöissä.

Lähimpänä tämän opinnäytetyön aihetta on Leinosen (2013) opinnäytetyö Yhdessä eteenpäin: työkirja toiminnallisten ryhmämenetelmien käyttämiseksi päihde-erityisessä lastensuojelulaitoksessa. Opinnäytetyössä tuotettiin erilaisia toiminnallisia menetelmiä sisältävä työkirja erään nuorisokodin ohjaajien ryhmänohjauksen tueksi. Harjoitteiden pääsisällöiksi valikoituivat alueet, joilla lastensuojelutaustaisilla nuorilla voi olla puutteita, kuten itsetunto ja

vuorovaikutustaidot. Ihanus ja Mattila (2012) ovat opinnäytetyössään koonneet harjoiteoppaan yhteisöhoidon periaatteella toimivan Palorannan hoitokodin työntekijöille toiminnallisten päihderyhmien suunnittelun ja ohjaamisen tueksi. Oppaan tavoitteena oli rakentaa ja vahvistaa kuntoutujan minäkuvaa, itsetuntemusta ja vuorovaikutustaitoja.

Tämän opinnäytetyön kohdeorganisaatiolle ovat lähivuosina tehneet opinnäytetyön Tepponen ja Mikkonen (2014), jotka työssään selvittivät Stoppari-Haminan kuntoutumisosaston nuorten kokemuksia ja ajatuksia päihdekuntoutuksesta. Kauppinen ja Ilmonen (2015) ovat toimintaterapian opinnäytetyönään kehittäneet Minäkuva-pelin nuoren minäkuvan vahvistamisen välineeksi yhteistyössä Stoppari-Lahden kanssa. Peli on jäänyt käyttöön Stoppari-Lahden työvälineeksi.

Aiemmin tehdyt opinnäytetyöt eivät ole käsitelleet toiminnallisia ja osallistavia ryhmätoimintoja sellaisessa nuorten kanssa tehtävässä päihdetyössä, joka tapahtuu lastensuojelun yksikön pysäytysjaksolla. Tämä opinnäytetyö tuo uuden näkökulman ryhmätoimintojen toteuttamiseen pysäytyshoidossa. Nuorten pysäytyshoitoon liittyy omat haasteensa, jotka on tässä opinnäytetyössä tuotu esiin ja huomioitu toimintaa suunniteltaessa.

Känkänen (2013) on väitöskirjassaan tarkastellut ja analysoinut lastensuojelun uusia toimintamalleja taideperusteisen tutkimusstrategian avulla. Tutkimus kuvaa taidelähtöisten työmenetelmien kehittämistä lastensuojeluun ja tutkimusaineisto on kerätty pääosin valtion koulukodeissa toteutetuissa taidepainotteisissa hankkeissa. Laitilan (2010) väitöskirja käsittelee asiakkaan osallisuutta ja asiakaslähtöisyyttä mielenterveys- ja päihdetyön asiakkaiden ja työntekijöiden näkökulmasta. Tutkimukseen on haastateltu asiakkaita ja työntekijöitä sekä muodostettu kuvausmallit asiakkaiden osallisuudesta ja asiakaslähtöisyydestä.

3 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITTEET

Opinnäytetyön tarkoitus on kehittää Stoppareille uusia ryhmäsisältöjä ja lisätä ohjaajien tietoisuutta erilaisista ryhmänohjausmenetelmistä.

Opinnäytetyöprosessissa suunniteltujen päihdehoitoa tukevien ryhmäsisältöjen keskeinen tarkoitus on lisätä toiminnallisuutta ja nuorten osallisuuden kokemusta.

Opinnäytetyön ryhmien sisältöihin liittyvänä tavoitteena on toiminnallisten ja osallistavien ryhmäsisältöjen suunnittelu, toteutus ja arviointi.

Tavoitteena on luoda nuorille mielekkäitä ryhmätoimintoja, joissa he pääsevät osallistumaan toimintaan ja ilmaisemaan itseään. Osallistumisen kautta myös nuoren osallisuuden kokemus mahdollistuu. Lisäksi ryhmäsisältöjen tulee tukea hoidollisille ryhmille asetettuja tavoitteita, jotka liittyvät fyysisen, psyykkisen, sosiaalisen tai henkisen riippuvuuden selättämiseen.

Konkreettisenä tavoitteena on tuottaa menetelmäopas, jota työntekijät voivat jatkossa hyödyntää ryhmänohjauksessa. Menetelmäoppaasta tehdään selkeä, ulkoasultaan houkutteleva ja helposti käytettävä; opas, jota ohjaajat haluavat hyödyntää työssään.

Lisäksi opinnäytetyön tekijöiden ammatillisen kasvun tavoitteena on syventää osaamista nuorten parissa tehtävässä päihdetyössä sekä monipuolistaa omaa työmenetelmäosaamista.

4 TIEDONHANKINNAN KUVAUS

Opinnäytetyön teoriasosuudessa käsitellään nuoruutta elämänvaiheena, nuorten päihteiden käyttöä, lastensuojelua ja nuorten päihdehoitoa, ryhmätoiminnassa merkityksellisiä asioita, osallisuutta sekä toiminnallisia menetelmiä. Näistä aiheista on johdettu hakusanoiksi: nuoruus, päihteet, päihdeongelma, päihdetyö, lastensuojelu, ryhmä, ryhmätoiminta, ryhmädynamiikka, osallisuus, toiminnalliset menetelmät, luovat menetelmät, osallistavat menetelmät, toiminnallisuus. Näitä hakusanoja käytettiin tiedonhakuun myös erilaisina yhdistelminä tiedonhaun rajaamiseksi. Englanninkielisiä lähteitä haettiin hakusanoilla young, substance abuser, group, group activities, substance rehabilitation, adolescent sekä niiden yhdistelmillä.

Aineistoa opinnäytetyöhön haettiin Masto Finna-, Lastu-, Melinda-, Arto-, Elektra- ja Google Scholar tietokannoista. Tiedonhakua tehtiin myös manuaalisen tiedonhaun eri keinoin, esimerkiksi tutustumalla aikaisempien tutkimusten tai kirjojen lähdeluetteloihin. Tiedonhaussa hyödynnettiin tiedonhankintaklinikan palveluja. Aihetta käsitteleviä tutkimuksia ei löydetty, mutta tähän opinnäytetyöhön on valittu muutamia tutkimuksia, jotka sivuavat käsiteltävää aihealuetta. Opinnäytetyön lähteissä painottuvat oppikirjamaiset lähteet, joita opinnäytetyön aiheen vuoksi oli tarkoituksenmukaista käyttää.

Aineistoa kerätessä pyrittiin siihen, että lähteet eivät ole kymmentä vuotta vanhempia. Aineistossa on myös vanhempaa lähdekirjallisuutta, mikäli uudempaa ei ole ollut saatavissa tai tieto ei ole muuten vanhentunut. Tällaista vanhentumatonta tietoa katsottiin olevan esimerkiksi Aallon (2000) turvallista ryhmää käsittelevä kirja sekä Aaltosen, Ojasen, Vihusen ja Vilenin (2003) kirja Nuoren aika. Käytetyt lähteet rajattiin luotettaviin tutkimuksiin ja kirjalähteisiin. Luotettavuutta arvioitiin aineiston tekijöiden ja julkaisijan perusteella.

Nuorten lastensuojelun päihdehoidon ryhmätoimintaa käsitteleviä lähteitä löydettiin niukasti. Nuorten päihdehoitoa käsitteleviä lähteitä löydettiin

jonkin verran, samoin lastensuojelun avohuollon ryhmätoimintaa kuvaavia lähteitä. Hakutuloksia saattoi olla useita kymmeniä, mutta vain muutamat niistä käsittelivät aihetta tavalla, jota voitiin hyödyntää opinnäytetyön tietoperustan rakentamisessa ja toiminnan suunnittelun tukena. A-klinikkasäätiön Stoppareiden Nuorten hoitotyön käsikirja (2015) antoi erityistä tietoa juuri tälle kohderyhmälle suunnatun hoidon ja myös ryhmätoiminnan perusteista. Osallisuutta ja toiminnallisia menetelmiä käsittelevää kirjallisuutta löytyi kohtuullisesti. Ulkomaisia lähteitä löytyi aiheesta verrattain niukasti, eivätkä löydetyt lähteet tuoneet uutta tietoa opinnäytetyön teoriasosuuteen tai toiminnan suunnittelun tueksi. Näin ollen ulkomaisia lähteitä ei opinnäytetyössä ole käytetty.

Ryhmäsisältöjen suunnittelun perustaksi etsittiin aineistoa sekä painetuista että verkkolähteistä. Painettuja lähteitä löytyi useita, mutta käyttökelpoisimmiksi osoittautuivat elektroniset aineistot. Ryhmätoiminnan suunnittelua tukivat erityisesti eri hankkeiden julkaisut, joissa oli kehitetty osallistavaa ryhmätoimintaa juuri yläasteikäisille tai sitä vanhemmille nuorille tai lastensuojeluun.

5 PÄIHTEET JA NUORUUS

Päihteet ja nuoruus -tietoperustassa kuvataan nuorten päihteidenkäyttöä, nuoruuden vaiheita ja elämänhallintaa sekä lastensuojelua ja nuorten päihdehoitoa. Nämä käsitteet on valittu tietoperustaan, koska ne antavat tarpeellista tietoa opinnäytetyön kohderyhmästä ja toimintaympäristöstä.

5.1 Nuorten päihteidenkäyttö

Päihteet ovat farmakologisen määritelmän mukaan psyykkisiin toimintoihin vaikuttavia aineita, joita käytetään ilman hoitotavoitetta (Uusi-Oukari 2007, 419). Ne ovat tietoisuutta muuttavia psyykoaktiivisia aineita, jotka vaikuttavat yksilöllisesti psyykkisiin ja fyysisiin toimintoihin sekä tajunnan ja tietoisuuden tasoon. Päihteet aiheuttavat väliaikaisia muutoksia havainnointiin, mielialaan, tietoisuuteen ja käytökseen. (A-klinikkasäätiö 2014; Havio, Inkinen & Partanen 2008, 66). Päihteet voidaan jakaa laillisiin ja laittomiin aineisiin. Laillisia päihteitä Suomessa ovat tupakka ja alkoholi. Laittomia päihteitä puolestaan ovat huumausaineet. Huumeryhmään katsotaan kuuluvaksi myös päihtymistarkoitukseen käytetyt tekniset liuottimet ja keskushermostoon vaikuttavat lääkkeet. (Tacke 2006, 135.)

Eurooppalainen koululaistutkimus ESPAD on tutkinut 15–16 -vuotiaiden nuorten päihteiden käyttöä. Vuoden 2015 tutkimuksen mukaan Suomessa nuorten päihteidenkäyttöön liittyvä kehityssuunta on yleisesti ottaen ollut myönteinen. Esimerkiksi nuorten tupakointi on vähentynyt. Poikien nuuskakokeilut ovat sen sijaan lisääntyneet ja tytöillä ne ovat vähentyneet. Alkoholin kulutus sekä kannabiksen kokeilu ja käyttö ovat hieman vähentyneet. Humalajuomisen aloitusikä on siirtynyt aiempaa myöhäisemmäksi. Alkoholia ja pillereitä yhdessä käyttäneiden osuus sekä liimojen, liuottimien ja muiden haisteltavien aineiden kokeilu on myös vähentynyt. Vaikka alkoholin käyttö on vähentynyt, eivätkä huume-kokeilut ole lisääntyneet, nuorten asenteet pienten alkoholimäärien nauttimiseen, kannabis-, ekstaasi- ja amfetamiinikokeiluihin ovat muuttuneet sallivammiksi. Nuoret pitävät niihin liittyviä riskejä pienempinä kuin vuoden 2011 tutkimuksessa. Tutkimuksen mukaan tulevaisuudessa on syytä

panostaa päihteiden käytön ennaltaehkäisyyn ja riskeihin liittyvän tiedon lisäämiseen nuorten parissa. (Raitasalo, Huhtanen & Miekkala 2016, 3-4, 35.) Vaikka tutkimusten mukaan yleisesti nuorten päihteiden käyttö on muuttunut positiivisempaan suuntaan, Lappalainen-Lehdon, Romun ja Taskisen (2008, 45, 250) mukaan päihteitä käyttävien nuorten ryhmä on varsin heterogeeninen. Osa nuorista menestyy eri elämänalueilla hyvin ja käyttää päihteitä kohtuullisesti tai ei ollenkaan. Osalle nuorista taas erilaiset elämän ongelmat kasaantuvat ja päihteitä käytetään runsaasti.

Vain pieni osa nuorista siirtyy päihteiden ongelmakäyttäjiksi. Nuorilla päihteiden käyttö liittyy usein uteliaisuuteen, itsenäistymisen haluun, mielihyvähakuisuuteen ja aikuisten maailmaan liittyvien käyttäytymismallien kokeiluun. (Tacke 2006, 139.) Nuorten päihteiden käyttö alkaa keskimäärin 12–13 vuoden iässä. Varsinaiset päihdehäiriöt kehittyvät tutkimusten mukaan noin 14–15 vuoden iässä. Häiriöistä tulee usein pitkäkestoisia, helposti uusiutuvia ja vaikeahoitoisia. Usein päihdehäiriöstä kärsivä nuori käyttää yhtäaikaisesti useampaa päihdettä kuten tupakka, alkoholi, huumeet ja lääkkeet. Nuoren päihdehäiriöstä voidaan puhua, kun päihteet alkavat hallita elämää. (von der Pahlen, Lepistö & Marttunen 2013, 114–115.) Varsinaisella riippuvuudella tarkoitetaan päihteiden jatkuvaa käyttöä, jolle ominaista on pakonomainen halu käyttää ainetta sekä heikentynyt kyky hallita aineen käytön aloittamista, määrää tai lopettamista. Riippuvuudelle ominaista on myös elimistön sietokyvyn eli toleranssin kasvaminen ainetta kohtaan ja käytön lopettamisesta seuraa fyysisiä ja psyykkisiä vieroitusoireita. Aineen käytöstä muodostuu elämän keskeinen asia ja käyttöä jatketaan huolimatta sen haittavaikutuksista fyysiseen ja psyykkiseen terveyteen. (Uusi-Oukari 2007, 419.)

5.2 Nuoruuden vaiheet ja elämänhallinta

Nuoruus on elämänvaihe, jonka pituus vaihtelee yksilöllisesti. Nuoruus määritellään usein siirtymävaiheeksi aikuisuuteen, jolloin nuori kasvaa niin psyykkisesti, fyysisesti kuin sosiaalisestikin. Nuoruutta on vaikea määrittää

tarkalleen tiettyyn ikään kuuluvaksi, koska jokainen kehittyy ja kasvaa yksilöllisesti. Yleisesti nuoruuden katsotaan alkavan biologisista muutoksista eli puberteetista. Nuoruutta voidaan tarkastella kolmen eri vaiheen kautta, jotka ovat varhaisnuoruus 11–14-vuotiaat, keskinuoruus 15–18-vuotiaat ja myöhäisnuoruus 19–25-vuotiaat. (Aaltonen, Ojanen, Vihunen & Vilen 2003, 13–14, 18.) Lastensuojelulaki puolestaan määrittelee lapsen alle 18-vuotiaaksi ja nuoren 18–20-vuotiaaksi (Lastensuojelulaki 417/ 2007, 6§).

Nuoruus alkaa nykyisin entistä aikaisemmin, koska lasten kehitys on aikaistunut ja kulttuurinen oppiminen tapahtuu entistä varhemmin. Tähän vaikuttavat erityisesti media ja kulutusyhteiskunnan malli, jossa lapset nähdään pieninä aikuisina. Nämä muutokset heijastuvat myös lastensuojeluun, missä lapsuuden ja nuoruuden rajapinnat näyttäytyvät usein kipukohtina, joissa tarvitaan tukea ja puuttumista lapsen tai nuoren suojelemiseksi. (Pohjola 2009, 24.) Nuoruuteen sisältyviä huolenaiheita nuorten näkökulmasta ovat usein murrosiän muutokset itsessä, seksuaalinen kypsyminen sekä yleinen selviytyminen elämässä eli elämänhallinnan haasteet. Nuori ei välttämättä suhtaudu terveyteen samalla lailla kuin kasvattajat. Päihteiden käyttö voi nuorelle merkitä sosiaalista hyväksymistä ja arvontoa joka puolestaan lisää itsekunnioitusta. Nuorisokulttuurissa tupakka, alkoholi ja jopa huumeet voivat olla hyväksytyjä mielihyvän edistäjiä. (Aaltonen, Ojanen, Vihunen & Vilen 2007, 187.)

Nuoren hyvinvointiin vaikuttaa tunne siitä kuinka hän pystyy hallitsemaan omaa elämäänsä. Elämänhallinta ja hyvinvointi ovatkin käsitteinä toisilleen läheisiä. Elämänhallinnassa on kyse valinnan mahdollisuuksista, keinoista selviytyä eri elämäntilanteissa ja arvoista. Se sisältää yksilön kyvyn sopeutua, selviytyä ja kokea elämä merkitykselliseksi haasteellisissakin elämänvaiheissa. (Aaltonen ym. 2007, 185–186.)

Elämänhallinta voidaan jakaa sisäiseen ja ulkoiseen elämänhallintaan. Sisäisellä elämänhallinnalla tarkoitetaan ihmisen kykyä sopeutua elämässä vastaan tuleviin olosuhteisiin ja tilanteisiin. Sisäinen

elämänhallinta käsittää kaikki tavat, joilla nuori luo elämäänsä merkitystä ja sisältöä sekä halun ja valmiuden toimia tavoitteellisesti oman hyvinvoinnin edistämiseksi. Ulkoisella elämänhallinnalla tarkoitetaan yksilön tunnetta siitä, kuinka hyvin hän pystyy itse vaikuttamaan elämänsä olosuhteisiin. Se on kyky ohjata omaa elämää siten, etteivät haitalliset tai ulkoiset tekijät vaikuta elämän vaiheisiin. Ulkoiseen elämänhallintaan sisältyvät myös yksilön omat tavoitteet ja päämäärät. Nuorilla ulkoisen elämänhallinnan keskeisiä etappeja ovat koulutuksen, ammatin ja oman asunnon hankkiminen. Nuoren elämänhallinnassa korostuu itsetunnon merkitys, sillä sisäisen elämänhallinnan lähtökohtana on se, että yksilö uskoo itseensä ja mahdollisuuksiinsa vaikuttaa omaan elämäänsä. Nuoren ulkoisen elämänhallinnan kannalta tärkeää on, että hän kokee olevansa turvatussa asemassa niin aineellisesti kuin henkisestikin. (Aaltonen ym. 2007, 185–186).

5.3 Lastensuojelu ja nuorten päihdehoito

Lastensuojelulla on merkittävä rooli nuorten päihdeongelmien arvioinnissa ja hoidon toteutuksessa. Nuoren vakavan päihteiden käytön voidaan katsoa vaarantavan hänen kehitystään ja terveyttään, jolloin lastensuojelun viranomaisilla on velvollisuus osallistua päihteiden käytön selvittelyyn. Päihteitä käyttävän nuoren hoitoa sivuaa Suomessa kolme lakia, lastensuojelulaki (417/2007), mielenterveyslaki (1116/1990) ja päihdehuoltolaki (41/1986), joista lastensuojelulaki on useimmissa tapauksissa ensisijainen. (von der Pahlen, Marttunen, Partanen & Holopainen 2012, 222.) Lastensuojelulain tarkoitus on turvata lapsen oikeus turvalliseen kasvuympäristöön, kehitykseen ja erityiseen suojeluun (Lastensuojelulaki 417/ 2007, 1§). Jos nuori ei vapaaehtoisesti hakeudu hoitoon, voidaan hoito toteuttaa lastensuojelun pakkotoimin. Tarvittaessa nuori voidaan vakavan päihteiden käytön syystä ottaa huostaan ja järjestää tarkoituksenmukainen sijaishuolto. (von der Pahlen ym. 2012, 222.)

Nuorten päihdehäiriöiden hoito kohdistuu niihin nuoriin, jotka käyttävät päihteitä usein, ovat niistä riippuvaisia tai niiden käytöstä on seurannut merkittäviä haittoja. Hoidolla tavoitellaan ongelmakäytöstä toipumista ja ennaltaehkäistään ongelmien uusiutumista. Tyypillisesti nuoria hoidetaan avohoidossa, nuorisoasemilla tai päihdeongelmien hoitoon erikoistuneissa laitoksissa. (Niemelä 2009, 60.) Hoitopaikan valintaan vaikuttaa päihdehäiriön vakavuus, rajoittamisen tarve, nuoren ja vanhempien toiveet sekä nuoren kyky huolehtia itsestään. Laitoshoitoa harkitaan, kun nuori ei avohoidossa kykene hallitsemaan vakavaa päihdekierrettään. Jos laitoshoidon turvaudutaan, pyritään se pitämään noin kuukauden mittaisena pysäytysjaksona, jonka jälkeen siirrytään avohoitoon. Lääkehoitoa tarvitaan vain erityistapauksissa. Psykososiaalinen hoitomuoto on nuorelle ensisijainen. Psykososiaalisia hoitomenetelmiä ovat esimerkiksi erilaiset yksilö- ja ryhmähoidot, perhekeskeiset hoitomenetelmät sekä niiden yhdistelmät. (Savolainen 2008, 170–171; von der Pahlen ym. 2013, 122.)

Nuorille tarkoitetut hoitopaikat on usein nimetty pysäyttämiseen viittaavalla sanalla, kuten pysäkki, stoppari tai breikki. Päihdepysäkkien tarkoituksena on pysäyttää nuoren päihteiden käyttö. Hoitopaikkojen yhteistyösuhde lastensuojeluun vaihtelee. Osalla paikoista palvelu kytkeytyy selkeästi yhteistyöhön lastensuojelun kanssa ja osalla yhteistyö muodostuu tarvittaessa. Päihdeongelmiin erikoistuneissa lastensuojelulaitoksissa hoidetaan alle 18-vuotiaita huostaanotettuja tai alle 21-vuotiaita jälkihuollettavia nuoria, jotka tarvitsevat vakavan päihde- tai muun haitallisen käyttäytymisen vuoksi hoitoa. Hoito edellyttää huostaanottoa ja se toteutetaan liikkumisvapauden rajoittamispäätöksen nojalla. (Lappalainen-Lehto ym. 2008, 134, 137.)

6 RYHMÄTOIMINTA JA OSALLISUUS

Ryhmätoiminta on valittu tietoperustaan, koska se on keskeisessä osassa toiminnallisessa opinnäytetyössä. Opinnäytetyön kohderyhmään liittyvää ryhmätoimintaa käsitteleviä tutkimuksia tai kirjallisuutta ei juurikaan löytynyt. Sen vuoksi tietoperustaan on koottu asioita, joita yleisesti tulee ottaa huomioon ryhmissä. Ryhmätoiminnan merkitystä käsitellään erityisesti nuorten näkökulmasta. Osallisuus on sisällytetty tietoperustaan, koska osallisuuden kokemuksen vahvistaminen ryhmässä on opinnäytetyön keskeinen tarkoitus. Myös toiminnallisten ja osallistavien menetelmien merkitystä osallisuuden kokemuksen rakentumisessa tarkastellaan. Opinnäytetyössä käytetään käsitteitä toiminnalliset ja osallistavat menetelmät, kun puhutaan laajasta luovien ja toiminnallisten työmenetelmien kirjosta. Sana toiminnallinen viittaa siihen, miten asioita ryhmissä tehdään ja sana osallistava puolestaan viittaa siihen, miksi niitä tehdään.

6.1 Ryhmän tehtävä

Ryhmällä tarkoitetaan joukkoa ihmisiä, joilla on yhteinen tavoite sekä käsitys siitä, ketkä muut kuuluvat ryhmään ja joiden välillä on keskinäistä vuorovaikutusta. Ryhmän jäsenet tietävät kuuluvansa ryhmään ja sen toiset jäsenet merkitsevät heille jotain. Juuri jäsenten tuttuus, yhteinen rajattu tavoite ja sen pohjalta syntyvä työnjako erottavat ryhmän esimerkiksi yhteisöstä. Vuorovaikutuksen kautta syntyvät myös ryhmän tunnusmerkkeinä pidetyt johtajuus ja roolit. Ryhmädynamiikka tarkoittaa ryhmän sisäisiä voimia, joka syntyy sen jäsenten välisestä vuorovaikutuksesta ja kommunikaatiosta. (Kopakkala 2008, 36–38.)

Ryhmän tehtävä muistuttaa perheen tehtävää, jossa muiden jäsenten hyvinvoinnista huolehditaan. Ryhmän tehtäviä ovat myös sosialisatio eli kasvatus, kokemusten jakaminen ja tietojen siirtäminen. Ryhmä antaa jäsenilleen ymmärrystä ja mahdollisuuden kasvuun ja kehitykseen sekä lohdutusta ja läheisyyttä. Asioiden jakamisen kautta ryhmä välittää toivoa ja tuo sisältöä elämään. (Kaukkila & Lehtonen 2007, 16.) Ryhmällä on

usein ulkopuolelta annettu perustehtävä, jota varten se on perustettu. Sosiaalinen oheistehtävä syntyy ihmisten tarpeesta elää omaa elämäänsä, mutta halusta olla kuitenkin yhteisön jäseniä ja muuttua vuorovaikutuksen avulla. Se mahdollistaa yllättävät oivallukset, jotka voivat tuottaa iloa ja merkitystä. Luovuus edellyttää kuitenkin turvallisuutta ja uskallusta luopua tutusta. (Kopakkala 2008, 18.)

6.2 Turvallinen ryhmä

Aalto (2000) tarkoittaa turvallisuudella sellaista yksilön tai ryhmän tilaa, jossa on mahdollisimman vähän ihmisen minuutta uhkaavia tekijöitä, jotka voivat synnyttää pelkoa, häpeää, syyllisyyttä tai arvottomuutta.

Turvallisuus ei ole vain sitä että uhat ovat poissa vaan myös tietoisuutta hyväksytyksi tulemisesta. Turvallisuus ryhmässä rakentuu viidestä osatekijästä, jotka ovat luottamus, hyväksyntä, avoimuus, tuen antaminen ja sitoutuminen. Fyysisestä turvallisuudesta huolehtiminen lisää turvallisuuden tunnetta ryhmässä, minkä vuoksi toiminnallisilla fyysisillä harjoitteilla on suuri merkitys ryhmän luottamuksen ja turvallisuuden kasvulle. Turvallinen ryhmä nostaa esiin sen jäsenen parhaat puolet ja hyväksyy heikkoudet. Tällöin on mahdollista kokeilla uusia ulottuvuuksia itsestään ja paljastaa itsestään kipeitäkin asioita. Turvallisessa ryhmässä itsetunto vahvistuu ja myös ryhmän muista jäsenistä välittäminen lisääntyy. Huonossa ryhmässä sen jäsen ei uskalla ilmaista itseään täysin ja huonot piirteet korostuvat. (Aalto 2000, 15–17.)

Aalto (2000) kirjoittaa, että nykyisin minuutta suojaavat rakenteet, kuten perhe, on murtumassa ja ihmisen on yhä enemmän itse löydettävä itsensä ja rakennettava maailmansa. On omattava yhteys oman persoonan ulottuvuuksiin ja kyettävä ilmaisemaan niitä. Tähän tarvitaan turvallisia ryhmiä. Oppiminen tapahtuu yhä enemmän vuorovaikutuksessa ja esimerkiksi elämisen taitojen opettelussa hyvän ryhmän osuus on merkittävä. Turvalliset ryhmät mahdollistavat jatkuvan oppimisen. Turvaton ja pelkäävä, häiritsevällä käytöksellä oirehtiva nuori voi rakentaa itselleen suojaa tulevaisuutta varten turvallisessa ryhmässä. Hyvissä

ryhmissä nuorten kehitys omiksi itsekseen mahdollistuu ja haitallista käytöstä on mahdollista ennaltaehkäistä. Tunneäly, vuorovaikutus- ja muut elämisen taidot sekä oppiminen vahvistuvat ja myös työelämään sopeutuminen vahvistuu. (Aalto 2000, 23–24.)

Turvallisuuden lisäämiseksi ryhmässä keskeistä on tunteiden tunnistaminen ja ilmaiseminen. Usein kielteiset tunteet ovat esteenä persoonan eri ulottuvuuksien tunnistamiselle ja ilmaisulle. Kun ihminen uskaltaa tunnistaa, hyväksyä ja ilmaista oman persoonansa ulottuvuuksia ja jos ryhmä vielä hyväksyy ne, alkaa ihminen itsekkin pitää eri puolia itsestään hyväksyttävänä. Näin hän voi irtautua turhista rooleista ja suoja mekanismeista ja toimia omana itsenään, mutta tunnistaa myös tilanteet, joissa itseään on hyvä suojata. Näin tyytyväisyys omaa elämää kohtaan lisääntyy, itsestä huolehtiminen tulee tärkeäksi ja ihminen alkaa varoa itselleen haitallisia toimintatapoja. Turvallinen ryhmä tukee ihmisen omaksi itseksi tulemista ja ihmisen omaa psyykkistä turvallisuutta ja elämässä selviämistä yksin ja muiden kanssa. (Aalto 2000, 20–22.)

Aalto kuvaa ryhmän turvallisuuden rakentumisen etenevän vaiheittain eri tasoille. Ryhmä voi olla eri tasoilla ja ryhmän turvallisuuden rakentumista voidaan vahvistaa erilaisilla harjoituksilla. Turvallisuutta ilmaista itseään voidaan tukea erilaisilla yhteistoiminta- tai luottamusharjoituksilla. Lisääntyvää avoimuutta ja uskallusta jakaa asioita voidaan lisätä purku- ja prosessointitilanteilla. Luottamusharjoitteiden ja leikin avulla on mahdollista saavuttaa heikkoutta hyväksyvä ryhmä, jossa on mahdollista nauraa itselleen. Korkeimmat turvallisen ryhmän tasot vaativat ryhmän jäseniltä työskentelyä itsensä kanssa, eivätkä näin voi toteutua kaikissa ryhmissä. (Aalto 2000, 22–23.)

6.3 Nuorten ryhmän erityisyys

Ryhmän huolellinen valmistelu on tarpeellista, jotta voidaan tuottaa rajoja ja rakenteita, jotka edistävät ryhmän turvallisuuden tunteen kehittymistä. Toiminnan säännöllisyys, ryhmän paikka, aika ja yhdessä sovitut rajat virittävät ryhmän jäsenet yhteiseen jakamiseen. Savolaisen kokemuksen

mukaan nuorten ryhmässä on hyvä yhdistellä erilaisia työmenetelmiä, jolloin useat ryhmän jäsenet voivat saada onnistumisen kokemuksia. Nuorten ryhmissä keskitytään tähän hetkeen ja tulevaisuuteen. Nuoret haluavat, että heidän mielipidettään arvostetaan. (Savolainen 2007, 162–164.)

Nuoret voivat ryhmässä kuulua johonkin, jakaa kokemuksia ja saada itsestään myönteistä palautetta sekä saada kokemuksen läsnä olevasta aikuisesta. Ryhmä tarjoaa mahdollisuuden korjata itsetuntoa ja löytää uusia selviytymistapoja. Mahdollisuus keskustella muiden nuorten kanssa aikuisen ollessa läsnä dominoimatta, auttaa nuorta käsittelemään mielensä ristiriitoja. (Juselius 2003, Savolaisen 2007, 162 mukaan.) Murrosiässä nuoren tehtävänä on löytää tasapaino, kehittää kyky käsitellä tunteitaan ja saavuttaa kypsyys siirtyä vastaamaan omasta hyvinvoinnistaan. Tähän tarvitaan tukea, jota ryhmä ja sen aikuinen voi tarjota. Aikuinen auttaa tekemään ongelmat näkyviksi ja näin käsiteltäviksi yhdessä ryhmän kanssa. Ryhmässä on turvallista testata erilaisia rooleja. (Savolainen 2007, 161, 163–164.)

Garbarinon (1989) mukaan murrosikäisten poikien toimintaan sitoutuminen ei ole itsestään selvää ja ryhmissä onkin lähdeittävä reippaasti liikkeelle sosiaalisen immun aikaansaamiseksi. Kommunikaation välttelyyn tai kieltäytymiseen vaikuttaa usein vahvasti uskollisuus vertaisia kohtaan (Garbarino 1989, Heikkisen 2007, 44 mukaan). Sitoutuminen ryhmään ja luottamus aikuiseen kuitenkin ovat potentiaalinen muutostekijä (Heikkinen 2007, 44). Vaikka nuoret käyttäytyvät ryhmässä meluisasti ja ovat usein ylimielisiä, itsekeskeisiä ja jopa julmia ohjaajaa kohtaan, pitää Savolainen (2007, 187) ryhmää tehokkaana välineenä kasvattaa nuoressa uskoa mahdollisuuksiinsa ja halua selviytyä.

