



Socca

Pääkaupunkiseudun
sosiaalialan osaamiskeskus

VOIMAVARAISTAVAA SOSIAALITYÖTÄ RYHMÄSSÄ

Päivi Jouttimäki

Ote julkaisusta

Uudistuva ja voimaannuttava aikuissosiaalityö
Visio vahvasta aikuissosiaalityöstä
-hankkeen loppuraportti

Päivi Jouttimäki, Saija Kangas ja Erja Saurama
(toim.)

Soccan työpapereita 2011:1

4. VOIMAVARAISTAVAA SOSIAALITYÖTÄ RYHMÄSSÄ

Päivi Jouttimäki

4.1 Lähtökohtia ryhmämuotoiselle sosiaalityölle

Sosiaalityötä ryhmässä yksilökohtaisen työskentelyn sijaan – ajatus ryhmämuotoisen sosiaalityön kokeilusta lähti liikkeelle Helsingin yliopiston sosiaalityöiden laitoksen professori Erja Sauraman sekä Pääkaupunkiseudun sosiaalialan osaamiskeskuksen Soccan ja Heikki Waris -instituutin kehittävien sosiaalityöntekijöiden Saija Kankaan ja Hanna Liikasen yhteisistä keskusteluista alkuvuodesta 2011.

Idea sosiaaliaseman asiakkaille tarkoitetuista sosiaalityön ryhmistä juontaa juurensa kuitenkin jo kauempaa; läntisen sosiaaliaseman Visio vahvasta aikuissosiaalityöstä (VIVA) -hankkeen hankesuunnitelman alkumetreiltä vuoden 2009 loppupuolelta alkaen. Johtava sosiaalityöntekijä Kaija Mannerström oli ehdottanut ryhmämuotoista sosiaalityötä erityisesti uusille asiakkaille. Erja Saurama kuitenkin nosti ryhmäsosiaalityön ajatuksen uudelleen pintaan ja toimi varsinaisena innoittajana tälle kokeilulle VIVA-hankkeen puitteissa. Kehittävillä sosiaalityöntekijöillä oli mahdollista hyödyntää hankeaikaa käytäntötutkimuksen tekemiseen etsimällä uusia tapoja lisätä työn vaikuttavuutta aktivoimalla asiakkaita. Lähtökohtana ryhmätyöskentelyn kehittämiseksi oli halu tarjota asiakkaille vaihtoehtoja erilaisista palvelutavoista, tavoitteena sosiaalityön palveluiden parantaminen. VIVA-hankkeen Elämäni kuvat -ryhmää voidaankin ajatella eräänlaisena aikuissosiaalityön kehittämisen yhteydessä syntyneenä käytäntötutkimuksena tavoitteenaan etsiä uudenlaisia tapoja tehdä sosiaalityötä.

Osallistumiseen aktivoimalla ja elämän hallinnan parantamiseen pyrkivällä sosiaalityöllä on pitkä perinne. Jane Addamsia, joka teki urauurtavaa työtä settlementiliikkeen parissa, voidaan pitää yhteisöllisen ja toiminnallisen työotteen kehittäjänä sosiaalityössä. (Niemelä 2009, 228.) Ryhmien käyttö sosiaalityön menetelmänä juontaa siten juurensa jo kaukaa. Esimerkiksi Suomen päihdehuoltoon A-klinikoille on ryhmämuotoinen työskentely rantautunut 1950-luvulla. Päihdetyön ryhmien lisäksi hyviä ryhmätyön esimerkkejä sosiaalityössä ovat lastensuojelun vanhempien vertaisryhmät, lapsi-äiti-ryhmät, monikulttuurisuus- ja vähemmistöryhmät, työhallinnon ryhmät sekä Internet-pohjaiset vertaisryhmät. Ryhmätyö on päämäärään suuntautunut väline, jossa käytetään ihmisen sosiaalista olemusta yksilön, ryhmän, yhteisön ja yhteiskunnallisten asioiden, myös ongelmien, ratkaisuun. Postmodernissa yhteiskunnassa ryhmätyö toimii yhteisöllisyyden rakentamisen välineenä. Sen erityinen merkitys on yksilön ja yhteisön välisen dikotomian ylittämässä. Ryhmätyöllä on merkitystä lisäksi myös työntekijöiden työkykyisyyden ylläpitämisen, vahvistamisen ja kehittämisen alueella. (Rantalaiho 2011) Sosiaalityön ryhmätoimintaan liittyvää

tutkimusta, dokumentointia ja arviointia löytyy Suomesta vain vähän. Silloinkin kyseessä on useimmiten lastensuojelun lapsille ja nuorille järjestettävän ryhmätoiminnan käytäntötutkimuksia ja kuvauksia (esim. Heikkinen, Levamo, Parviainen & Savolainen 2007). Aikuissosiaalityön puolelta ryhmätoiminnasta on vaikeampi löytää julkaistua tietoa.

Sosiaalialalla ryhmätoimintaa asiakkaille on useimmiten järjestetty yksityisen sektorin taholta. Kuntien sosiaalitoimissa aikuissosiaalityössä on pitkään tehty pääsääntöisesti yksilökohtaista asiakastyötä. Kuntien aikuissosiaalityössä on saattanut olla yksittäisiä ryhmäkokeiluja, harvemmin kuitenkaan osana jatkuvaa vakituista toimintaa. Helsingissä läntisen sosiaalikeskuksen alueella on vuosina 2002–2004 toteutettu Pyörre-projekti, jossa kehitettiin ryhmämuotoisen kuntouttavan sosiaalityön työmallia järjestämällä sosiaalisen kuntoutuksen kurseja työelämästä syrjäytyneille pitkäaikaistyöttömille (Kuusela 2004). Valitettavan usein uudenlaiset työmallit ja niiden käyttö lakkautuvat, kun määräaikaiset hankkeet päättyvät. Näin on käynyt myös Pyörre-kurseille, vaikka niiden vaikuttavuutta ja voimaannuttamista arvioitiin asiakkaille hyödylliseksi. Läntisellä sosiaalialalla on osana nuorten asiakkaiden tiimin perustyötä kokeiltu myös 18-30 –vuotiaille nuorille järjestettyä ryhmätoimintaa kevään 2010 Nixit (Omat asiat kuntoon) -kurssilla. Kurssilla yhdistyi toiminnallinen tekeminen sekä asiapitoisten infotilaisuuksien tarjoaminen. Kurssin asiapitoisuus liittyi muun muassa raha-asioihin ja velkaneuvontaan, työnhakuun ja työvalmennukseen, omiin voimavaroihin ja vahvuuksiin sekä pelkojen voittamiseen. Kokeilu on toistaiseksi jäänyt kertaluontoiseksi. 2000-luvun loppupuolella ja 2010-luvun alkupuolella näyttäisi ryhmämuotoinen työskentely ja oppiminen jälleen trendinä lisääntyneen, ei vain sosiaalialalla vaan laajemminkin yhteiskunnassa. Onkin mielenkiintoista nähdä, jääkö kiinnostus ryhmiä kohtaan vain väliaikaiseksi ilmiöksi vai onko ryhmätoiminta tullut pysyvämmiin jäädäkseen.

Tehokkuuden ja New public management (NPM) -tyyppisten vaatimusten kasvaessa yhteiskunnassa myös sosiaalityölle asetetaan yhä enemmän vaateita. Ryhmäsosiaalityökin voidaan nähdä osana tehokkuus- ja tuloksellisuusajattelua. Ryhmätapaamisten voi olettaa olevan ajankäytöllisesti tehokkaampia kuin yksilötapaamisten (tämä sillä oletuksella, että ryhmäläiset eivät tarvitse ryhmän lisäksi sosiaalityöntekijän yksilötapaamisia). Ryhmätyöskentelyn ehkä odotetaan myös olevan vaikuttavampaa kuin yksilökohtaisen työskentelyn. Intensiivinen työskentely ryhmän aikana voi olla tehokkaampaa kuin yksittäiset harvemmin tapahtuvat yksilötapaamiset. Ryhmille asetetaan odotuksia myös ryhmäläisten aktivoimiseen ja tilanteen mahdolliseen muutokseen ryhmän aikana tai sen jälkeen. Lisäksi ryhmäläisten toivotaan löytävän mahdollisesti vertaistukea ja uusia sosiaalisia kontakteja muista ryhmäläisistä. Ryhmien erilainen, usein luova ja toiminnallinen työskentelytapa voi myös voimavaraistaa ryhmäläisiä.

Opetus- ja kulttuuriministeriön selonteon mukaan taide ja kulttuuri ovat ihmisenä olemisen itseisarvoisia ja välttämättömiä perusasioita. Niiden sisällöt tuottavat edellytykset hyvälle elämälle ja

yhteisöjen hyvinvoinnille. Taiteen ja kulttuurin laaja-alainen merkitys ihmisen perustarpeena vahvistuu edelleen tulevaisuudessa. Yhteisiä rajapintoja taiteen ja kulttuurin alojen sekä yhteiskuntapolitiikan eri sektoreiden kanssa ovat esimerkiksi taiteen ja kulttuurin hyvinvointivaikutukset, viestintä, kriisitilanteisiin varautuminen, vähemmistökysymykset, monikulttuurisuus, syrjäytymisen ehkäisy, tapakulttuuri sekä taide & tiede -konseptit. Yhteiskuntapolitiikassa ei kuitenkaan vielä täysin tunnisteta taiteen ja kulttuurin kokonaisvaikuttavuutta. (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2010, 3–4).