6.4 Ohjaajan rooli ryhmässä

Ryhmänohjaajan tehtävä on ajan antaminen tavoitteille ja tutustumiseen sekä vähentää alkuahdistusta ja jännitystä. Luottamuksen rakentaminen ja rajojen luominen on tärkeää turvallisuuden tunteen syntymisen

mahdollistamiseksi, mikä on avainasemassa ryhmän onnistumiseksi. Ryhmänohjaaja havainnoi ryhmäläisten tunteita ja antaa ryhmälle tilaa kehittyä. Hän myös ohjaa toimintaa ja huolehtii, että toiminta on tehtävän suorittamisen suuntaista. Ohjaaja ennakoii ja käsittelee pulmatilanteita ja valitsee sekä ohjaa ryhmän toimintaa edistäviä harjoituksia.

Ryhmänohjaajan on hyväksyttävä epävarmuus ja käsiteltävä ryhmässä nousseita tunteita itse ja palautettava ne sitten ryhmälle käsitellyssä muodossa. (Kaukkila & Lehtonen 2007, 63–73.) Vuorovaikutus ryhmän ohjaajan ja ryhmän välillä vaikuttaa merkittävästi ryhmän turvallisuuden syntymiseen, samoin jäsenten vuorovaikutus oman itsen ja ryhmän muiden jäsenten välillä (Aalto 2000, 27).

Toiminnan ohjaamisessa tulee ottaa huomioon muutamia asioita. Ohjaajan tulee olla valmis joustamaan ja tarvittaessa muuttamaan tuokioita tilanteen mukaan; ohjaajalta edellytetään ryhmätilanteen tarkkaa havainnointia.

Toiminnalliset tilanteet voivat vaihdella ryhmän koostumuksen, aikaisempien tapahtumien ja monien muiden asioiden vuoksi. Sen vuoksi on muistettava, että hyvä ryhmien suunnittelu sallii suunnitelmista poikkeamisen tarvittaessa. Myös ryhmän tavoitteen selvittäminen on tärkeää, jotta tiedetään, mihin ryhmän kanssa pyritään. Ryhmä on hyvä aloittaa ryhmäytymisharjoituksilla, sillä ne tukevat ryhmän yhteistoimintaa ja auttavat saavuttamaan ryhmälle asetetut tavoitteet. Ryhmänohjaajan vastuulla on ryhmän sujuvuus ja hänen tulee kannustaa ryhmää tekemään yhteistyötä. Ohjaajan tulee olla palautteen antamisessa tasapuolinen; tasa-arvoinen kohtelu luo luottamuksen ilmapiiriin. Lisäksi on tärkeää, että ohjaaja on oma itsensä, eikä yritä näytellä mitään roolia. (Leskinen 2009, 17–18.)

Ryhmässä esiintyy usein vastarintaa, joka liittyy pelkoon toimintaa kohtaan. Ryhmänohjaajan on varmistettava, että ryhmä toimii tavoitteensa suuntaisesti. Perustehtävän välttely on normaalia, mutta haitallista, jos se alkaa hallita ilmapiiriä. Vastarintaa synnyttää riittämätön motivaatio tai vuorovaikutus, joka uhkaa itsenäisyyttä. Vastarinta saattaa myös kuulua luonteeseen ja ihmisellä on luontainen pyrkimys säilyttää minän eheyttä ylläpitävät rakenteet. Hyvään tunnelmaan vaikuttaa se, että ihmiset saavat

tehdä asioita, joita varten ovat ryhmään tulleet. (Kaukkila & Lehtonen 2007, 80–81.) Savolaisen mukaan nuorten ryhmissä auktoriteetteihin kohdistuva kritiikki tulee myös ohjaajan osaksi. Ohjaajalta vaaditaan karsivällisyyttä ja kypsyyttä ottaa arvostelu vastaan. Lisäksi hänen on löydettävä aina uudelleen ryhmän kiinnostus käsiteltävää aihetta kohtaan. Nuoret saattavat kilpailla huomiosta mekastamalla ja koheltamalla. (Savolainen 2007, 164.)

Jokainen ryhmän ohjaaja rakentaa oman persoonallisen tavan ohjata ryhmää. Toimiva rooli seuraa ohjaajan henkilökohtaista ja ammatillista kasvua. Prosessikeskeisessä mallissa ohjaaja toimii auttaen ratkaisun löytymisessä ja suhde ryhmään on persoonallinen, sitoutunut sekä voimavarakeskeinen. (Kataja, Jaakkola & Liukkonen 2011, 27.) Savolainen (2007, 164) kirjoittaa, että erityisesti nuorten ryhmässä ohjaajan tehtävä on luoda ryhmätapahtumasta nuoren voimavaroja esiin tuova. Toiminnallisissa harjoituksissa ohjaajan rooli on erityisen merkittävä. Joissain tilanteissa tulee puuttua ryhmän toimintaan välittömästi ja joskus ohjaajan on hyvä vetäytyä taustalle. (Kataja, Jaakkola & Liukkonen 2011, 27.)

6.5 Osallisuus

Osallisuuden käsite on Suomessa tullut suosituksi 2000-luvulla ja samalla siihen on yhdistetty useita erilaisia ja toisistaan eroavia merkityksiä. Täsmällinen ja yleisesti hyväksytty määritelmä käsitteeltä puuttuu yhä. Monissa osallisuuden jäsennyksissä sen lähikäsitteenä pidetään osallistumista, mutta käsitteiden välinen suhde ei ole yksiselitteinen. Monet tutkijat kuitenkin määrittelevät osallisuuden juuri tietynlaiseksi osallistumiseksi, jolloin osallistuminen on laaja-alaisempi käsite ja osallisuutta on vain tietyt laadulliset kriteerit täyttävä osallistuminen. Osallisuus viittaa osallistumiseen, jonka perustana ovat osallistujien tilanteessa tarvitsema tietämys, yhteisen tietämyksen jakaminen, sitoutuva vastuunotto ja vaikutusvalta. Osallisuus on ihmisen perusluonteeseen liittyvää kuulumista johonkin sekä olemista, elämistä ja toimimista

yhteydessä muihin ihmisiin. Osallistuminen puolestaan on toimintaa, joka voi edistää osallisuutta, mutta joka ei ole osallisuuden synonyymi. Osallisuuden toteutumiseksi tarvitaan sekä kuulumista, osallistumista että kokemusta kuulumisesta. Osallisuuden toteutumiseksi tarvitaan yhteisöjä, joissa voi toimia ja tulla nähdyksi, kuulluksi ja tunnustetuksi ainutlaatuisena ihmisenä, omana itsenään ja arvokkaana osana yhteisöä. (Nivala & Ryyänen 2013, 9, 20–21, 26–27.)

Osallistuminen on sosiaalipedagogisessa toiminnassa paitsi tavoite myös toiminnan muoto. Tavoitteena on luoda itseään vahvistava kehä, jossa osallistuminen syventää kuulumisen tunnetta ja kuulumisen tunne kannustaa osallistumaan entistä laajemmin. (Nivala & Ryyänen 2013, 32.) Osallisuudella tarkoitetaan sitä, että ihminen kokee tulevansa kohdelluksi tasa-arvoisesti ja että hänellä on oma paikkansa yhteisössä. Osallisuutta voi vahvistaa yhteistoiminnan ja vuorovaikutuksen kautta, kun ihminen huomaa voivansa vaikuttaa paitsi itseensä myös toisiin. Osallisuus merkitsee omakohtaista sitoutumista, vastuunottoa ja vaikuttamista asioiden kulkuun. Toiminnallisia ja luovia menetelmiä voidaan pitää luontevana tapana tukea asiakkaan osallistumista. Luovan toiminnan kautta on myös mahdollista saada tietoa asiakkaalle merkityksellisistä asioista ja kokemuksista. (Airaksinen ym. 2015, 13.)

Lastensuojelussa lapsen osallisuudella tarkoitetaan sitä, että lapsi voi olla mukana määrittämässä, toteuttamassa ja arvioimassa työtä, jota tehdään hänen etunsa turvaamiseksi. Identiteetin kehittymisen kannalta ratkaisevaa on se, että lapsi tai nuori pääsee osalliseksi ja mukaan asioiden käsittelyyn itselle merkittävissä yhteisöissä. Osallistumisen kautta voi oppia olemaan ja elämään yhdessä; kyse on yhdestä kasvun ja kehityksen perusedellytyksestä. (THL 2016.)

Lapsille ja nuorille osallistuminen omien asioiden hoitamiseen voi tuottaa kokemuksia kuulluksi tulemisesta ja vaikuttamisen mahdollisuudesta sekä siitä, että omat mielipiteet ja ajatukset ovat arvokkaita. Lastensuojelun kanssa tekemisissä olleilla lapsilla ja nuorilla voi olla jo runsaasti kokemuksia siitä, että asiat vain tapahtuvat ja elämässä ollaan jatkuvasti

muiden armoilla. Heille mahdollisuus vaikuttaa itse saattaa olla erityisen merkityksellinen. Kokemukset voivat myös suojata lasta tilanteissa, joissa hän on vaarassa tulla kaltoin kohdelluksi. Myönteiset kokemukset voivat rohkaista hakemaan apua. Erilaiset osallistumisen muodot antavat myös oppimisen mahdollisuuksia. Lähes kaikissa yhteyksissä, joissa osallisuutta toteutetaan, voi saada sosiaalisten taitojen harjoitusta ja valmiuksia itsensä ilmaisemiseen. Usein tähän liittyy myös mahdollisuus tutustua muihin lapsiin ja nuoriin ja löytää vertaisryhmän tukea. Hyvin toteutettuna osallistuminen voi jo itsessään olla hauskaa ja palkitsevaa. Organisaatioille ja niiden työntekijöille lasten ja nuorten osallistuminen luo mahdollisuuden herkistyä lasten ja nuorten kuulemiselle ja sillä tavoin saada uusia välineitä heidän ajatustensa ja kokemustensa ymmärtämiseen. (Oranen 2008, 16.) Känkänen (2013, 25) puolestaan kirjoittaa taidelähtöisen työskentelyotteen antavan saman mahdollisuuden, koska se tarjoaa lasten vanhemmille ja muille aikuisille tilaisuuden saada laajempi käsitys lapsen ja nuoren elämästä.

6.6 Toiminnallisuus ja luova toiminta

Toiminnallisilla menetelmillä tarkoitetaan harjoituksia, jotka liittyvät tekemiseen ja toimintaan ja joilla pyritään aktivoimaan yksilön ja ryhmän toimintaa ja oppimista. Toiminnalla viitataan myös ajatukselliseen toimintaan, jota fyysinen tekeminen tuottaa. Toiminta synnyttää prosessin, joka avaa ryhmälle uusia näkökulmia aiheeseen. Toiminnalliset menetelmät perustuvat muun muassa mielikuvaoppimisen, kokemusoppimisen, psyko- ja sosiadraaman, leikin, ratkaisukeskeisyyden sekä narratiivisuuden elementteihin. Toiminnallisten harjoitusten avulla keskusteluun voidaan ottaa myös vaikeasti käsiteltäviä asioita, joille annetaan ulkoinen ilmiö. Harjoituksista keskustelu eli purku antaa käsitellyille asioille lisää syvyyttä ja mahdollisuuden ratkaisujen soveltamiseen arjessa. Ryhmäharjoitusten aikana todellisuus ja kuvitteellisuus limittyvät, jolloin työskentely helpottuu, mielikuvitus vilkastuu ja uusien toimintamallien löytäminen helpottuu. Kun luovat toimintamallit tuovat esiin sen, että on mahdollista ratkaista suuriakin asioita nopeasti,

kasvaa koko ryhmän usko omiin kykyihin ratkaista ongelmia. (Kataja, Jaakkola & Liukkonen 2011, 30.)

Luovalle toiminnalle ominaista on uuden tuottaminen. Luovuuden kautta ihmiselle syntyy mahdollisuus paitsi tutkia itseään ja ympäristöään myös ilmaista kokemuksiaan toisille. Luovassa toiminnassa mieli ei ole sidoksissa todellisuuteen tai rajoittaviin realiteetteihin. Luovuuden avulla voi työstää tulevaisuuteen liittyviä ajatuksia, menneisyyden kokemuksia tai todellisuuden ulottumattomissa olevia asioita. Samalla kehittyy taito vastata elämän haasteisiin; kehittäessään itsessään luovuutta ihminen voi kehittyä ulkoa tulevien ärsykkeiden mukaan reagoivasta toimijasta itseään toteuttavaksi yksilöksi. (Airaksinen, Ala-Vannesluoma, Karkkulainen, Kastu & Pirhonen 2015, 10.)

Luovan toiminnan hyvinvointivaikutuksille on olemassa runsaasti perusteluita. Luovan toiminnan kautta voi harjoitella itselle uusia toimintatapoja ja huomata, ettei ole olemassa oikeita tai vääriä vastauksia. Itseilmaisutaidot monipuolistuvat ja tämän myötä mahdollisuudet tulla kuulluksi ja ymmärretyksi kasvavat. Itseilmaisun kautta ollaan vuorovaikutuksessa sekä oman itsen, että muiden kanssa ja yhteisöllisyys sekä yhteenkuuluvuuden tunne lisääntyvät. Myös osallisuus mahdollistuu luovan toiminnan kautta. Lisäksi mielikuvat ja sisäinen maailma rikastuvat; uusia rooleja ja toimintatapoja harjoittelemalla vaihtoehdot arjessa lisääntyvät. (Airaksinen ym. 2015, 11.) Samoja asioita tuo esiin Känkänen (2013, 33–34) joka kirjoittaa taidelähtöisen toiminnan voivan tuottaa terapeuttisia vaikutuksia ja olla hoitavaa, vaikka varsinaisesta terapiasta ei olisikaan kyse. Ilmaisutaito ja sitä kautta kommunikaatio itsen ja muiden kanssa voi parantua ja hyvinvointi lisääntyä. Taidelähtöinen työskentely on toiminnallista sosiaalityötä, jossa painottuu osallisuuden ja yhteisöllisyyden vahvistaminen sekä kokemuksellisuuteen innostaminen.

Luovan toiminnan perustana on leikki. Leikinomainen toiminta on vuorovaikutusta, joka yhdistää ihmisiä. Kyseessä on sosiaalinen systeemi, jossa opitaan kokemusten kautta. Leikki ei kuulu vain lapsuuteen, mutta ihmisen voidaan katsoa leikkivän koko ikänsä. Aikuisen toiminnasta

käytetään vain eri nimiä kuvaamaan leikkiä kuten peli, luova toiminta, osallistavat aktiviteetit. Leikinomainen toiminta kuntouttaa, kehittää sekä tuottaa iloa ja hyvinvointia myös aikuiselle. (Airaksinen ym. 2015, 11–12.) Toisaalta Savolainen (2007, 164) tuo esiin nuorten ryhmistä kirjoittaessaan, että leikit voivat nuorten mielestä olla aliarvioivia ja lapsellisia.

6.7 Toiminnalliset menetelmät sosiaaalialalla

Sosiaaalialalla taidetoimintojen käyttö on usein osa omaa työtä ja vuorovaikutusta ja niiden avulla työntekijä voi paitsi tukea asiakasta myös kehittää omaa ammatillista osaamistaan ja tukea omaa työssä jaksamistaan. Sosiaaalialan työssä taidelähtöiset luovat ja toiminnalliset menetelmät tarjoavat uuden näkökulman asiakkaan arjen rakentamiseen, yhteisöllisyyden tukemiseen, voimaantumiseen sekä osallisuuden vahvistamiseen. (Nietosvuori 2006, 64, 70.)

Päihdehoidossa ja kuntoutuksessa luovia ja ilmaisevia menetelmiä hyödynnetään muiden kuntoutusmuotojen rinnalla. Luovia menetelmiä ovat esimerkiksi kuvallinen ilmaisu, valokuvaus tai videointi, musiikin ja kirjallisuuden hyödyntäminen, tanssi ja liikunta sekä draamalliset menetelmät. Menetelmien tavoitteena on auttaa asiakasta löytämään ilmaisukeinoja niille ajatuksille, tunteille ja mielikuville, jotka eivät vielä ole sanallistettavissa. Tarkoituksena on helpottaa vuorovaikutusta ja päästä tarkastelemaan esimerkiksi asiakkaan päihteidenkäyttöä, elämäntilannetta, erilaisia riskitilanteita, pyrkimyksiä ja haaveita sekä myös käsityksiä itsestä ja muista. Merkityksellisiä ovat asiakkaan omat kuvaukset ja erilaiset määrittelyt. Lisäksi tarkastellaan asiakkaan omia voimavaroja, kiinnostuksen kohteita sekä hallinnan ja selviytymisen keinoja. Luovien ja ilmaisevien toimintamuotojen avulla pyritään saamaan aikaan vastavuoroista dialogia. Vuorovaikutuksen kautta myös vaihtoehtoiset toimintatavat mahdollistuvat; lopulta ihminen voi liittää ajatukset, tunteet, mielikuvat ja toiminnan osaksi minuuttaan ja mahdollisesti muuttaa ajatteluaan ja toimintaansa aiempaa

tarkoituksenmukaisemmaksi. Menetelmät perustuvat siihen, että ihmisen oppimiskykyyn luotetaan. (Salo-Chydenius 2010.)

Taidetta on käytetty työvälineenä lastensuojelussa jo vuosikymmeniä. Enää sitä ei yhdistetä pelkästään terapiaan, vaan taiteen hyvää tekeviin vaikutuksiin uskotaan osana arjen työtä. Lastensuojelussa on tarpeen olla erilaisiin tilanteisiin ja tarpeisiin sovellettavia menetelmiä. Niitä voidaan käyttää osana perustyötä lapsen tarpeiden mukaan. Toiminnallisuuteen ja taiteelliseen työskentelyyn perustuvat menetelmät ovat tuoneet lastensuojeluun monipuolisuutta ja uudenlaisia vuorovaikutuksen ja yhteistoiminnan tapoja. Erilaisissa tietyn ajan kestävissä hankkeissa kehitetty toiminta saattaa kuitenkin kärsiä siitä, että toiminta ei juurikaan pysyväksi osaksi toimintaa. (Känkänen 2013, 27, 29, 66.) Vaikka taiteellinen toiminta voi luoda jotain uutta, sitä voidaan pitää myös ongelmallisena, koska sillä ei ole lastensuojelussa välttämättä selkeää asemaa ja luovuus voi luoda toimenpidekeskeisessä työkentässä jännitteitä. Taiteen avaava luonne voi myös käynnistää prosesseja, joita on voitava käsitellä asianmukaisesti. (Pääjoki 2004; Strandman 1997; Bardy & Känkänen 2005, Känkänen 2013, 67 mukaan.) Yksi taidelähtöisen työskentelyn tarkoitus on auttaa lasta omien tunteiden ja muistojen kautta lisäämään itsetuntemusta (Känkänen 2013, 68).

7 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUKSEN KUVAUS

Opinnäytetyöprosessi oli kokonaisuutena monivaiheinen, sillä prosessissa haluttiin ottaa huomioon sekä nuorten että ohjaajien mielipiteet ja kokemukset. Aluksi ohjaajien ja nuorten mielipiteitä kartoitettiin kyselylomakkeen avulla. Opinnäytetyössä haluttiin ottaa nuoret ja ohjaajat mukaan myös suunniteltujen ryhmäsisältöjen arviointiin ja tehdä heidän kokemuksensa ryhmistä näkyväksi. Prosessin valmisteluvaiheeseen kuuluivat työn ideointi toimeksiantajan kanssa, tutkimusluvan hakeminen, toimeksiantosopimuksen tekeminen, teoriapohjan koostaminen sekä kyselylomakkeiden laatiminen ja purku. Seuraavaksi suunniteltiin ryhmäsisällöt ja sovittiin niiden toteutuksesta yhteistyössä Stoppareiden kanssa. Suunnitellut ryhmäsisällöt testattiin Stoppareissa ja niistä kerätin palautteet niin nuorilta kuin ohjaajiltakin. Tämän jälkeen vuorossa oli varsinaisen oppaan suunnittelu ja toteutus. Oppaan valmistuttua kerätin Stoppareiden ohjaajilta vielä palaute sen toimivuudesta. Opinnäytetyöraporttia on kirjoitettu läpi koko prosessin.

7.1 Opinnäytetyöprosessin kulku

Opinnäytetyölle haettiin tutkimuslupaa A-klinikkasäätiöltä kevättalvella 2016 ja samaan aikaan koottiin opinnäytetyön teoriaosuutta. Teoriatiedon lisäksi ryhmätoiminnan suunnittelussa haluttiin huomioida sekä nuorten että ohjaajien mielipiteitä Stoppareiden hoidollisista ryhmistä. Näin he pääsivät osaltaan vaikuttamaan suunniteltaviin ryhmätoimintoihin. Tämä oli perusteltua, koska ryhmätoimintojen oli tarkoitus olla nuoria kiinnostavia ja heidän osallisuuttaan haluttiin vahvistaa. Ohjaajien mielipidettä kysymällä haluttiin selvittää heidän näkemyksensä siitä, mihin aiheisiin toivottiin lisää toiminnallisuutta ja mitkä menetelmät he katsoivat toimiviksi tai kiinnostaviksi. Vilka ja Airaksinen kirjoittavat, että toiminnallisissa opinnäytetöissä laadullinen tutkimusasenne on toimiva, jos tavoitteena on toteuttaa kohderyhmän näkemyksiin nojautuva idea. Tällöin voidaan toteuttaa selvitys eli haastattelu, jolla kerätään tietoa. Haastattelulomake on strukturoitu ja siinä kaikilta tutkittavilta kysytään samassa

järjestyksessä ja muodossa avoimet kysymykset. (Vilkkä & Airaksinen 2003, 63.) Nuorten ja ohjaajien mielipiteitä selvitettiin tutkimusluvan saamisen jälkeen kyselylomakkein huhtikuussa 2016. Kyselylomakkeet laadittiin Stoppareiden silloisten ryhmärakenteiden ja ryhmän aiheiden pohjalle. Kyselylomakkeista sekä nuorilta että ohjaajilta saatujen vastausten perusteella alettiin suunnitella ryhmätoimintaa.

Kahdeksasta suunnitellusta toimintakerrasta päätettiin toteuttaa opinnäytetyön tekijöiden toimesta kaksi ja kuusi annettiin toteutettavaksi Stoppareiden ohjaajille. Opinnäytetyön tekijät toteuttivat kaksi toimintakertaa Stoppari-Lahdessa. Stoppareiden ohjaajien toimesta toteutettiin kaksi toimintakertaa Lahdessa ja neljä Haminassa. Stoppari-Lahden ohjaajien toimintakerrat jaettiin niin, että sekä elämänhallintaan että päihteisiin liittyviä ryhmiä oli yksi. Haminassa ohjaajat toteuttivat kaksi toimintakertaa elämänhallintaan ja itsetuntemukseen liittyen ja kaksi toimintakertaa päihteisiin liittyen. Toimintakertojen toteutus päätettiin jakaa opinnäytetyön tekijöiden ja ohjaajien kesken, koska haluttiin palautetta oppaan varsinaisilta käyttäjiltä muun muassa opastekstien selkeydestä ja ymmärrettävyydestä. Opinnäytetyön tarkoituksena oli luoda käyttöön jääviä menetelmiä, joita ohjaajat haluaisivat hyödyntää työssään. Kun ohjaajat pääsivät testaamaan suunniteltuja toimintoja itse, tulivat ne tutuiksi ja on todennäköisempää, että opasta käytetään jatkossa. Toimintakerrat testattiin Stoppareissa kesä-heinäkuussa 2016.

Toimintakerroista kerättiin palautetta lomakkeiden avulla sekä nuorilta että ohjaajilta ja lomakkeet täytettiin ryhmätoiminnan toteutuksen jälkeen. Palautelomakkeen kysymykset laadittiin opinnäytetyön tavoitteiden toteutumista selvittäviksi. Osittain strukturoituun lomakkeeseen päädyttiin, koska sillä tavoin on mahdollista saada palautetta kohdennetusti opinnäytetyön tavoitteiden kannalta oikeisiin asioihin. Nuorille tämä on myös mahdollisimman helppo tapa antaa palautetta. Lomake sisälsi myös avoimia kysymyksiä. Nämä palautteet kerättiin myös niiltä toimintakerroilta, jolloin opinnäytetyön tekijät itse ohjasivat ryhmiä. Molemmilla näistä opinnäytetyön tekijöiden ohjaamista ryhmistä oli mukana Stoppareiden ohjaajia. Näiltä toimintakerroilta koottiin myös

opinnäytetyön tekijöiden oma vapaamuotoinen arviointi. Palautteen perusteella tehtiin ryhmäsisältöihin muutoksia niiltä osin kuin se katsottiin tarpeelliseksi.

Palautelomakkeiden purun jälkeen alettiin koota varsinaista opasta, joka tulee ohjaajien käyttöön. Oppaan taitto tehtiin Adobe InDesign -ohjelmalla ja valmis opas tallennettiin pdf-muotoon painolaatuisena. Yksi oppaan sivu on pystysuuntainen ja A4-kokoinen. Oppaan värikäs kuvitus on tehty itse digitaalisella piirustusohjelmalla. Ulkoasusta pyrittiin saamaan nuorekas, raikas, houkutteleva ja selkeä. Stoppari-Lahdelta tuli opinnäytetyön alkuvaiheessa toive siitä, että opas laadittaisiin sähköiseen muotoon, jolloin sen saisi laitettua saataville A-klinikkasäätiön intraverkon materiaalipankkiin. Oppaan käytettävyyden vuoksi päätettiin kuitenkin koota opas myös kansiomuotoon sekä Stoppari-Lahteen että Stoppari-Haminaan, jolloin paitsi itse opas myös sen liitteet ovat nopeasti otettavissa käyttöön tai kopioitavissa. Kolme opaskansiota toimitettiin Stoppareihin oppaan taiton valmistuttua elokuussa 2016. Samalla ohjaajille lähetettiin palautelomake oppaasta. Palautetta pyydettiin oppaan hyödynnettävyydestä, käytettävyydestä ja ulkoasusta avoimilla kysymyksillä.

7.2 Kyselyn tulokset

Stoppareiden ohjaajilta kysyttiin kyselylomakkeen avulla mielipidettä siitä, mitkä teemat soveltuisivat parhaiten osallistavien ja toiminnallisten menetelmien hyödyntämiseen. Ohjaajat saivat valita neljä aihealuetta, joihin toiminnalliset menetelmät soveltuivat heidän mielestään parhaiten. Vastauksista nousi selvästi esiin kolme isoa aihekokonaisuutta, jotka olivat henkinen hyvinvointi ja tunteiden käsittely, itsetuntemus: minäkuva, omat vahvuudet ja voimavarat sekä arvot ja päihteidenkäytön vaikutukset omaan itseen ja muihin (taulukko 1).

Taulukko 1. Ohjaajien vastaukset

TEEMA	LUKUMÄÄRÄ
Henkinen hyvinvointi ja tunteiden käsittely	21
Itsetuntemus: minäkuva, omat vahvuudet ja voimavarat sekä arvot	19
Päihteidenkäytön vaikutukset omaan itseen ja muihin	18
Päihteet ja käyttäytyminen	12
Riippuvuus ja sen eri muodot	9
Miksi käyttää, miksi ei?	8
Sosiaaliset suhteet	7
Itsenäistyminen	7
Tietoa päihteistä	3
Joku muu	0

Myös nuoret saivat valita lomakkeesta neljä heitä eniten kiinnostavaa aihealuetta. Nuorten vastauksista nousi esiin kiinnostus erityisesti kahteen aihealueeseen, jotka olivat miksi käyttää, miksi ei ja tietoa päihteistä. Myös teemat sosiaaliset suhteet ja päihteidenkäytön vaikutukset omaan itseen ja muihin saivat jonkin verran kannatusta (taulukko 2).

Taulukko 2. Nuorten vastaukset

TEEMA	LUKUMÄÄRÄ
Miksi käyttää, miksi ei?	12
Tietoa päihteistä	9
Päihteidenkäytön vaikutukset omaan itseen ja muihin	7
Sosiaaliset suhteet	7
Henkinen hyvinvointi ja tunteiden käsittely	6
Päihteet ja käyttäytyminen	5
Riippuvuus ja sen eri muodot	5
Itsenäistyminen	5
Itsetuntemus: minäkuva, omat vahvuudet ja voimavarat sekä arvot	4
Joku muu	1

Menetelmien soveltuvuudesta Stoppareiden ryhmiin kysyttiin ohjaajilta viisiportaisella asteikolla. Valokuvan hyödyntäminen vaikutti kiinnostavan monia, mutta toisaalta kameran käytön lastensuojelulaitoksessa uskottiin olevan vähintäänkin hankalaa tiukan lastensuojelulain vuoksi. Seuraavaksi eniten käyttäisin oikein mielelläni -ääniä sai perinteisempi piirtäminen tai maalaaminen. Myös korttien sekä tarinoiden ja tekstien hyödyntäminen kiinnostivat ohjaajia. Vastauksia tarkasteltiin lähinnä siitä näkökulmasta,

mitkä menetelmät saivat eniten käyttäisin oikein mielelläni ja käyttäisin jokseenkin mielelläni -ääniä ja toisaalta eivät herättäneet myöskään suurta vastustusta (taulukko 3).

Taulukko 3. Ohjaajien vastaukset

MENETELMÄ	käyttäisin oikein mielelläni	käyttäisin jokseenkin mielelläni	en mielelläni käyttäisi	en käyttäisi	en osaa sanoa
Tarinoiden ja tekstien käyttäminen	12	12	1	1	1
Videoiden kuvaaminen	7	7	6	4	3
Kollaasit	11	12	2		1
Piirtäminen tai maalaaminen	14	11	2		
Valokuvan käyttö	18	4	3	1	1
Kortit	12	10	3		2
Musiikki (sanoitusten käyttö)	10	11	4	1	1
Musiikki (kuuntelu)	11	8	6	2	
Improvisaatio ja rooliharjoitukset	7	10	7		3
Sarjakuva	7	8	4		8
Kirjoittaminen	11	8	6	1	1

Nuorten vastauksissa hajontaa oli selvästi ohjaajien vastauksia enemmän. Oikeastaan vain musiikki oli menetelmä, jota yleisesti pidettiin kiinnostavana ja joka ei saanut vastaääniä. tarinat sekä piirtäminen tai maalaaminen vaikuttivat kiinnostavan nuoria jonkin verran. Toisaalta näitä menetelmiä osa nuorista piti myös epäkiinnostavana (taulukko 4).

Taulukko 4. Nuorten vastaukset

MENETELMÄ	kiinnostaa paljon	kiinnostaa vähän	ei juuri kiinnosta	ei kiinnosta lainkaan	en osaa sanoa
Tarinat	4	5	1	3	3
Videoiden kuvaaminen	3	3	4	4	2
Kuvakollaasit	1	6	1	5	3
Piirtäminen tai maalaaminen	4	3	5	4	
Valokuvan käyttö	1	1	7	5	2
Kortit	1	1	7	6	1
Musiikki	11	2	1	1	1
Improvisaatio ja rooliharjoitukset	1	1	4	5	5
Sarjakuvien tekeminen		2	5	8	1
Kirjoittaminen	2		4	8	2

Nuorilta kysyttiin avoimella kysymyksellä, mitä hyvää päihde- ja elämäntaloustyöryhmissä on. Vastausten perusteella kokemusten jakamista

ja uuden tiedon saamista pidettiin tärkeänä. Myös nuorten oman näkökulman arvostaminen nousi vastauksissa esiin. Toisaalta useista avoimista vastauksista ilmeni se, että ryhmät eivät kiinnosta ja että niissä ei koeta olevan mitään hyvää.

Kerrotaan päihteistä nuorten näkökulmasta ja ei liian puuduttavasti.

Kuulee asioista, tietää että ei ole ainoa siinä tilanteessa.

Mietitään miten selvitä ilman päihkeitä.

Nuorilta kysyttiin myös, mitä kehitettävää päihde- ja elämönhallintaryhmissä on. Vastauksista ei noussut esiin mitään erityistä kehittämiskohtaa, mutta muutamia mainintoja tuli siihen liittyen, että ryhmissä tulisi paremmin päästä esiin muiden nuorten näkemykset ja että jotain uutta kaivattaisiin ryhmiin.