Hanna-Liisa Liikanen toteaa väitöskirjassaan, että taide- ja kulttuuritoiminnan integroiminen suomalaisen sosiaali- ja terveydenhuollon palveluihin ei ole toteutunut. Joitakin esimerkkejä erillisistä projekteista ja kehittämishankkeista löytyy, mutta ne ovat usein ajallisesti ja paikallisesti rajattuja. (Liikanen 2002). Opetusministeriön toimintaohjelmaehdotukseen sisältyvän toimenpideehdotuksen mukaan kulttuuritoimintaa ja taidelähtöisiä menetelmiä tulisi integroida osaksi lastensuojelua, nuoriso- ja sosiaalityötä, vanhuspalveluja, terveydenhuoltoa, kuntoutuspalveluja, koulujen opetusta sekä maahanmuuttajien kotouttamista. Kulttuuritoiminnan ja taidelähtöisten menetelmien tarpeen todetaan lisääntyvän yhteiskunnan muutoksessa sekä erilaisten hoito- ja ongelmatilanteiden monimutkaistuesssa. Sosiaali- ja terveydenhuollonkin asiakkaisissa on ihmisiä, joiden auttaminen psykososiaalisten ongelmien kierteestä ei onnistu kaikilta osin perinteisin keinoin. Uusia kulttuurisia menetelmiä, yhteisötaidetta ja kädentöitä tulisikin hyödyntää ja kehittää mm. syrjäytymisen ehkäisemiseksi lasten ja nuorten, työikäisten ja ikäihmisten parissa sekä lomautettujen ja työttömiksi joutuneiden osallisuuden lisäämiseksi ja toimintakyvyn ja työkyvyn vahvistamiseksi. (Liikanen 2010, 19.)

Jane Addamsin setlementtityössä kulttuurityö oli sosiaalityön liittolainen, ja taide antoi sosiaalityölle toiminnallisen luonteen (Toikko 2005, 105). Tällä hetkellä erilaisia uudentyyppejä sosiaalityön menetelmällisiä suuntauksia taiteiden ja yhteisöllisyyden saralla kehitellään siellä täällä, kuten esimerkiksi Aikuissosiaalityön päivillä 19.1.2011 on esitelty (Aikuissosiaalityön päivät 2011). Kulttuurisia menetelmiä, esimerkiksi kuvia, taidetta ja elokuvia hyödynnetään välineinä myös erilaisissa terapioissa. Esimerkiksi elokuvaterapiassa elävää kuvaa käytetään hoidollisesti hyvinvointia lisäämään (Mäkipää 1996). Kuvataideterapiassa sen sijaan pyritään löytämään kuvissa elävä toivo ja uuden kasvun mahdollisuus (Kivelä 1992, 16). Valokuvaterapeuttisessa työskentelyssä käytetään ihmiselle merkityksellisiä valokuvia väylänä itsehavainnointiin, ymmärrykseen sekä muutokseen (Halkola, Mannermaa, Koffert & Koulu, 2009, 13).

Jo 1960-luvulta lähtien on kehitetty erilaisia menetelmiä, jotka hyödyntävät valokuvausta. Esimerkiksi vuonna 1968 ranskalainen Alain Baptiste ja Claire Belisle ovat julkaisseet kirjoituksia photolangage-menetelmästä, joka perustuu valokuvien katseluun, niistä puhumiseen ja tarinoiden kertomiseen. Menetelmän alkuperäinen tarkoitus oli auttaa aikuisia itseilmaisussa ja

kommunikoinnissa. Valokuvien avulla menetelmässä oli pyrkimys saada ihmiset ilmaisemaan jotain olennaista itsestään. Osallistujien odotettiin kertovan kuvista heidän omista henkilökohtaisista lähtökohdistaan käsin. Menetelmä osoittautui tehokkaaksi aikuisopetuksessa, ja sen käyttö on sittemmin laajentunut ja vakiintunut omaksi lajityypikseen. (Halkola ym. 2009, 183.)

Englannissa on jo vuosia järjestetty valokuvatyöskentelyyn keskittyviä ryhmiä marginaalissa eläville ihmisryhmille. Rekisteröity PhotoVoice (Osallistavaa Valokuvausta Sosiaaliseen Muutokseen) -hyväntekeväisyysyhdistys visioi maailmasta, jossa keneltäkään ei ole evätyä mahdollisuutta puhua ja tulla kuulluksi. PhotoVoicen tavoitteena on vahvistaa vähäosaisten ja marginalisoitujen yhteisöjen voimavaroja yhteistyössä heidän kanssaan käyttämällä innovatiivista osallistavan valokuvauksen ja digitaalisten kertomusten menetelmää, jotta heillä on mahdollisuus ilmaista itseään ja luoda välineitä etujensa ajamiseen sekä yhteyksiä myönteisen sosiaalisen muutoksen saavuttamiseen. PhotoVoice on metodiikka, joka rakentuu valokuvauksen voimaan ja potentiaaliin joustavana ja voimaannuttavana välineenä, joka on välitön, helposti saatavilla, terapeutinen, vaikuttava ja kommunikatiivinen. PhotoVoicen osallistava valokuvausmetodiikka pohjautuu yhteisövalokuvauksen kenttään, joka kehittyi Yhdysvalloissa ja Englannissa 1960-luvulta lähtien, sekä Paulo Freiren kriittisen pedagogiikan ja osallistavien menetelmien teoriaan, jonka vaikutus on ulottunut laajalle kansainvälisesti aina 1970-luvulta lähtien. (PhotoVoice 2011)

Osallistava valokuvaus luetaan kuuluvaksi projekteihin, joissa osallistujia tuetaan luomaan heidän omaa valokuvauksellista työtään; se on edistäjä, joka työskentelee usein marginalisoituneen tai vähäosaisen ryhmän kanssa ja opettaa heitä käyttämään kameraa tarkoituksena tukea heitä määrittämään, viestittämään ja parantamaan omaa tilannettaan. Osallistavan valokuvauksen harjoittajat käyttävät konseptia ja termiä ”photovoice” (”kuvan ääni”) laajasti. Termin keksivät 1990-luvun puolivälissä Michiganin yliopistossa Caroline C. Wang ja Mary Anne Burris, jotka kehittivät osallistavan valokuvauksen menetelmää yhteisökehittämisen välineeksi Kiinassa Yunnanin provinssissa. (PhotoVoice 2011)

PhotoVoicen alusta eli vuodesta 2000 lähtien on osallistavan valokuvauksen käyttö ja soveltaminen kasvanut nopeasti vaihtelevilla aloilla ja eri koulukunnissa toimivien harjoittajien kesken. Esimerkiksi valokuvaajat, tutkijat, kunnat, yhteisöt, nuoriso- ja järjestötyöntekijät ja osallistavat taiteilijat käyttävät näitä metodeja. Jokainen osallistavan valokuvan projekti on toteutettu sen omien erityispiirteiden ja tavoitteiden mukaan, jotka voivat vaihdella taiteellisesta, kouluttavasta, terapeutisesta, tutkimuskeskeisestä yhteisökehittämisestä politiikan muutokseen tai sosiaalisen aktivismin tarkoituksiin. Vaikka useat projektit jakavatkin samat juuret, eivät kaikki ”kuvan ääneen” viittaavat projektit ole erityisiä PhotoVoice-projekteja, joita johdettaisiin PhotoVoicen organisaatiosta. (PhotoVoice 2011)

Suomessa kaikki tietävät taide- ja sosiaalikasvattaja Miina Savolaisen lastenkotien tyttöjä kuvanneen ”Maailman ihanin tyttö” – valokuvateoksen, jossa lanseerattiin Voimauttavan valokuvan menetelmä (Savolainen 2008). Menetelmän mukaan valokuvaa voidaan käyttää yksilön ja erilaisten ryhmien voimautumisprosessin aikaansaajana. Menetelmä perustuu empowerment-käsitteen sisältöihin ja sen käyttö edellyttää itsemäärittelyn oikeuden sekä tasavertaisuuden lähtökohtien toteutumista (Voimauttavan valokuvan menetelmä 2011).

Aikaamme kuuluu runsas kuvien käyttö ja esittävyys (representatiivisuus) eri muodoissaan. Ihmisille on entistä tärkeämpää se, miltä asiat näyttävät; esimerkiksi tavaroiden ja viihde-elektronikan muotoilu ja ulkokuori vaikuttavat niiden myyntiin. Suomeen on viime vuosien aikana rantautunut yhä enemmän luksusmerkkien myyntiliikkeitä, ja huippukalliillekin tuotteille löytyy ostajia. Markkinoinnissa mainoksilla ja kuvilla on paljon merkitystä myyntiin ja mielikuviiin tuotteista. Kuvankäsittely on kehittynyt nopeaa tahtia, ja aikakauslehdet ovat täynnä uskomattoman kauniita kuvia. Myös omien kuvien ottaminen kameralla tai niiden muokkaaminen tietokoneella on helpottunut. Digikameroiden yleistyessä valokuvaamisesta on tullut kaikenikäisten hallitsemaa ja harrastamaa toimintaa. Valokuvia napataan digikameralla sadoittain; huonot otokset on helppo poistaa, ja vain parhaat kuvat ehkä tulostetaan paperille. Omia valokuvia myös jaetaan muille nähtäväksi entistä laajemmin esimerkiksi sosiaalisen median käytön yleistyttyä. Kuvista on tullut arkipäivää, mutta ei merkityksetöntä sellaista.

Näiden moninaisten lähtökohtien, odotusten ja vaatimusten takia, tai niistä huolimatta, päätimme toteuttaa sosiaalityön ryhmämuotoisen kokeilun, Elämäni kuvat -ryhmän. Tässä artikkelissa pyritään kuvaamaan ja kirjoittamaan näkyväksi Elämäni kuvat -ryhmän toimintaa sosiaalityön menetelmänä. Kuvaan aluksi ryhmän ideologiaa ja toimintaperiaatteita, jonka jälkeen avaan ryhmäprosessin eri tapaamisten teemoja. Lopuksi pyrin osoittamaan ryhmän hyödyllisyyttä voimavaraistavana ja vertaistukea antavana sosiaalityön menetelmänä.