Samat vanhat jutut yhä uudelleen.

Lisää vapautta.

Uudet tiedot ja muiden näkemykset.

Nuorilta kysyttiin myös, tuleeko heille mieleen joitain muita menetelmiä tai työtapoja kuin mitä lomakkeeseen oli laitettu. Tähän kysymykseen saatiin vain yksi vastaus, jossa ehdotettiin kokemusasiantuntijuuden hyödyntämistä.

Ohjaajilta kysyttiin, mitkä asiat päihde- ja elämönhallintaryhmissä koetaan toimiviksi. Vastauksista nousi esiin se, että ryhmän tulee olla riittävän lyhyt ja sopiva kesto on noin 30–60 minuuttia. Ryhmien hyvää suunnittelua ja valmistelua pidetään tärkeänä ryhmän onnistumisen kannalta. Useiden ohjaajien vastausten mukaan kiertävät ryhmänaiheet ovat olleet toimiva ratkaisu. Kahdessa vastauksessa korostui se, että vapautta omannäköiseen ryhmän ohjaamiseen pidetään tärkeänä. Nuorten osallistaminen ryhmätoimintaan tuli esiin myös kahdesti.

Ryhmäkierto, kesto, vapaus omanlaiseen toteuttamiseen.

Ryhmätyöskentely, erityisesti pienryhmät. Kesto 30min – 1h on ollut sopiva, sen ajan nuoret jaksavat keskittyä.

Nuorten osallistaminen niin, ettei ryhmän ohjaaminen olisi pelkkää ohjaajan puhetta.

Hyvin suunniteltu ryhmä toimii useimmiten aina. Mitä valmiimpi konsepti, sitä paremmin toimii.

Ohjaajilta kysyttiin myös, mitkä asiat ryhmissä tai ryhmänohjauksessa koetaan haasteelliseksi. Nuorten motivointi ja kiinnostuksen ylläpito nousi esiin valtaosassa vastauksista ohjaustyön suurimpina haasteina. Moni ohjaajista myös koki, että ryhmän valmisteluun ei ole riittävästi aikaa. Lisäksi nuorten keskittymiskyvyn kerrottiin vaihtelevan suuresti.

Nuorten motivaatio, hoidon vaihteisuus joka vaikuttaa jokaisella nuorella eri tavoin ryhmässä oloon, asenne ryhmän aiheeseen.

Nuorten osallistuminen, mielenkiinnon herättäminen, ryhmän hoidollisen sisällön pitäminen niin mielenkiintoisena, että levottomimmatkin nuoret jaksavat keskittyä.

Asiakkaiden tieto-/valmiustaso vaihtelee, samoin motivaatio voi vaihdella päivittäin paljon jopa samalla nuorella. Ohjaamiseen valmistautuminen välillä aika vähäistä.

Liian kiire suunnittelussa joten jää hieman puuhasteluolo. Ryhmät myös toistaa samoja kaavoja, uusien kokeilu vähissä.

Ohjaajilta kysyttiin myös, onko heillä mielessä muita menetelmiä tai työtapoja kuin mitä kyselylomakkeeseen oli valittu. Yksittäisissä vastauksissa nousi esiin learning cafe -työskentely, rastityyppinen tehtävä, dokumenttien hyödyntäminen ja keskusteluryhmä ajankohtaisesta aiheesta. Kun ohjaajilta kysyttiin, minkä uuden menetelmän he olisivat halukkaita opettelemaan, nousi suurimpana kiinnostuksenkohteena esiin musiikin monipuolinen hyödyntäminen. Myös draamaa pidettiin kiinnostavana menetelmänä. Yksittäisissä vastauksissa nousi esiin myös sarjakuva, valokuva, videoiden hyödyntäminen, kokemusasiantuntijuus, kirjoittaminen ja tarinoiden sekä tekstien käyttö.

En poissulkisi mitään menetelmää. Niitä olisi hyvä osata monta erilaisten asiakkaiden/tilanteiden/aiheiden/omien mieltymysten varalle.

Nuorilta saadun palautteen ryhmistä kerrottiin olevan erittäin vaihtelevaa ja riippuvan ryhmän aiheesta sekä nuoren mielialasta. Nuorten kerrottiin antaneen palautetta siitä, että samat aiheet toistuvat, ryhmät ovat tylsiä ja päihdefaktat itsestään selviä. Kielteistä palautetta on saatu myös liian pitkistä toimintakerroista.

Vaihtelevaa kiinnostusta, nuoret kokee ryhmien olevan samanlaisia aiheesta riippumatta.

Pääosin hyvää. Kaikki eivät kuitenkaan ole aina tyytyväisiä. Nuoret pitävät ryhmistä, joissa saa itse tehdä.

Palaute on usein melko mitänsanomatonta: hyvää tai huonoa. Harvoin saa perusteluja miksi ja miten voisi muuttaa toimintaa.

Nuoret tykkäävät kertoa omia kokemuksia päihteiden käytöstä. Myös selkeä rakenne ryhmäkerroille auttaa nuoria keskittymään.

7.3 Suunnittelua ohjaavat tekijät

Ryhmätoimintoja suunniteltiin aluksi neljään teemaan, jotka valikoituivat kyselylomakkeiden perusteella. Nämä teemat olivat henkinen hyvinvointi ja tunteiden käsittely, itsetuntemus ja minäkuva, miksi käyttää ja miksi ei sekä päihteiden käytön vaikutukset. Kaksi teemoista liittyi yleisesti elämänhallintaan ja itsetuntemukseen ja toiset kaksi teemaa liittyivät päihteisiin ja niiden käyttöön. Oppaaseen muodostui näin kaksi laajaa teemaa, joissa aihealueita käsiteltiin kyselyssä esiin nousseiden neljän teeman näkökulmasta. Suunnittelussa huomioitiin sekä teoriaosuudessa esiin nousseita asioita että Stoppareiden ryhmätoiminnan tavoitteita, jotka mukailevat riippuvuuden nelikenttää. Ohjaajien vastauksissa suosituista menetelmistä mukana on piirtämistä, tarinan hyödyntämistä ja kuvakollaasin tekoa. Nämä tulivat esiin myös nuorten vastauksissa. Lisäksi nuorten suosima musiikki otettiin mukaan ryhmäsisältöihin. Learning cafe -menetelmää oli toivottu yksittäisissä ohjaajien

vastauksissa, joten päädyimme käyttämään myös sitä rastitehtävien muodossa. Lisäksi halusimme itse kokeilla, miten johonkin ryhmäsisältöön saisi mukaan myös draaman elementtejä.

Teoriaosuudesta huomioitiin kohderyhmä eli nuoret ja heidän elämänvaiheensa. Heidän tilanteensa, jossa he ovat lastensuojelun pysäytyshoidossa, on erityinen. Ryhmätoiminnan suunnittelussa oli huomioitava, että ryhmätoiminta tapahtuu suljetussa ympäristössä. Ryhmätoiminta pyrittiin pitämään sopivana erilaisille ja hoidon eri vaiheissa oleville nuorille. Ryhmän rakentuminen ja turvallisuus sekä ohjaajan rooli huomioitiin myös ryhmän rakenteessa ja toteutuksessa. Jokaisella toimintakerralla on aloitus, toiminta ja lopuksi tehtävän purku eli lopetus. Osallistujat saattavat olla toisilleen tuntemattomia, mikäli he ovat hoidon eri vaiheissa. Oli huomioitava, että jokainen toimintakerta on oma kokonaisuutensa ja asioita jaetaan kaikille sopivalla tavalla, sillä kaikki eivät ehkä tunne vielä toisiaan. Osallisuuden tukeminen ja toiminnallisissa menetelmissä tärkeät asiat huomioitiin suunnittelussa. Jokaiselle ryhmässä haluttiin toiminnan kautta antaa mahdollisuus saada osallisuuden kokemus.

Nuorten osallisuus ja aktivoituminen oli tärkeä osa kaiken toiminnan suunnittelua. Huomasimme erityisesti itse ohjaamiemme ryhmien jälkeen, että toiminnan pitää olla riittävän yksinkertaista. Nuoret eivät lähde tuottamaan itse kovin aktiivisesti toimintaa, vaan he tarvitsevat selkeää ohjausta, jolloin toimintakerroille täytyy olla valmiiksi mietittyä sisältöä, joka aktivoi nuoria heille sopivalla tavalla. Sisältöjä tulee kuitenkin voida joustavasti muokata tilanteen ja ryhmän vaatimalla tavalla. Jo pienikin toiminnallisuus ja itse tekeminen voi olla joillekin nuorille erilaista ja vaatii totuttelua.

Taidelähtöisiä menetelmiä on käytetty ryhmäsisällöissä tukemaan toiminnallisuutta useassa ryhmässä. Ryhmissä aiheita käsitellään esimerkiksi kuvallisuuden, musiikin ja tarinallisuuden kautta. Taide voi auttaa käsittelemään ja ilmaisemaan asioita mielen tietoista kerrosta syvemmältä, antaa mahdollisuuden ilmaista tunteita ja herättää niitä lisää

sekä auttaa ymmärtämään kokemuksia ja sitä kautta löytämään itseään (Bardy 2002; Rogers 1999, Tammen 2011, 52–53 mukaan). Ryhmissä on jätetty mahdollisuuksien mukaan valinnanvapautta nuorelle tehdä asioita ja ilmaista itseään omalla tavallaan. Kun suunniteltujen ryhmätoimintojen joukossa on erilaisia menetelmiä, voi nuori löytää niistä joistain itselleen sopivan ilmaisumuodon, jonka kautta käsitellä asioita. Taidetta voi hyödyntää terapeuttisesti monin erilaisin tavoin; oleellisia ovat tavoitteet, joihin toiminnalla pyritään (Vilén, Leppämäki & Ekström 2008, 302). Suunnitelluissa ryhmätoiminnoissa emme ole käyttäneet taidetta terapeuttisena menetelmänä, vaan soveltaen tukemaan nuorten osallisuutta ja lisäämään ryhmiin toiminnallisuutta taidelähtöisten menetelmien avulla.

Kuvallisuus

Kuvien avulla nuoret voivat käsitellä kokemuksiaan, hahmottaa omaa tapaansa ajatella ja tehdä valintoja sekä muodostaa käsitystä itsestään (Kärkkäinen 2008, 85). Tukea antavan kuvataidetuokion tavoitteena voi olla tunteiden konkretisoiminen piirtämällä tai maalaamalla (Vilén ym. 2008, 302–303). Ihmisillä on erilaisia valmiuksia ilmaista omia ajatuksiaan ja tunteitaan. Kuva sopii vuorovaikutuksen välineeksi erityisesti niille, jotka kokevat, että kuvan avulla on turvallisempaa tai helpompaa ilmaista itseään. (Vilén ym. 2008, 305.)

Kuvataideterapeuttisia elementtejä voi sisällyttää asiakastyöhön ja kuvallista työskentelyä voi ohjata ilman psykoterapia- tai taideterapiakoulutusta, mutta kuvista keskustelemisessä ja kyselemisessä on noudatettava varovaisuutta. Kuvan tekijälle tulee antaa vapaus ilmaista itseään ja kertoa kuvasta itse haluamallaan tavalla. Ohjaajan ei tule tehdä kuvista tulkintoja omista lähtökohdista käsin, vaan oleellista on aina asiakkaan näkemys kuvasta. (Vilén ym. 2008, 299–301.) Muutamissa oppaaseen suunnitelluista toimintakerroissa nuoret tuottavat kuvia ja voivat ilmaista itseään visuaalisesti. Kuvaa voi tehdä monella tavalla, jolloin se on käyttökelpoinen tekemisen ja itseilmaisun muoto hyvin erilaisissa ryhmissä.

Musiikki

Musiikki on nuorille merkittävässä roolissa. Se koskettaa nuorten usein voimakkaita ja vaihtelevia tunnekokemuksia. Saarikallion (2007) väitöskirjan mukaan musiikin psykososiaaliset merkitykset näkyvät identiteetissä, itsemääräämisessä, ihmissuhteissa ja tunnekokemuksissa. Musiikki on minuuden ilmaisukeinona turvallinen ja se voi tarjota itsehallinnan ja kykenevyyden kokemuksia. Musiikki yhdistää, mutta se voi myös tukea yksityisyyden tarpeita. Musiikki tarjoaa positiivisia tunne-elämyksiä, mutta mahdollistaa myös negatiivisten tunteiden käsittelyn. Musiikki tarjoaa keinon identiteetin rakentamiselle ja auttaa tunteiden käsittelyssä. (Saarikallio 2009, 222–227.) Sutinen (2011, 134) kirjoittaa, että laululyyriikat ovat runoutta, jotka ovat nuorille ymmärrettäviä ja ne voivat tavoittaa tunteet uudesta ilmaisullisesta näkökulmasta.

Monet Stopparin nuorista kuuntelevat paljon musiikkia ja he toivoivat sitä myös ryhmiin. Yksi toimintakerta on suunniteltu käsittelemään musiikkia sanoituksen ja musiikin kuuntelun merkityksen näkökulmasta. Musiikkia voi ohjaajan harkinnan mukaan käyttää erityisesti kuvallisen ilmaisun toiminnoissa myös tekemisen taustalla tukemaan nuorten työskentelyä. Musiikki vaikuttaa olevan monelle nuorelle osa normaalia äänitaustaa, joka voi auttaa jopa keskittymään paremmin. Tämän huomasimme itse ohjaamassamme Kehon päihdekartta -toimintakerrassa, jossa nuoret saivat valita tekemisen taustalle mieleistään musiikkia.

Tarinallisuus ja draama

Tarinallinen näkökulma on tapa ajatella tiedosta ja maailmasta ylipäätään. Kertomusten avulla voi rikastuttaa kuulijan tarinaa. Kuulija voi kokea samastumisen tunteita, löytää yhtymäkohtia omaan elämäänsä tai oivaltaa jotain uutta. Narratiivisuus tarjoaa tasa-arvoisen lähestymistavan vuorovaikutukseen, sillä kukaan ei voi tietää tarinan loppua etukäteen. (Vilén ym. 2008, 206–207.) Kertomusten avulla voidaan jäsentää ihmisten toimintaan ja pyrkimykseen liittyviä asioita ja kommentoida ihmisten edesottamuksia tarinan kielellä (Ihanus & Lipponen 2005, Vilénin ym. 2008, 208 mukaan). Kun tarinallista näkökulmaa käytetään ohjaustyössä,

ei kyse ole vain tarinoinnista, vaan myös siitä, että kerrotut tarinat voivat muokata käytäntöä ja suunnata yksilön ratkaisuja. Tarinat voivat rakentaa ja ilmentää kertojan todellisuutta ja minuutta. (Onnismaa 1998, Vilénin ym. 2008, 210 mukaan.)

Draaman tavoitteena on auttaa ymmärtämään tunteita, tekoja ja näiden seurauksia elämässä. Vaurioittavan kokemuksen päälle on mahdollista luoda korjaava kokemus. Draamassa voi nähdä oman toimintansa vaikutukset. Murrosiässä harjoitellaan tekemään oman tahdon mukaisia, mutta kypsiä ja tilanteen mukaisia ratkaisuja hyvinvoinnin turvaamiseksi. Yksi draaman keskeinen merkitys on yhteisyyden tunteen vahvistaminen, yksinäisyyden ja erillisyyden tunteiden sijaan. Draaman avulla nuoren sisällä voi alkaa kasvaa tietoisuus siitä, että tulevaisuudessa on mahdollista tehdä toisin. (Savolainen 2007, 166–168, 179.)

Suunnittelimme oppaaseen yhden toimintakerran, jossa hyödynnettiin draaman elementtejä ja tarinallisuutta. Tarinan avulla haluttiin saada nuoret pohtimaan päihteiden käyttöön liittyviä asioita eri näkökulmista ryhmän itse luoman hahmon kautta.

8 RYHMIEN TOTEUTUKSET

Toteutusvaihe aloitettiin ohjaamalla kaksi ryhmää Stoppari-Lahdessa opinnäytetyön tekijöiden toimesta peräkkäisinä viikkoina. Itse ohjattaviksi ryhmiksi valitsimme ne ryhmäsisällöt, jotka halusimme testata käytännössä itse. Stoppari-Lahdessa ohjaajat testasivat kahta ja Stoppari-Haminassa neljää ryhmäsisältöä. Toimintakerroilta kerättiin palaute ohjaajilta ja nuorilta. Ryhmien sisältöjen suunnittelussa apuna on käytetty eri lähteitä, joiden pohjalta toimintakertojen sisältöjä on ideoitu. Suunnittelussa apuna käytetyt lähteet löytyvät valmiin oppaan lähdeluettelosta. Päätimme kuitenkin mainita seuraavissa toimintakertojen kuvauksissa ne lähteet, joita on käytetty ryhmätoiminnassa sellaisenaan niitä muokkaamatta.

8.1 Opinnäytetyön tekijöiden ohjaamat toimintakerrat

Ensimmäisen ohjaamamme toimintakerran aiheita olivat elämänhallinta ja itsetuntemus ja toinen ohjaamamme toimintakerta käsitteli päihteitä. Toimintakerroiksi valitsimme Fiiliskortit ja Kehon päihdekartta -ryhmät. Stoppari-Lahden seinälle vietiin mainos noin viikkoa ennen ensimmäistä toimintakertaa ja nuorten omaohjaajia pyydettiin toimittamaan opinnäytetyöhön ja ryhmiiin liittyvä tiedotekirje nuorten vanhemmille. Ryhmiin tarvittavat materiaalit hankimme yhteistyössä Stoppari-Lahden kanssa.

8.1.1 Fiiliskortit

Fiiliskortit-toimintakerran tavoitteena oli tunteiden tunnistaminen ja pohtiminen sekä tunneilmaisu kuvallisesti. Valitsimme tunteiden käsittelyn ryhmäsisällöksi, koska se tukee elämänhallinnan ja itsetuntemuksen teemaa. Menetelmäksi valitsimme kuvallisen ilmaisun, koska sitä toivottiin palautelomakkeissa ja sen avulla nuoret voivat käsitellä ja ilmaista tunteita moninaisin eri tavoin.

Toimintaan osallistui opinnäytetyön tekijöiden lisäksi neljä ohjaajaa ja kuusi nuorta, joista yksi keskeytti ryhmän huonon fyysisen vointinsa johdosta. Ryhmätoiminnan kestoksi olimme varanneet tunnin.

Toimintakerran aloitimme esittelemällä itsemme ja opinnäytetyömme, jonka jälkeen kerroimme ryhmän säännöt. Sääntöihin olimme listanneet ryhmän sisällä vallitsevan luottamuksen, vapaaehtoisuuden, vapauden olla oma itsensä ja muiden ryhmäläisten kunnioituksen. Ryhmäläisille annettiin myös mahdollisuus lisätä omia sääntöjä, mutta kukaan nuorista ei keksinyt sääntöihin lisättävää.

Varsinaiseen ryhmätoiminnan aloitukseen käytimme Ihmishahmot puussa -monistetta, josta jokainen osallistuja sai värittää valitsemansa hahmon, esitellä itsensä muulle ryhmälle ja kertoa sen hetkisen fiiliksensä.

Ihmishahmot puussa moniste on löydetty Voikukkia-hankkeen materiaalipankista. Osa ohjaajista ja opinnäytetyön tekijät osallistuivat myös aloitukseen. Nuoret valitsivat jokainen oman värítettävän hahmon, mutta kaikki eivät halunneet esitellä itseään tai kertoa sen hetkisistä fiiliksistään. Aloituksessa oli havaittavissa pientä jännittyneisyyttä ja vastahakoisuutta osallistua ohjattuun toimintaan.

Toimintaa jatkettiin Tunneasema-harjoituksella. Stopparin tiloihin oli sijoitettu eri paikkoihin pisteitä, joissa käsiteltiin viittä eri tunnetta iloa, surua, vihaa, rakkautta ja pelkoa. Tarkoitus oli valita päätunteen alta listattuja tunnekokemuksia ja pohtia pisteellä olevia kysymyksiä. Osa nuorista meni tunneasemille, kun taas osa kieltäytyi nousemasta sohvilta ja osallistumasta toimintaan. Tämän seurauksena myös ne nuoret, jotka olisivat osallistuneet toimintaan, palasivat sohville istumaan. Yritimme innostaa nuoria mukaan toimintaan, kuitenkin siinä onnistumatta. Tämän seurauksena suunniteltua toimintaa jouduttiin muuttamaan. Tunneasema-harjoitus ohjattiin niin, että nuoret istuivat sohvilla ja eri tunteita käytiin läpi yhdessä keskustelemalla. Toimintavaiheen alku pitkittyi muutosten johdosta, jolloin nuorten keskittyminen ryhmään myös herpaantui. Harjoitus käytiin kuitenkin läpi ja nuoret pohtivat esitettyjä kysymyksiä kukin tavallaan osa syvällisemmin ja osa kevyemmin.

Tunneasema-harjoituksen jälkeen siirryttiin toiseen tilaan ja aloitettiin fiiliskorttien tekeminen. Olimme koonneet pöydälle valmiiksi tarvittavat välineet ja ohjeistimme korttien valmistuksen. Nuoret ohjattiin valitsemaan tunneasema monisteilta jokin tunnekokemus, josta hän halusi valmistaa kortin. Jokainen nuori sai valittua mieleisensä tunnekokemuksen ja se kirjoitettiin tussilla korttiin. Kortin toiselle puolelle oli tarkoitus piirtää, maalata tai leikata lehdistä kuvia, joiden avulla tunnekokemus saatiin kuvalliseksi. Suurin osa nuorista toteutti kuvallisen ilmaisun leikkaamalla lehdistä valmiita kuvia ja tekstiä. Osa toteutti kortin piirtäen. Myös ohjaajat ja yksi opinnäytetyön tekijöistä valmistivat oman korttinsa. Toiminnallinen osuus vaikutti mielekkäämmältä toiminnalta nuorille kuin aloitus ja nuorten keskittyminen oli ryhmässä parhaimmillaan korttien tekovaiheessa. Toiminnassa näkyi myös nuorten kyky toimia ryhmässä. Keskustelua aiheesta heräsi ja omia ajatuksia jaettiin muiden kanssa spontaanisti. Vaikka kaikki osallistuivat tekemiseen hyvin, vaikutti kuitenkin siltä, että itse tekeminen oli pääosassa, ei niinkään sen taustalla oleva ajatus pohtia erilaisia tunnetiloja.

Ryhmän lopuksi tunnekortit käytiin läpi ja korttien tekijät saivat kertoa omasta työstään. Nuorten oli vaikea itse keksiä työstään kerrottavaa, joten ohjasimme keskustelua kysymällä tarkentavia kysymyksiä kortista tai siihen liittyvästä tunteesta. Lopuksi kerättiin palaute ryhmästä nuorilta ja ohjaajilta. Toiminta kesti tunnin ja kaksikymmentä minuuttia, joten arvioimamme aika ylittyi. Nuorten keskittymiskyky oli ryhmän aikana vaihtelevaa ja palautelomakkeen täyttämiseen sitä ei enää meinannut riittää. Kaikki kuitenkin täyttivät lomakkeen. Lopuksi kiitimme nuoria ryhmään osallistumisesta ja muistutimme ensi viikon ryhmästä.

Palaute

Palautetta toiminnasta saatiin viideltä ryhmään osallistuneelta nuorelta (taulukko 5). Vastauksissa oli hajontaa, mutta suurin osa osallistujista oli väittämien kanssa täysin eri mieltä. Kaikki nuoret eivät siis kokeneet toimintaa opinnäytetyön ryhmäsisältöjä koskevien tavoitteiden mukaisiksi. Lomakkeen avoimiin kysymyksiin siitä, mikä toiminnassa oli hyvää ja mitä muuttaisit, emme saaneet selviä vastauksia. Ainoastaan toiminnassa

korttien tekeminen ja taiteilu tuotiin osassa vastauksissa hyvänä puolena esiin.

Taulukko 5. Nuorten antama palaute

FIILISKORTIT	täysin samaa mieltä	jokseenkin samaa mieltä	jokseenkin eri mieltä	täysin eri mieltä
Pääsin ilmaisemaan itseäni toiminnassa	0	2	0	3
Pääsin osallistumaan aktiivisesti toimintaan	2	0	0	3
Toiminta oli minusta mielekästä	0	2	0	3
Toiminta herätti ajatuksia	0	1	1	3

Ohjaajia toimintakerralla oli mukana neljä. He kokivat toimintakerran olevan nuoria osallistava; nuoria kuunneltiin ja he saivat itse pohtia ja tehdä. Ohjaajat olivat jokseenkin samaa mieltä siitä, että toimintakerta oli nuoria innostava, ainakin konkreettisen tekemisen osalta. Aloitusta pidettiin liian pitkänä, jolloin koko toimintakerta venyi ja nuorten keskittyminen herpaantui. Ohjaajat olivat täysin tai jokseenkin samaa mieltä siitä, että sisältö vastasi ryhmälle asetettuja tavoitteita ja oli hyödyllistä nuoren hoidon kannalta. Ohjaajilta saadun palautteen mukaan tunnettyöskentely on tärkeää ja monelle nuorelle haastavaa, vaikka päihteitä ei tässä ryhmässä käsiteltykään. Tämä ryhmätoiminta on ohjaajien mielestä hyödynnettävissä Stopparissa jatkossakin. Ohjaajien mukaan ryhmässä oli toimivaa konkreettinen tekeminen ja tunteista keskustelu. Kehitettävää oli ryhmän pituudessa, nyt ohjaajat kokivat sen liian pitkäksi. Aloitus koettiin tärkeäksi. Aloitus ei saa olla liian pitkä, mutta kuitenkin sellainen, että nuoret kiinnostuvat aiheesta.

8.1.2 Kehon päihdekartta

Kehon päihdekartta -toimintakerran tavoitteena oli päihteiden pitkäaikaisten ja välittömien vaikutusten pohtiminen ja kuvallistaminen sekä erilaisten näkökulmien jakaminen kokemus- ja viranomaistiedon avulla. Päihteiden vaikutuksia pohdittiin niin viranomaistiedon kuin nuorten omien kokemustenkin kautta. Valitsimme päihteiden käytön vaikutusten

pohtimisen ryhmän aiheeksi, koska se tukee päihdeteemaa. Menetelmänä ryhmässä käytettiin kuvallista ilmaisua, koska päihteiden käytön vaikutusten kuvallistaminen piirrettyyn kehoon voi havainnollistaa ja herättää nuorta pohtimaan päihteiden käytön vaikutusta omaan kehoon.

Toimintakerralla mukana oli opinnäytetyön tekijöiden lisäksi kaksi ohjaajaa ja kuusi nuorta. Toiminta aloitettiin jälleen esittelemällä itsemme ja opinnäytetyömme. Lisäksi kertosimme ensimmäisellä kerralla luodut säännöt. Ryhmän aloitukseen olimme valinneet liikettä aktivoivan toiminnan, jossa olimme kirjoittaneet lapuille erilaisia adjektiiveja kuvaamaan kehon tuntemuksia. Asetuimme ryhmässä ringiin ja siinä kiersi hattu, jossa adjektiivilaput olivat. Jokainen nosti vuorollaan yhden lapun tarkoituksena lukea se ääneen muille niin, että samanaikaisesti ryhmäläiset toteuttavat adjektiivin omalla kehollaan. Aloituksessa tunnelma oli hieman varautunut ja nuoret eivät innostuneet osallistumaan kehon liikkeen toteutukseen, mutta jokainen luki adjektiivin vuorollaan. Opinnäytetyön tekijät ja Stopparin ohjaajat toistivat adjektiivit kehollaan luoden nuorille esimerkkiä toiminnasta. Tästä huolimatta nuoret eivät tällä kertaa innostuneet kehollisesta ilmaisusta.

Toimintaa jatkettiin jakamalla nuorille viisi erilaista päihdetietokorttia, jotka olimme valmistaneet toimintaa varten. Korteissa käsiteltiin alkoholin, kannabiksen, stimulanttien, opiaattien sekä alkoholin ja lääkkeiden sekakäytön mahdollisia välittömiä ja pitkäaikaisia vaikutuksia. Ryhmäläiset valitsivat pareittain yhden päihdetietokortin, jonka avulla toiminnallisessa työskentelyvaiheessa tehtiin kehon päihdekartta. Yksi pari valitsi käsiteltäväksi päihteeksi stimulantit ja kaksi paria kannabiksen. Toiminnan tueksi ryhmäläiset saivat valita kaksi musiikkikappaletta soitettavaksi taustalla työskentelyn aikana.

Ohjeistimme kehon päihdekartan teon ryhmäläisille. Tarkoituksena oli piirtää isolle paperille pareittain kehon ääriviivat. Tämän jälkeen piirretty keho jaettiin kahteen osaan. Paperiin kirjoitettiin valittu päihde ja kehon eri puolille alettiin kuvaamaan päihteiden välittömiä, pitkäaikaisia ja omiin kokemuksiin perustuvia vaikutuksia. Tässä vaiheessa ryhmäläiset

kiinnostuivat tekemisestä ja päihteen vaikutuksia pohdittiin, kirjattiin ja piirrettiin kehon päihdekarttaan. Työskentelyvaiheessa nuoret olivat aktiivisia ja parityöskentely osoittautui onnistuneeksi ratkaisuksi. Yhdessä tekeminen synnytti nuorten välille keskustelua ja aktivoi heitä. Osa pareista toimi melko itseohjautuvasti ja osaa ohjattiin kysymysten ja korttien avulla toimintaan. Lopuksi työt käytiin yhdessä läpi ja parit esittelivät tuotoksensa. Töissä korostuivat päihteen käytön kielteiset vaikutukset. Osa pareista hyödynsi päihdetietokortteja enemmän kuin toiset, jotka nojasivat enemmän omiin kokemuksiin ja aiempaan tietoon. Nuoret keskittyivät kuuntelemaan toisia ja mielestämme kaikkien kokemuksia kuunneltiin ja mielipiteitä kunnioitettiin. Toimintakerta kesti hieman yli tunnin ja toiminnan lopussa osassa ryhmäläisistä oli havaittavissa levottomuutta ja keskittymiskyvyn herpaantumista. Toiminnan päätteeksi kerättiin vielä palaute ja kiitettiin nuoria osallistumisesta.

Palaute

Palautetta toiminnasta saatiin kuudelta ryhmään osallistuneelta nuorelta (taulukko 6). Suurin osa osallistujista koki, että pääsi ilmaisemaan itseään toiminnassa ja osallistumaan toimintaan vähintään jokseenkin aktiivisesti. Valtaosa piti toimintaa jokseenkin mielekkäänä. Palaute oli kielteisempää osallistujien arvioidessa sitä, herättikö toiminta ajatuksia. Lomakkeen avoimien kysymysten mukaan hyvää toiminnassa oli musiikki, keskustelut, piirtely ja tekeminen. Osa osallistujista vastasi, että toiminnassa ei ole tarvetta muuttaa mitään ja osa puolestaan toivoi lisää musiikkia.

Taulukko 6. Nuorten antama palaute

KEHON PÄIHDEKARTTA	täysin samaa mieltä	jokseenkin samaa mieltä	jokseenkin eri mieltä	täysin eri mieltä
Pääsin ilmaisemaan itseäni toiminnassa	3	1	1	1
Pääsin osallistumaan aktiivisesti toimintaan	2	3	0	1
Toiminta oli minusta mielekästä	0	4	0	2
Toiminta herätti ajatuksia	0	2	1	3

Toimintakerralla oli mukana kaksi ohjaajaa. Heidän mielestään toiminta oli nuoria osallistavaa ja jokseenkin innostavaa. Molemmat ohjaajat kokivat, että toiminta vastaa ryhmille asetettuja tavoitteita. Palautteen mukaan ryhmän rakenne aloituksineen ja lopetuksineen oli hyvä ja päihteiden käytön vaikutuksia on tarpeellista käsitellä. Toiminta koettiin hyödylliseksi nuoren hoidon kannalta ja uskottiin, että se saattoi tuoda keskustelun kautta uusia näkökulmia. Ryhmätoiminnan koettiin olevan hyödynnettävissä Stopparissa myös jatkossa. Toimivaksi koettiin ryhmän rakenne eli aloitus ja lopetus, musiikin käyttö toiminnan taustalla ja nuoria kiinnostava aihe. Toimintakerran toteuttamista parityönä pidettiin toimivana ratkaisuna. Toimintakertaa ohjaajat pitivät kuitenkin liian pitkänä ja sitä palautteen mukaan tulisi tiivistää.