4.2 Elämäni kuvat -ryhmän ideologia ja toimintaperiaatteet

Ryhmämuotoisella sosiaalityöllä haluamme tarjota sosiaaliaseman asiakkaille palveluihin vaihtoehtoja. Ryhmämuotoinen työskentely toimii vaihtoehtona erityisesti yksilökohtaiselle sosiaalityöntekijän tapaamiselle. Ryhmässä keskustellen asioiden käsittelyssä voidaan päästä erilaiselle tasolle kuin vain kahden kesken keskusteltaessa. Ryhmät vastaavat myös asiakkaiden sosiaaliisiin tarpeisiin paremmin kuin yksittäisen työntekijän tapaamiset. Ryhmässä asiakkaista sekä myös työntekijöistä löytyy uusia piirteitä, ja työntekijä voi saada asiakkaan tilanteesta monipuolisemman kuvan. Ryhmätyöskentely vaikuttaa myös tasa-arvoisemmalta työskentelysuhteelta kuin asiakkaan ja työntekijän välinen yksilökohtainen työskentely. Sosiaalityön

periaatteet näkyvät ryhmässä muun muassa suunniteltuna ryhmän ohjelmana, ryhmätapaamisten ohjatussa elämäntilanteen tarkastelun prosessissa ja asetetuissa tavoitteissa.

Elämäni kuvat -ryhmän toiminnan tavoitteena on ryhmäläisen elämäntilanteen ja tavoitteiden tarkastelu ryhmässä kuvien kautta. Valokuvat toimivat apuvälineinä omien ajatusten ja oman elämän jäsentämisessä. Ryhmän työskentely pyrkii voimavaraistamaan ryhmäläisiä; ryhmässä ei keskitytä ongelmakeskeiseen puheeseen, kuten sosiaalityössä voi usein käydä. Olennaista on myös ryhmäläisen saama vertaistuki muilta ryhmän jäseniltä. Ryhmätoiminnalla tavoitellaan kokemuksia onnistumisesta ja sosiaalisesta kanssakäymisestä. Tavoitteena on luoda ryhmään eteenpäin menevä, positiivinen, voimaannuttava ja vahvistava ilmapiiiri. Ryhmän ohjaajien eli sosiaalityöntekijöiden toimintaa ohjaa myös tavoite tarkastella sitä, miten tämäntyyppinen ryhmä kytkeytyy sosiaalityön prosessiin.

Ryhmän työskentelyssä hyödynnetään kuvatyöskentelyn ohella itsetuntemukseen ja elämäntilanteeseen liittyviä tehtäviä sekä yhteisiä keskusteluja. Ryhmän keskusteleavasta luonteesta juontuu ajatus narratiivisuudesta metodologisena viitekehyksenä sosiaalityön ryhmätyöskentelylle. Narratiivinen eli tarinallinen identiteetti on ryhmäläisen itsensä rakentama kertomus itsestään. Identiteettiä tulee ilmaista kaikessa siinä, mitä ja miten ryhmäläinen kertoo itselleen ja muille itsestään ja elämästään. Itseymmärrys ja sen myötä myös maailmankatsomus rakentuvat ja välittyvät tarinoiden avulla. Paitsi kertomalla itse, voi omaa elämää jäsentää myös toisten kertomilla tarinoilla. (Sava & Katainen 2004, 24–25)

Valokuvat ovat työvälineenä mielenkiintoisia ja monipuolisia, kun narratiivisuus yhdistyy niihin. Symbolisten kuvien katselu ja itselle tärkeiden kuvien valitseminen nivoutuu elämän tarinalliseen ymmärtämiseen. Kuvien avulla voidaan ilmaista jotain itselle merkityksellistä, mikä ei ole välttämättä edes rationaalisen mielen tai kielen avulla tavoitettavissa. Puhuttelevat kuvat liittyvät usein elämän merkittäviin kokemuksiin ja muistoihin sekä tiedostamattoman että tietoisien alueella. (Halkola 2009, 176) Pelkkä kuva ei välttämättä avaudu sitä katsovalle. Vasta sanoitettuna eli kerrottuna mihin kuva liittyy, kuva alkaa elää muiden osallistujien silmissä. Kuviin liittyvien merkitysten ja tarinoiden jakaminen yhdistää ihmisiä. Kuvasta kertominen ikään kuin todentaa asian myös itselle. (Vesänen-Laukkanen 2004, 66.) Ryhmäläisten kuvien kautta välittyvät kertomukset ja tarinat heidän elämästään. Kuvat voivat yhdistyä menneeseen, jo elettyyn elämään, tai niiden avulla voi hahmotella mieluista tulevaisuutta. Kuvien käytössä tekninen lahjakkuus tai taiteellinen vaikutelma ovat toissijaisia. Tärkeämpää on, että ryhmän jäsenet saavat ilmaista itseään ja toimia kuvauksen avulla. Otettujen kuvien yhdessä katsominen on keskeinen osa ryhmän toimintaa, joka parhaimmillaan luo ryhmään yhteisöllisyyttä ja luottamusta.

Valokuvasta voidaan käyttää peilin tai ikkunan metaforaa. Valokuvat heijastavat paitsi kuvaajansa, katsomisen yhteydessä myös katsojansa mieltä. Valokuvat ovat kuin ikkunoita valokuvan

kuvaamaan maailmaan. Kooltaan pieni ja kaksiulotteinen kappale avaa laajan ja moniulotteisen mielen maiseman. (Halkola ym. 2009, 187.) Kuvat herättävät ajatuksia, niistä näkee paljon, ja kukin näkee kuvat omalla tavallaan. Jokainen tulkitsee kuvaa eri lailla, omista lähtökohdistaan käsin. Näin ollen kuvan esittänyt ryhmäläinen voi saada hyvin erilaisia tulkintoja kuvasta kuin mitä oli odottanutkaan tai itse nähnyt kuvassa. Muiden esittämät kuvat voivat myös toimia toisille uusien ajatuksien herättäjinä.

Ryhmässä kukin osallistuja saa itse säädellä mitä tai millaisia kuvia haluaa jakaa muille näytettäväksi ja mitä pitää itsellään. Sama koskee ryhmässä myös puhetta, elämäntilanteesta kertomista. Kuvien avulla voi osittain kommunikoida ryhmässä ilman sanojakin, tai ainakaan kaikkea kuvaan liittyvää henkilökohtaista ei tarvitse purkaa sanoiksi. Kuvien avulla saa myös otettua etäisyyttä tarkasteltavana olevaan asiaan. Tästä etäännyttämisestä on hyötyä esimerkiksi elämän ongelmia tai haasteita käsiteltäessä. Etäisyydenotto mahdollistaa asian käsittelyn laajemmalla tasolla.

Elämäni kuvat -ryhmä on tarkoitettu ensisijaisesti sosiaaliaseman asiakkaille. Ryhmämuotoisen sosiaalityön kohderyhmänä ovat ihmiset, jotka haluavat jäsentää omaa elämäntilannettaan ryhmässä. Ryhmään osallistumiselle ei asetettu suuria rajoituksia; ehkä tässä ajateltiin työntekijöiden käyttävän harkintaa, keille asiakkailleen ryhmää markkinoivat. Esimerkiksi ongelmaa päihteiden kanssa ei pidetty esteenä ryhmään osallistumiselle, jos ryhmäläinen itse oli motivoitunut ja kykeneväinen sitoutumaan ryhmään.

Ryhmään osallistuneet asiakkaat ovat olleet pääsääntöisesti kirjallisen etuuskäsittelyn ja sosiaalityön tai sosiaaliohjauksen asiakkaita. Ensimmäisiä ryhmiä markkinoitiin myös sosiaaliaseman yhteistyökumppaneille, kuten länsi-Helsingin seurakunnille ja kumppanuustalo Horisontille. Periaatteena oli, että ryhmään haluavan ei tarvitse olla sosiaaliaseman asiakas, vaan riittää, että asuu läntisen Helsingin alueella. Käytännössä suurin osa ryhmän mainoksista on kuitenkin lähtenyt sosiaaliaseman asiakkaille toimeentulotukipäätösten mukana tai työntekijät ovat kertoneet tapaamisilla asiakkailleen ryhmästä, ja siten ryhmät ovat pääosin koostuneet jo entuudestaan sosiaaliaseman asiakkaina olevista ihmisistä.

Ensimmäinen Elämäni kuvat -ryhmä alkukevällä 2011 oli suunnattu erityisesti sosiaaliaseman uusille, yli 25-vuotiaille asiakkaille. Ajatuksena oli, että uusien asiakkaiden sosiaalityö voisi jatkossa tapahtua ryhmissä, joissa tilanearvion tekeminen limittyisi valokuvauksen keinoin toteutettavien tehtävien tarkasteluun. Tarkoituksena oli, että asiakkaiden oma tilanearvio ja tavoitteet hahmottuisivat tämän työskentelyn avulla. Ryhmään rekrytoitiin ihmisiä puhelinsoittojen avulla; sosiaalityöntekijä soitti kymmenille sosiaaliaseman tuoreille asiakkaille ja kertoi ryhmästä. Lisäksi uusille asiakkaille lähetettiin ryhmän mainoksia toimeentulotukipäätösten mukana noin 100 kappaletta. Ryhmään oli kuitenkin vaikea saada osallistujia. Ryhmä aloitti toimintansa ns. pilottiryhmänä, jossa oli mukana 2–4 ryhmäläistä. Ryhmän pienen koon vuoksi koko

ryhmäkonseptin kaarta ei ollut mielekästä viedä loppuun, vaan ryhmä päätettiin keskeyttää noin puolivälissä suunniteltua ohjelmaa.

Toinen Elämäni kuvat -ryhmä loppukevällä 2011 oli ikäjakauman 25–64 puitteissa avoin kaikille sosiaaliaseman asiakkaille, erityisesti pitkäaikaisille asiakkaille. Ryhmän konseptia hieman muutettiin ja pääosin luovuttiin sosiaalityön tilannearviokeskeisyydestä. Ryhmään rekrytointia ei enää hoidettu asiakkaille soittamalla, vaan ryhmän mainoksia jaettiin toimeentulotukipäätösten mukana ikäryhmään sopiville asiakkaille reilusti, noin 300 kappaletta. Lisäksi sosiaaliaseman sosiaalityöntekijöille ja sosiaaliohjaajille oli jaettu ryhmän mainoksia ja heitä oli ohjeistettu kertomaan ryhmästä omille asiakkailleen (Liite 2). Ryhmään haluavia asiakkaita pyydettiin itse ilmoittautumaan ryhmää vetävälle sosiaalityöntekijälle puhelimitse tai sähköpostitse. Sosiaalityöntekijä oli siten kaikkien ryhmään ilmoittautuneiden kanssa yhteydessä ennen ryhmän alkua. Ryhmän lopulliseksi kooksi muodostui kuusi henkilöä.