8.2 Stoppareiden ohjaajien ohjaamat toimintakerrat

Stoppari-Lahdessa ohjaajat testasivat Puolesta ja vastaan - sekä Biisin sanat -ryhmiä. Stoppari-Haminassa ohjaajat testasivat ryhmäsisältöjä, jotka olivat Oma huone, Voimavarapeli, Mitä mieltä? -rastit ja Tehdään tarina.

8.2.1 Puolesta ja vastaan

Puolesta ja vastaan -toimintakerran tavoitteena oli päihteiden käytön tai käytön lopettamisen syiden pohtiminen. Lisäksi tarkoitus oli saada osallistujat pohtimaan omaan päihteiden käyttöön vaikuttavia tekijöitä. Valitsimme päihteiden käytön sekä siihen vaikuttavien tekijöiden pohtimisen ryhmän aiheeksi, koska se tukee päihdeteemaa. Pohdinnan tueksi valitsimme toimintakerralle toiminnallisen menetelmän, jonka kautta osallistujat pääsevät harjoittamaan ryhmätyöskentelytaitoja ja liikkumaan toiminnan aikana.

Ryhmän alkuun oli suunniteltu toiminnallinen aloitusharjoitus, jossa osallistujat liikkuvat lattiaan teipatun kolmion päällä tiettyjen asioiden tai ominaisuuksien mukaan. Tarkoituksena oli virittää osallistujat mukaan toimintaan ja saada heidät innostumaan ryhmätyöskentelystä.

Varsinaisen toimintaosuuden oli tarkoitus alkaa ryhmätyöskentelyllä, jossa osallistujien tuli kerätä perusteluja päihteiden käytön puolesta ja sitä vastaan gallup-menetelmällä. Harjoituksessa jokaisella nuorella on yksi tai useampi kysymys, johon hän muuta haastattelemalla kerää vastauksia. Ohjeessa oli mukana esimerkkejä asioista, joihin kysymykset voivat liittyä. Gallup-harjoituksen jälkeen oli vuorossa janatyöskentely, jossa osallistujat menevät riviin maalarinteipillä merkitylle viivalle. Toiminnassa osallistujat ottavat viivalta askeleen eteen- tai taaksepäin tai pysyvät paikallaan sen mukaan, miten väite tai perustelu vaikuttaa omaan päätökseen käyttää tai olla käyttämättä päihteitä. Lopuksi ryhmässä oli tarkoitus yhdessä keskustella siitä, miltä tuntui kuunnella väittämiä ja miten ne vaikuttavat omiin valintoihin ja miksi.

Palaute

Palautetta toiminnasta saatiin neljältä ryhmään osallistuneelta nuorelta (taulukko 7). Toiminta sai yleisesti ottaen hyvää palautetta; täysin eri mieltä väittämien kanssa ei juurikaan oltu. Toiminnan mielekkyys ja ajatusten herääminen olivat kuitenkin kysymyksiä, joissa väittämien kanssa eri mieltä oltiin enemmän. Avoimiin kysymyksiin mitä hyvää toiminnassa oli ja mitä siinä muuttaisit, saatiin ristiriitaisia vastauksia. Niiden mukaan toiminnassa ei oikein mikään miellyttänyt, mutta siinä ei nähty myöskään mitään muutettavaa. Yhdessä vastauksessa nuori olisi muuttanut ryhmän aihetta.

Taulukko 7. Nuorten antama palaute

PUOLESTA JA VASTAAN	täysin samaa mieltä	jokseenkin samaa mieltä	jokseenkin eri mieltä	täysin eri mieltä
Pääsin ilmaisemaan itseäni toiminnassa	2	1	1	0
Pääsin osallistumaan aktiivisesti toimintaan	2	2	0	0
Toiminta oli minusta mielekästä	1	1	2	0
Toiminta herätti ajatuksia	1	0	2	1

Kahdelta ohjaajalta tulleen palautteen mukaan toiminta oli nuoria osallistavaa. Tilassa liikkumista pidettiin positiivisena asiana. Toiminnan

innostavuus kärsi, koska nuoret kokivat gallupin tekemisen haastavaksi. Ryhmän aihetta pidettiin hyvänä ja ryhmäsisältö vastasi ryhmille asetettuja tavoitteita ja voi herättää ajatuksia. Ohjaajien mukaan ryhmää ei pystytty toteuttamaan ohjeen mukaan, koska nuoret olivat liian levottomia tekemään gallupia. Muokkauksen jälkeen toimintaa kuitenkin pidettiin hyödynnettävänä myös jatkossa. Ohjeeseen toivottiin valmiita kysymyksiä tai väittämiä, jotka olisivat nuorille helposti ymmärrettävässä muodossa. Myös janan ohjeistus kaipasi palautteen mukaan selkiyttämistä. Toimintakertaa pidettiin myös liian monivaiheisena. Ryhmäsisällössä koettiin hyväksi toiminnallisuus ja janalle asettuminen.

8.2.2 Biisin sanat

Biisin sanat -toimintakerran tavoitteena oli tunneilmaisuus musiikin avulla ja musiikin merkityksen pohtiminen. Valitsimme tunneilmaisun ryhmän aiheeksi koska se tukee elämänhallinnan ja itsetuntemuksen teemaa. Menetelmäksi valitsimme musiikin käytön, koska sitä toivottiin erityisesti nuorten palautteissa. Musiikin avulla tunteita voi myös ilmaista ja tutkia laajemmin kuin pelkän keskustelun kautta.

Ryhmän aloitukseksi suunniteltiin Mene, jos -harjoitus, jossa ohjaaja lukee ääneen väittämiä liittyen hyvinvointiin, tunnesäätelyyn ja musiikkiin. Kaikki, jotka ovat samaa mieltä väittämän kanssa, vaihtavat keskenään paikkaa. Toimintaosuudessa käsiteltiin osallistujien valitsemia ja heille tärkeitä musiikkikappaleita, joiden sanoitustekstistä jokaisen oli tarkoitus ymmärtää itselle tärkeitä ja merkityksellisiä avainsanoja. Näistä sanoista oli tarkoitus koota kartongille joko sanalista, lyhyt kertomus, tekstinpätkä, uusi lyriikka tai runo. Ohje sisälsi myös vaihtoehdon, jossa osallistujille tarjottiin mahdollisuus sanallisen ilmaisun sijaan kuvalliseen työskentelyyn. Lopetuksessa oli tarkoituksena käydä läpi tehdyt tuotokset ja kuunnella päätteeksi yksi ryhmän valitsema kappale.

Palaute

Palautetta toiminnasta saatiin neljältä ryhmään osallistuneelta nuorelta (taulukko 8). Tällä kerralla kaikki vastaajista kokivat päässeensä

osallistumaan aktiivisesti toimintaan. Muissa kysymyksissä sen sijaan oli hajontaa. Lomakkeen avoimiin kysymyksiin saatiin vastauksia kahdelta osallistujalta. Kysymykseen mitä hyvää toiminnassa oli vastattiin tekeminen ja musiikki. Kysyttäessä mitä muuttaisit toiminnassa saatiin vastaukseksi vain en mitään.

Taulukko 8. Nuorten antama palaute

BIISIN SANAT	täysin samaa mieltä	jokseenkin samaa mieltä	jokseenkin eri mieltä	täysin eri mieltä
Pääsin ilmaisemaan itseäni toiminnassa	2	1	0	1
Pääsin osallistumaan aktiivisesti toimintaan	4	0	0	0
Toiminta oli minusta mielekästä	1	2	0	1
Toiminta herätti ajatuksia	1	2	1	0

Palautetta toimintakerrasta saatiin kolmelta mukana olleelta ohjaajalta. Kaikki ohjaajat olivat samaa tai jokseenkin samaa mieltä siitä, että toiminta oli nuoria osallistavaa. Toiminnan koettiin olevan nuoria innostavaa, koska musiikki aiheena kiinnostaa nuoria ja on suurimmalle osalle tärkeää. Ohjaajat olivat täysin tai jokseenkin samaa mieltä siitä, että ryhmäsisältö vastasi ryhmille asetettuja tavoitteita ja oli hyödyllistä nuoren hoidon kannalta. Ohjaajien palautteen mukaan tunteiden käsittely musiikin kautta on hyödyllistä, sillä nuoret kuuntelevat paljon musiikkia. Ohjaajien mukaan toiminta oli helppo toteuttaa ohjeen pohjalta ja ryhmätoiminnan koettiin olevan hyödynnettävissä Stopparissa myös jatkossa. Toimivaksi ryhmäsisällössä koettiin musiikin käyttäminen välineenä ja toiminnan monipuolisuus. Väittämiä toivottiin muokattavan enemmän nuorten kielelle. Palautteen mukaan kappaleiden sanoituksia oli hankala löytää ja kaikki nuoret eivät halunneet kertoa, mitä musiikkia kuuntelevat. Ohjaaja joutui soveltamaan toimintakertaa niin, että osa ”kuunteli” biisin sanat vain omassa mielessään. Yhden palautteen mukaan ryhmä oli kestoltaan hiukan liian pitkä.

8.2.3 Oma huone

Oma huone -toimintakerran tavoitteena oli omien tavoitteiden ja tulevaisuuden pohtiminen. Valitsimme tämän aiheen ryhmäsisällöksi, koska se tukee elämönhallinnan ja itsetuntemuksen teemaa.

Menetelmäksi valitsimme kuvallisen ilmaisun, koska tavoitteiden ja tulevaisuuden hahmottaminen kuvalliseen muotoon voi herättää nuorella ajatuksia ja tehdä tavoitteet konkreettisemmiksi.

Aloitusharjoitukseksi oli valittu oman kuvan tekeminen. Tarkoituksena oli, että jokainen osallistuja piirtää oman kuvansa pään päällä olevaan paperiin ohjeiden mukaisesti. Toimintaosuudessa oli tarkoitus rakentaa oma tulevaisuuden päihteen koti esimerkiksi piirtäen tai kuvakollaasin muotoon. Tulevaisuuden koti oli tarkoitus rakentaa joko valmiiseen tai itse piirrettyyn pohjapiirrokseen. Kotia rakentaessa oli tarkoitus pohtia, millaisia tunnelmia ja tapahtumia eri huoneissa toivoisi olevan tai tapahtuvan sekä miettiä, kuka on se tulevaisuuden minä, joka asunnossa asuu. Mistä hän on kiinnostunut ja mitä hän kodissaan tekee. Tämän jälkeen tarkoitus oli kutsua joku toinen ryhmäläinen kylään omaan tulevaisuuden kotiin ja kertoa siitä hänelle. Lopetuksessa oli tarkoitus koota kaikkien pohjapiirrokset ja omakuvat seinälle ja keskustella töistä ohjaajan johdolla.

Palaute

Palautetta toiminnasta saatiin kymmeneltä ryhmään osallistuneelta nuorelta (taulukko 9). Yleisesti ottaen osallistujat kokivat voineensa ilmaista itseään toiminnassa ja voineensa osallistua toimintaan aktiivisesti. Toiminnan mielekkääksi kokeminen ja ajatusten herääminen puolestaan jakoivat mielipiteitä. Lomakkeen vastaukset avoimeen kysymykseen siitä, mitä hyvää toiminnassa oli, jakaantuivat kahtaalle. Toiset pitivät toiminnasta ja esimerkiksi piirtämisestä, kun taas toiset eivät nähneet toiminnassa mitään hyvää. Myös kysymykseen mitä muuttaisit toiminnassa osa vastasi ei mitään ja osa vastasi kaiken. Vastauksissa toivottiin myös enemmän aikaa tekemiseen ja yhdessä vastauksessa vähemmän piirtelyä.

Taulukko 9. Nuorten antama palaute

OMA HUONE	täysin samaa mieltä	jokseenkin samaa mieltä	jokseenkin eri mieltä	täysin eri mieltä
Pääsin ilmaisemaan itseäni toiminnassa	5	3	1	1
Pääsin osallistumaan aktiivisesti toimintaan	7	3	0	0
Toiminta oli minusta mielekästä	3	4	1	2
Toiminta herätti ajatuksia	2	3	2	3

Neljä ohjaajaa antoi palautetta ryhmästä. Kolmen palautteen osalta oli kuitenkin täytetty vain lomakkeen ensimmäinen sivu, jolloin muun muassa toiminnan hyödyllisyys nuoren hoidon kannalta, ryhmätoiminnan hyödynnettävyys Stopparissa sekä kehittämistarpeet jäivät kolmen ohjaajan osalta arvioimatta. Toiminta oli ohjaajien mukaan jonkin verran nuoria osallistavaa; osa nuorista oli kiinnostunut aiheesta, koska se oli heille ajankohtainen. Ohjaajien mielestä toiminta oli kuitenkin vain jonkin verran nuoria innostavaa. Nuoria oli ollut haasteellista innostaa päihdeettömän kodin ja sen toimintojen suunnitteluun. Ohjetekstejä ohjaajat arvioivat hieman epäselviksi ja toivottiin lisää yhtenäisyyttä aloituksen ja itsen toiminnan välille. Ohjaajien mukaan ryhmäsisältö vastaa ryhmille asetettuja tavoitteita kohtalaisen hyvin. Yksi ohjaajista arvioi toiminnan hyödyllisyyttä nuoren kannalta ja palautteen mukaan ryhmätoiminta oli tästä näkökulmasta jokseenkin hyödyllistä. Ryhmäsisällön hyödynnettävyyttä ohjaaja arvioi kohtalaisen huonoksi. Toimivaa ryhmässä oli tulevaisuuden suunnittelu. Toimintojen suunnittelun eri huoneisiin ohjaaja koki toimimattomaksi; ryhmäsisältö oli ohjaajan mukaan naiivi ottaen huomioon nuorten mahdollisesti pitkäkin päihdehistoria.

8.2.4 Voimavarapeli

Voimavarapeli-toimintakerran tavoitteena oli itselle tärkeiden asioiden ja omien voimavarojen tunnistaminen sekä omien arvojen pohtiminen. Tämän aiheen valitsimme ryhmäsisällöksi, koska se tukee elämänhallinnan ja itsetuntemuksen teemaa. Menetelmänä tälle kerralle lähimpänä voidaan pitää pelillisyyttä, jonka avulla osallistujat pääsevät niin

yksin kuin ryhmässäkin pohtimaan erilaisia arvoihin liittyviä kysymyksiä. Voimavarapeli on alun perin löydetty Kati Blonqvistin ylemmän ammattikorkeakoulun opinnäytetyöstä Omin jaloin -menetelmän ja siinä käytettävien kirjallisten tehtävien kehittäminen Lohjan kaupungin erityisnuorisotyössä.

Ohjeen alussa neuvottiin ryhmän ohjaajaa avaamaan muutamalla lauseella sitä, mitä arvot ovat. Ohje sisälsi esimerkkejä osallistujille kerrottavista asioista. Varsinaisena aloitusharjoituksena toimi Autiolle saarelle -harjoitus, jossa osallistujaa pyydettiin miettimään asioita, jotka hän haluaa ottaa mukaan autiolle saarelle. Tämän jälkeen ryhmässä osallistujien oli tarkoitus koota yhteinen lista, johon valitaan kymmenen mukaan otettavaa asiaa.

Toimintaosuudessa osallistujien oli itsenäisesti tarkoitus pohtia esineitä, ominaisuuksia, ihmisiä, arvoja ja unelmia, jotka ovat heille tärkeitä. Näitä asioita oli tarkoitus karsia viisi kerrallaan niin, että jäljelle jää vain viisi asiaa. Ryhmän lopetukseen sisältyi oman käden ääriviivojen piirtäminen ja viiden jäljelle jääneen asian kirjoittaminen kuhunkin sormeen. Osallistujille oli tarkoitus antaa mahdollisuus esitellä omat voimavaransa.

Palaute

Palautetta toiminnasta saatiin kahdeksalta ryhmään osallistuneelta nuorelta (taulukko 10). Kaikki osallistujista olivat vähintään jokseenkin samaa mieltä siitä, että pääsivät ilmaisemaan itseään toiminnassa ja osallistumaan siihen aktiivisesti. Puolet nuorista koki toiminnan vähintään jokseenkin mielekkääksi. Toiminta herätti lähes kaikissa osallistujissa ainakin jonkin verran ajatuksia. Lomakkeen avoimista kysymyksistä selvisi, että osa piti siitä, kun ryhmässä sai tehdä asioita ja se oli jollain tapaa erilainen. Pidettiin myös siitä, että ei tarvinnut ”höpistä”. Kysymykseen mitä muuttaisit ryhmässä vastattiin en mitään ja muutama vastaaja toivoi lyhyempää toimintakertaa.

Taulukko 10. Nuorten antama palaute

VOIMAVARAPELI	täysin samaa mieltä	jokseenkin samaa mieltä	jokseenkin eri mieltä	täysin eri mieltä
Pääsin ilmaisemaan itseäni toiminnassa	3	5	0	0
Pääsin osallistumaan aktiivisesti toimintaan	5	3	0	0
Toiminta oli minusta mielekästä	2	2	3	1
Toiminta herätti ajatuksia	3	4	0	1

Ohjaajilta saatiin yksi palaute. Palautteen mukaan toiminta oli jokseenkin nuoria osallistavaa. Palautteen mukaan nuoret olivat olleet mukana hyvin, mutta keskittymiskyky oli herpaantunut loppua kohden. Toiminnan innostavuutta ohjaaja arvioi kohtalaiseksi. Autiolle saarelle -harjoitus oli kiehtonut nuoria ja saanut aikaan hyvää pohdintaa. Ohjeiden ymmärrettävyydestä ja selkeydestä saatiin hyvää palautetta. Ryhmäsisältö vastasi palautteen mukaan hyvin ryhmille asetettuja tavoitteita. Arvojen käsite oli ollut kaikille osallistujille vieras ja sitä oli mietitty läpi ryhmän. Toiminta oli palautteen mukaan hyödyllistä nuoren hoidon kannalta ja ryhmätoiminta on hyödynnettävissä Stopparissa myös jatkossa. Idean toimivuudesta saatiin hyvää palautetta ja omien arvojen miettiminen oli ohjaajasta sopivan haasteellista. Sisältö koettiin kuitenkin liian laajaksi. Palautteessa ehdotettiin, että käsiteltävää aluetta kavennettaisiin vain muutama osa-alueeseen, jotta nuoret jaksaisivat keskittyä ryhmän loppuun saakka.

8.2.5 Mitä mieltä? -rastit

Mitä mieltä? -rastit -toimintakerran tavoitteena oli päihteiden käytön vaikutusten pohtiminen eri elämänalueilla ja ajatusten jakaminen. Kyseisen aiheen valitsimme, koska päihteiden käytön pohtiminen eri elämänalueilla tukee päihde-teemaa. Toiminnalliseksi menetelmäksi valikoitui sovelletusti learning cafe -menetelmä, koska sitä oli ohjaajien taholta toivottu käytettäväksi kyselylomakkeiden perusteella. Menetelmä mahdollistaa ryhmätyöskentelyn, jolloin myös ajatusten jakaminen nuorten kesken helpottuu.

Aloitusharjoituksessa oli tarkoitus jakaa osallistujat ryhmiin. Harjoituksessa kilpaillaan siitä, mikä ryhmä saa fläppipaperin revittyä mahdollisimman moneen osaan 15 sekunnissa. Osallistujille annetaan 30 sekuntia aikaa luoda yhteinen toimintastrategia. Lopussa lasketaan, kuinka moneen osaan paperi on saatu revittyä ja julistetaan voittaja.

Toimintaosuudessa oli tarkoitus jakaa osallistujat pareittain rastitehtävätyöskentelyä varten. Neljällä eri rastilla oli tarkoitus pohtia päihteiden käytön vaikutusta eri elämänalueisiin. Rastia vaihtamalla pari pääsee jatkamaan edellisten parien pohdintaa. Lopetuksessa ryhmä oli tarkoitus päättää purkuun, jossa kootaan fläppipaperit yhteen ja puretaan tehtävä käymällä rasteille koottu tieto ohjaajan johdolla yhdessä läpi.

Palaute

Palautetta toiminnasta saatiin yhdeksältä ryhmään osallistuneelta nuorelta (taulukko 11). Eniten täysin samaa tai jokseenkin samaa mieltä oltiin itseilmaisuuksiin ja aktiiviseen osallistumiseen liittyvien väittämien kanssa. Toiminnan mielekkyys puolestaan jakoi mielipiteitä eniten. Toiminta herätti ajatuksia kaikissa nuorissa ja valtaosa oli väittämän kanssa jokseenkin samaa mieltä. Lomakkeen avoimeen kysymykseen mitä hyvää toiminnassa oli vastattiin esimerkiksi, että ryhmä laittoi ajattelemaan päihteiden käyttöön liittyviä oikeita asioita, koko ryhmä oli hyvä ja hyvänä pidettiin myös sitä, että sai tehdä jotain. Kysymykseen mitä muuttaisit toiminnassa saatiin vastaukseksi vain en mitään.

Taulukko 11. Nuorten antama palaute

MITÄ MIELTÄ? -RASTIT	täysin samaa mieltä	jokseenkin samaa mieltä	jokseenkin eri mieltä	täysin eri mieltä
Pääsin ilmaisemaan itseäni toiminnassa	5	3	1	0
Pääsin osallistumaan aktiivisesti toimintaan	6	3	0	0
Toiminta oli minusta mielekästä	3	4	1	1
Toiminta herätti ajatuksia	1	8	0	0

Palautetta saatiin neljältä ohjaajalta. Kaikkien mielestä toiminta oli nuoria osallistavaa. Repimistehtävä oli yhden ohjaajan mukaan toiminut

alkulämmittelynä hyvin ja se oli saanut nuoret kiinnostumaan ja innostumaan. Palautetta annettiin myös siitä, että nuoret oli huomioitu toiminnan joka vaiheessa ja osa nuorista oli tykännyt tekemisestä ryhmässä. Kaikki nuoret eivät kuitenkaan olleet innostuneet rastitehtävistä. Ohjaajien palautteen mukaan toiminta oli ainakin jonkin verran nuoria innostavaa. Kaikki ohjaajat olivat yhtä mieltä siitä, että toiminta oli helppo toteuttaa ohjeen pohjalta. Hyvää palautetta saatiin myös ohjeiden selkeydestä. Ryhmäsisällön myös koettiin vastaavan ryhmille asetettuja tavoitteita hyvin. Ryhmässä oli syntynyt hyvää pohdintaa ja keskustelua ja nuoret olivat hyväksyneet toistensa ajatukset. Ohjaajat arvioivat toimintaa nuoren hoidon kannalta hyödylliseksi tai kohtalaisen hyödylliseksi. Yhdeltä ohjaajalta tuli palautetta siitä, että nuoret lähtevät pohtimaan ryhmän aihetta, mutta voivat myös helposti ahdistua aiheesta. Ohjaajien mukaan ryhmäsisältö on hyödynnettävissä Stopparissa jatkossa ja palautteen mukaan muunneltuna menetelmä on sovellettavissa myös muihin ryhmiin. Toiveena oli kuitenkin, että ryhmää kehitettäisiin sopimaan pienemmälle ryhmälle. Nuorten osallistaminen koettiin ryhmässä erityisen onnistuneeksi.

8.2.6 Tehdään tarina

Tehdään tarina -toimintakerran tavoitteena oli päihteiden käytön vaikutusten pohtiminen tarinallisuuden avulla sekä päihteiden käyttöön liittyvien erilaisten näkökulmien pohtiminen. Aiheen valitsimme ryhmäsisällöksi, koska se tukee päihdeteemaa. Menetelmäksi valitsimme tarinallisuuden ja draaman käytön, koska halusimme tuoda myös näitä menetelmiä yhteen ryhmäsisältöön. Päihteiden käytön pohtiminen tarinallisuuden avulla voi luoda nuorille uusia näkökulmia omaan päihteiden käyttöön. Draaman käyttö taas mahdollistaa erilaisten toiminnallisten menetelmien kokeilun niin nuorille kuin ohjaajillekin.

Aloitusharjoitukseksi oli valittu Lentävä matto, jossa koko ryhmän oli tarkoitus seisoa alustan päällä. Tavoitteena oli kääntää alusta toisin päin kenenkään poistumatta siltä. Toimintavaiheessa osallistujien oli tarkoitus

luoda kuvitteellinen 16-vuotias hahmo täydennettävän tarinan avulla. Keskustelun syventämiseksi osallistujat piirtävät puhekuplapaperin johon he valitsevat uuden henkilön roolityöskentelyä varten. Tämä henkilö kommentoi jotain yrittäen vaikuttaa hahmon päihteiden käyttöön. Tilaan oli tarkoitus asettaa tyhjä tuoli, joka edustaa yhdessä kehitettyä hahmoa. Osallistujat lukevat puhekuplatekstin vuorotellen tyhjälle tuolille ja ryhmä pohtii yhdessä, miten kunkin roolihenkilön viesti vaikuttaa hahmon valintoihin käyttää päihteitä tai olla käyttämättä niitä. Toimintakerta oli tarkoitus purkaa niin, että ohjaaja kysyy osallistujilta, mikä tilanne, hetki, repliikki, oli tässä ryhmässä itselle merkityksellinen.

Palaute

Palautetta toiminnasta saatiin kahdeksalta ryhmään osallistuneelta nuorelta (taulukko 12). Suurin osa nuorista oli täysin tai jokseenkin samaa mieltä siitä, että he olivat päässeet ilmaisemaan itseään toiminnassa. Samansuuntaisesti saatiin palautetta siitä, miten aktiivisesti osallistujat olivat päässeet osallistumaan toimintaan. Toiminnan kokeminen mielekkääksi sai eniten täysin eri mieltä -vastauksia. Valtaosassa osallistujia toiminta herätti ajatuksia. Avoimeen kysymykseen mitä hyvää toiminnassa oli saatiin eriäviä vastauksia. Siinä missä osa piti toiminnasta ja kertoi sen olleen hauskaa, osa vastasi, että ei pitänyt toiminnasta lainkaan. Kysymykseen mitä muuttaisit toiminnassa vastattiin esimerkiksi en mitään tai kaiken. Yksittäisissä vastauksissa toivottiin pidempää tarinaa tai vastaavasti vähemmän tekemistä tai sitä, ettei ryhmiä pidettäisi lainkaan.

Taulukko 12. Nuorten antama palaute

TEHDÄÄN TARINA	täysin samaa mieltä	jokseenkin samaa mieltä	jokseenkin eri mieltä	täysin eri mieltä
Pääsin ilmaisemaan itseäni toiminnassa	4	3	1	0
Pääsin osallistumaan aktiivisesti toimintaan	4	4	0	0
Toiminta oli minusta mielekästä	1	2	2	3
Toiminta herätti ajatuksia	2	4	1	1

Ohjaajilta palautetta tuli kolme kappaletta. Kahdesta lomakkeesta palautettiin vain ensimmäinen sivu, jolloin toiminnan hyödyllisyys nuoren hoidon kannalta, ryhmätoiminnan hyödyntäminen jatkossa sekä ryhmässä toimivat asiat ja kehittämisen kohteet jäivät kommentoimatta. Ohjaajat olivat täysin tai jokseenkin samaa mieltä, että toiminta oli nuoria osallistavaa. Toiminta koettiin jokseenkin innostavaksi tarinan tekemisen osalta, vaikka asiassa pysyminen koettiin haasteelliseksi ja osa nuorista pelleili. Kaikissa palautteissa oltiin sitä mieltä, että toiminta oli jokseenkin helppo toteuttaa ohjeen pohjalta. Pientä hiomista ohjeeseen kuitenkin toivottiin. Jokseenkin samaa tai täysin samaa mieltä oltiin siitä, että ryhmäsisältö vastasi ryhmille asetettuja tavoitteita. Yksi ohjaajista oli täyttänyt myös lomakkeen jälkimmäisen sivun ja hän oli jokseenkin samaa mieltä siitä, että toiminta oli hyödyllistä nuoren hoidon kannalta. Palautteen mukaan ryhmä herätti ajatuksia, puhetta ja myös kieltäytymistä. Toiminta on palautteen mukaan hyödynnettävissä myös jatkossa. Tarinan luominen oli ollut toimivaa ja tarina olisi palautteen mukaan voinut olla laajempikin. Puhekuplatyöskentelyyn ohjaaja toivoi kehittämistä. Yhdessä ryhmässä oli Muuta huomioitavaa -osion vinkin mukaisesti käsitelty roolihenkilön tulevaisuutta viiden vuoden päästä ja se oli herättänyt paljon keskustelua.

8.3 Palautteen perusteella tehdyt muutokset

Omien ohjauksetojemme ja saatujen palautelomakkeiden perusteella teimme joitakin muutoksia suunniteltuihin ryhmäsisältöihin ja ohjeisiin. Ohjaamastamme Fiiliskortit-toimintakerrasta muutimme tunneasematyöskentelyyn tarvittavaa materiaalia. Se muokattiin helpommin käytettävään muotoon niin, että yhteen tunteeseen liittyvät tunnekokemukset ja kysymykset ovat kaikki samalla arkilla. Lisäksi tunneasematyöskentelyn toteuttamiseen lisättiin ohjeeseen vaihtoehtoinen tapa, koska sellaisenaan se ei testauskerralla toiminut nuorille kovin hyvin. Myös ohjaamaamme Kehon päihdekartta -toimintakerran ohjeeseen laadittiin vaihtoehtoinen alkuharjoitus, koska ohjatun ryhmän nuoret eivät lähteneet mukaan kokeiltuun harjoitukseen.

Stoppareiden ohjaajien ohjaamiin toimintakertoihin teimme myös muutoksia palautteen perusteella. Puolesta ja vastaan -toimintakerrassa muutettiin sekä toimintaa että ohjetta yksinkertaisemmaksi. Ohjeeseen muutettiin koko toimintatapaa, jolloin se tapahtuu kokonaisuudessaan aloitusharjoituksen kolmiolla. Tämä myös sitoo aloitusharjoitusta paremmin yhteen itse toiminnan kanssa. Biisin sanat -toimintakerran kohdalla muutettiin ohjetta niin, että kappaleiden lyriikoiden tulostamisen merkitys ei korostu liiaksi, koska palautteen mukaan kaikkia lyriikoita ei löytynyt internetistä. Aloitusharjoituksen väittämiä muotoiltiin myös nuorille ymmärrettävämpään kieliasuun. Oma huone -toimintakertaan muutoksia ei juurikaan tehty, koska toiminta vaikutti olleen ainakin joillekin nuorille toimiva. Tällaisenaan se voi toimia jonkin ryhmän kanssa. Ryhmäsisällön muuttaminen ohjaajien palautteen perusteella ei myöskään ollut mahdollista ilman, että ryhmän idea olisi muuttunut täysin. Voimavarapeli-toimintakerran ohjeen varsinaiseen sisältöön ei tehty palautteen perusteella muutoksia, mutta annettiin vaihtoehdoksi ja vinkiksi supistaa sisältöä ohjaajan oman harkinnan mukaan. Mitä mieltä? -rastit -toimintakerran ohjeeseen muutoksia ei juurikaan tehty, koska palaute oli yleisesti ottaen hyvää. Tehdään tarina -ryhmään vaihdettiin Lentävä matto -aloitusharjoitus korvaamalla se tarinateemaan sopivalla lyhyellä ryhmäkertomuksella. Lentävä matto -harjoituksen ohje siirrettiin ohjeen loppuun vaihtoehtoiseksi harjoitukseksi, joka sopii parhaiten innostuvalle ja aktiiviselle ryhmälle. Kokonaisuudessaan toimintakerran ohjetta vielä lyhennettiin, selkeytettiin ja yksinkertaistettiin.

9 ARVIOINTI

Arvioinnissa keskityimme opinnäytetyön tavoitteiden toteutumisen arviointiin. Arvioimme tavoitteiden toteutumista koko prosessin ajalta. Arviointia on toteutettu toimintojen toteuttamisvaiheessa saatujen omien kokemusten ja havaintojen perusteella sekä palautelomakkeiden kautta joita on kerätty niin nuorilta kuin ohjaajiltakin

9.1 Yhteistyö

Yhteistyötä olemme arvioineet niin Stoppareiden kuin opinnäytetyöryhmämme näkökulmasta. Yhteistyö Stoppareiden kanssa sujui erittäin hyvin. Saimme runsaasti vastauksia kyselyihin ja sovitut aikataulut toteutuivat. Pohdimme sitä, että olisimme hyötyneet heti alussa meille selkeästi annetusta ohjaajasta, jonka kanssa sopia asioista ja kysyä epäselviksi jääneistä asioista. Saimme virallisen yhteyshenkilön työllemme vasta, kun olimme edenneet opinnäytetyössämme jo melko pitkälle. Yhteyshenkilöltä saimme mielestämme hyvän tuen ja tarvittavat tiedot opinnäytetyön toteuttamista varten. Myös Stoppari-Lahden ohjaajilta saimme paljon tietoa kohderyhmästä ja ideoita ryhmien kehittämistyöhön. Yhteydenpito Stoppareihin tapahtui alkutapaamisten jälkeen lähinnä sähköpostin välityksellä, joka osoittautui toimivaksi tavaksi olla yhteydessä. Opinnäytetyön loppuvaiheessa havaitsimme, että aikatauluun olisimme voineet sovittaa enemmän aikaa kohderyhmään tutustumiseen, jolloin ryhmien suunnitteluun olisi saatu enemmän nuorten näkökulmaa.

Opinnäytetyön aikataulu oli melko tiukka ja sen vuoksi haasteellinen. Aikataulussa pysyttiin kuitenkin kokonaisuudessaan hyvin. Aikaa kului paljon opinnäytetyön alkuvaiheessa tutkimusluvan hakemiseen, joka oli pidempi prosessi kuin mihin olimme varautuneet. Suunnitteluvaiheessa panostimme paljon aikaa yhdessä ideoimiseen ja tekemiseen, jolloin haasteena oli omien aikataulujemme yhteen sovittaminen. Pystyimme kuitenkin järjestämään yhteistä aikaa suunnitteluun ja sovimme itsenäisistä töistä joustavasti. Pystyimme hyödyntämään prosessin aikana omia osaamisalueitamme ja toisaalta kehittämään yhdessä niitä osa-

alueita, jotka kukin koki itselleen haasteelliseksi. Olemme kaikki melko reflektioivia, kriittisiä ja perusteellisia ja se myös mielestämme on näkynyt läpi opinnäytetyöprosessin.

9.2 Ryhmäsisältöjen suunnittelu, toteutus ja arviointi

Opinnäytetyön ryhmien sisältöihin liittyvänä tavoitteena oli toiminnallisten ja osallistavien ryhmäsisältöjen suunnittelu, toteutus ja arviointi.

Ryhmäsisältöjen suunnitteluun vaikutti opinnäytetyön tietoperustaan koottu teoria. Teoriaosuus muotoutui lopulta hyvin, vaikka juuri lastensuojelun pysäytyshoidon ryhmätoimintaa käsittelevää tutkimustietoa ja kirjallisuutta oli hyvin niukasti tarjolla. Stoppareiden Nuorten hoitotyön käsikirja antoi tarkempaa tietoa erityisesti kyseisestä kohderyhmästä ja heidän hoidostaan.

Selkeärajaista viitekehystä, jonka pohjalta toimintaa suunnittelimme, ei teorian tiedosta noussut. Toiminnan runko muodostui Stoppareiden työntekijöiden ja nuorten antamista vastauksista kyselylomakkeeseen, jossa kartoitimme heidän mielipiteitään ryhmätoiminnasta.

Kyselylomakkeeseen päädyttiin, koska tavoitteemme oli luoda nuorille mielekkäitä ryhmätoimintoja joissa he pääsevät osallistumaan toimintaan ja ilmaisemaan itseään. Näin osallisuuden idea ja tavoitteemme luoda nuorille mielekkäitä ryhmätoimintaa mahdollistui. Kyselylomakkeiden avulla saatiinkin kattavasti tietoa, jota emme muuten olisi saaneet. Toisaalta voidaan kysyä, olisiko tietoa saatu jollain muulla menetelmällä helpommin ja luotettavammin, esimerkiksi haastattelun avulla, sillä kyselylomakkeiden laatiminen, vastausten odottaminen ja analysointi veivät paljon aikaa. Ilman kyselylomakkeita emme kuitenkaan olisi välttämättä löytäneet ryhmäsisällöille nykyisen kaltaista rakennetta, joka osoittautui toimivaksi.

Mielestämme onnistuimme huomioimaan monia oleellisia asioita suunnittelussa, mikä oli haastavaa, sillä huomioitavia asioita oli paljon. Pyrimme vastaamaan kohderyhmän ja ohjaajien toiveisiin, huomioimaan ryhmätoiminnan hoidolliset tavoitteet ja teorian tiedosta esiin nousseet asiat

kohderyhmästä, ryhmän muodostumisesta, osallisuuden tukemisesta ja toiminnallisten menetelmien ohjaamisesta.

Toteutusvaihetta arvioitaessa havaitsimme, että ryhmät, jotka ohjasimme itse, olivat kestoiltaan liian pitkiä. Sama asia tuli esiin myös ryhmäsisältöjä testanneiden ohjaajien palautteissa. Kyselylomakkeissa ryhmän sopivana enimmäiskestona pidettiin tuntia. Molemmat ohjaamamme ryhmät kestivät reilun tunnin. Tähän vaikutti osaltaan ohjauksemme, joka olisi erityisesti aloitusten ja lopetusten osalta voinut olla napakampaa. Päädyimme rakentamaan ryhmäsisällöt rakenteeltaan samanlaisiksi, jolloin niissä on aloitus, toiminta ja lopetus. Tällaista rakennetta Stoppareissa ei välttämättä ole käytetty ja se luonnollisesti pidentää ryhmän kestoa. Ryhmän rakenteen säilyttämistä suunnittelemamme kaltaisena pidimme tarkoituksenmukaisena, koska se auttaa sitouttamaan ryhmään ja muodostaa siitä selkeän tavoitteellisesti etenevän kokonaisuuden. Aloitus ja lopetus on kuitenkin tärkeää pitää riittävän napakoina, jotta nuoret jaksavat keskittyä koko ryhmän ajan eikä ryhmän pitkittymisen vuoksi synny kyllästymistä tai vastarintaa. Tällaista vastustusta oli jonkin verran havaittavissa ainakin omilla ohjauskerroillamme.

Koska emme itse ohjanneet kaikkia toimintakertoja, emme voi tietää mitä ryhmissä on todella tehty ja miten toiminnan ohjeita on sovellettu. Kaikki ohjaajat eivät antaneet kehittämissuhteita tai kovin tarkkaa tietoa ryhmän kulusta. Mikäli olisimme olleet paikalla seuraamassa ryhmien toteutusta, meillä olisi ollut mahdollisuus tehdä havaintoja ryhmäsisällön toimivuudesta ja olisimme saaneet paremman kokonaiskuvan toimintakerrasta. Toisaalta se olisi voinut myös vaikuttaa ryhmän jäseniin ja toimintaan.

9.3 Ryhmäsisällöt

Ryhmätoiminnan tavoitteena oli luoda nuorille mielekkäitä ryhmätoimintoja, joissa he pääsevät osallistumaan toimintaan ja ilmaisemaan itseään. Ohjaajien palautteista kävi ilmi, että ryhmiä pidettiin lähes aina osallistavina, mutta jotkut ryhmät olivat heidän mielestään vain jonkin

verran innostavia. Nuorten palautteiden mukaan toiminta oli suurimmassa osassa ryhmiä vähintään jokseenkin mielekästä. Kaikkien ryhmien osalta näin ei kuitenkaan ollut. Tähän voi vaikuttaa esimerkiksi se, että Stoppareiden nuoret ovat eri vaiheessa kuntoutumista ja osa on toisia valmiimpia pohtimaan päihteetöntä elämää. Yhtenä tavoitteena oli kehittää nuorille mielekkäitä ryhmätoimintoja, jossa onnistuttiin siis osittain. On mahdollista, että tällaisen toiminnan puitteissa on haastavaa suunnitella kaikkia nuoria kiinnostavia ryhmäsisältöjä, joilla on myös hoidolliset tavoitteet.

Palautteesta on nähtävissä, että nuoret eivät kaikilta osin pitäneet toimintaa mielekkäänä, mutta se oli silti sellaista, jossa sai osallistua ja ilmaista itseään. Suurimmassa osassa palautteita nuoret ovat mielestään päässeet osallistumaan riittävästi ja ilmaisemaan itseään ainakin kohtuullisesti. Voidaan siis ajatella, että tavoitteet on joiltain osin saavutettu. Osallisuuden kokemus on vaikeasti arvioitavissa, koska se on jokaisen henkilökohtainen kokemus. Nuoret kokivat pääsääntöisesti päässeensä osallistumaan toimintaan, mikä antaa osallisuuden kokemukselle ainakin mahdollisuuden toteutua. Heikkinen pohtii, voidaanko lastensuojelun ryhmätoiminnan arvona pitää sitä, että edes jotakin hyvää toimintaa on tarjolla. Suuria muutoksia kun ei välttämättä synny tai niitä on hankala arvioida. Toiminnallisilla työmalleilla voi olla merkittävä ehkäisevä siirtovaikutus myöhemmän elämän kriiseihin. (Heikkinen 2007, 61.) Vaikka toiminta ei kaikissa herättänytäkään ajatuksia välittömästi, on vaikea arvioida, herääkö toiminnasta ajatuksia mahdollisesti myöhemmin.

Lisäksi ryhmäsisältöjen tavoitteena oli tukea Stoppareiden hoidollisille ryhmille asetettuja tavoitteita. Stoppareissa kaikille ryhmätoiminnoille tavoite löytyy riippuvuuden nelikentästä, jossa toiminnan avulla tuetaan fyysisen, psyykkisen, sosiaalisen ja henkisen riippuvuuden nujertamista. Ohjaajien palautteen mukaan ryhmässä pohdittiin oikeita asioita ja ne olivat suurimmaksi osaksi vähintään jokseenkin hyödyllisiä nuoren hoidon kannalta. Teemojen ja aiheiden valinnat onnistuivat niiden mukaan siis melko hyvin. Palautteen perusteella ohjaajat pitivätkin useimmiten

suunniteltua ryhmätoimintaa ryhmille asetettujen tavoitteiden suuntaisena. Ohjaajat pitävät palautteissaan myös lähes kaikkia ryhmäsisältöjä sellaisina, joita voidaan hyödyntää Stopparissa myös jatkossa. Heidän mukaan suurin osa ryhmätoiminnoista oli helppo toteuttaa ohjeen pohjalta, mutta moniin toimintakertoihin ehdotettiin myös muokkauksia. Lopulliseen oppaaseen muokkasimmekin toimintakertoja ja niiden ohjeita helpommin toteutettaviksi ohjaajien palautteen ja toiveiden mukaisesti.

9.4 Opas

Opinnäytetyön konkreettisenä tavoitteena oli tuottaa menetelmäopas, jota työntekijät voivat hyödyntää ryhmänohjauksessa. Oppaasta pyrittiin tekemään selkeä, helposti käytettävä ja ulkoasultaan houkutteleva.

Oppaasta kerättiin palautetta Stoppareiden ohjaajilta kyselylomakkeen avulla. Kyselylomakkeessa oli neljä avointa kysymystä, joilla kartoitettiin oppaan hyödynnettävyyttä, selkeyttä ja käytettävyyttä sekä ulkoasua. Ohjaajilla oli mahdollisuus antaa myös vapaata palautetta oppaasta. Palautteita saatiin yhteensä 14 kappaletta.

Oppaan hyödynnettävyys

Kahdeksassa palautteessa opasta kuvattiin käyttökelpoisena ja helposti ohjaustyössä hyödynnettävänä. Teemoja pidettiin kohderyhmälle sopivina viidessä palautteessa ja muutaman palautteen mukaan teemat olivat monipuolisia. Kahden palautteen mukaan oppaasta sai uusia ideoita ja toimintamalleja. Niin ikään kaksi ohjaajaa kertoi oppaan nopeuttavan ja helpottavan ryhmien suunnittelutyötä. Lisäksi tavoitteiden määrittelyä ohjeiden yhteydessä pidettiin hyvänä asiana ja päihdetietokorttien kerrottiin olevan hyvä lisä oppaaseen. Yksittäisiä palautteita saatiin myös siitä, että opas tukee nuorten oman pohdinnan aktivoimista, harjoitukset ovat hyviä, opas tarjoaa uusia käsittelytapoja, ryhmät ovat toimivia ja että ohjeita voi hyödyntää myös omaohjaajakeskusteluissa.

Hienoja harjoituksia selkeästi avattuna, helppo käyttää, heti kokeiluun!

Uusia ideoita, toimintamalleja – intoa toteuttaa taas ryhmiä. Erityisesti tarina, kehon päihdekartta ja biisin sanat houkuttavat.

Aivan varmasti on hyödynnettävä. Aiheet just sopivia meille ja uusia (toiminnallisia) käsittelytapoja juurikin kaivattiin.

Oppaan selkeys ja käytettävyys

Oppaan ohjeita kuvattiin selkeiksi 11 palautteessa ja kokonaisuutta pidettiin selkeänä kuudessa palautteessa. Myös oppaan jaottelua ja liitteitä pidettiin selkeinä yksittäisissä palautteissa. Helppolukuisuus mainittiin kolmessa palautteessa kuten myös se, että toiminnallisuus on tervetullutta. Kahden ohjaajan palautteen mukaan ohjeiden vaihtoehdot lisäävät käytettävyyttä. Palautteen mukaan käytettävyyttä lisää myös se, että kansion sivut ovat muovitaskuissa. Lisäksi yksittäisissä palautteissa mainittiin, että oppaan sisällysluettelo on hyvä, ryhmät eivät ole liian monimutkaisia suhteessa kohderyhmään, teemat ovat sovellettavia ja opas on riittävän tiivis.

Monipuolisia aiheita ryhmiin, luulisi olevan jokaiselle jokin, mikä olisi mielekäs tapa ohjata! Monipuolisuutta lisää lisäämämme vaihtoehdot!

Toteutukset ovat helposti omaksuttavissa oppaan selkeyden vuoksi. - - Määrällisesti harjoituksia on sopivasti.

Selkeät ohjeet tavoitteista ja toteutuksesta.

Oppaan ulkoasu

Oppaan ulkoasu sai palautetta selkeydestä kahdeksalta ohjaajalta. Kuudessa palautteessa ulkoasua kuvattiin siistiksi, viidessä palautteessa pirteäksi. Muutamissa palautteissa ulkoasua kuvattiin miellyttäväksi, huolitelluksi, tyylikkääksi ja hienoksi sekä tarkoituksenmukaiseksi ja toimivaksi.

Oppaan ulkoasu teki siitä miellyttävän käyttää. Selkeä, tarkoituksenmukainen.

Upea! Hienosti viimeisen päälle tehty.

Erittäin siisti! Tyylikäs ja hieno. Huomaa, että on ulkoasuunkin käytetty aikaa.

Ohjaajien huomioita ja kehittämisehdotuksia

Ohjaajilta saatiin myös yksittäisiä palautteita liittyen oppaan käyttöön ja ohjaustyöhön. Erään palautteen mukaan ryhmien hyvä ohjaaminen edellyttää ohjaajalta perehtymistä ja harjoittelua. Haastetta tuo palautteen mukaan myös se, että kaikki nuoret eivät ole halukkaita jakamaan asioita ryhmässä. Kehittämisehdotuksena yhdessä palautteessa mainittiin se, että ryhmien keston ilmoittaminen ohjeen yhteydessä olisi ollut tarpeen. Oppaan yleisilme olisi yhden palautteen mukaan voinut olla myös nykyistä ”rajumpi”.

Toimi ryhmissä odotettua paremmin.

Tätä tänne on kaivattu.

Kiitos paljon teille, hyödyllisen paketin teitte, josta meille varmasti hyötyä!

Kokonaisuudessaan oppaasta saatu palaute oli erittäin myönteistä kaikilla arvioituilla osa-alueilla. Ohjaajilta saatiin runsaasti kiitosta oppaasta ja palautteissa tuotiin esiin, että oppaaseen on panostettu ja se on tehty ajatuksella. Opasta pidettiin jatkossa helposti hyödynnettävänä ja käyttökelpoisena.

Opas muodostaa mielestämme toimivan kokonaisuuden, jossa on sopiva määrä suunniteltuja toimintakertoja. Toimeksiantajan taholta toivottiin monia eri vaihtoehtoja ryhmäsisältöihin. Tätä toivetta pyrittiin kuuntelemaan, koska silloin oppaassa on valinnan mahdollisuuksia erilaisille ryhmille ja erilaisiin tarpeisiin.

Opasta voidaan hyödyntää toimeksiantajan työssä sellaisenaan, sillä ryhmäsisällöt ovat valmiita kokonaisuuksia. Lisäarvoa sille tuovat monet soveltamismahdollisuudet, joita olemme luoneet itse muuta huomioitavaa - osioon. Myös ohjaajat itse voivat muokata toimintaa esimerkiksi eri teemoihin sopivaksi tai vaikkapa yksilötyöskentelyyn. Ohjeet on pyritty rakentamaan niin, että ryhmätoiminta on helppo toteuttaa niiden pohjalta.

Jokaisesta ryhmäsisällöstä on nähtävissä kaikki tarvittava tieto ryhmän tavoitteista ja tarvikkeista toteutukseen ja vinkkeihin siitä, miten toimintaa voi muunnella.

Toiminnallisuuden ja osallisuuden idea voi osaltaan oppaan avulla vahvistua ja toisaalta muokkautua toimeksiantajan soveltamalla tavalla. Uusien menetelmien kokeilu on helpompaa, kun niihin voi tutustua oppaan avulla. Samalla voi herätä myös kiinnostus ryhmätoiminnan kehittämiseen.

9.5 Oman osaamisen kehittyminen

Opinnäytetyön ammatillisen kasvun tavoitteina oli syventää osaamista nuorten parissa tehtävässä päihdetyössä sekä monipuolistaa omaa työmenetelmäosaamista. Osaamisemme nuorten parissa tehtävästä päihdetyöstä sekä lastensuojelusta syveni opinnäytetyöprosessissa sekä teorian että käytännön kautta. Aiheen teorian perehtyminen ja sitä kautta tietoperustan muodostuminen oli tärkeässä osassa oman ammatillisen kasvun ja ymmärryksen kehittämisessä, koska emme käytännön tasolla päässeet syvemmin perehtymään lastensuojelun päihdetyöhön.

Myös oma työmenetelmä- ja ohjausosaamisemme kasvoi opinnäytetyöprosessin myötä. Ohjauskerroillamme ryhmä ei osallistunut toimintaan odottamallamme tavalla, mikä haastoi meitä keksimään luovia ratkaisuja ja soveltamaan omia suunnitelmiamme. Onnistuimmekin muuttamaan toimintakertoja ohjauksen aikana ryhmälle sopivimmiksi ja motivoimme parhaamme mukaan ryhmää osallistumaan toimintaan. Kyky motivoida on selvästi tärkeä taito erityisesti kyseisen kohderyhmän ohjaamisessa, mikä ilmeni jo opinnäytetyön alussa tehdyssä kyselyssä. Koska motivoinnin haastavuuteen osattiin varautua, kiinnostavan ja nuorille sopivan toiminnan suunnitteluun oli paneuduttava. Suunnittelussa oli huomioitava opinnäytetyön, teorian ja toimeksiantajan asettamat ryhmätoiminnan tavoitteet. Prosessin aikana havaitsimme, kuinka monista eri tekijöistä onnistuneet ryhmäkokemukset rakentuvat. Käytännön kautta saatu tieto ryhmätoiminnan kulmakivistä ja

toiminnallisista menetelmistä sekä niiden mahdollisuuksista kuitenkin vahvistui. Erilaisten toimintojen suunnittelussa ja toteutuksessa moninaiset työmenetelmät tulivat tutuiksi ja kehitimme kykyä arvioida niitä kriittisesti kohderyhmän tarpeiden ja oman ohjausosaamisemme kannalta. Prosessin aikana jokainen opinnäytetyön tekijöistä oli myös tietoinen omista kehittämiskohteistaan ryhmän ohjauksessa ja kiinnitti niihin huomiota oman ohjauksen aikana. Ohjaukertojen jälkeen refleктоimme suunnitellun toiminnan onnistumista kriittisesti joka tuki ryhmäsisältöjen suunnittelua ja omaa ammatillista kasvuamme.

10 POHDINTA

Eettinen pohdinta on ollut keskeisessä osassa opinnäytetyötämme ja eettistä tarkastelua on tehty opinnäytetyöprosessin kaikissa vaiheissa. Opinnäytetyöprosessin aikana meille heräsi paljon ajatuksia ryhmätoiminnan suunnitteluun ja kehittämistyöhön liittyen. Oman suunnittelutyön kautta syntyi myös joitakin ideoita siitä, miten ryhmätoimintaa voitaisiin jatkossa kehittää nuorten parissa tehtävässä työssä.

10.1 Eettisyys ja luotettavuus

Opinnäytetyössä luotettavuus pohjautuu tiedeyhteisön tunnistamiin hyviin toimintatapoihin joita ovat rehellisyys, huolellisuus, tarkkuus tutkimustyössä ja tulosten arvioinnissa. Opinnäytetyössä noudatetaan tieteellisen tutkimuksen mukaisia eettisiä tiedonhankinta-, tutkimus- ja arviointimenetelmiä ja kunnioitetaan muiden tutkijoiden tekemää työtä viittaamalla heidän julkaisuihin asianmukaisella tavalla. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2016.)

Eettisyyttä ryhdyimme pohtimaan hyvin varhaisessa vaiheessa prosessia, koska sitä edellytettiin jo tutkimusluvan hakemisen yhteydessä. Ryhmien suunnittelussa eettisenä näkökulmana otimme huomioon kohderyhmän tilanteen, jossa he ovat asiakkaina pysäytysshoidossa lastensuojelun erityisyksikössä usein vasten omaa tahtoaan. Huomiota kiinnitimme muun muassa siihen, minkä verran omista asioista on tarvetta kertoa ryhmässä. Lisäksi suunniteltujen sisältöjen avulla tuimme ryhmän rakentumista turvalliseksi. Kyselylomakkeissa tai palautteissa emme keränneet tunnistetietoja ja kohderyhmän anonyymius huomioitiin niin ryhmien toteutusvaiheessa kuin opinnäytetyön raportoinnissakin. Osallistuminen ryhmiin oli vapaaehtoista. Prosessin aikana pyrimme varmistamaan riittävän tiedottamisen sekä nuorten että henkilökunnan suuntaan. Toteutusvaiheessa nuoria ja heidän tekemistään arvostettiin ja heille pyrittiin antamaan mahdollisuus päättää asioista sekä luomaan ryhmän sisältöä omannäköisekseen.

Täysin luotettavaa kuvaa ryhmäsisältöjen toimivuudesta oli mahdotonta saada opinnäytetyöprosessin aikana. Toiminnot testattiin vain yhdellä tai kahdella ryhmällä, mikä ei anna kattavaa ja yleistettävää kuvaa ryhmän toimivuudesta; jollain toisella ryhmällä toimintakerta voi olla täysin erilainen. Tämän takia toimintaa jätettiin joissain tapauksissa nuorten tai ohjaajien kielteisestä palautteesta huolimatta muuttamatta, sillä katsoimme kaikkien ryhmäsisältöjen olevan hoidollisten ryhmien tavoitteiden mukaisia.

Ryhmätoiminnan palautteita käsiteltäessä on Stoppari-Haminan kuntoutumis- ja pysäytysosaston vastaukset yhdistetty. Tämä tehtiin siksi, että palautelomakkeisiin ei oltu eritelty, kummalta osastolta ne ovat. Emme siis tiedä, miten paljon esimerkiksi hoidon vaihe on vaikuttanut lomakkeiden vastauksiin. Emme myöskään voi tietää nuorten palautteen motiiveja, kuten sitä, onko palaute mietittyä vai onko tarkoituksena vain ollut kyseenalaistaa koko toiminta tai vastata huvin vuoksi joka kohtaan samalla tavalla. Emme olleet itse mukana kaikilla toimintakerroilla, joten emme myöskään voineet havainnoida toimintaa ryhmissä ja näin vahvistaa nuorten tai ohjaajien antamaa palautetta omalta osaltamme. Ohjaajan palautteeseen on voinut esimerkiksi vaikuttaa ohjeen väärinymmärrys. Myös palautelomakkeiden kysymysten muodolla ja niiden ymmärtämisellä voi olla vaikutusta vastauksiin. Nuorten ja ohjaajien palautelomakkeiden vastauksia ei siis voida yleistää.

Tiedonhankinnassa huomioimme lähteiden luotettavuuden arvioimalla tekijää ja julkaisijaa. Mikäli lähde päätettiin käyttää siitä huolimatta, että se on yli kymmenen vuotta vanha, tarkastelimme näitä näkökohtia erityisen tarkasti. Teimme asianmukaiset lähdeviittaukset käytetyistä lähteistä. Luottavuuden vuoksi teimme oppaaseen sisältöjen suunnittelussa käytetyistä lähteistä luettelon oppaan loppuun.

10.2 Johtopäätökset

Opinnäytetyöprosessissa suunnitellut ryhmätoiminnot eivät olleet nuorista aina mielekkäitä, ryhmään osallistuminen ylipäättään ei kiinnostanut ja palaute oli hyvin vaihtelevaa. Tämä tuli esiin myös ohjaajille

tekemässämme ryhmien sisältöä koskevassa kyselyssä. Ohjaajien mukaan nuorten ryhmistä antama palaute on aina ollut vaihtelevaa. Nuorten palautteissa suunnitelluista toimintakerroista tuli kuitenkin esiin se, että he kokivat pääsääntöisesti pääsevänsä toimimaan ja osallistumaan ja että itse tekeminen oli mielekästä useimmille nuorille. Tämä oli nähtävissä palautteista, vaikka ryhmäsisällöt eivät olisi olleet mieleisiä tai ne eivät olisi herättäneet uusia ajatuksia. Tämä sai meidät pohtimaan, voivatko hoidolliset ryhmät lastensuojelun päihdehoidossa aina olla nuorista mielekkäitä ja tarvitseeko niiden sitä ollakaan.

Ryhmäsisällöissä erityisesti aloitusharjoitukset eivät useinkaan toimineet, mihin voi olla monta syytä; leikillisuus ei kiinnosta nuoria, ryhmäpaineen vuoksi ei uskallettu lähteä mukaan tai aloitusharjoituksiin ei ole totuttu. Aloitusharjoitukset ja ryhmän lopetuksen purut näyttivät ainakin itse ohjaamissamme ryhmässä olevan hyödyllisiä. Aloitus vie aikaa itse toiminnalta, mutta antaa mahdollisuuden saada nuoret tekemään yhdessä ja ohjaa ajatuksia varsinaiseen toimintaan. Lopetus taas antaa lisää syvyyttä aiheen käsittelylle. Ryhmäsisällöt eivät tälle kohderyhmälle saa kuitenkaan olla liian monivaiheisia tai monimutkaisia, sillä se häiritsee ryhmään keskittymistä ja heikentää nuorten kiinnostusta ryhmää kohtaan. Tämä tuli esille joissain ohjaajien palautteissa ja saman huomion teimme itse ohjaamissamme ryhmässä. Stoppareissa hoidollisten ryhmien osallistujat vaihtuvat jopa viikoittain ja sen vuoksi myös sisällön toimivuus on aina ryhmästä riippuvainen. Juuri sen vuoksi turvallisen ryhmän rakentamiseen ja ryhmän aloitukseen ja lopetukseen on syytä kiinnittää erityistä huomiota kohderyhmän ryhmätoiminnassa.

Jäimme pohtimaan, olivatko suunnittelemamme toiminnan tavoitteet osittain liiankin korkealla. Nuoret eivät välttämättä ole tottuneet tämän kaltaiseen toiminnallisuuteen, vaan enemmän keskusteleviin ryhmiin, joissa voi halutessaan vain kuunnella muita. Pohdimme, että kohderyhmälle pienenkin toiminnallisuuden ja osallisuuden toteutuminen voisi olla riittävä tavoite. Suunnittelemissamme ryhmässä nuoret pääsevät kuitenkin toimimaan ja tekemään itse, ryhmä tarjoaa jotain uutta ja osallisuuden kokemus on pyritty huomioimaan ja mahdollistamaan kaikille

ryhmään osallistuville nuorille.

Havaitsimme, että kohderyhmään ja ohjattavaan ryhmään olisi mahdollisuuksien mukaan hyvä tutustua ennen ryhmän ohjaamista. Näin on helpompaa kiinnittää ryhmätoiminnan aikana huomiota ohjausta vaativiin asioihin ja pohtia toteutuksen tapaa. Ryhmän ohjaaminen ja ohjaajan rooli motivoijana ja toiminnan suunnan pitämisessä oikeissa asioissa on merkittävä, jos koko ryhmä ei ole motivoitunut. Ohjaajan on hyvä olla innostunut ryhmän aiheesta ja uskoa sen onnistumiseen. Nuorten osallistaminen ryhmätoiminnan suunnitteluun mahdollisimman paljon on näkemyksemme ja huomioidemme mukaan hyväksi, koska se voi tuoda nuoren ja ohjaajan enemmän tasavertaisiksi toimijoiksi.

Osalla meistä oli vain vähän tietoa kohderyhmästä ja sen kanssa työskentelystä ja tämä saattoi osaltaan vaikuttaa ryhmäsisältöjen suunnitteluun ja omaan ohjaamiseemme. Suunnitteluvaiheessa saatoimme jättää kokeilunhaluisimmat ideat hyödyntämättä, koska emme uskoneet nuorten voivan innostua tietyistä menetelmistä tai ne eivät olleet toteutettavissa kohdeorganisaation toimintaympäristössä. Omassa ohjauksessa pyrimme kuitenkin olemaan innostavia ja soveltamaan toimintaa luovasti. Meillä saattoi silti olla ennako-oletus ryhmän alhaisesta motivaatiosta, joka heijastui paitsi suunnittelutyöhön myös omaan ohjaamiseen.

Suunnitteluprosessissa haasteelliseksi koimme monien toinen toisiinsa vaikuttavien asioiden huomioimisen kuten kohderyhmä ja tämän elämäntilanne, hoidon tavoitteet, lastensuojelun rooli ja lain asettamat rajoitteet. Ryhmässä on myös olemassa omat lainalaisuudet, jotka ryhmätoiminnan suunnittelussa ja ohjauksessa oli otettava huomioon. Stoppareissa ryhmä on sekä avoin, koska sen jäsenet voivat vaihtua jokaisella toimintakerralla, että toisaalta suljettu, koska toiminta järjestetään suljetussa ympäristössä. Ryhmään osallistujat eivät useimmiten ole vapaaehtoisesti Stopparissa, mikä voi vaikuttaa suurelta osin nuoren motivaatioon osallistua ryhmään. Ryhmälle, joka ei lähtökohtaisesti ole motivoitunut, voi olla hankala keksiä mielekäästä

ryhmätoimintaa, kun toiminta on rajattua suljetun hoitoympäristön vuoksi. Tällainen ryhmä ehkä hyötyisi toisenlaisesta toiminnallisuudesta, kuten retkistä, joihin voisi yhdistää ryhmissä käsiteltäviä aiheita, mutta se on haastavaa edellä mainitusta syystä. Myös kokemusasiantuntijuuden hyödyntäminen ryhmätoiminnassa voisi luoda uutta näkökulmaa ja ymmärrystä nuorille.

Stoppareissa oli käynnissä laajempi kehittämistyö liittyen ryhmätoimintojen uudistamiseen. Avoimeksi jää, miten kehittämämme ryhmäsisällöt soveltuvat ja linkittyvät tähän uudistukseen. Prosessissa koostettu ryhmätoiminnan opas antaa kuitenkin mahdollisuuden viedä toiminnallisuuden ja osallisuuden ideaa eteenpäin. Toimeksiantajan ja kohderyhmän ääntä on kuunneltu niin hyvin kuin se oli mahdollista opinnäytetyön resurssit, toimintaympäristö ja ryhmän tavoitteet huomioiden.

Opinnäytetyöprosessin myötä olemme havainneet, kuinka haasteellista kehittämistyö kokonaisuudessaan on. Ryhmätoiminnan kehittämistyössä täytyy ottaa huomioon monia asioita ja näkökulmia riippuen aina siitä, minne toimintaa kehitetään, mitkä ovat kehittämistyön tavoitteet ja mikä on kyseinen kohderyhmä. Kehittämistyössä on myös oltava tietoinen siitä, mihin kaikkiin muihin toimintoihin kehittäminen linkittyy, onko organisaatiossa muita päällekkäisiä toiminnan kehittämisprosesseja meneillään ja tukevatko ne toisiaan. Esimerkiksi lastensuojelun asiakkaan osallisuus on niin merkittävä asia, että myös muiden hoitoympäristön toimintojen tulee tukea sen kokonaisvaltaista toteutumista organisaatiossa.