Kolmas Elämäni kuvat -ryhmä alkoi syksyllä 2011. Ryhmä oli avoin kaikille sosiaaliaseman 25–64-vuotiaille asiakkaille. Ryhmän konsepti pidettiin pääosin samana kuin edellisessä ryhmässä siitä saadun positiivisen kokemuksen perusteella. Ryhmään rekrytointi hoidettiin samalla tavalla kuin toisellakin ryhmäkerralla: mainoksia lähetettiin noin 300 kappaletta ja työntekijät kertoivat ryhmästä asiakkailleen. Ryhmän lopulliseksi kooksi muodostui 7 henkilöä.

Koska ensimmäisen ryhmän kohderyhmä uudet asiakkaat ei ollut onnistunut valinta, on ryhmien kohderyhmänä toisessa ja kolmannessa ryhmässä pidetty asiakkaita, jotka ovat jo pidempään asioineet sosiaalitoimessa. Kohderyhmäksi ajateltiin aikuista väestöä, yli 25-vuotiaita, mutta alle 65-vuotiaita. Ryhmästä rajattiin nuoret alle 25-vuotiaat pois sillä perusteella, että heille on ja on ollut jo tarjolla useita erilaisia ryhmiä ja palveluita, esimerkiksi Voimalinja, Lataamo, OMG ym. Yli 65-vuotiaat asiakkaat kuuluvat sosiaaliviraston työnjaon mukaisesti vanhustyön sektoriin, eikä enää aikuispalveluihin. Näissä Elämäni kuvat -ryhmissä haluttiin keskittyä nimenomaan sosiaaliviraston aikuisten vastuualueeseen, jolla ei juuri ole ollut tarjota ryhmiä tai muutakaan toimintaa asiakkailleen. Ryhmään haluavilta pyydetty henkilökohtainen ilmoittautuminen sosiaalityöntekijälle saattaa luonnollisesti karsia ryhmään sopeutumattomia tai sitoutumaan kykenemättömiä henkilöitä pois. Toisaalta oletettavasti kaikki itse ryhmään ilmoittautuneet todennäköisesti myös ovat motivoituneita osallistumaan ryhmään ja tulevat paikalle ryhmän alkaessa.

Kaikki kolme ryhmää on järjestetty läntisen sosiaaliaseman ensimmäisessä kerroksessa sijaitsevassa asukastila Hopealassa. Hopeala on ollut loppuvuodesta 2009 alkaen avoinna sosiaaliaseman asiakkaille ja muille alueen asukkaille. Siellä voi käyttää mm. tietokoneita ja tulostinta sekä lukea päivän lehtiä. Hopeala vaikuttaa madaltaneen asiakkaiden kynnystä asioida sosiaaliasemalla. Tilan käyttö on järjestetty siten, että siellä on mahdollista pitää myös ryhmätapaamisia iltapäivisin.

Ryhmään ilmoittautuneille myönnettiin harkinnanvaraista toimeentulotukea Helsingin seudun sisäisen liikenteen matkoihin, jottei ryhmään tulo estyisi ainakaan liikennevälineiden maksujen takia.

Ryhmän sopivaksi kooksi on ajateltu korkeintaan 8 henkilöä. Ihanteellinen ryhmäkoko on noin 5–6 henkeä, jolloin kaikille pystytään takaamaan riittävän paljon aikaa kuvien käsittelyyn ja keskusteluun. Ryhmät ovat olleet sekaryhmiä; sekä nais- että miesjäseniä mukana. Enemmistö ryhmiin osallistuneista on kuitenkin ollut naisia. Pääosa ryhmiin osallistuneista on ollut keski-ikäisiä ihmisiä, noin 40–60-vuotiaita, joukossa muutamia kolmikymppisiäkin. Ryhmässä käytetään vain etunimiä. Turvallisuuden ja luottamuksellisen ilmapiirin luomiseksi ryhmät on haluttu pitää ns. suljettuina ryhminä, joihin ei ensimmäisten yhden tai kahden kerran jälkeen ole otettu enää uusia jäseniä. Suljetussa ryhmässä henkilöt pysyvät samoina ryhmän alusta asti koko ryhmän kaaren ajan, ja tutun ryhmän katsotaan edesauttavan ryhmäläisten tutustumista toisiinsa. Sosiaaliaseman asiakkuudesta on muodostunut yhdistävä tekijä ryhmäläisille, mutta vähintään yhtä tärkeänä yhdistävänä tekijänä on toiminut kiinnostus valokuvaamiseen. Ryhmässä kunkin ryhmäläisen kertoessa valokuvauksen tai valokuvien merkityksestä elämässään ovat monet löytäneet yhteisiä keskustelun aiheita.

Ryhmään osallistujille on hankittu sosiaaliaseman kustannuksella digikamerat lainaksi ryhmän ajalle. Aiempaa digikameran käyttökokemusta ei edellytetä. Ensimmäisellä ryhmätapaamisella ryhmäläiset saavat opastusta kameran käyttöön ryhmän tekniseltä avustajalta. Tavoitteena tuoda kamera sen verran tutuksi, että jokainen osaa ottaa kuvia, selata niitä sekä poistaa kuvia. Digikamerat ovat osallistujien käytettävissä koko ryhmän ajan, 6 viikkoa. Kameroiden akkua on mahdollista ladata ryhmätapaamisilla. Monet ryhmän jäsenet eivät ole koskaan aiemmin käyttäneet digikameraa, vaan heidän aiemmat kuvauskokemuksensa ovat olleet vanhojen filmikameroiden ajalta. Digikameran käytön opettelu on vaikuttanut isolta, mutta mielekkäältä jutulta näille ryhmäläisille. Ohjaajan silmin on ollut mukavaa nähdä, miten suuresti ryhmäläiset innostuivat kameroista ja niiden käytön opettelusta.

Ensimmäisellä ryhmätapaamisella käydään läpi tulevien ryhmäkertojen suunniteltu ohjelma. Ryhmän keston ajalle, kuudelle viikolle, on joka kerralle oma teemansa. Ensimmäisen kerran tavoitteena on ryhmän jäsenten tutustuminen, ryhmän tavoitteiden läpikäynti ja yhteisten sopimusten tekeminen, sekä kameroiden antaminen ja niiden käytön opettelu. Toisella ryhmätapaamisella teemana ovat elämän tärkeät ja kantavat asiat. Kolmannen ryhmätapaamisen teema käsittelee elämän tavoitteita ja haasteita. Neljännen tapaamisen aiheena on ns. harmaa alue – asiat, jotka eivät ole erityisen hyvin eivätkä erityisen huonosti. Viidennellä tapaamisella teemana ovat siihen asti ryhmässä muodostuneet kuvat ja tarinat. Viimeisellä eli kuudennella ryhmätapaamisella luodaan ryhmän oma kuva eli muodostetaan yhteinen kuvakollaasi ryhmän valitsemista kuvista.

Ryhmän tapaamiskertojen teemojen kehittämisessä on hyödynnetty mm. kehittävien sosiaalityöntekijöiden omakohtaisia koulutuskokemuksia. Esimerkkinä sosiaalityön kouluttaja ja

konsultti Shaun Moranin luennot tammikuussa 2011, joihin kehittävä sosiaalityöntekijä Hanna Liikasen osallistui. Shaun Moran luennoi muun muassa NLP-ohjaaja ja kehittäjä John McWhirterin kehittämistä ajatuksista tilanteen katsomisesta monelta näkökulmalta; yhtäältä hyvin ja huonosti olevien asioiden tarkasteleminen, toisaalta mahdollisten ei-hyvien ja ei-huonojen eli neutraalien asioiden tarkasteleminen. McWhirter on kehittänyt erityisen ”huonoista kokemuksista oppimisen / puhdistautumisen mallin” (decontamination pattern), jossa ensin tutkitaan sitä, mikä on ollut johonkin kokemukseen liittyen erityisen huonoa, tai jos ei huonoa niin neutraalia, ja sen jälkeen mitä mahdollisia hyviä asioita kokemuksesta voi huomata, jonka jälkeen yhteenvetona tutkitaan kokonaisuutta, koko kokemusta ja sitä, mitä siitä voisi oppia. Näitä ajatuksia on käytetty lähtökohdiksi ryhmän teemoihin ”asiat, jotka minua kantavat”, ”asioita, joita tavoittelen / elämäni haasteita” sekä ”harmaa alue”. Myös McWhirterin ajatukset yksityiskohdista, kokonaisuudesta ja laajemmasta kokonaisuudesta ovat toimineet pohjana ryhmän mm. ”uusi tarina” ja ”kuvakollaasi” teemoihin. (Moran 2011) Ajatuksena on ollut myös liittyminen yhteen, eheytyminen, ryhmän päättyessä.

Jokaisen ryhmätapaamisen päätteeksi annetaan ryhmäläisille omaan elämään liittyvä valokuvaustehtävä. Tehtävän teemaa käsitellään seuraavalla ryhmätapaamisella. Jokaisella on näin ollen aina viikko aikaa orientoitua teemaan ja pohtia aihetta kuvaustehtävän avulla. Kustakin teemasta ryhmäläisiä pyydetään tuomaan kolme valokuvaa muille ryhmäläisille näytettäväksi. Toki ryhmäläiset saavat kuvata kameralla niin paljon kuin haluavat, mutta otetuista kuvista valitut kolme kuvaa on tarkoitus esitellä ryhmässä. Kuvien määrä on rajallinen, jotta ryhmäläiset keskittyisivät kuvaustehtäviin ja valintojen tekoon. Myös ryhmän rajallinen aika vaikuttaa yhdessä käsiteltävien kuvien määrään. Kaikille pyritään antamaan ryhmässä yhtä paljon aikaa ja tilaa esittää kuvia. Nämä välitehtäviin liittyvät kuvat tulostetaan ryhmäläisille sosiaaliasemalla A4-kokoisiksi värivalokuviksi aina ennen ryhmätapaamisia (ryhmäperiodin aikana kullekin tulostetaan yhteensä 9-12 valokuvaa A4-kokoon). Sosiaaliaseman toimistosihteerin on toiminut teknisenä avustajana ryhmäläisille kuvien tulostamisessa.