10.3 Jatkokehittämisehdotukset

Ryhmätoimintaa ja nuorten osallisuutta voi kehittää monella tavalla. Hyvällä ryhmätoiminnalla on myönteisiä vaikutuksia osallisuuteen ja yhteisön sisäiseen vuorovaikutukseen. Parhaimmillaan hoidolliset ryhmät tukevat arjen hoitotyön tavoitteita. Opinnäytetyöprosessissa syntyneen osallistavan ryhmätoiminnan oppaan avulla Stoppareiden ohjaajat, lastensuojelun ammattilaiset, voivat lähteä kehittämään omaa työtään ja

ryhmätoimintaa aiempaa antoisammaksi.

Pohdimme erilaisia jatkokehittämismahdollisuuksia opinnäytetyöllemme. Yhtenä jatkokehittämisehdotuksena pidämme nuorten osallistamista jo varhaisessa vaiheessa ryhmien suunnitteluun, mikä tekisi ryhmistä enemmän nuorten näköisiä. Nuorista koottu kehittämistyöryhmä voisi esimerkiksi tuoda esiin omia näkemyksiään, joista yhteistyössä henkilökunnan kanssa muokattaisiin erilaisia ryhmäsisältöjä. Tämä antaisi nuorille mahdollisuuden olla vaikuttamassa ja tarjoaisi osallisuuden kokemuksia.

Toisena jatkokehittämisehdotuksena pohdimme, että ryhmätoimintoja voisi suunnitella myös useita saman menetelmän alle. Esimerkiksi pelillisuus ja tietotekniikan sekä valo- tai videokuvan hyödyntäminen voisivat olla nuoria kiinnostavia ja heidän arkeaan lähellä olevia menetelmiä. Tällöin esimerkiksi pelillisyyden avulla voitaisiin käsitellä useita eri aiheita. Tämä voisi saada nuoret innostumaan ryhmistä aivan uudella tavalla.

Ryhmien aloitukset eivät kaikilla toimintakerroilla toimineet toivotulla tavalla ja osalle niistä kehitettiin vaihtoehtoisia toteutustapoja. Materiaalipankki, jossa on runsaasti erilaisia ryhmäaloituksia, voisi auttaa ohjaajaa löytämään ryhmälle sopivan aloitusharjoituksen. Selkeästi rakennettu materiaalipankki myös toiminnoista ja lopetuksista auttaisi löytämään sekä ohjaajalle että ryhmälle sopivan kokonaisuuden.

LÄHTEET

Painetut lähteet

Aalto, M. 2000. Ryppäästä ryhmäksi. My Generation Oy.

Aaltonen, M., Ojanen, T., Vihunen, R. & Vilen, M. 2007. Nuoren aika 2–3 painos. Helsinki: WSOY oppimateriaalit.

Aaltonen, M., Ojanen, T., Vihunen, R. & Vilen, M. 2003. Nuoren aika. 2. uudistettu painos. Helsinki: WSOY oppimateriaalit.

Airaksinen, R., Ala-Vannesluoma, T., Karkkulainen, M. ja Pirhonen, P. 2015. Toimii! Hoitajan opas luoviin menetelmiin. Helsinki: Edita.

Havio, M., Inkinen, M. & Partanen, A. (toim.) 2008. Päihdehoitotyö. 5. uudistettu painos. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Heikkinen, A. 2007. Olenko mä sitä riskiryhmää? Murrosikäiset pojat kouluvaikeuksien metsäpolulla. Teoksessa Heikkinen, A., Levamo, P., Parviainen, M. & Savolainen, A. Näe minut – kuule minua. Kokemuksia ryhmistä. SOCCAn ja Heikki Waris instituutin julkaisusarja nro 11, s. 15–68.

Hämäläinen, J. 2001. Johdatus sosiaalipedagogiikkaan. 2. muuttamaton painos. Kuopio: Kuopion yliopisto.

Hämäläinen, J. & Kurki, L. 1997. Sosiaalipedagogiikka. Helsinki: WSOY Oppimateriaalit.

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

Kaukkila, V. & Lehtonen, E. 2007. Ryhmästä enemmän. Käsikirja ryhmänohjaajan taitoja tarvitsevalle. SMS-Tuotanto Oy.

Kopakkala, A. 2008. Porukka, jengi, tiimi. Ryhmädynamiikka ja siihen vaikuttaminen. Helsinki: Edita Prima Oy.

Känkänen, P. 2013. Taidelähtöiset menetelmät lastensuojelussa - kohti tilaa ja kokemuksia. Väitöskirja. Helsingin yliopisto, Valtiotieteellinen tiedekunta, Sosiaalitieteiden laitos. Tutkimus 109. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos.

Kärkkäinen, R. 2008. Nuoreksi kasvava ja kuvataide. Teoksessa Karppinen, S., Ruokonen, I. & Uusikylä, K. Nuoret ja taide - ilolla ja innolla, uhmalla ja uholla - kirjoituksia murrosikäisten taito- ja taidekasvatuksesta. Helsinki: FINN LECTURA, 84–100.

Lappalainen-Lehto, R., Romu, M. & Taskinen, M. 2008. Haasteena päihitteet. Helsinki: WSOY Oppimateriaalit oy.

Leskinen, E. 2009. Ryhmä toimimaan! Vinkkejä tutustumiseen, oppimiseen ja yhteistyöhön. Jyväskylä: PS-kustannus.

Niemelä, S. 2009. Nuorten päihdeongelmien ehkäisy ja hoito. Teoksessa Tammi, T., Aalto, M., Koski-Jännes, A. (toim.) Irti päihdeongelmista. Helsinki: edita publishing, 49–73.

Nietosvuori, L. 2006. Luovat ja toiminnalliset menetelmät hyvinvoinnin tukena. Teoksessa Soikkeli, S., Haapasilta, M. & Siikaniemi, L. (toim.) Näkökulmia ammatilliseen kasvuun. Lahden ammattikorkeakoulun julkaisuja, sarja C, 63–72.

Nivala, E. & Ryytänen, S. 2013. Kohti sosiaalipedagogista osallisuuden ideaalia. Teoksessa Hämäläinen, J., Ikonen, E., Nietosvuori, L., Nivala, E. & Ryytänen, S. (toim.) Sosiaalipedagoginen aikakauskirja. Vuosikirja 2013. Suomen sosiaalipedagoginen seura ry, 9–41.

Nuorten hoitotyön käsikirja. 2015. Stopparit. A-klinikkasäätiö/ valtakunnalliset hoitopalvelut.

Oranen, M. 2008. Mitä mieltä? Mitä mieltä! Lasten osallisuus lastensuojelun kehittämisessä. Sosiaali- ja terveysministeriön Lastensuojelun kehittämisohjelman osaraportti. Helsinki: Ensi- ja turvakotien liitto ry.

von der Pahlen, B., Lepistö, J. & Marttunen, M. 2013. Päihteiden käyttö ja päihdehäiriöt. Teoksessa Marttunen, M., Huurre, T. Strandholm, T. & Viialainen, R. (toim.) Nuorten mielenterveyshäiriöt. Opas nuorten parissa työskenteleville aikuisille. Tampere: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 109–124.

von der Pahlen, B., Marttunen, M., Partanen, A. & Holopainen, A. 2012. Lastensuojelun rooli nuorten päihdehäiriöiden hoidossa. Teoksessa Seppä, K., Aalto, M., Alho, H. & Kiianmaa, K. (toim.) Huume- ja lääkeriippuvuudet. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim, 222–223.

Pohjola, A. 2009. Nuorisotyön ja sosiaalityön rajapinnoilla. Teoksessa Raitakari, S. & Virokannas, E. (toim.) Nuorisotyön ja sosiaalityön jaetut kentät. Puheenvuoroja asiantuntijuudesta, käytännöistä ja kohtaamisista. Nuorisotutkimusseura, julkaisuja 96., 21–40.

Saarikallio, S. 2009. Musiikki ja nuoren psykososiaalinen kehitys. Teoksessa Louhivuori, J., Paananen, P. & Väkevä, L. (toim.) Musiikkikasvatus. Näkökulmia kasvatukseen, opetukseen ja tutkimukseen. Suomen Musiikkikasvatusseura - FiSME ry, 221–231.

Savolainen, M. 2008. Päihdehoitotyö ja ihmisen elämänkaari. Teoksessa Havio, M., Inkinen, M. & Partanen, A. (toim.) Päihdehoitotyö. 5. uudistettu painos. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi, 158–194.

Savolainen, A. 2007. Draama puree, purkaa ja parantaa. Kokemuksia psykodraaman käytöstä tyttöryhmässä. Teoksessa Heikkinen, A., Levamo, P., Parviainen, M. & Savolainen, A. Näe minut – kuule minua. Kokemuksia ryhmistä. SOCCAn ja Heikki Waris instituutin julkaisusarja nro 11, 159–188.

Stoppari-Lahti. 2013. Perehdytysmateriaali.

Stoppari-Lahti. 2012. Laatukäsikirja.

Sutinen, J. 2011. Runon hoidollinen merkitys nuoren kuntoutuksessa. Teoksessa Kuukasjärvi, A., Linnossuo, O. & Sutinen, J. (toim.)

Taidetyöskentely arjen näyttämöillä. Teoriaa, menetelmiä ja sovelluksia. Turku: Turun ammattikorkeakoulu. Turun Ammattikorkeakoulun oppimateriaaleja 53, 131–138.

Tacke, U. 2006. Päihdeongelmat. Teoksessa Laukkanen, E., Marttunen, M., Miettinen, S. & Pietikäinen, M. (toim.) Nuoren psyykkisten ongelmien kohtaaminen. Helsinki: Kustannus oy Duadecim, 135–145.

Tammi, T. 2011. Ekspressiivinen taidetyöskentely. Teoksessa Kuukasjärvi, A., Linnossuo, O. & Sutinen, J. (toim.) Taidetyöskentely arjen näyttämöillä. Teoriaa, menetelmiä ja sovelluksia. Turku: Turun ammattikorkeakoulu. Turun Ammattikorkeakoulun oppimateriaaleja 53, 49–57.

Uusi-Oukari, M. 2007. Riippuvuus ja väärinkäyttö. Teoksessa Koulu, M. & Tuomisto, J. (toim.) Farmakologia ja toksikologia. 7. uudistettu painos. Kuopio: Kustannusosakeyhtiö Medicina, 419–446.

Vilén, M., Leppämäki, P. & Ekström, L. 2008. Vuorovaikutuksellinen tukeminen. Helsinki: WSOY Oppimateriaalit Oy.

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

Elektroniset lähteet

A-klinikkasäätiö 2016a. A-klinikkasäätiö. A-klinikkasäätiön verkkosivut [viitattu 25.3.2016]. Saatavissa: <http://www.a-klinikka.fi/a-klinikkasaatio>

A-klinikkasäätiö 2016b. Organisaatio. A-klinikkasäätiön verkkosivut [viitattu 25.3.2016]. Saatavissa: <http://www.a-klinikka.fi/a-klinikkasaatio/organisaatio>

A-klinikkasäätiö 2016c. Hoitopalvelut. A-klinikkasäätiön verkkosivut [viitattu 25.3.2016]. Saatavissa: <http://www.a-klinikka.fi/hoitopalvelut>

A-klinikkasäätiö 2016d. Lastensuojelun laitoshoido. A-klinikkasäätiön verkkosivut [viitattu 25.3.2016]. Saatavissa: <http://www.a-klinikka.fi/hoitopalvelut/lastensuojelun-laitoshoido>

A-klinikkasäätiö 2016e. A-klinikkasäätiön Stopparit. A-klinikkasäätiön verkkosivut [viitattu 25.3.2016]. Saatavissa: <http://toimipaikka.a-klinikka.fi/stopparit/>

A-klinikkasäätiö 2016f. Kumppanuuksia syventämässä - A-klinikkasäätiö 2012-2015. A-klinikkasäätiön verkkosivut [viitattu 25.3.2016]. Saatavissa: <http://www.a-klinikka.fi/a-klinikkasaatio/strategia-2012-2015>

A-klinikkasäätiö 2016g. Lähestymistavat. A-klinikkasäätiön verkkosivut [viitattu 25.3.2016]. Saatavissa: <http://www.a-klinikka.fi/hoitopalvelut/lahestymistavat>

A-klinikkasäätiö 2016h. Kuntouttava hoito. A-klinikkasäätiön verkkosivut [viitattu 25.3.2016]. Saatavissa: <http://toimipaikka.a-klinikka.fi/stopparit/hoito>

A-klinikkasäätiö 2015a. Pysäytyshoito. A-klinikkasäätiön verkkosivut [viitattu 26.3.2016]. Saatavissa: <http://toimipaikka.a-klinikka.fi/stopparit/node/90>

A-klinikkasäätiö 2015b. Hoitotyön menetelmät. A-klinikkasäätiön verkkosivut [viitattu 26.3.2016]. Saatavissa: <http://toimipaikka.a-klinikka.fi/stopparit/ryhmat>

A-klinikkasäätiö. 2014. Päihteet. A-klinikkasäätiön verkkosivut [viitattu 14.3.2016]. Saatavissa: <http://toimipaikka.a-klinikka.fi/vinkki/materiaalipankki/paihteet>

Blomster, J. 2013. Toiminnallisuus päihdekuntoutuksessa. Opinnäytetyö. Kemi-Tornion ammattikorkeakoulu [viitattu 19.3.2016]. Saatavissa: <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2013061213980>

Hannula, N. 2014. Toiminnallisten ryhmien merkitys päihdekuntoutuksessa. Opinnäytetyö. Kymenlaakson ammattikorkeakoulu [viitattu 19.3.2016]. Saatavissa: <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-201405229374>

Ihanus, E. & Mattila, H. 2012. Toiminnalliset menetelmät yhteisöllisessä päihdekuntoutuksessa. Opinnäytetyö. Pohjois-Karjalan ammattikorkeakoulu [viitattu 28.3.2016]. Saatavissa: <http://www.theseus.fi/handle/10024/50663>

Ilmonen, M & Kauppinen, P. 2015. Minäkuva-peli : minäkuvan vahvistumisen tueksi kehitelty toiminnallinen työväline. Opinnäytetyö. Metropolia-ammattikorkeakoulu [viitattu 19.3.2016]. Saatavissa: <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-201505137885>

Järvinen, S. 2014. Moniaistinen tila nuoren päihdepysäytyksen tukena. Opinnäytetyö. Laurea-ammattikorkeakoulu [viitattu 20.3.2016]. Saatavissa: <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-201405239640>

Känkänen, P. 2013. Taidelähtöiset menetelmät lastensuojelussa – kohti tilaa ja kokemuksia. Väitöskirja. Helsingin yliopisto, Valtiotieteellinen tiedekunta, Sosiaalitieteiden laitos [viitattu 9.4.2016]. Saatavissa: https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/39276/kankanen_vaitoskirja.pdf?sequence

Laitila, M. 2010. Asiakkaan osallisuus mielenterveys- ja päihdetyössä. Fenomenografinen lähestymistapa. Väitöskirja. Itä-Suomen yliopisto, Terveystieteiden tiedekunta, Hoitotieteen laitos [viitattu 9.4.2016]. Saatavissa: http://epublications.uef.fi/pub/urn_isbn_978-952-61-0224-5/urn_isbn_978-952-61-0224-5.pdf

Lastensuojelulaki 417/2007. Saatavissa: <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2007/20070417#L11P72>

Leinonen, A. 2013. Yhdessä eteenpäin: työkirja toiminnallisten ryhmämenetelmien käyttämiseksi päihde-erityisessä lastensuojelulaitoksessa. Opinnäytetyö. Diakonia-ammattikorkeakoulu [viitattu 19.3.2016]. Saatavissa: <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2013112117760>

Nietosvuori, L. 2008. Luovat ja toiminnalliset menetelmät sosionomin työssä. Teoksessa Viinamäki, L. (toim.) 14 puheenvuoroa sosionomien

(AMK) asemasta Suomen hyvinvointiasiantuntijajärjestelmässä. Kemi-Tornion ammattikorkeakoulun julkaisuja

Sarja A: Raportteja ja tutkimuksia 2/2008 [viitattu 22.8.2016]. Saatavissa: http://www.metropolia.fi/fileadmin/user_upload/Hakutoimisto/Kev%C3%A4t_2011_NUKO/sote/Viinamaki_A_2_2008.pdf

Raitasalo, K. Huhtanen, P. & Miekkala, M. 2016. Nuorten päihteiden käyttö Suomessa 1995-2015. Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen raportti 19/2015. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos [viitattu 14.3.2016]. Saatavissa: http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/129809/URN_ISBN_978-952-302-572-1.pdf?sequence=1

Ruotsalainen, M. 2016. Toiminnallisuuden merkitys osana päihdekuntoutusta Turun Nuorisoasemalla. Opinnäytetyö. Humanistinen ammattikorkeakoulu [viitattu 19.3.2016]. Saatavissa: <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-201603092999>

Salo-Chydenius, S. Toiminnalliset ja luovat menetelmät [viitattu 30.3.2016]. Saatavissa: <http://www.paihdelinkki.fi/fi/tietopankki/tietoiskut/paihdetyon-menetelmat-ja-koulutus/toiminnalliset-ja-luovat-menetelmat>

Tepponen, J. & Mikkonen, K. 2014. "Vuoden jälkeen ymmärrän että teen tämän itseni vuoksi". Nuorten kokemuksia päihdekuntoutuksesta Stoppari-Haminassa [viitattu 19.3.2016]. Saatavissa: <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2014061612962>

Tutkimuseettinen neuvottelukunta. 2016. Hyvä tieteellinen käytäntö. Tutkimuseettinen neuvottelukunta [viitattu 29.3.2016]. Saatavissa: <http://www.tenk.fi/fi/htk-ohje/hyva-tieteellinen-kaytanta>

THL. 2016. Lapsen osallisuus. Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen verkkosivut [viitattu 26.3.2016]. Saatavissa: <https://www.thl.fi/fi/web/lastensuojelun-kasikirja/tyoprosessi/lasten-osallisuus#otsikko2>

LIITTEET

LIITE 1. Kyselylomake nuorille

KYSELY NUORILLE PÄIHDE- JA ELÄMÄNHALLINTARYHMISTÄ STOPPARISSA

Hei! Olemme sosionomiopiskelijoita Lahden ammattikorkeakoulusta. Olemme tekemässä opinnäytetyötä liittyen Lahden ja Haminan Stoppareiden ryhmätoimintoihin. Suunnitteilla on nuoria osallistavien ja toiminnallisten menetelmien kehittäminen. Vastaamalla alla oleviin kysymyksiin annat meille tärkeää tietoa opinnäytetyön suunnittelun pohjaksi. Lomakkeen voit palauttaa ohjaajalle suljetussa kirjekuoressa.

1. Yksikkö:

Hamina

Lahti

2. Mitä hyvää päihde- ja elämänhallintaryhmissä mielestäsi on?

3. Mitä kehitettävää päihde- ja elämänhallintaryhmissä mielestäsi on?

4. Mitkä ryhmien aiheista kiinnostavat sinua eniten? Valitse 4 kiinnostavinta rastittamalla.

Päihteidenkäytön vaikutukset omaan itseen ja muihin

Tietoa päihteistä

Päihteet ja käyttäytyminen

Miksi käyttää, miksi ei?

Riippuvuus ja sen eri muodot

Henkinen hyvinvointi ja tunteiden käsittely

Itsetuntemus: minäkuva, omat vahvuudet ja voimavarat sekä arvot

Sosiaaliset suhteet

Itsenäistyminen

Joku muu, mikä: _____

5. Arvioi seuraavien menetelmien kiinnostavuutta ryhmätoiminnassa rastittamalla sopivin vaihtoehto:

Tarinat

- kiinnostaa paljon
- kiinnostaa vähän
- ei juuri kiinnosta
- ei kiinnosta lainkaan
- en osaa sanoa

Videoiden kuvaaminen

- kiinnostaa paljon
- kiinnostaa vähän
- ei juuri kiinnosta
- ei kiinnosta lainkaan
- en osaa sanoa

Kuvakollaasit

- kiinnostaa paljon
- kiinnostaa vähän
- ei juuri kiinnosta
- ei kiinnosta lainkaan
- en osaa sanoa

Piirtäminen tai maalaaminen

- kiinnostaa paljon
- kiinnostaa vähän
- ei juuri kiinnosta
- ei kiinnosta lainkaan
- en osaa sanoa

Valokuvan käyttö

- kiinnostaa paljon
- kiinnostaa vähän
- ei juuri kiinnosta
- ei kiinnosta lainkaan
- en osaa sanoa

Kortit

- kiinnostaa paljon
- kiinnostaa vähän
- ei juuri kiinnosta
- ei kiinnosta lainkaan
- en osaa sanoa

Musiikki

- kiinnostaa paljon
- kiinnostaa vähän
- ei juuri kiinnosta
- ei kiinnosta lainkaan
- en osaa sanoa

Improvisaatio ja rooliharjoitukset

- kiinnostaa paljon
- kiinnostaa vähän
- ei juuri kiinnosta
- ei kiinnosta lainkaan
- en osaa sanoa

Sarjakuvien tekeminen

- kiinnostaa paljon
- kiinnostaa vähän
- ei juuri kiinnosta
- ei kiinnosta lainkaan
- en osaa sanoa

Kirjoittaminen

- kiinnostaa paljon
- kiinnostaa vähän
- ei juuri kiinnosta
- ei kiinnosta lainkaan
- en osaa sanoa

Tuleeko mieleen jotain muuta menetelmää tai työtapaa, joka sinua kiinnostaisi?

Kiitos vastauksesta!

Pia Rautio, Terhi Vanha-aho ja Kaisa Vihreälehto

LIITE 2. Kyselylomake ohjaajille

KYSELY OHJAAJILLE PÄIHDE- JA ELÄMÄNHALLINTARYHMISTÄ STOPPARISSA

Hei! Olemme sosionomiopiskelijoita Lahden ammattikorkeakoulusta. Olemme tekemässä opinnäytetyötä liittyen Lahden ja Haminan Stoppareiden ryhmätoimintoihin. Suunnitteilla on nuoria osallistavien ja toiminnallisten menetelmien kehittäminen. Vastaamalla alla oleviin kysymyksiin annatte meille tärkeää tietoa opinnäytetyön suunnittelun pohjaksi.

Toivomme, että täytetyt kyselylomakkeet postitetaan 9.5. mennessä vastauskuoressa. Tarvittaessa lisätietoja saa sähköpostitse@student.lamk.fi

Yhteistyöstä kiittäen Pia Rautio, Terhi Vanha-aho ja Kaisa Vihreälehto

1. Yksikkö:

Hamina

Lahti

2. Mitkä asiat päihde- ja elämänhallintaryhmissä koet toimiviksi (ryhmän rakenne, aloitus ja lopetus, kesto ja menetelmät)?

3. Mitkä asiat ryhmissä tai ryhmänohjauksessa koet haasteelliseksi?

4. Mihin teemoihin kaipaat nuoria osallistavia ja toiminnallisia työmenetelmiä? Valitse 4 aihetta.

Päihteidenkäytön vaikutukset omaan itseen ja muihin

Tietoa päihteistä

Päihteet ja käyttäytyminen

Miksi käyttää, miksi ei?

Riippuvuus ja sen eri muodot

Henkinen hyvinvointi ja tunteiden käsittely

Itsetuntemus: minäkuva, omat vahvuudet ja voimavarat sekä arvot

Sosiaaliset suhteet

Itsenäistyminen

Joku muu, mikä: _____

5. Arvioi seuraavien menetelmien sopivuutta ryhmänohjaukseen rastittamalla sopivin vaihtoehto:

Tarinoiden ja tekstien käyttäminen

- käyttäisin oikein mielelläni
- käyttäisin jokseenkin mielelläni
- en mielelläni käyttäisi
- en käyttäisi
- en osaa sanoa

Videoiden kuvaaminen

- käyttäisin oikein mielelläni
- käyttäisin jokseenkin mielelläni
- en mielelläni käyttäisi
- en käyttäisi
- en osaa sanoa

Kollaasit

- käyttäisin oikein mielelläni
- käyttäisin jokseenkin mielelläni
- en mielelläni käyttäisi
- en käyttäisi
- en osaa sanoa

Piirtäminen tai maalaaminen

- käyttäisin oikein mielelläni
- käyttäisin jokseenkin mielelläni
- en mielelläni käyttäisi
- en käyttäisi
- en osaa sanoa

Valokuvan käyttö

- käyttäisin oikein mielelläni
- käyttäisin jokseenkin mielelläni
- en mielelläni käyttäisi
- en käyttäisi
- en osaa sanoa

Kortit

- käyttäisin oikein mielelläni
- käyttäisin jokseenkin mielelläni
- en mielelläni käyttäisi
- en käyttäisi
- en osaa sanoa

Musiikki (sanoitusten käyttö)

- käyttäisin oikein mielelläni
- käyttäisin jokseenkin mielelläni
- en mielelläni käyttäisi
- en käyttäisi
- en osaa sanoa

Musiikki (kuuntelu)

- käyttäisin oikein mielelläni
- käyttäisin jokseenkin mielelläni
- en mielelläni käyttäisi
- en käyttäisi
- en osaa sanoa

Improvisaatio ja rooliharjoitukset

- käyttäisin oikein mielelläni
- käyttäisin jokseenkin mielelläni
- en mielelläni käyttäisi
- en käyttäisi
- en osaa sanoa

Sarjakuva

- käyttäisin oikein mielelläni
- käyttäisin jokseenkin mielelläni
- en mielelläni käyttäisi
- en käyttäisi
- en osaa sanoa

Kirjoittaminen

- käyttäisin oikein mielelläni
- käyttäisin jokseenkin mielelläni
- en mielelläni käyttäisi
- en käyttäisi
- en osaa sanoa

Jokin muu hyvä menetelmä, mikä? _____

Minkä uuden menetelmän olisit halukas opettelemaan?

6. Millaista palautetta nuoret ovat päihde- ja elämäntalintaryhmistä antaneet?

RYHMÄTOIMINTAA!

Hei Stopparin nuori!

Olemme sosionomiopiskelijoita Lahden ammattikorkeakoulusta ja suunnittelemme opinnäytetyönämme toiminnallista ryhmätoimintaa tänne Stoppariin. Ryhmissä käsitellään erilaisia päihteisiin ja elämään laajemminkin liittyviä teemoja toiminnallisilla menetelmin.

Ryhmät toteutuvat seuraavasti:

PE 17.6. aiheena Filliskortit

KE 22.6. aiheena Kehon päihdekartta

Ryhmän lopussa keräämme palautetta ja käytämme toiminnasta ryhmän aikana kerättyä tietoa ryhmäsisäiltöjen toimivuuden arvioimiseen. Ryhmät toteutetaan kuten muukin ryhmätoiminta ja niihin osallistuminen sekä palautteen antaminen on siis vapaaehtoista, mutta toivottavaa.

JUURI SINUN LÄSNÄOLOSI ON TÄRKEÄÄ!

Sinulla on oikeus kieltäytyä ryhmään osallistumisesta tai jättäytyä pois ryhmästä perusteluitta ilman, että se vaikuttaa oikeuteesi saada tarvitsemiasi hoito- tai muita palveluja. Lisätietoja voit kysyä sähköpostitse pia.rautio7@student.lamk.fi

Tapaamisiin!

Pia Rautio, Terhi Vanha-aho ja Kaisa Vihreälehto

LIITE 4. Tiedotekirje vanhemmille

Hei!

Olemme sosionomiopiskelijoita Lahden ammattikorkeakoulusta ja suunnittelemme opinnäytetyönämme toiminnallista ryhmätoimintaa Stoppariin. Ryhmissä käsitellään erilaisia päihteisiin ja elämään laajemminkin liittyviä teemoja ryhmäläisiä osallistavin menetelmin.

Ohjaamamme ryhmät toteutuvat viikoilla 24 ja 25.

Ryhmiä lopussa keräämme nuorilta palautetta ja käytämme toiminnasta ryhmän aikana kerättyä tietoa ryhmäsisältöjen toimivuuden arvioimiseen.

Henkilötietoja emme kerää eikä osallistujien henkilöllisyys tule ilmi opinnäytetyön kirjallisessa osuudessa. Ryhmät toteutetaan kuten muukin Stopparin ryhmätoiminta ja niihin osallistuminen on nuorille vapaaehtoista.

Terveisin Pia Rautio, Terhi Vanha-aho ja Kaisa Vihreälehto

Lisätietoja voit kysyä sähköpostitse
.....@student.lamk.fi

LIITE 5. Palautelomake nuorille

PALAUTELOMAKE NUORILLE

Ryhmän aihe _____

1. Pääsin ilmaisemaan itseäni toiminnassa

- Täysin samaa mieltä
- Jokseenkin samaa mieltä
- Jokseenkin eri mieltä
- Täysin eri mieltä

Perustelut _____

2. Pääsin osallistumaan aktiivisesti toimintaan

- Täysin samaa mieltä
- Jokseenkin samaa mieltä
- Jokseenkin eri mieltä
- Täysin eri mieltä

Perustelut _____

3. Toiminta oli minusta mielekästä

- Täysin samaa mieltä
- Jokseenkin samaa mieltä
- Jokseenkin eri mieltä
- Täysin eri mieltä

Perustelut _____

4. Toiminta herätti ajatuksia

- Täysin samaa mieltä
- Jokseenkin samaa mieltä
- Jokseenkin eri mieltä
- Täysin eri mieltä

Perustelut _____

5. Mitä hyvää toiminnassa oli?

6. Mitä muuttaisit toiminnassa?

LIITE 6. Palautelomake ohjaajille

PALAUTELOMAKE OHJAAJILLE

Ryhmän aihe _____

1. Toiminta oli nuoria osallistavaa

- Täysin samaa mieltä
- Jokseenkin samaa mieltä
- Jokseenkin eri mieltä
- Täysin eri mieltä

Perustelut _____

2. Toiminta oli nuoria innostavaa

- Täysin samaa mieltä
- Jokseenkin samaa mieltä
- Jokseenkin eri mieltä
- Täysin eri mieltä

Perustelut _____

3. Toiminta oli helppo toteuttaa ohjeen pohjalta

- Täysin samaa mieltä
- Jokseenkin samaa mieltä
- Jokseenkin eri mieltä
- Täysin eri mieltä

Perustelut _____

4. Ryhmäsisältö vastaa ryhmille asetettuja tavoitteita

- Täysin samaa mieltä
- Jokseenkin samaa mieltä
- Jokseenkin eri mieltä
- Täysin eri mieltä

Perustelut _____

5. Toiminta oli hyödyllistä nuoren hoidon kannalta

- Täysin samaa mieltä
- Jokseenkin samaa mieltä
- Jokseenkin eri mieltä
- Täysin eri mieltä

Perustelut _____

6. Suunniteltu ryhmätoiminta on hyödynnettävissä Stopparissa myös jatkossa

- Täysin samaa mieltä
- Jokseenkin samaa mieltä
- Jokseenkin eri mieltä
- Täysin eri mieltä

Perustelut _____

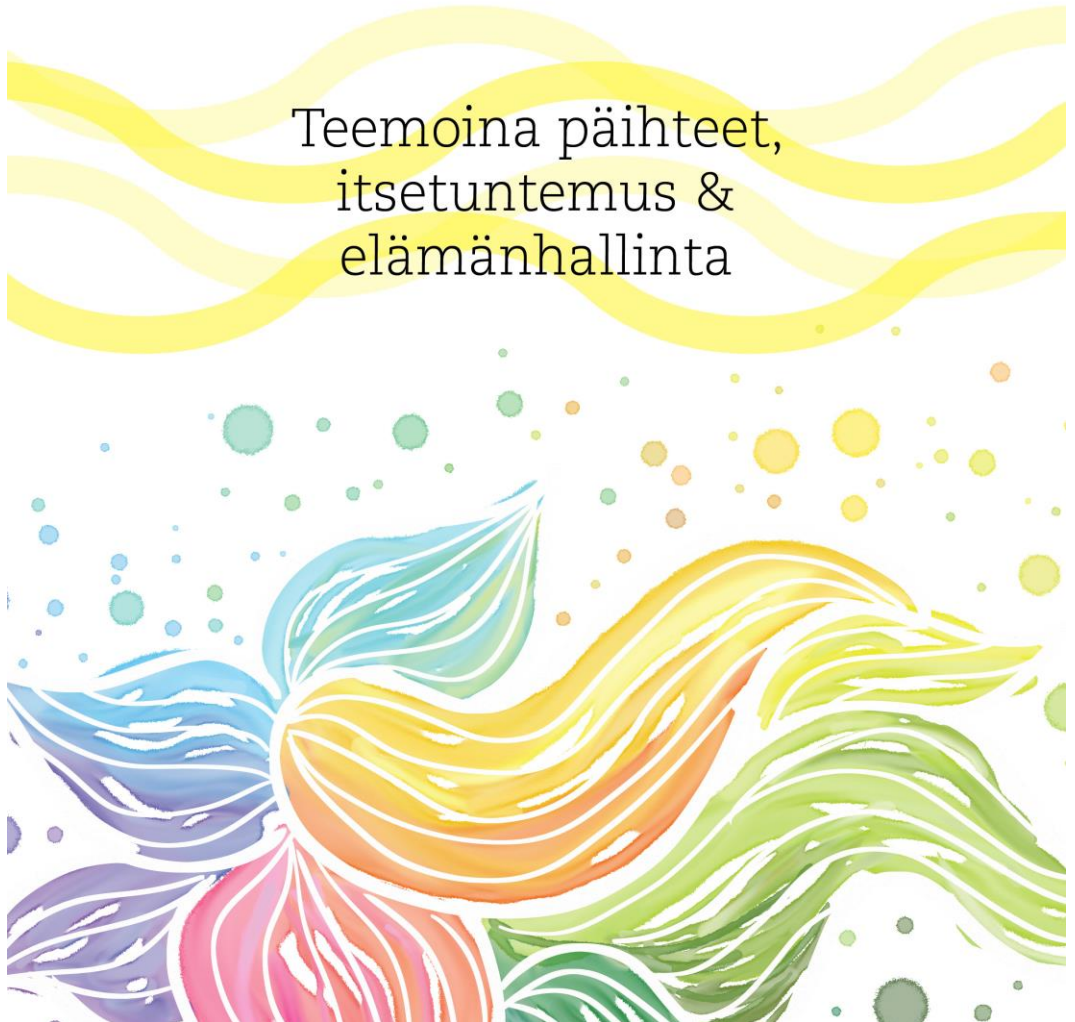
7. Mikä ryhmäisällössä oli toimivaa?

8. Mitä kehitettävää ryhmäisällössä on?

9. Muuta palautetta

RYHMÄTOIMINTAA NUORILLE.

Teemoina päihteet,
itsetuntemus &
elämänhallinta





OPPAAN SISÄLTÖ

Mistä oppaassa on kyse?	4
Ryhmänohjaajalle	5

PÄIHTEET

1. Tehdään tarina	6
2. Mitä mieltä? -rastit	8
3. Puolesta ja vastaan	10
4. Kehon päihdekartta	12

ITSETUNTEMUS & ELÄMÄNHALLINTA

5. Oma huone	14
6. Biisin sanat	16
7. Fiiliskortit	18
8. Voimavarapeli	20
Lähteet ja lisää tietoa	23

Liite 1 Tarinamoniste

Liite 2 Adjektiivilaput

Liite 3 Päihdetietokortit

Liite 4 Esimerkkikuva

Liite 5 Pohjapiirros

Liite 6 Ihmishahmot puussa

Liite 7 Tunnearkit

Liite 8 Viivoitettu paperi

MISTÄ OPPIAASSA ON KYSE?

Tämä ryhmätoiminnan opas on valmistunut opinnäytetyön tuotoksena. Opinnäytetyön tarkoituksena oli luoda toiminnallisia ja nuoria osallistavia ryhmäsisältöjä Stoppareihin ja kehittää näin ohjaajille uusia työkaluja ryhmäohjauksen tueksi. Opinnäytetyön raportti sisältää työn teoreettisen perustan, ryhmätoimintojen suunnittelun ja toteutuksen kuvailun, arvioinnin sekä prosessiin liittyvää pohdintaa. Opinnäytetyö on luettavissa osoitteessa www.theseus.fi lokakuusta 2016 lähtien Lahden ammattikorkeakoulun opinnäytetöistä tekijöiden nimellä haettuna.

Nuorten osallisuus tarjoaa mahdollisuuden harjoittaa sosiaalisia taitoja ja ilmaista itseä, parhaimmillaan myös oppia jotain uutta. Ohjaajalle tarjoutuu mahdollisuus kuulla nuoria ja lisätä ymmärrystä heidän ajatuksistaan ja kokemuksistaan.¹ Toiminnalliset harjoitukset voivat antaa nuorille uusia näkökulmia käsiteltävään aiheeseen ja vaikeiden aiheiden käsittely saattaa helpottaa. Harjoituksista keskustelemalla asiat saavat lisää syvyyttä ja tarjoutuu mahdollisuus jopa uudenlaisiin ratkaisuihin.² Toiminnalliset menetelmät voivat auttaa löytämään ilmaisukeinoja ajatuksille, joita on hankala sanallistaa.³

Ryhmäsisältöjen suunnittelun tueksi selvitettiin kyselylomakkein Stoppareiden nuorten ja ohjaajien näkemyksiä ryhmätoiminnasta, sen aiheista ja menetelmistä. Näiden vastausten pohjalta suunniteltiin kahdeksan toiminnallista ryhmäsisältöä, jotka löytyvät oheisesta oppaasta. Neljässä ryhmässä teemoina ovat elämänhallinta ja itsetuntemus ja neljän ryhmän aiheet liittyvät päihteisiin ja niiden käyttöön.

Lahdessa 18. elokuuta 2016
Pia Rautio, Terhi Vanha-aho ja Kaisa Vihreälehto



RYHMÄNOHJAAJALLE

Opas sisältää valmiiksi mietittyjä kokonaisuuksia käytettäväksi Stoppareiden ryhmätoiminnassa. Ohjaajan tehtävänä on tutustua oppaan ohjeisiin ja soveltaa tarvittaessa ohjetta ryhmälle sopivaksi. Toiminnassa on hyvä kiinnittää huomiota kulloisenkin ryhmän tarpeisiin, mahdollisuuksiin ja haasteisiin.

Oppaan ohjeesta löytyy ryhmän nimi ja tavoitteet sekä ryhmässä tarvittavat materiaalit ja välineet. Osa ryhmiin tarvittavista materiaaleista on liitteenä oppaan lopussa. Kaikissa ryhmissä on sama rakenne: aloitus, toiminta ja lopetus. Aloitusharjoitukset tukevat ryhmän yhteistoimintaa ja turvallisuutta, auttavat saavuttamaan tavoitteet ja virittävät käsiteltävään aiheeseen.⁴ Toimintavaiheessa syvennytään käsiteltävään aiheeseen. Toimintavaiheen jälkeen on hyödyllistä lopettaa ryhmäkerta purkuun, jolloin asioita on mahdollista jakaa ja käsiteltävä aihe saa lisää syvyyttä. Purkutilanteet lisäävät ryhmässä avoimuutta ja uskallusta jakaa asioita ja lisäävät näin ryhmän turvallisuutta, mikä on tärkeää, koska parhaimmillaan turvallinen ryhmä tukee ihmisen kasvua ja kehitystä.⁵

Ryhmäkerran aluksi nuoria on hyvä muistuttaa ryhmän säännöistä, jotka lisäävät ryhmän turvallisuutta. Säännöt voidaan luoda yhdessä ohjaajan avustuksella tai niistä voidaan vain muistuttaa lyhyesti. Ryhmässä on tärkeää huomioida esimerkiksi seuraavia asioita:

1. *Luottamus siihen, että voi jakaa asioita eikä niitä kerrota eteenpäin*
2. *Ryhmässä ollaan vapaaehtoisesti*
3. *Vapaus ilmaista itseään*
4. *Kunnioitus muiden tekemisistä ja sanomisia kohtaan*
5. *Ryhmältä itseltään mahdollisesti tuleva sääntö*

Toiminnalliset tilanteet voivat vaihdella hyvinkin paljon ryhmän koostumuksen, aiempien tapahtumien ja monien muiden asioiden vuoksi. Suunnitelmista on poikettava tarvittaessa.⁴ Ohjaaja tuntee ryhmänsä parhaiten; jos esimerkiksi aloitusharjoitus vaikuttaa liian haasteelliselta, voi sen vaihtaa johonkin muuhun harjoitukseen, esimerkiksi kierrokseen, jossa kukin osallistuja kertoo sen hetkisen fiiliksen tai vaihtoehtoisesti jotain muuta ryhmän teemaan liittyvää. Ryhmien rakenteen säilyttäminen on kuitenkin suositeltavaa, jolloin ryhmä muodostaa selkeän kokonaisuuden ja toimii tavoitteiden suuntaisesti. Toiminnat ovat sovellettuina hyödynnettävissä myös yksilötyöskentelyssä.

1 Oranen, M. 2008. Mitä mieltä? Mitä mieltä! Lasten osallisuus lastensuojelun kehittämisessä. Sosiaali- ja terveysministeriön Lastensuojelun kehittämisohjelman osaraportti. Helsinki: Ensi- ja turvakotien liitto ry, 16.

2 Kataja, J., Jaakkola, T. & Liukkonen J. 2011. Ryhmä liikkeelle! Toiminnallisia harjoituksia ryhmän kehittämiseksi. Jyväskylä: PS-kustannus, 30.

3 Salo-Chydenius, S. Toiminnalliset ja luovat menetelmät [viitattu 30.3.2016]. Saatavissa: <http://www.paihdelinkki.fi/ff/tietopankki/tietois-kut/paihdetyon-menetelmat-ja-koulutus/toiminnalliset-ja-luovat-menetelmat>

4 Leskinen, E. 2009. Ryhmä toimimaan! Vinkkejä tutustumiseen, oppimiseen ja yhteistyöhön. Jyväskylä: PS-kustannus, 17–18.

5 Aalto, M. 2000. Ryppäästä ryhmäksi. My Generation Oy, 22–23.

1. TEHDÄN TARINA

TAVOITTEET

- Päähteiden käytön vaikutusten pohtiminen tarinallisuuden avulla
- Päähteiden käyttöön liittyvien erilaisten näkökulmien pohtiminen

VALMISTELU JA TARVIKKEET

A4-paperia vähintään kaksi arkkiä per osallistuja, tussit ja tuoli.

Tarinamoniste (liite 1).

ALOITUS

Ryhmäkertomus

Osallistujat istuvat ympyrässä ja muodostavat lyhyen kertomuksen siten, että kukin osallistuja sanoo vain yhden sanan kerrallaan. Ohjaaja kirjoittaa tarinaa fläppi- tai valkotaululle.

TOIMINTA

Tyytin tarinan luominen

Osallistujat luovat kuvitteellisen 16-vuotiaan Tyytin, joka on kokeillut päihteitä. Tiedot kirjataan ylös valmiiksi tarinamonisteeseen, josta puuttuu sanoja tai lauseita. Jokainen osallistuja täydentää tarinaa omalla vuorollaan. Valmiiksi täytetty tarina luetaan ääneen ja keskeisimmät seikat siitä voidaan kirjata myös fläppipaperille, jolloin ne on helpompi muistaa. Sen jälkeen käydään keskustelua siitä, mitä syitä Tyypillä on tässä elämäntilanteessa käyttää päihteitä ja miksi hänen pitäisi lopettaa niiden käyttö.

Puhekuplatyöskentely

Keskustelun syventämiseksi osallistujat saavat paperin, johon piirretään puhekupla. Ohjaaja kysyy, keitä ihmisiä osallistujat haluavat valita roolityöskentelyvaiheeseen (esimerkiksi äiti, isä, sijaisvanhempi, ystävä, opettaja, lääkäri, sosiaalityöntekijä jne.), jossa käsitellään Tyytin päihteidenkäyttöä.

Osallistuja kirjoittaa puhekuplapaperiin kuka tämä roolihenkilö on. Valittu roolihenkilö tulee kysymään Tyytiltä tai sanomaan Tyytille jotakin tarkoituksena vaikuttaa tämän päihteiden käyttöön. Osallistuja kirjoittaa tämän roolihenkilön kysymyksen tai kommentin puhekuplaan. Puhekuplat voivat olla esimerkiksi kannustavia, lannistavia, ymmärtäväisiä, tuomitsevia, neutraaleja tai päihdemyönteisiä. Kysymykset taas voivat olla esimerkiksi ajatuksia herättäviä tai ärsyttäviä.

Tilaan asetetaan tyhjä tuoli, joka edustaa yhdessä luotua Tyyppiä. Osallistujista jokainen lukee vuorollaan puhekuplatekstin tyhjälle tuolille, jonka jälkeen ryhmä pohtii yhdessä Tyytin mahdollista vastausta. Puhekuplien esittämisen jälkeen pohditaan, miten kunkin roolihenkilön viesti vaikuttaa Tyytin valintoihin käyttää päihteitä tai olla käyttämättä niitä. Lisäksi voidaan pohtia, mitkä muut tekijät vaikuttavat elämänvalintoihin.

LOPETUS

Puretaan ryhmä pohtimalla yhdessä sitä, miten realistinen tarina on. Ohjaaja voi kysyä osallistujilta, mikä tilanne, hetki, repliikki, oli tässä toimintakerrassa itselle merkityksellinen. Vaihtoehtoisesti puhekuplat voidaan myös asettaa tyhjille tuoleille ja osallistujat menevät sen tuolin luo, jonka puhekuplaan oli kirjoitettu merkityksellisin repliikki. Osallistujat voivat kertoa ajatuksistaan muulle ryhmälle.

MUUTA HUOMIOITAVAA

Vaihtoehto aloitukselle

Lentävä matto: tarvitaan pieni matto tai viltti. Koko ryhmä seisoo maton tai viltin päällä. Tavoitteena on kääntää matto tai viltti toisin päin kenenkään poistumatta matolta.

Vaihtoehtoja toiminnalle

Puhekuplatyöskentelyssä joku osallistujista voi mennä tyhjään tuoliin ja vastata Tyypin roolissa puhekuplatesteihin.

Puhekuplatyöskentelyn sijaan tai sen jälkeen Tyypin tilannetta viiden vuoden päästä voi pohtia ryhmässä esimerkiksi seuraavien kysymyksien avulla:

- Onko päihteiden käyttö jatkunut vai loppunut? Lisääntynyt vai vähentynyt?
- Mitä päihteitä hän käyttää?
- Keiden kanssa hän käyttää päihteitä?
- Onko töissä, opinnoissa vai työtön?
- Keitä kuuluu lähipiiriin ja keiden kanssa liikkuu?
- Miten viettää vapaa-aikaansa?
- Mitä haaveita hänellä on?
- Millaisia tavoitteita hänellä on?



2. MITÄ MIELTÄ? -RASTIT

TAVOITTEET

- Päihteiden käytön vaikutusten pohtiminen eri elämäntilanteilla
- Ajatusten jakaminen

VALMISTELU JA TARVIKKEET

Fläppipaperia ja tusseja.

ALOITUS

Osallistajat jaetaan muutamaan ryhmään. Ryhmille jaetaan yksi fläppipaperi. Ryhmät kilpailevat siitä, mikä ryhmä saa fläppipaperin revittyä mahdollisimman moneen osaan 15 sekunnissa. Alussa osallistujille annetaan 30 sekuntia aikaa luoda yhteinen toimintastrategia. Lopussa lasketaan, kuinka moneen osaan paperi on saatu revittyä ja julistetaan voittaja. Ohjaaja voi pyytää osallistujia miettimään, kuinka kauan aikaa veisi paperin kokoaminen ehjäksi teipillä.

TOIMINTA

Jaetaan ryhmäläiset pareittain ja aloitetaan rastitehtävätyöskentely. Ohjaaja vie tilan eri kohtiin tusseja ja 4 eri fläppipaperia, joihin kuhunkin on kirjoitettu yksi alla olevista pohdittavista aiheista:

1. Päihteiden käytön vaikutus toimintakykyyn (koulu, työ, arki, velvollisuudet, haasteet)
2. Päihteiden käytön vaikutus ihmissuhteisiin (perhe, läheiset ystävät, kaverit)
3. Päihteiden käytön vaikutus henkiseen hyvinvointiin (mieliala, itsetunto, omat voimavarat)
4. Päihteiden käytön vaikutus fyysiseen terveyteen (keho, fyysinen hyvinvointi, sairaudet)

Kaikki rastit käydään pareittain läpi ja niillä viivytään n. 5-10 minuuttia. Osallistajat saavat vapaasti ilmaista ajatuksiaan eri rasteilla ja tekstin sekaan voi liittää myös piirroksia tai lisäkysymyksiä. Kun pistettä vaihdetaan, pääsee pari jatkamaan edellisten pariin pohdintaa.

LOPETUS

Kun rastit on käyty läpi, kootaan fläppipaperit yhteen ja puretaan tehtävä käymällä rasteille koottu tieto ohjaajan johdolla yhdessä läpi. Lisäksi voidaan pohtia, löytyykö rasteille vielä jotain lisättävää. Vastauksia voidaan tarkastella myös riippuvuuden nelikentän näkökulmasta.

MUUTA HUOMIOITAVAA

Ryhmä toimii parhaiten, kun osallistujia on 4-7. Rastien määrää voi lisätä tai vähentää osallistujien määrän mukaan. Jos osallistujia on vain muutama voivat he pohtia vastauksia rasteilla yhdessä. Ennen ryhmää ohjaajan kannattaa valmistella rastit kirjoittamalla rasteilla pohdittavat asiat valmiiksi fläppipaperille.

Vaihtoehto toiminnalle

Toimintaa voi muunnella luomalla aluksi ryhmässä kuvitteellisen hahmon, jonka kautta pohditaan päihteiden käytön vaikutuksia. Kirjataan hahmon tiedot yhdessä fläppipaperille. Hahmolle voidaan keksiä nimi ja ikä, asuinpaikka, perhe ja ystäväpiiri, opiskelupaikka, harrastukset, päihteiden käytön historia ym. Rasteilla pohditaan kysymyksiä tämän hahmon näkökulmasta. Apuna hahmon luomisessa voi käyttää Tehdään tarina -ryhmän tarinamonistetta (liite 1).



3. PUOLESTA JA VASTAAN

TAVOITTEET

- Päihteiden käytön tai käytön lopettamisen syiden pohtiminen
- Omaan päihteiden käyttöön vaikuttavien tekijöiden pohtiminen

VALMISTELU JA TARVIKKEET

Maalarinteippiä, muistinpanovälineet jokaiselle osallistujalle.

Ennen ryhmän alkua tehdään maalarinteipillä lattiaan kolmio, jonka yhden sivun pituus on noin 1,5–3 metriä. Kolme A4-arkkia, joissa tekstit: Ei merkitystä, Lisää halua käyttää ja Vähentää halua käyttää.

ALOITUS

Osallistujat asettuvat seisomaan lattiaan teipatun kolmion päälle sattumanvaraiseen järjestykseen. Tämän jälkeen ohjaaja pyytää osallistujia vaihtamaan järjestystä tiettyjen asioiden tai ominaisuuksien mukaan. Osallistujien tulee kuitenkin kulkea teipin päällä niin, että vähintään toinen jalka koskettaa teippiä koko harjoituksen ajan. Järjestykseen voidaan asettua esimerkiksi sen mukaan, kuka on ollut Stopparissa pisimpään. Tällöin pisimpään olleelle määrätään yksi kulma ja toiseen kulmaan tulee lyhimmän aikaa ollut. Muut asettuvat oikeaan järjestykseen siihen välille. Harjoitusta jatketaan muuttamalla paikkoja vielä muutamaa otteeseen asettumalla esimerkiksi ikäjärjestykseen, syntymäkuukausien mukaiseen järjestykseen tai nimien aakkosjärjestykseen.

TOIMINTA

Työskennellään ryhmässä, jossa kerätään perusteluja päihteiden käytön puolesta ja sitä vastaan gallup-menetelmällä. Menetelmässä jokaisella nuorella on yksi tai tarvittaessa useampi kysymys, johon hän muita haastatteleamalla kerää vastauksia. Kysymyksiä voivat olla esimerkiksi:

- Mitkä ovat ihmissuhteisiin liittyvät syyt käyttää tai olla käyttämättä päihteitä?
- Mitkä ovat kehon tuntemuksiin tai terveyteen liittyvät syyt käyttää tai olla käyttämättä päihteitä?
- Mitkä ovat mielialaan liittyvät syyt käyttää tai olla käyttämättä päihteitä?
- Mitkä ovat tulevaisuuteen liittyvät syyt käyttää tai olla käyttämättä päihteitä?
- Mitkä ovat taloudelliset syyt käyttää tai olla käyttämättä päihteitä?
- Mitkä uskomukset tukevat tai vähentävät päihteidenkäyttöä?

Tämän jälkeen siirrytään takaisin teipatun kolmion luokse. Kolmion kärkiin on asetettu A4-arkit, joissa tekstit: Ei merkitystä, Lisää halua käyttää ja Vähentää halua käyttää. Ohjaaja lukee yksitellen ryhmän vastauksia, joissa perustellaan käytön jatkamista tai lopettamista.

Osallistujat valitsevat kunkin perustelun jälkeen itselleen paikan kolmion kärjissä sen mukaan, miten perustelu vaikuttaa omaan päihteiden käyttöön.

LOPETUS

- Tämän jälkeen puretaan tehtävä. Ryhmässä pohditaan seuraavia kysymyksiä:
- Miltä tuntui kuunnella perusteluja?
- Mikä perustelu jäi erityisesti mieleen?
- Mikä perustelu vaikutti eniten ja mikä vähiten? Miksi?
- Vaikuttaako se, kuka perusteluja puolesta tai vastaan esittää (kaveri, sukulainen, terveydenhoitaja, kokemusasiantuntija tms.)?

MUUTA HUOMIOITAVAA

Vaihtoehto toiminnalle

Perusteluja päihteiden käytön puolesta ja vastaan kerätään yhteisesti fläppi- tai valkotaululle.



4. KEHON PÄIHDEKARTTA

TAVOITTEET

- Päihteiden pitkäaikaisten ja välittömien vaikutusten pohtiminen ja kuvallistaminen
- Erialaisten näkökulmien jakaminen kokemus- ja viranomaistiedon avulla

VÄLINEET JA VALMISTELU

Iso paperirulla ja piirustusvälineitä (esim. puuvärit, vahaliidut, tussit), taustamusiikkia.

Adjektiivilaput (liite 2), viisi päihdetietokorttia (liite 3), ja esimerkkikuva (liite 4).

ALOITUS

Osallistujat menevät piiriin. Ohjaaja jakaa jokaiselle osallistujalle yhden lapun. Jokainen osallistuja lukee vuorollaan lapun tekstin ääneen, jonka jälkeen kaikki osallistujat tekevät yhtä aikaa lapusta löytyvän adjektiivin mukaisen kehon. Tätä jatketaan niin kauan, että kaikkien laput on käyty läpi.

TOIMINTA

Jokainen osallistuja valitsee viidestä eri päihdetietokortista yhden, joka käsittelee sellaista päihdettä, jota on kokeillut tai käyttänyt. Jakaudutaan pareittain, jonka jälkeen parit piirtävät toistensa kehon ääriviivat rullapaperista leikatulle palalle. Kehonkuva jaetaan pystysuunnassa kahteen osaan, jolloin päihdetietokortissa olevat välittömät ja pitkäaikaiset vaikutukset kuvataan kehon eri puoliskoille. Myös omia kokemuksia päihteen vaikutuksista voi tuoda kehonkuvaan mukaan. Ohjaaja voi näyttää esimerkkikuvaa työskentelyn tueksi.

Työskentelyvaiheessa jokainen piirtää, maalaa, kirjoittaa omaan piirrettyyn kehonkuvaan kyseisen päihteen vaikutuksia ja omia kokemuksia. Osallistujat ohjeistetaan tekemään välittömät vaikutukset ensin ja vasta sen jälkeen pitkäaikaiset vaikutukset.

LOPETUS

Kokoonnutaan yhteen ja jokainen voi halutessaan esitellä tai kertoa jotain omasta työstään. Keskustellaan yhdessä aiheesta esimerkiksi seuraavien kysymysten avulla:

- Miltä tekeminen tuntui?
- Mitä ajatuksia työskentely herätti?
- Saitko jotain uutta tietoa päihteiden käytön vaikutuksesta kehoon?
- Miten faktatieto ja omat kokemukset päihteiden vaikutuksesta kehoon erosivat tai olivat samanlaisia?
- Mistä saatte tai etsitte tietoa päihteistä?
- Mikä on luotettava tietolähde? Mikä ei?

MUUTA HUOMIOITAVAA

Vaihtoehto aloitukselle

Ohjaaja tekee jonkin liikkeen ja osallistujat toistavat sen tekemällä samoin perässä. Mennään kierros läpi niin, että jokainen kehittää ja tekee jonkin liikkeen, jonka muut toistavat.

Vaihtoehtoja toiminnalle

Jos oman kehon piirtäminen on vaikeaa, voi paperille piirtää vapaalla kädellä kehon ääriveriiviat.

Kehon päihdekartan voi tehdä myös pareittain.

Työskentelyn tueksi voidaan soittaa nuorten tai ohjaajan valitsemaa taustamusiikkia.



5. OMA HUONE

TAVOITTEET

- Omien tavoitteiden ja tulevaisuuden pohtiminen
- Itsetuntemuksen vahvistaminen

VÄLINEET JA VALMISTELU

Yksi A4- ja A3-piirustuspaperi per osallistuja, piirustusvälineet (esim. puuvärejä, lyijykyniä, tusseja ja vahaliitujia), aikakauslehtiä, sakset ja liimaa.

Asunnon pohjapiirros (liite 5) malliksi tai työn pohjaksi.

ALOITUS

Aloituksessa piirretään kuva kodin asukkaasta. Jaetaan jokaiselle osallistujalle A4-paperi, tussi ja alusta (esim. aikakauslehti). Ohjeistetaan osallistujat piirtämään omakuva pään päällä. Laitetaan alusta ja paperi pään päälle, jonka jälkeen ohjaaja antaa yksitellen ohjeet piirtää pää, korvat, hiukset, silmät, nenä ja huulet. Piirtämisen jälkeen tarkastellaan tehtyjä kuvia.

TOIMINTA

Jaetaan A3-piirustuspaperit ja -välineet osallistujille. Jokainen pohtii millainen olisi tulevaisuuden haaveiden koti ja piirtää pohjapiirroksen kodista. Myös pihapiirin voi lisätä kuvaan. Realistisuus pohjapiirroksen elementtien suhteen ei ole tehtävässä tärkeää.

Pohjapiirroksen voi piirtää, kirjoittaa ja leikata lehdistä kuvia itselle tärkeistä esineistä, asioista ja ihmisistä. Tehdessä voi pohtia, millaisia tunnelmia ja tapahtumia eri huoneissa toivoisi olevan tai tapahtuvan. Voidaan pohtia myös, kuka on se tulevaisuuden minä, joka asunnossa asuu, mistä hän on kiinnostunut ja mitä hän kodissaan tekee.

Tämän jälkeen jaetaan ryhmäläiset pareittain ja jokainen saa kutsua parin haaveiden kotiinsa kylään ja esitellä sen. Voi kertoa esim.

- Kuka tai ketkä kodissa asuu
- Mistä hän on kiinnostunut
- Mitä asioita huoneessa on jotka ovat hänelle tärkeitä ja miksi
- Mikä on lempipaikka asunnossa
- Mistä hän haaveilee

Tämän jälkeen vierailija saa esittää kysymyksiä asukkaalle. Vaihdetaan parin kanssa vuoroja.

LOPETUS

Puretaan ryhmä kokoamalla kaikkien pohjapirokset ja omakuvat seinälle tai pöydälle. Keskustellaan töistä ohjaajan johdolla.

MUUTA HUOMIOITAVAA

Liitteenä 5 on valmis pohjapiirros, jonka voi tulostaa A4- tai A3-kokoon. Ohjaaja voi esitellä pohjapiirroksen toiminnan alussa johdattamaan osallistujia tekemisen alkuun. Valmiin pohjapiirroksen voi myös tulostaa osallistujille, jos sen piirtäminen on osallistujille haastavaa. Ohjaaja voi tarvittaessa rajata tulevaisuuden käsittelemään päihteetöntä elämää ja asioita, jotka liittyvät siihen.

Vaihtoehto toiminnalle

Pohjapiirroksen voi tehdä vain yhdestä huoneesta.

Vaihtoehto lopetukselle

Lisätään lopuksi jokaisen pohjapiirroksen "vieraskirja" (A4-paperi), johon osallistajat voivat käydä kirjoittamassa jonkin myönteisen viestin asukkaalle.



6. BIISIN SANAT

TAVOITTEET

- Tunneilmaisu musiikin avulla
- Musiikin merkityksen pohtiminen

VALMISTELU JA TARVIKKEET

Osallistujat saavat valita itselleen tärkeän biisin, jota ryhmässä käsitellään. Tästä on hyvä kertoa osallistujille jo ennen ryhmän alkua.

Yksi A4-paperi, kynä ja A4-kartonki per osallistuja, piirustusvälineet (esim. puuvärit, tussit ja vahaliidut).

ALOITUS

Aluksi kerrotaan osallistujille, että ryhmässä tullaan käsittelemään musiikin merkitystä itselle. Osallistujia pyydetään miettimään valmiiksi jokin itselle tärkeä biisi.

“Mene, jos” -harjoitus

Harjoitus liittyy hyvinvointiin, tunnesäätelyyn ja musiikkiin ja sen voi toteuttaa piirissä istuen tai seisten. Kaikki, jotka ovat samaa mieltä väittämän kanssa, vaihtavat keskenään paikkaa. Jos vain yksi on väittämän kanssa samaa mieltä, istuu hän takaisin omalle paikalleen tai mikäli seistään, valitsee hän itselleen uuden paikan piirissä. Mene jos -väittämät:

- Musiikki auttaa nukahtamaan
- Hyvässä biisissä on jokin sanoma
- Musiikin avulla voin purkaa tunteitani
- Musiikki herättää tärkeitä muistoja
- Musiikki auttaa keskittymisessä
- Musiikin kuuntelu syventää kielteisiä tunnetiloja kuten surua tai ahdistusta
- Musiikki lisää yhteenkuuluvuuden tunnetta
- Musiikki vaikuttaa tapaan ajatella asioista
- Valitsemassani biisissä sanoitus on tärkeä
- Valitsemani biisi piristää minua ja saa minut hyvälle tuulelle

TOIMINTA

Käsitellään osallistujien valitsemia ja heille tärkeitä biisejä. Jokainen kertoo valitsemastaan biisistä haluamallaan tavalla. Samalla ohjaaja voi kysyä 1-2 kysymystä per osallistuja, esimerkiksi mikä biisi on kyseessä ja miksi valitsi juuri sen biisin tai mistä biisi kertoo ja millainen tunnelma siinä on. Voidaan myös pyytää osallistujia miettimään joku henkilö, joka ymmärtää täysin tai parhaiten, miksi biisi on hänelle tärkeä? Tai vastaavasti joku henkilö, joka ei lainkaan ymmärrä, miksi biisi on hänelle tärkeä. Tämän jälkeen keskustellaan yhdessä, miksi joku henkilö ymmärtää tai ei ymmärrä biisin merkitystä.

Jatketaan työskentelyä itsenäisesti. Jokainen osallistuja miettii, mitkä ovat biisin avainsanoja tai itselle tärkeitä sanoja. Näistä sanoista kootaan kartongille joko sanalista, lyhyt kertomus, tekstinpätkä, uusi lyriikka tai runo, joka lopuksi esitellään muulle ryhmälle. Mikäli halukkuutta kuvalliseen työskentelyyn on, voi tekstiä myös kuvittaa tai koristella haluamallaan tavalla. Omien avainsanojen pohtimisen jälkeen voidaan tehdä tekstin sijaan myös sanoihin liittyvä kuva.

LOPETUS

Puretaan ryhmä käymällä läpi tehdyt tuotokset ja kuunnellaan lopuksi yksi biisi, joka on ryhmän yhdessä valitsema.

MUUTA HUOMIOITAVAA

Tuotokset voidaan ryhmän niin halutessa koota yhteen isolle alustalle ja laittaa esille yhteisöön.

Vaihtoehto aloitukselle

Mene jos –harjoituksen sijaan ryhmän alussa voidaan pitää myös kysymysrinki: Mitä musiikki sinulle merkitsee? Apuna voi käyttää Mene jos –harjoituksen väittämiä.

Vaihtoehtoja toiminnalle

Hyvissä ajoin ennen ryhmän alkua pyydetään osallistujia valitsemaan jokin biisi, joka on itselle tärkeä ja johon löytyy lyriikat netistä. Ohjaaja voi tällöin tulostaa osallistujien valitsemat sanoitukset valmiiksi ryhmään ja sanoitusteksteistä ympyröidään itselle tärkeitä ja merkityksellisiä avainsanoja. Vaihtoehtoisesti voidaan tehdä yhteinen tuotos, jolloin osallistujien valitsemista avainsanoista kootaan yksi yhteinen teksti, joko uusi biisi, runo, haiku tai kertomus. Jokainen osallistuu ja tuotos tehdään yhteistyössä.