Ryhmän aloitustapaamisella keskitytään tutustumaan ryhmään osallistuvien kanssa sekä käymään läpi ryhmän tavoitteita ja suunnitelmaa. Ryhmässä sovitaan yhteiset pelisäännöt, esimerkiksi ryhmän luottamuksellisuudesta; kenenkään ei tarvitse kertoa itsestään sellaisia asioita, joita pitää tilanteeseen liian henkilökohtaisina asioina, ja että puhutut asiat pidetään ryhmän sisällä. Ryhmän ohjaajien tehtävänä on tarvittaessa nostaa esiin myös sopimukset ryhmäläisten poissaoloista, toisten kunnioituksesta ja toisille tilan antamisesta; kaikille annetaan tasavertaisesti tilaa ja aikaa puhua. Ryhmässä on sovittu myös luvan kysymisestä ryhmään kuulumattomia henkilöitä kuvatessa ja heidän kuviensa esittämisestä ryhmässä.

Seuraavissa luvuissa kuvataan Elämäni kuvat -ryhmän pääteemoja. Teemat yhdistyvät kokonaiseksi sosiaalityön prosessiksi, joka parhaimmillaan voi toimia ryhmäläisen elämäntilanteen tarkastelun eli tilannearvion ja tavoitteiden eli jatkosuunnitelman pohjana.

4.3 Elämän tärkeät ja kantavat asiat

Ryhmän ensimmäisellä tapaamiskerralla annetaan ensimmäinen valokuvaustehtävä (Kuva 1), joka pohjustaa seuraavan tapaamisen teemaa: ”asiat jotka minua kantavat”. Kuvaustehtävän aiheena on ”kolme tärkeää asiaa elämässäni”.

Kolme tärkeää asiaa elämässäni

Kuvaa tärkeitä asioita elämässäsi.

Mitkä ovat elämässäsi hyviä, kantavia asioita?



Valitse 3 kuvaa, jotka haluat tulostaa ja esitellä ryhmälle.

Jos kuvaaminen ei vielä tässä vaiheessa suju, voit tuoda aiemmin otetun valokuvan tai vaikka lehdestä löydetyn kuvan.

Kuva 1. Välitehtävä 1: Kolme tärkeää asiaa elämässäni

Elämän tärkeät asiat -teemaan on tullut vaikutteita muun muassa Pesäpuu ry:n tuottamista työskentelyn apumateriaaleista, kuten ”Elämän tärkeät asiat”-kortteista. Teeman tarkoituksena on pohjustaa ryhmän jäseniä tuottamaan omaa tarinaansa elämästään ja siitä, mitkä asiat he kokevat itselleen tärkeiksi. Kuvaamalla kolmea asiaa, jotka elämässä ovat hyvin, voidaan konkretisoida ryhmäläisten elämäntilannetta. Tavoitteena on löytää keinoja ryhmän jäsenten ympärillä olevien voimavarojen vahvistamiseksi. (Pesäpuu 2011).

Ihmisen voimavarojen huomioiminen on tärkeää sosiaalityössä. Sosiaalityön kansainväliset ja kansalliset eettiset periaatteetkin edellyttävät sosiaalityöntekijöiden auttavan asiakasta tunnistamaan

ja kehittämään omia vahvuuksiaan (IFSW 2004; Talentia 2005). Kyösti Raunio mukaan sosiaalityö voi omalta osaltaan jopa vahvistaa syrjäytyneiden ihmisten kielteistä leimautumista yksilöllistämällä ihmisten ongelmia ja kohdistamalla asiakkaiden tilanteissa huomion yksipuolisesti vain ongelmiin, voimavarojen ja vahvuuksien sijasta (Raunio 2006, 44). Sosiaalityöntekijän onkin nähtävä ongelmien takaa ihmisellä olevat voimavarat, vahvuudet ja mahdollisuudet, jotta ihmistä voi auttaa selviytymään ongelmistaan ja löytämään ratkaisuja. Huomion kiinnittäminen voimavaroihin johtaa ihmisen tilanteen tarkasteluun aktiivisen toiminnan ja osallisuuden näkökulmasta, jolloin ihmistä ei pidetä vain passiivisena toimenpiteiden kohteena. (Raunio 2006, 47; ks. Greene 2005, 272.) Olennaista on, ettei ihmisen tilannetta määritetä vain ongelmien vaan myös resurssien kautta. Tällöin selvitetään, miten ihmisten käytössä olevia resursseja vahvistamalla ja lisäämällä voidaan kohentaa heidän elämänhallintaansa. Taloudellisten resurssien ohella huomiota kiinnitetään myös kulttuurisiin ja sosiaalisiin resursseihin, joiden merkitys ihmisten elämänhallinnalle ja selviytymiselle yhteiskunnassa on jatkuvasti lisääntynyt. (Raunio 2006, 54.)

Virikkeenä ensimmäiseen kuvaustehtävään on annettu ”Mikä minua kantaa”-ajatelmä (kuva 2). ”Mikä minua kantaa” on lainattu Vance R. Peavyn Elämäni työkirjan harjoituksista (Peavy 2001). Valokuvaustehtävien ohella annettujen virikkeiden on tarkoituksena toimia mahdollisena apuna ryhmäläiselle, kun hän pohtii tehtävää ja omaa elämäntilannettaan siihen liittyen. Virikkeitä ei ole ollut tarkoitus käydä läpi yhdessä, vaan esimerkiksi kuvan 3 ajatukset on annettu kuvien aiheiden löytämiseksi sekä keskustelujen pohjustajiksi. Ajatus on, että jokainen saa kokea ja halutessaan hyödyntää virikkeet omalla tavallaan. Toki kun virikkeiden mahdollisesti nostavat asioita pintaan, niistä keskustellaan yhdessä.

Mikä minua kantaa

**Mikä on tärkein asia, joka sinua elämässä kantaa
ja vie eteenpäin?**

Mikä antaa sinulle toivoa?

Mitä teet, jotta tulevaisuudenuskosi säilyy?

Mitä tähän liittyy?

Mitä paikkoja?

Keitä ihmisiä?

Tilanteita?

Ajatuksia?

**Mitä voit tehdä,
jotta**

tulevaisuudenuskosi vahvistuu?

Kuva 2. Virike välitehtävään 1: Mikä minua kantaa (Peavy 2001)

Elämäniloa ja hyvää oloa tuottavat asiat

Tee lista sinulle 3-5 mielihyvää tai tyydytystä tuottavasta asiasta.

Arvioi, kuinka kalliita nämä asiat ovat (mitä ne maksavat)?

Kuinka usein teet näitä itseäsi ilahduttavia asioita?

*Tarkastele listaasi ja mieti, haluatko antaa itsellesi jonkin lupauksen
näiden asioiden suhteen.*

Kuva 3. Virike välitehtävään 1: Elämäniloa ja hyvää oloa tuottavat asiat

Ryhmän jäsenet voivat ottaa paljonkin kuvia itselleen tärkeistä aiheista tai muistakin aiheista, mutta heidän on valittava kolme kuvaa, jotka he haluavat esitellä muille. Kuvia katsotaan valokuvina, mutta niiden katsomisessa pyritään myös syvällisempään tulkintaan kuvasta ja sen kuvaamasta asiasta. Kuvien tuottamien aiheiden kautta ryhmässä pyritään keskustelemaan elämän hyvistä, itselle tärkeistä, positiivisista, kantavista asioista. Kukin kertoo kuvistaan ja elämästään itse haluamallaan tavalla. Tarvittaessa ryhmän ohjaajat voivat tehdä tarkentavia kysymyksiä, kuten: ”Mitä haluat tästä kuvasta tänään meille kertoa? Millaisia ajatuksia sinulla oli, kun otit kuvaa? Miksi olet ottanut juuri tämän kuvan? Miltä kuvan katsominen tuntuu? Mitä kuva sinulle merkitsee?”. Tavoitteena on, että ryhmä keskustelee kuvista ja elämästä vapaamuotoisesti ja tilanteessa mahdollisimman luontevalla tavalla.

Ryhmän ohjaajan näkökulmasta tällä tapaamisella, jolle ryhmäläiset ensimmäistä kertaa tuovat mukanaan valokuvia, on erityinen asemansa muihin ryhmätapaamisiin verrattuna. Ryhmän jäsenet esittävät omia kuviaan ensimmäistä kertaa toisilleen. Ryhmän tunnelma voi olla aluksi hieman jännittänyt, mutta ryhmäläiset yleensä rentoutuvat pian, kun huomaavat, että kuvista keskustellaan hyvin vapaamuotoisesti, eikä kuvien esittämisessä tai tulkinnassa ole oikeata tai väärää tapaa, vaan kukin toimii ja puhuu omalla tyylillään. On upeata, miten aiemmin toisilleen ventovieraat ihmiset kertovat avoimesti elämänsä voimavaroista; asioista, jotka merkitsevät heille paljon. Kuviin ja niihin liittyviin tarinoihin yhdistyy monenlaisia tunteita. Usein ryhmä tuottaa myös jäsenilleen empaattisuutta ja myönteistä palautetta.

Esimerkkinä elämän tärkeistä asioista eli voimavaroista, jotka ryhmäläisiä kantavat, voidaan mainita kuvat kodista, kodin sisältä tai muista tärkeistä paikoista, kuten kesämökistä. Koti on tärkeä, ja myös silloin, kun on juuri muutettu uuteen kotiin ja tavarat ovat vielä laatikoissa ja muutenkin muuttovaiheen vuoksi epäjärjestyksessä. Toinen tärkeä asia ryhmäläisten elämässä ja myös kuvausaiheena ovat omat lapset ja lemmikkieläimet, joiden kuvia halutaan ryhmässä esittää. Myös

muita ryhmäläisten elämän ihmisiä, kuten opiskelutovereita tai läheisiä sukulaisia, sekä omia harrastuksia pidetään tärkeinä ja kantavina asioina.