7. FIILISKORTIT

TAVOITTEET

- Tunneilmaisu kuvallisesti
- Tunteiden tunnistaminen ja pohtiminen

VALMISTELU JA TARVIKKEET

Korttipohjakartontkia A5-koossa jokaiselle osallistujalle yksi, sakset ja liimaa, aikakausi- ja sanomalehtiä, musta paksu tussi, erilaisia piirustus- ja maalausvälineitä

Ihmishahmot puussa (liite 6) ja tunnearkit (liite 7).

ALOITUS

Ryhmän alussa ohjaaja voi kertoa mitä ovat tunteet ja millainen merkitys niillä on. Esimerkiksi seuraavia asioita:

- Tunteet ovat spontaaneja ja ohimeneviä reaktioita johonkin ulkoiseen tai sisäiseen ärsykkeeseen
- Tunteet vaikuttavat mielialaan, tuntuvat kehossa ja ohjaavat toimimaan ja vaikuttavat näin hyvinvointiin
- Tunteeseen voi liittyä joukko muita tunteita, esimerkiksi vihan takana voi olla ahdistusta, hämmennystä tai pettymystä
- Kaikki tunteet ovat tärkeitä, kielteisten tunteiden sijaan voidaan puhua vaikeista tunteista
- Tunteet kertovat meille jotain ja on hyvä pysähtyä miettimään mitä niihin liittyy, näin voi oppia ymmärtämään itseään paremmin
- Kun sallii itselleen kaikki tunteet, voi paremmin hyväksyä itsensä sellaisena kuin on
- Ymmärrystä tunteista voi lisätä esimerkiksi piirtämällä tai muuten visualisoimalla koettuja tunteita

Hahmot puussa

Lämmittelyharjoituksena osallistujat värittävät Ihmishahmot puussa -monisteesta omaan tunnetilaansa parhaiten sopivan hahmon. Osallistuja voi myös piirtää oman hahmon, jos valmiista ei löydy sopivaa. Käydään läpi osallistujien valitsemat hahmot ja päivän tunnelmat.

TOIMINTA

Tunneasematyöskentely

Ohjaaja vie eri puolille tilaa A4-kokoiset tunnearkit (viha, suru, ilo, pelko ja rakkaus), joissa on perustunteeseen liittyviä tunnekokemuksia ja näihin liittyviä kysymyksiä. Ohjaaja voi laittaa taustamusiikin soimaan, jonka jälkeen osallistujat lähtevät kiertämään eri tunnepisteitä haluamassaan järjestyksessä.

Tunnepisteellä osallistuja valitsee listasta jonkun tutun tunnekokemuksen ja pohtii vastauksia arkilla oleviin kysymyksiin. Tämän jälkeen osallistuja jatkaa seuraavalle pisteelle. Osallistuja kiertää tilassa, kunnes on käynyt kaikki viisi pistettä läpi.

Kokoonnutaan yhteen ja keskustellaan tehtävän aikana heränneistä ajatuksista. Oliko kysymyksiin helppo vastata? Oliko tunnekokemuksen löytäminen vaikeaa? Mitä hyötyä erilaisten tunteiden tunnistamisesta on? Ohjaaja voi tuoda esiin myös tässä yhteydessä tunteisiin ja niiden käsittelyn tärkeyteen liittyviä asioita.

Seuraavaksi jokainen osallistuja valitsee tunnearkeista yhden tunnekokemuksen, josta haluaa valmistaa oman fiiliskortin.

Fiiliskorttien valmistus

Osallistujat valmistavat oman fiiliskortin valitsemallaan tekniikalla korttipohjille. Toiminta aloitetaan kirjoittamalla valittu tunnekokemus korttiin selkeästi mustalla tussilla. Toinen puoli kortista on kuvapuoli, jonka osallistuja valmistaa haluamallaan tekniikalla. Ohjaajan on hyvä painottaa, että kuva saa olla esittävä tai abstrakti ja tekijänsä senhetkisen mielikuvan mukainen. Tuotoksen ei tarvitse olla osallistujan lopullinen tai pysyvä mielipide tunnekokemuksesta - tänään kuva voi olla tällainen ja huomenna se voisi olla ihan erilainen. Kuvana voi olla pelkkä muoto, väri tai pinta. Tekotapana voi käyttää kuvakollaasia ja sekatekniikkaa. Kuvaan voi yhdistää myös tekstiä. Ohjaaja voi näyttää esimerkkinä aiemmin tehtyjä kortteja.

LOPETUS

Lopuksi kortit kerätään pöydälle ja niistä keskustellaan ryhmässä. Kortin tekijä voi halutessaan kertoa tuotoksestaan ja muilta osallistujilta voidaan kysyä, mitä ajatuksia kuva heissä herättää.

MUUTA HUOMIOITAVAA

Ryhmässä valmistettuja kortteja voi nuoren suostumuksella kerätä talteen ja hyödyntää myös muissa ryhmissä. Tunnekorttien sijaan ryhmässä voidaan valmistaa myös vahvuus- tai voimavarakortteja. Tällöin ryhmän muut osiot tulee miettiä uuden teeman mukaisiksi.

Vaihtoehto toiminnalle

Tunneasema-harjoitus voidaan toteuttaa myös pohtimalla tunnearkkeja yhdessä koko ryhmän kesken joko tunneasemilla kiertäen tai pöydän ääressä.



8. VOIMAVARAPELI

TAVOITTEET

- Itselle tärkeiden asioiden ja omien voimavarojen tunnistaminen
- Omien arvojen pohtiminen

VALMISTELU JA TARVIKKEET

Yksi tyhjä A4-paperi ja yksi pieni kartonki per osallistuja. Erilaisia kyniä kirjoittamista ja piirtämistä varten (tusseja, puuvärejä).

Yksi viivoitettu A4-arkki per osallistuja (liite 8).

ALOITUS

Toimintakerran alussa ohjaajan voi olla hyvä avata muutamalla lauseella mitä arvot ovat. Arvoista voi kertoa esimerkiksi:

- Arvot ovat uskomuksia ja käsityksiä hyvinä pidetyistä asioista
- Kun tietää mikä on itselle tärkeää, on helpompi tavoitella itselle tärkeitä päämääriä
- Arvot voivat muuttua elämän aikana
- Arvot tulevat konkreettiseksi toiminnassa ja siksi niiden välinen ristiriita tai arvojen tiedostamattomuus voi aiheuttaa vaikeuksia toiminnalle
- Arvojen muutos muuttaa yleensä myös tapoja ja toimintaa
- Myös ympäristö vaikuttaa arvoihin, mutta jokainen valitsee lopulta arvonsa itse
- Arvot voidaan jakaa muun muassa esteettisiin arvoihin (mm. kauneus), hedonistisiin arvoihin (mm. mielihyvä) tai oikeusarvoihin (mm. tasa-arvo)

Autiolle saarelle -harjoitus

Jokainen osallistuja miettii ja listaa A4-kokoiselle paperille 7 asiaa, jotka haluaa ottaa mukaan autiolle saarelle.

Muodostetaan kaksi ryhmää tai työskennellään koko ryhmässä. Kerrotaan osallistujille, että vene, jolla mennään autiolle saarelle, on pieni ja rannassa huomataan, että mukaan voidaan ottaa yhteensä vain 10 tavaraa. Ryhmä tekee yhteisen listan mukaan otettavista tavaroista. Ryhmä tai ryhmät esittelevät listansa ja kertovat mitä päättivät ottaa mukaan. Yhdessä voidaan miettiä, mitä arvoja näihin tavaroihin liittyy.

TOIMINTA

Osallistujille jaetaan viivoitettu A4-arkki, josta he leikkaavat itselleen 25 tyhjää lappua viivoja pitkin. Laput jaetaan viiden kappaleen nippuihin ja ohjaaja kertoo nippu kerrallaan, mitä lapuille kirjoitetaan. Kunkin viiden lapun nipun kirjoittamiseen on hyvä varata aikaa riittävästi, noin 1-2 minuuttia.

Nippujen lapuille kirjoitetaan seuraavat asiat:

- **5 esinettä tai tavaraa**, joita ilman ei voi tulla toimeen
- **5 ominaisuutta, luonteenpiirrettä tai taitoa**, joita itsessäsi arvostat eniten
- **5 ihmistä**, joiden haluaisit aina olevan mukana elämässäsi
- **5 arvoa**, joita pidät itsellesi tärkeimpinä
- **5 unelmaa**, jotka voivat liittyä joko tähän hetkeen tai tulevaisuuteen

Seuraavaksi osallistujat levittävät laput eteensä pöydälle. Ohjaaja sanoo, että näistä kaikista kahdestakymmenestäviidestä lapusta otetaan mitkä tahansa viisi vähiten tärkeää pois nopeasti, liioja miettimättä. Aikaa lappujen poistamiseen annetaan esimerkiksi viisitoista sekuntia. Otetaan aina kerrallaan viisi vähiten tärkeää pois, kunnes jäljelle jää viisi lappua. Nämä viisi jäljelle jäänyttä ovat osallistujan voimavaroja.

LOPETUS

Lopuksi osallistuja piirtää paperille oman käden ääriiviivat ja kirjoittaa nämä viisi jäljelle jäänyttä asiaa kuhunkin sormeen. Osallistujat voivat halutessaan esitellä omat voimavaransa ja samalla käydään, läpi mitä ajatuksia tekeminen herätti.

- Oliko valitseminen vaikeaa?
- Jos saisit valita vielä yhden voimavarakijän, mikä se olisi?
- Millä perusteella teit valinnat?
- Näyttääkö "voimavarakäsi" sellaiselta kuin haluaisit?

MUUTA HUOMIOITAVAA

Vaihtoehto toiminnalle

Lappujen leikkaamisen sijaan voidaan käyttää viivoitettua A4-arkkia, josta yliviivataan pois jäävät asiat viisi kerrallaan.

Toimintaan kuluva aika voi lyhentää vähentämällä lapuille kirjoitettavia asioita. Voidaan kirjoittaa ylös esimerkiksi viisi arvoa, viisi unelmaa ja viisi ominaisuutta, luonteenpiirrettä tai taitoa, joista jäljelle jää viisi voimavaraa.





Lähteet ja lisää tietoa

Aalto, M. 2014. Minusta meiksi. My Generation.

Blomqvist, K. 2010. Omin jaloin –menetelmän ja siinä käytettävien kirjallisten tehtävien kehittäminen Lohjan kaupungin erityisnuorisotyössä. YAMK-opinnäytetyö, Diakonia-ammattikorkeakoulu. Saatavissa: https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/23543/Blomqvist_Kati.pdf?sequence=1

Hallas, U. & Sihvola, S. 2015. Omakuva N.Y.T. Luonnoskirja. FinFami Uusimaa ry. Saatavissa: <http://www.otu.fi/images/pdf/aineistopankki/loppuraportit/luonnoskirjaomakuvanyt.pdf>

Irti Huumeista ry. Saatavissa: http://www.irtihuumeista.fi/tietoa_ja_tukea/huumausaineet_ja_huumeista

Karkkulainen M., Ala-Vannesluoma T., Airaksinen R., Kastu R. & Pirhonen P. 2015. Toimii! Hoitajan opas luoviin menetelmiin. Helsinki: Edita Publishing Oy.

MAST ryhmäyttämispas. Saatavissa: <http://www.mastohjaus.fi/pdf/Ryhmayttamisopas.pdf>

MLL. Nuortennetti. <http://www.mll.fi/nuortennetti/paihteet/alkoholi/terveysvaikutukset/>
Alko. Saatavissa: <http://www.alko.fi/vastuullisuus/alkoholi-ja-terveys/haitat-muille/nuoret-ja-alkoholi/>

MLL. 2008. Tunteella. Tukioppilastoiminnan koulutusmateriaali tunteista ja niiden ilmaisemisesta. Saatavissa: <http://mll-fi-bin.directo.fi/@Bin/3f1c3ebb1329d929957a04f2cf3541bd/1470815587/application/pdf/3115785/MLL%20tuki%20Tunteella%20lowres.pdf>

Nyyti ry. 2016. Ole oman elämäsi tähti! Opiskelijan opas elämäntaidoista. Saatavissa: https://issuu.com/nyytiry/docs/ole_oman_el_m_si_t_hti

Päihdelinkki. Saatavissa: <http://www.paihdelinkki.fi/fi/tietopankki/pikatieto> ja <http://www.paihdelinkki.fi/fi/tietopankki/tietoiskut/alkoholi/yleisimpien-laakkeiden-ja-alkoholin-yhteiskaytto>

Suomen Mielenterveysseura. Millaisia asioita arvostan? Saatavissa: <http://www.mielenterveysseura.fi/fi/mielenterveys/itsetuntemus/millaisia-asioita-arvostan>

Valkeapää, M. 2011. Pomppivat pavut. Helsinki: Lasten Keskus.

Voikukkia-hanke. Saatavissa: http://www.voikukkia.fi/images/kuvapankki/materiaalit/Toiminnalliset_menetelm%C3%A4t_hahmot_puussa.pdf

TYYPIN TARINA ROOLIHARJOITUKSEEN

_____ on 16-vuotias. Hän opiskelee _____.

(Tyypin nimi)

(mitä opiskelee)

Opiskelu sujuu _____. Hän asuu _____.

(miten sujuu)

(missä ja kenen kanssa)

_____. Hänen lähipiiriinsä kuuluu _____.

_____. Vapaa-ajallaan hän _____.

(ketä kuuluu lähipiiriin)

(harrastukset/ muu)

_____. Lisäksi hän on kiinnostunut _____.

_____. Hän käyttää _____.

(kiinnostuksen kohteet)

(mitä päihteitä)

_____. Päihteitä hän käyttää _____.

(kuinka usein)

_____. Päihteitä hän käyttää, koska _____.

(kenen kanssa)

_____. Niiden käyttö mietityttää, koska _____.

_____ päihteiden käytöstä ollaan montaa mieltä, jonkun mielestä käyttöä tulisi jatkaa,

(Tyypin nimi)

ja toiset ovat siitä huolissaan. Ketkä kaikki haluavat sanoa jotain _____ päihteiden

(Tyypin nimi)

käytöstä ja mitä he voisivat siitä kommentoida. Miksi käyttää, miksi ei?

VETELÄ

YLIAKTIIVINEN

LEVOTON

RENTO

VÄSYNYT

PAINAVA

KEVYT

VILUINEN

ITSEVARMA

VAHVA

PITKÄ

NÄKYMÄTÖN

PÄIHTYNYT

YLPEÄ

VANHA

AHDISTUNUT

JÄYKKÄ

INNOSTUNUT

ALKOHOLIN

Mahdolliset vaikutukset

- pahoinvointi ja oksentelu
- kömpelvyys
- reagoitavuuden alentuminen ja onnettomuusriskin kasvaminen
- sammaltava puhe
- arvostelukykyyn lasku
- heikentää ajattelua ja havaintotoimintoja, muun muassa muistia
- poistaa nestettä kehosta, seurauksena voi olla nestehukka → päänsärky ja väsymys
- vatsavaivat, koska vatsahappoa erittyy enemmän
- suuret alkoholimaukset vaikuttavat esim. hengityksen säätelyyn
- sammuminen
- vähäinen määrä virkistää sekä kohottaa mielialaa
- vähentää estoja
- alkoholimyrkytys → allampöisyys, hengityksen lamaantuminen, sydämen pysähtyminen, tajuttomuus, oksennukseen tulkehtuminen

PITKÄAIKAISVAIKUTUKSET

- muutokset aivoissa ← tuhoaa aivosoluja, oppimisvaikeudet, muistihäiriöt, ärtyneisyys ja keskittymiskyvyttömyys, mielihyväkselyn kehityksen häiriöt
- haima ja maksasairaudet → nuoren alkoholinikäyttö saattaa aiheuttaa jo muutamassa kuukaudessa maksa- ja haimasairaudet, jotka aikuisille syntyvät vasta vuosien juomisesta
- kaikkien syöpien riski kasvaa
- heikentää ravinnon imeytymistä → aliravitsemus
- osteoporoosi eli luukato
- hormonihäiriöt → esim. murrosiän viivästyminen ja vaikutukset seksuaalisuuteen
- delirium eli juoppohulluus → kouristukset, sekavuus ja aistiharhat, vapina, hikoilu, sydämentykytys
- aiheuttaa voimakasta fyysistä ja psyykkistä riippuvuutta

KANNABIKSEN

Mahdolliset vaikutukset

- aistikokemukset korostuvat → aistiharhat ja sekavuus
- piristävää ja lamauttavaa vaikutuksia
- vaikuttaa mielenliian ja tajuntaan
- mielihyvän tunne ja puhellisuus
- renouttaa
- sekavuus, ahdistus, harhat, parillikkohätkäiset, psyykoottiset häiriöt
- pulssin kiihtyminen → vaikuttaa verenpaineeseen
- silmien veresyys, suun ja nielun kuivuminen sekä yskä
- koordinaation ja reaktiokykyyn heikkeneminen → ajan, paikan, nopeuden ja etäisyyden arvioinnin heikentyminen
- estojen katoaminen
- huimaus
- voimakas makeanhimo
- lähimuistihäiriö huononeminen

PITKÄAIKAISVAIKUTUKSET

- väsymys
 - lisää riskiä sairastua mielialahäiriöihin (esim. masennus ja ahdistuneisuus)
 - psykoosin ja skitsofrenian riskin kasvu
 - muistongelmat ja keskittymiskykyyn heikkeneminen
 - henkisen kehityksen hidastuminen
 - vuorovaikutustaitojen heikkeneminen
 - välitöntämättömyys, passiivisuus, ärsyyntyneisyys
 - hormonaaliset muutokset ja seksuaalisen halun väheneminen
 - aiheuttaa psyykkistä ja fyysistä riippuvuutta
- Polettaessa kannabis lisää myös:**
- suun, kurkunpään ja nielun syöpäriskiä
 - limakalvon tulehduksia
 - kroonisia keuhkoputken tulehduksia, yskää ja keuhkokuumeentumia.
 - hengitysteiden sairauksien ja keuhkosyövän riskiä, sillä kannabissavun sisältäät terävästi huomattavasti enemmän kuin tavallinen tupakka

OPIAATTIEN

mm. heronni ja byprenofini mahdolliset vaikutukset

- lamaavat keskushermostoa
- nopea mielihyvän tunne
- rauhoittaa tai aktivoi
- pahoinvointi
- ihon kutina ja poltto
- hengityksen hidastuminen ja pulssin lasku
- yliannostuksen riski suuri, hengitys- ja sydänpysähdys.
- liikkeiden hidastuminen ja sammaltava puhe
- pupillien pienentyminen
- sekavuus, levottomuus
- unisuus
- piittaamattomuus, apatia

PITKÄAIKAISVAIKUTUKSET

- suonenisäisesti käytettynä infektiot ja tulehdukset esim. hepatiitti, hiv ja verenmyrkytys
- vaurioittaa ja tukkii verisuonia
- maksa ja munuaisvauriot
- verisuonten, sydämen ja ihon alueen tulehdukset
- keuhkokuume
- nivel tulehdukset
- erittäin voimakas psyykinen ja fyysinen riippuvuus sekä siihen liittyvä elämäntavan hallittisuus

STIMULANTTIEN

mm. gnyfetamiini ja ekstaasi mahdolliset vaikutukset

- kiihdyttävät elimistön eri alueiden toimintaa vaikuttamalla keskushermoston välittäjäaineisiin
- vapina ja suun kuivuminen
- sydämen toiminnan kiihtyminen, verenpaine ja pulssin nousu
- lämmönsäätelyn häiriöt, kehon lämpötilan kohoaminen
- lihaskrampit
- ruokahaluttomuus
- euforia ja itsevarmuuden lisääntyminen, piristytminen
- unettomuus
- sekavuus, levottomuus
- aistiharhat
- Aggressiivinen käyttäytyminen
- yliannostus → verenpaineen nousu, sydämen pysähtyminen, kouristukset, rintakipu, tajuttomuus, aivoverenvuoto

PITKÄAIKAISVAIKUTUKSET

- amfetamiinipsykoosi
- persoonallisuuden muutokset
- pelkotilat, aist- ja vainoharhat
- mielialahäiriöt esim. masennus ja ahdistuneisuus
- suonenisäisesti käytettynä infektiot ja tulehdukset esim. hepatiitti, hiv ja verenmyrkytys
- vastustuskyvyn heikkeneminen
- aivotoinnan häiriöt ja pysyvät keskushermoston muutokset
- ruokahaluttomuus → laihduttuminen ja aliravitsemus
- voimakas fyysinen ja erityisesti psyykinen riippuvuus

ALKOHOLIN JA LÄÄKKEIDEN

SEKÄKÄYTÖN MAHDOLLISET VAIKUTUKSET

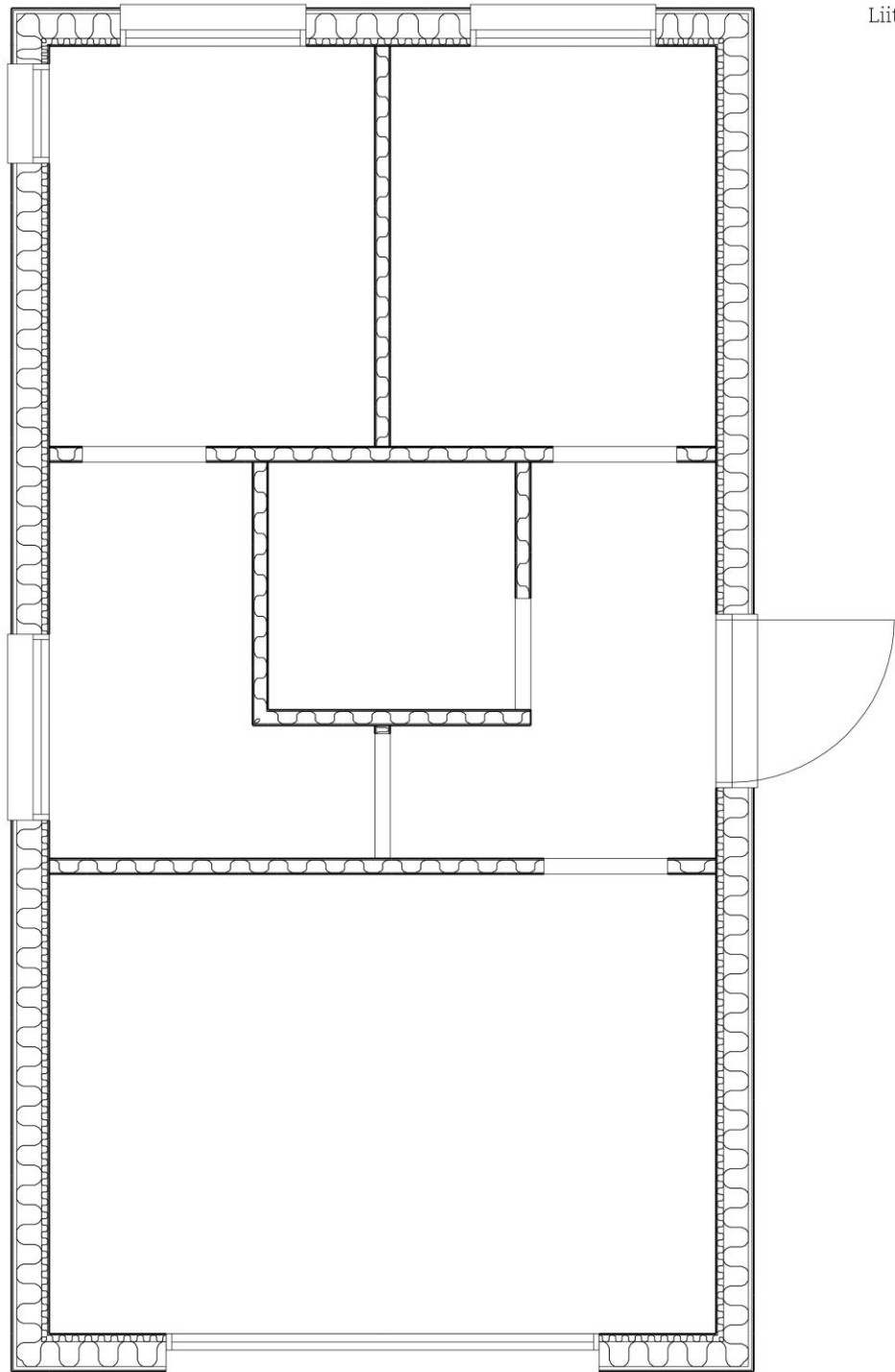
- käytön välittömät vaikutukset riippuvat käytettävästä lääkkeestä
- yhteisvaikutukset arvaamattomia tai tuntemattomia
- keskuhermoston ja hengityksen lamaantumisen
- unen laatu heikkenee ja väsymys lisääntyy
- maksavauriot ja ruoansulatuskanavan vauriot
- masennus ja mielialaoireiden pahentuminen
- koordinaatiohäiriöt
- päihteiden yhteisvaikutuksesta käytetyn lääkkeen vaikutus voi muuttua
- myrkytysriski
- tapaturmanriski kasvaa
- jännityksen ja ahdistuksen lieveneminen
- lihasten rentoutuminen

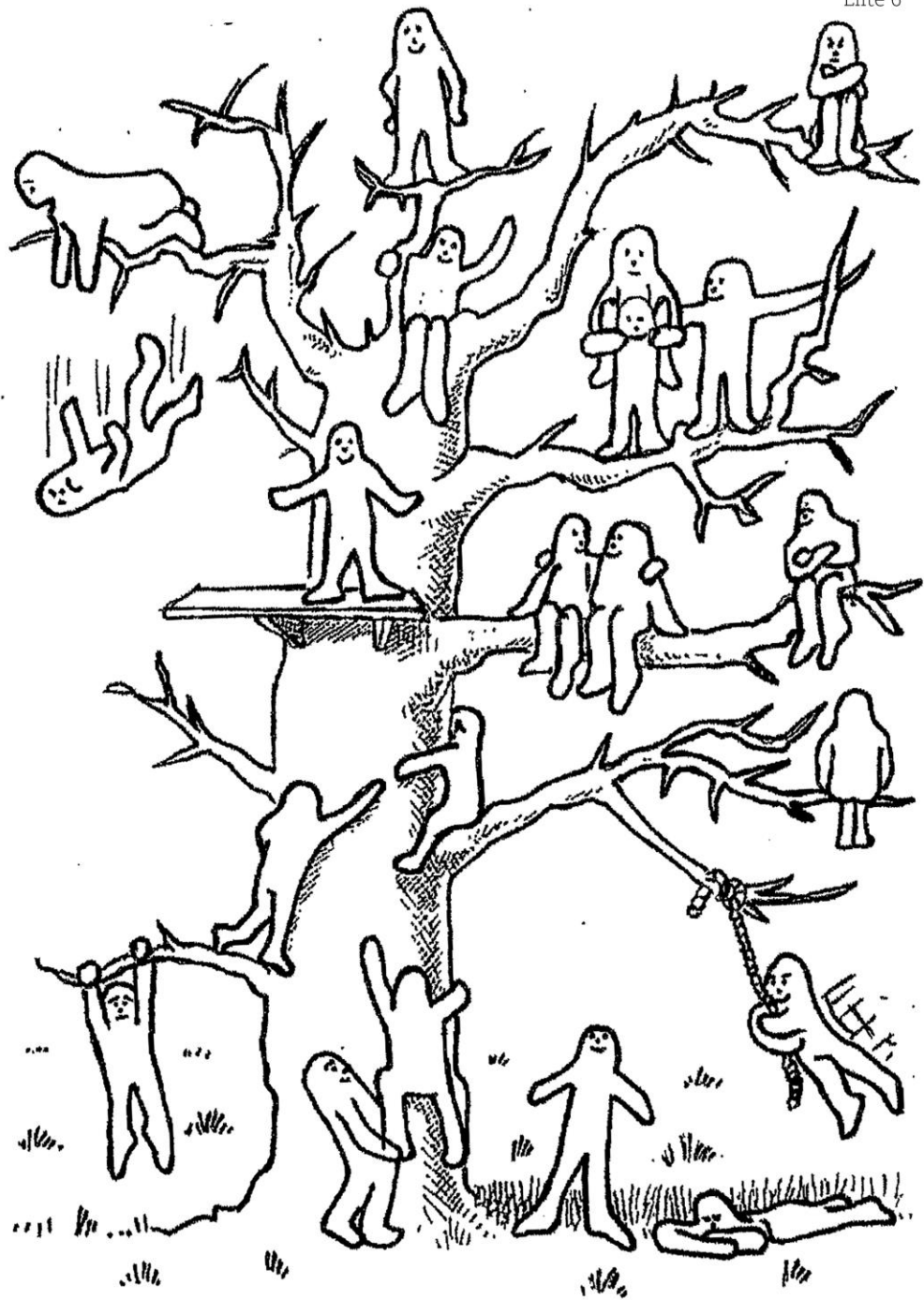
PITKÄKAISAVAIKUTUKSET

- ahdistuneisuus, paniikkierokkyys, masennus
- lihasjännitys tai lihasspeikkous
- tasapainohäiriöt
- muistin ja keskittymiskyvyn häiriöt
- kivut, vatsavaivat, impotenssi
- päihdyttävien aineiden sekäkäyttö vaikeuttaa aineista irrtä pääsyä sekä lisää tapaturmia ja kuoleman riskiä



Liite 5







Valitse listasta yksi tunne, jota haluat nyt tutkia.

- Muistele tilannetta, jossa koit tämän tunteen vahvasti.
- Miltä tunne tuntui kehossasi?

kaipaus
surullinen
murheellinen
masentunut
itkuinen
ahdistunut
SURU
turta
synkkä
alakuoloinen
alavireinen
ikävyystynyt
allapäin
tuskaainen
harmistunut
haikea

Valitse listasta yksi tunne, jota haluat nyt tutkia.

- Miten tämä tunne näkyy sinussa ulospäin?
- Jos tunne olisi esine, minkä muotoinen, värinen ja kokoinen se olisi? Entä mitä materiaalia se olisi?

hellä ikävoivä
kiintynyt rakastunut välittävä
RAKKAUS
haaveileva ihastunut rakastava
intohimoinen innostunut
toiveikas energinen
mustasukkainen
empaattinen

Valitse listasta yksi tunne, jota haluat nyt tutkia.

- Missä kohtaa kehoa tämä tunne tuntuu?
- Miten tämä tunne sinuun vaikuttaa?

arka
vauhko

pakokauhuinen

huolestunut
pelokas

PELKO

paniikki

pelästynyt

kauhistunut
avuton

epävarma
hämmästynyt

säikähtänyt

vetäytyvä

Valitse listasta yksi tunne, jota haluat nyt tutkia.

- Minkä ilmeen antaisit tälle tunteelle? Piirrä ilme erilliselle paperille.

inhoava
raivostunut

kostonhaluinen
pettynyt
kiukkuinen

äreä **VIHA**

tympäännytynyt taistelunhaluinen
kiihastunut

uhmakas
vastustushaluinen loukkaantunut

väliinpitämätön aggressiivinen

Valitse listasta yksi tunne, jota haluat nyt tutkia.

- Miten ilmaiset tätä tunnetta?
- Miten käsittelet tätä tunnetta?



LIITE 8. Saatekirje oppaan palautteeseen

19.8.2016

Hei!

Ohessa opinnäytetyönämme laatima Ryhmätoimintaa nuorille –opas. Opas on tulossa myöhemmin myös A-klinikkasäätiön intraverkkoon. Toivoisimme saavamme oppaasta palautetta, joka on osa toiminnallisen opinnäytetyömme arviointia. Ohessa palautelomakkeita ja vastauskuori. Palautetta voit antaa 5.9. saakka.

Opinnäytetyön julkaisuseminaari on 5.10.2016 Lahden ammattikorkeakoulun Hoitajankadun toimipisteessä.

Kiitos hyvin sujuneesta yhteistyöstä!

Terveisin,

Pia Rautio, Terhi Vanha-aho ja Kaisa Vihreälehto

LIITE 9. Palautelomake oppaasta

PALAUTETTA OPPAASTA – vastaathan 5.9. mennessä

Oppaan hyödynnettävyys

Oppaan selkeys ja käytettävyys

Oppaan ulkoasu

Muuta palautetta tekijöille