Luontoon liittyviä kuvia esitetään yleisesti. Usein ryhmän jäsenten tärkeät kuvat ja sielunmaisemat ovat olleet jotenkin suomalaisuuden syvimmän olemuksen hyvin sisäistäviä kuvia, kuten esimerkiksi erään ryhmäläisen kuva kesämökin järvestä, jossa joutsen on uimassa. Kuvan rauhallista ja kaunista tunnelmaa ihasteltiin ryhmässä pitkään. Jonkun esittäessä kuvaa lempipaikastaan tai lempimaisemastaan myös toiset pääsevät jakamaan sen tunteen, jonka ihminen kokee rakkaassa paikassa. Esimerkiksi puistossa oleva penkki on voinut toimia jollekin pelastavana enkelinä pitkän ajanjakson ajan; jos ei ole muualle kodistaan päässyt, niin on edes puiston penkille asti jaksanut liikkua. Esitetyt kuvat voivat olla myös symbolisia, jolloin kuvaaja kertoo jonkin rinnastuksen kautta omista tärkeistä asioistaan.

Vanhemmilla ihmisillä on jo pitkä menneisyys takana; paljon muistoja ja tarinoita kerrottavana. Yhdessä ryhmässä eräs iäkkäämpi henkilö halusi tuoda muille näytettäväksi jo vuosia sitten ottamistaan valokuvista nipun itselleen tärkeistä asioista: jo edesmennyt veli ja rakas koira, aiemmin omistettu auto ja kesämökki, joka on jo myyty ja jossa ei ole enää mahdollisuutta käydä. Hänellä oli selkeästi tarve tulla kuulluksi, tarve kertoa elämäntarinaansa. Hänellä olikin ryhmässä ainutlaatuinen tilaisuus kertoa omasta elämästään kuuntelijoille. Ehkä hänellä ei ole tällä hetkellä nykyelämässä muita kuuntelijoita. Kuitenkin, kun ryhmäläisellä on mukanaan paljon kuvia menneisyydestä, tulee ohjaajalle mieleen, että entäs nykyhetki tai tulevaisuus. Onko tällä ryhmäläisellä mitään kuvaamisen arvoista tämän hetken elämässään? Eläkö hän täysin mennessä, mitä miettii tulevaisuudestaan?

Yhdessä tapauksessa ryhmän jäsen kuvasi ensimmäiseen valokuvaustehtävään vain aiheita oman kotinsa, tarkemmin sanottuna olohuoneensa sisältä, esimerkiksi televisioruudusta kuvia euroviisuista ja Suomen euroviisuedustajasta sekä kultaa voittaneesta jääkiekkjoukkueesta. Eri asiat ovatkin eri ihmisille tärkeitä. Kuvia katsellessa voi mieleen tulla monenlaisia kysymyksiä ja ajatuksia ryhmäläisen elämästä. Jos ihmisen kaikki tärkeät asiat liittyvät esimerkiksi olohuoneen sisustukseen ja televisioon, mistä se kertoo tämän ihmisen kohdalla – suppeasta elämänpiiristä, eristäytyneisyydestä kotiin, ystävien tai sosiaalisten suhteiden puutteesta? Kuvien kautta voi joutua käsittelemään yllättäen hyvin erilaisia aiheita. Tärkeät asiat eivät aina ehkä olekaan pelkästään positiivisia asioita.

Mikäli ryhmään osallistuva ei ole pystynyt ensimmäisen viikon aikana ottamaan valokuvaa tai tuomaan muuta kuvaa haluamastaan aiheesta, hänellä on kuitenkin mahdollisuus kertoa millaisen kuvan olisi halunnut ottaa ja toteuttaa kuvaus myöhemmin. Koskettavia ovat olleet esimerkiksi etävanhempien toiveet kuvata lapsiaan, jotka asuvat muualla, eikä heitä voi nähdä niin usein kuin haluaisi. Ja se ilo, mikä välittyy ryhmäläisestä, kun hän jollain myöhemmällä tapaamiskerralla esittääkin vihdoinkin lapsestaan ottamansa kuvan. Halutun ja suunnitellun kuvan toteuttaminen käytännössä voi olla hyvinkin merkittävä asia.

Hienoa on ollut nähdä, että kamera ja kuvaaminen ovat saaneet ryhmäläisiä liikkeelle, ulos kodistaan. Edellä mainittu vanhempi ryhmäläinenkin oli menneisyyden kuviensa lisäksi ottanut ja tuonut seuraavalle kerralle ryhmään myös uusia kuvia; lähtenyt kameran kanssa Kauppatorille ja Esplanadille ihmisvilinää katselemaan ja kuvaamaan, kuten oli edellistapaamisessa suunnitellut tekevänsä.

Elämän tärkeät asiat ovat ihmisen voimavaroja, joiden avulla hän jaksaa eteenpäin. Voimavarat tuntuvat liittyvän jatkuvuuden teemaan elämässä. Tärkeät ihmiset, lemmikit, paikat, kiinnostuksen kohteet ym. liittyvät hyviin, positiivisiin elämäkokemuksiin. On tärkeää tuntea kuuluvansa johonkin ja tunnistaa oma taustansa. Tässä yhteydessä tulee varmasti mieleen myös ajatuksia tulevasta; miten elämä jatkuu eteenpäin. Sitä käsitelläänkin seuraavilla ryhmäkerroilla ja seuraavissa kappaleissa.

4.4 Elämän tavoitteet ja haasteet

Kolmannen ryhmätapaamisen aiheena ovat ”asiat, joita tavoittelen” ja ”elämän haasteet”. Kahdessa ensimmäisessä ryhmässä tässä teemassa keskityttiin ryhmäläisen elämän vaikeuksiin, ongelmiin ja haasteisiin tai vaihtoehtoisesti tavoitteisiin elämässä. Tehtävään sovellettiin ratkaisukeskeistä ajattelua. Ajatuksena oli antaa ryhmään osallistuville mahdollisuus keskustella heidän huolistaan ja murheistaan sekä pyrkiä ratkaisukeskeisyyden periaatteiden mukaisesti kääntämään ongelmat tavoitteiksi. Tavoitteet pyritään sitten muuttamaan toiminnaksi, johon edetään pienin askelin (esim. Kim Berg 1994).

Teeman toisena ajatuksena on ollut tutkia ryhmäläisen esille nostamaa ongelmaa, kuulostella sitä ja etsiä uusia näkökulmia siihen sekä asettaa se laajempaan kokonaisuuteen. Tähän saimme ajatuksia skotlantilaisen sosiaalityön konsultti Shaun Moranin koulutuksesta tammikuussa 2011. Kyseinen koulutus nojasi NLP-ohjaaja John McWhirterin kehittämään DBM (Developmental Behavioural Modelling) -mallintamiseen, joka on lähellä NLP (neurolingvistinen prosessointi) -mallintamista. Vaikutteita teemaan lienee tullut osittain myös Åsa Nilssonin teoksesta ”Kuka ohjaa elämääsi?” (Nilsson 2007).

Kuvien kautta voidaan ulkoistaa asioita, joista kertominen voisi muuten olla vaikeaa. Ulkoistamisen tavoitteena on saada ihminen huomaamaan, että hän itse ja ongelma eivät ole sama asia (Russel ym. 2006, 10). Kun ihminen ottaa etäisyyttä ongelmaansa ja irtaantuu siitä, pohtii ongelman taustoja ja sen kielteisiä vaikutuksia, hän voikin huomata olevansa aivan erilaisella maaperällä kuin mihin on aiemmin asiaa käsitellessään tottunut. Kun ongelma on ymmärretty identiteetistä erilliseksi asiaksi, on mahdollista esimerkiksi muodostaa ihmisen lähipiiristä tukiryhmä, joka voi auttaa ponnistelussa ongelman vaikutusten heikentämiseksi. (Russel ym. 2006, 15–16). Ongelmia käsiteltäessä ryhmässä voidaan tarkentavina kysymyksinä kysyä esimerkiksi: ”miten olet kaikesta huolimatta selvinnyt

tilanteessa?, miten haluaisit että asia on?, tai mikä voisi olla sellaista, mille voisi tehdä jotain?, mitä voit itse tehdä sen eteen?”, jolloin pyritään näkemään vaikeuksissa myös positiivisia muutoksen mahdollisuuksia.

Eräs kevään ryhmäläinen kuvasi ongelmakseen muun muassa äitinsä joutumisen sairaalahoitoon. Kuvan välityksellä hän pystyi hyvin selvästi välittämään sen huolen ja tuskan, jota hän kokee joutuessaan huolehtimaan iäkkäistä ja jo huonokuntoisista vanhemmistaan. Muita ryhmissä selkeästi esiin tuotuja ongelmakohtia ovat olleet yksinäisyys; ryhmäläisellä ei ole ketään, jota pyytää ottamaan itsestä kuvaa, sekä yleensäkin ihmissuhteet; vaikeat avioerot, isän puuttuminen pojan elämästä sekä muut ihmissuhteet, joissa koetaan paineita pärjätä taloudellisesti, jotta tultaisiin hyväksytyksi muiden silmissä.

Elämän haasteina kuvattiin esimerkiksi pitkään kestänyttä kesämökin rakennusprojektia, joka osaltaan liittyi ryhmäläisen työllistymissuunnitelmiin. Eräs ryhmäläinen oli sommitellut kotonaan usean elementin asetelman, josta otti kuvan. Kuvan asetelmassa yhdistyivät tietokoneen näyttö, jossa oli auki Facebook-sivu (siinä näkyvissä tämän ystävät) sekä tietokoneen vieressä kehyksissä ollut kuva ryhmäläisen lapsesta. Asetelmassa ryhmäläinen toi esiin elämän voimavarojaan (lapsen muodossa) sekä haasteitaan (ihmissuhteiden hoitaminen, masennus, riippuvuudet).

Mielenkiintoista on, että osa ryhmän jäsenten ongelmista tai vaikeista elämäntilanteista tuli heidän puheissaan esille jo ennen tämän teeman käsittelyä, jopa ilman kuviakin. Ryhmään osallistujat tuovat aina ryhmään mukanaan koko elämänsä ja senhetkisen elämäntilanteensa; myös elämän sen hetkiset vaikeat asiat ja murheet, jotka kuluttavat voimavaroja. Näin ne tulevat luonnollisesti puheeksi ryhmän kuluessa, eivät pelkästään niihin keskittyvällä ryhmäkerralla, vaan viitteitä niistä saattaa tulla esille jo ensimmäisellä ryhmätapaamisella. Tällöin tuntuu turhalta korostaa niitä vielä erillisessä tehtävässä.

Kevään ryhmien kokemusten perusteella totesimmekin, että olisi hyvä voida vielä jatkaa keskustelua ryhmäläisten voimavaroista ja tärkeistä asioista eikä siirtyä niin nopeasti ongelmakohtiin. Varsinkin, jos ryhmän kokoonpano on vaihdellut alkukerroilla, on tärkeää, että kaikkien ryhmäläisten kohdalla ehditään käsitellä riittävästi elämän positiivisia asioita. Päädyimmekin syksyn ryhmässä muuttamaan tehtävää siten, että tehtävä keskittyy enemmän elämän tavoitteisiin tai vaihtoehtoisesti haasteisiin aiemmissa ryhmissä korostuneen ongelmakeskeisyyden sijaan. Tehtävän aiemmasta otsikosta poistettiin kokonaan ”ongelma”- ja ”vaikeus”-sanat ja etusijalle nostettiin tavoitteet.

Näemme tavoitteet sellaisena positiivisena asiana, joka muodostaa luontevan jatkumon elämän muille tärkeille asioille. Toki tavoitteisiin voi liittyä haasteitakin ja usein liittyikin, joten olemme kokeneet hyödylliseksi yhdistää nämä kaksi teemaa tässä kohtaa. Joillekin ryhmäläisille tavoitteiden ilmaiseminen tai kuvaaminen voi olla vaikeaa, joten vaihtoehtoisesti tehtävässä on mahdollisuus

kuvata haasteita. Haasteet voivat olla positiivisia tai voimavaroja vieviä. Ryhmätapaamisella pyritään käsittelyjärjestykseen, jossa ensin aloitettaisiin tavoitekuvilla ja vasta sitten siirryttäisiin haastekuviin. Kuvassa 4 on teeman tehtävä nykymuodossaan.

Kuva 4. Välitehtävä 2: Kolme tavoitettani tai kolme haastetta elämässäni

Kolme tavoitetta, joita tavoittelen tai 3 haastetta elämässäni.

Mieti, millä tavalla haluat esittää / kertoa tavoitteistasi

tai haasteistasi ryhmässä?


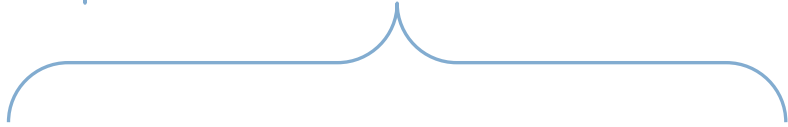

Voit kuvata pulmiasi tai lähestyä niitä tavoitteiden kautta.

Valitse 3 kuvaa, jotka haluat tulostaa ja esitellä ryhmälle.



Yksi tapa ratkaista ongelmia:

- Voiko asioita katsoa uudesta näkökulmasta?
- Kun ongelma on tunnistettu, mietitään voisiko sen muuntaa tavoitteeksi.
- Kokonaistilanteen huomioon ottaminen:
- Mitä vaihtoehtoja tilanne tarjoaa?
- Voiko tilanteessa olevan mahdollisuuden muuttaa toiminnaksi?
- Tavoitetta kohti edetään vähitellen, askel kerrallaan.
- Mikä on ensimmäinen askel?

- 
- 
- Mitä todella tunnen ja miten reagoin?
Kuuntelenko sydämeni ääntä?
 - Tuntuuko, että olen juuttunut johonkin tiettyyn ratkaisumalliin?
 - Mikä tilanteessa nyt mahdottomalta vaikuttava, voi muuttua mahdolliseksi?
 - Jos minulla ei olisi tätä ongelmaa, miten elämäni olisi erilaista?
 - Miten tämä kaikki liittyy elämässäni yhteen?
 - Jos voisin tarkastella ongelmiani ulkopuolelta, mitä haluaisin sanoa itselleni?
- 

Kuvan 4 alaosan kysymykset ja ratkaisuehdotukset on tarkoitettu virikkeeksi aiheen pohdintaan. Niitä ei käydä ryhmässä läpi, vaan niiden hyödyntäminen jää jokaisen omaan harkintaan. Virikkeenä tavoitteiden miettimiseen toimii myös kuva 5. Hyvän tavoitteen määrittely pohjautuu Insoo Kim Bergin & Scott D. Millerin kehittämisiin ajatuksiin (Kim Berg 1994, 63–74).

Hyvä tavoite
on
tärkeä,
pieni,
käyttämiseen liittyvä,
konkreettisesti määriteltävissä oleva,
mieluummin **jonkin asian olemassaoloa**, kuin poissaoloa,
mieluummin **jonkin asian alkamista** kuin päättymistä,
elämän olosuhteiden kannalta realistinen ja
saavutettavissa oleva.

Tavoitteeseen pääseminen vaatii useimmiten
kovaa työtä.

Kuva 5. Virike välitehtävään 2: Hyvä tavoite

Tavoitteet ovat yleensä jotakin sellaista, jota halutaan tehdä, mutta ei ole vielä toteutettu. Esimerkiksi eräs ryhmäläinen esitti tavoitteenaan kuvan koulusta, jonne aikoo lähteä opiskelemaan. Toisella ryhmäläisellä taas on tavoitteena alkaa maalata maalauksia. Kolmas toivoo säilyttävänsä leikkimielisyytensä ja luovuutensa vanhemmallakin iällä. Tavoitteena voidaan myös esittää toiveita nykytilan muutoksesta; toiveena voi olla esimerkiksi päästä pois hälystä luonnon rauhaan tai alkaa huomioida enemmän itseään jatkossa muiden sijaan. Tavoitekuvia katsottaessa ja aihetta käsiteltäessä pyritään myös tavoitteiden konkretisointiin: Mikä voisi olla ensimmäinen askel tavoitetta kohti? Mistä tiedät, että tavoite on saavutettu?

4.5 Elämän harmaa alue

Neljännellä tapaamiskerralla keskiössä ovat asiat, jotka ovat ryhmäläisten elämässä harmaalla alueella; eivät siis kovin hyvin eivätkä kovin huonostikaan. Tämä tarkoittaa asioita, joilla on merkitystä, mutta jotka ovat neutraaleja. Harmaa alue on tasaista, arkipäiväistä tavanomaista elämää ja toimintaa, ja usein se runko tai rutiini, jonka varassa monet asiat ovat. Harmaat asiat voivat liittyä itseen tai ympäristöön, jossa eletään; usein niihin on joku kosketuspinta. Teema liittyy myös laajemman kokonaisuuden hahmottamiseen.

Elämä ei ole mustavalkoista. Harmaassakin alueessa voi olla eri tummuussävyjä. Kun ryhtyy tarkastelemaan harmaata aluetta, voikin huomata sen rikkaaksi. Katsoessaan harmaata aluetta tarkasti näkee elämän sellaisena kuin se on. Nämä ajatukset pohjautuvat tietoisuustaitoihin ja tietoiseen läsnäoloon (mindfulness). Tietoinen läsnäolo tarkoittaa hyväksyvää läsnäoloa tässä

hetkessä; tilaa, joka sallii ja hyväksyy kaikki tunteet. Mindfulness edistää ihmisen tietoisuutta; sitä että ihminen on läsnä nykyhetkessä ja hyväksyy sen. Tätä voidaan harjoittaa kiinnittämällä huomio asioiden kokemiseen. Jon Kabat-Zinnin mukaan ihminen on usein ajatuksissaan muualla kuin tässä hetkessä, esimerkiksi tulevassa tai menneessä. Ihminen on huolissaan tulevista asioista tai muistelee menneitä asioita nykyhetken joutuessa siten puristuksiin. Mindfulness-menetelmä kutsuukin ihmistä takaisin tähän hetkeen, elämään todellista elämää. Huomion suuntaaminen nykyhetkeen lisää tietoisuutta, selkeyttä ja todellisuuden hyväksymistä. (Kabat-Zinn 2006.)

Kolme kuvaa ”harmaasta alueesta”

Harmaalla alueella tarkoitamme tässä sellaisia asioita

Sinun elämässäsi, jotka koet asioiksi,
jotka eivät ole hyvin eivätkä huonosti.

Ne ovat kuitenkin asioita,
joihin sinulla on jokin yhteys ja suhde.

Tämän tehtävän taustalla on ajatus,
että harmaalla alueella olevat asiat
ovat usein niitä asioita,
jotka pitävät meidät kiinni elämässämme
– siksi, että niitä on paljon.



Kuva 6. Välitehtävä 3: Harmaalla alueella – asiat, jotka eivät ole erityisen hyvin eivätkä erityisen huonosti

Teemaan liittyvien valokuvien on tarkoitus olla harmaita, eli ne tulostetaan mustavalkoisiksi.

Tämä harmaan alueen teema koettiin kevään ryhmässä hieman vaikeaksi. Kuvina kuitenkin esitettiin hienoja oivalluksia esimerkiksi lähiseudun metsästä, jossa ryhmäläinen päivittäin kävelee samojen puupatsaiden ohi. Ne ovat hänelle sitä arkea, jokapäiväistä elämää. Eräs ryhmäläinen esitti kuvan tutusta naisesta, jonka kanssa hän viettää tällä hetkellä hyvin paljon aikaa auttaen häntä jokapäiväisissä asioissa. Se on nyt hänen arkeaan, toisen auttamiseen keskittyminen.

Syksyn ryhmässä tuntui siltä, että ryhmäläiset jopa odottivat tämän teeman tulevan käsittelyyn. Jollekin aihe saattoi tuntua vaikealta, kun taas monille oli jo tullut aiheesta ajatuksia mieleen. Jotkut todella keskittyivät teemaan ja toivat hyvinkin merkittäviä kuvia ja henkilökohtaisia asioita yhteiseen käsittelyyn. Esimerkkinä voitaneen mainita erään ryhmäläisen kuva oman asunnon ulko-ovesta sisältä päin katsottuna. Ovi on yleensä sellainen asia, jota ei juuri arjessa tule ajateltua. Joskus ulko-oven avaaminen ja siitä ulos, pois kotoa lähteminen, voi kuitenkin olla suuri ponnistus. Ovi voi arkisuudestaan huolimatta olla jollekin elämää rajoittava tekijä. Kun on masentunut tai ahdistunut ja on taloudellisestikin tiukkaa, voi tulla yhä harvemmin avattua ovea ulospäin, vaikka voisi kuitenkin tehdä hyvää päästä edes hetkeksi kotoa ja vaikeasta tilanteesta pois. Tämän asian, oven merkityksen, tiedostaminen voi olla ihmiselle ensimmäinen askel ajatuksen muutokseen, joka on ensimmäinen askel toiminnan muutokseen.

Eräs ryhmäläinen toi teemaan kuvan vakiobaaristaan, jossa hän usein viettää aikaansa. Ryhmäläinen pohti syvällisesti tiuhaa baarissa käymistään, sen hyviä ja huonoja puolia. Baarissa käyminen voi esimerkiksi olla hyvä asia sosiaalisten suhteiden kannalta, mutta huono asia juomisen ”pakon” kannalta. On hyvä miettiä mitä menettää, jos ei enää kävisikään kyseisessä baarissa, tai jos kävisi, muttei joiisi alkoholia. Toinen ryhmäläinen kertoi kuvien kautta harrastuksestaan, vanhojen tietokoneiden keräilystä, joka on hänelle tärkeä, mutta joka aiheuttaa myös suurta päänvaivaa ja ahdistusta asunnon tilanpuutteen takia, kun koneita on joka nurkassa. Ryhmäläinen oli nähnyt suuresti vaivaa saadakseen kuvattua koneita muutamaan eri kuvaan; hän oli joutunut järjestelemään tiloja ja pöytäpintoja kotonaan, että sai koneiden kokonaisuuksia kasattua ja mahdutettua samaan kuvaan. Kuvat herättivät paljon keskustelua, ja ryhmäläinen pääsi loistamaan asiantuntemuksellaan vanhoista koneista.

Usein ryhmissä esitetyt harmaan alueen kuvat olivat symbolisia kuvia. Symbolisilla kuvilla ryhmäläinen voi kuvata esimerkiksi tunteitaan, mielikuviaan tai pelkojaan. Symboliset kuvat edustavat usein asioita, joille on vaikea löytää sanallista ilmaisua. (Halkola 2009, 95) Eräs ryhmäläinen oli ottanut kuvan setelinipusta viuhkan muotoon aseteltuna. Muille ryhmän jäsenille tuli kuvasta heti mieleen ”harmaa talous”, mikä ei kuvan ottajan kertomuksen mukaan ollutkaan kaukana todellisuudesta, joka oli hänelle normaalia arkea.

Harmaata teemaa käsiteltäessä syksyn ryhmässä harmiteltiin kuitenkin valokuvien harmautta. Todettiin kuitenkin, miten erilaiset tunnelmat valokuvissa voi olla, jos samasta kuvasta katsotaan värillistä ja mustavalkoista versiota.

4.6 Uusi tarina – uudet mahdollisuudet

Viidennellä ryhmän tapaamiskerralla aiheena on siihen asti otettujen kuvien tarina. Kyseessä on yksilöllinen tehtävä (kuva 7), jossa kaikkien ryhmän aikana otettujen kuvien mukanaolo on tärkeää. Ryhmäläisen aiemmilla tapaamiskerroilla esittämiä kuvia tarkastellaan vielä kerran kokonaisuutena, eräänlaisena kuvakollaasina; sitä, miten kuvat asettuvat keskenään ja millaisen kokonaisuuden ne muodostavat. Ryhmäläisillä on vielä tässä kohtaa mahdollisuus ottaa yksi uusi kuva, joka jatkaa aiempien kuvien tarinaa.

Aiemmillä ryhmätapaamisilla on keskitytty aina tiettyyn yksittäiseen teemaan, mutta tässä kohtaa ryhmän kaarta on taustalla jonkinlaiseen kokonaisuuteen pyrkiminen; eheytyksen ajatus. Tarkastellaan sitä millaisista asioista elämässä nämä kuvat kertovat. Ryhmäläisellä on mahdollisuus miettiä, mitä tämä kuvien kokonaisuus hänestä ja hänen elämäntilanteestaan kertoo, ja ehkä myös, mitä hänen kuvatarinastaan vielä puuttuu. Miten hän haluaisi sitä vielä täydentää, millaisen kuvan hän haluaisi nyt ottaa ja lisätä kuviensa joukkoon? Millainen voisi olla lempeä näkökulma hänen elämäntilanteeseensa tai kuviinsa? Mikä voisi olla positiivinen muutos? Miltä kuvien katselu tuntuu? Miten tästä eteenpäin?

Uusi tarina

Olet ottanut kuvia kolmesta erilaisesta teemasta:
tärkeistä asioista, tavoitteista tai haastavista
asioista. sekä harmaalta alueelta olevista asioista.
Kokoa niistä uusi, lempeä tarina itsellesi.
Tämän tarinan innoittamana ota yksi uusi kuva,
joka jatkaa tarinaa.

Anna värien näkyä kuvassasi!

Kuva 7. Välitehtävä 4: Uusi tarina

Erilaiset olosuhteet ja elämänvaiheet tuottavat erilaisia elämäntarinoita. Myös tarinoiden sävy voi vaihdella paljonkin. Elämäämme ohjaa sosiaalisissa ja kulttuurisissa olosuhteissa rakentunut jokaiselle omanlaisensa käsikirjoitus, elämämme perustarina. Sitä toistetaan ja samalla siitä muodostetaan erilaisia muunnelmia, joiden sisältö ja mentaliteetti vaihtelevat. Kenenkään elämästä ei ole olemassa yhtä ainoaa totuutta. Elämää voidaan tarkastella monesta eri näkökulmasta, ja

kertoessamme itsestämme me väistämättä valikoimme asioita, joita kerromme ja joita jätämme kertomatta. (Sava & Katainen 2004, 26.)

Virikkeenä tehtävään on annettu kuva 8. Virikkeen ovat luoneet kehittävät sosiaalityöntekijät Hanna Liikanen ja Päivi Jouttimäki kevään 2011 ryhmän ohjelmaa suunnitellessaan. Tausta-ajatuksena on tulevaisuuteen suuntautuminen ja siihen positiivisen näkökulman luominen; menneisyyden ehkä vaikeistakin asioista huolimatta oman tulevaisuuden käsikirjoittaminen on mahdollista. Oman tarinansa voi itse valita ja rakentaa. Kaikki mahdollisuudet ovat auki, ja uusi alku on mahdollinen.



Jokainen päivä on uuden alku

*Kaikkiin asioihin emme voi vaikuttaa,
mutta jokainen ihminen on oman elämänsä käsikirjoittaja.
Eletystä elämästä voi kertoa monenlaisia tarinoita.
Tarina voi muuttua myös matkan varrella.
Millaista tarinaa sinä kirjoitat omasta elämästäsi?*

Kuva 8. Virike välitehtävään 4: Jokainen päivä on uusi alku.

Tähän teemaan liittyen eräs ryhmäläinen toi ryhmään näytille vuosia sitten ottamiaan mustavalkoisia valokuvia ulkomaanmatkoiltaan. Kuvat oli suurennettu ja kiinnitetty pahvitaustalle ja ne olivat vaikuttavan näköisiä. Ryhmäläinen halusi siis tuoda ryhmään jaettavaksi aiempaa elämäntarinaansa, jonka tätä ulkomaan matkailun osaa ei vielä ollut tullut esille ryhmässä. Näiden vanhojen kuvien lisäksi hän oli ottanut yhden uuden kuvan elämänsä nykyhetkestä; oman kotitalonsa pihasta kuvan. Näin hän pystyi kertomaan itsestään, historiastaan ja nykyisestä elämäntilanteestaan mielenkiintoisen tarinan; miten hänestä on tullut hän ja mitä nyt tällä hetkellä hänen elämänsä kuuluu.

Parhaimmillaan ryhmätapaamisilla on alkanut ryhmäläisen oma sisäinen prosessi, josta viitteitä antaa kuvien kokonaisuuden kautta muodostuva tarina ja jatkosuunnitelmat. Ryhmän aikana annetut valokuvaustehtävät eivät välttämättä ole aina olleet kovin helppoja ryhmäläisille, vaan niiden toteuttamista on saattanut joutua pohtimaan pitkäänkin. Toisaalta monet ryhmäläiset ovat pitäneet hyvänä asiana sitä, että teemaa on joutunut tosissaan pohtimaan. Ryhmäläiset ovat tuottaneet hienoja kokonaisuuksia ja kuvauksia kuvistaan. Joskus ehkä joku on vähätellyt omaa tarinaansa,

todennut että ei ole yhtään sitä miettinyt, mutta kun hän asettelee ottamansa kuvat pöydälle, alkaa kuvien kokonaisuudesta syntyä tarina kuin itsestään. Usein kuvilla on joku looginen yhteys toisiinsa tai ainakin ryhmäläisen elämään, vaikka alun perin kuva olisikin ollut otettu "ilman erityistä syytä". Kokonaisuuden ja tarinan muodostaminen voi olla ryhmäläiselle itselleenkin kokoava tapahtuma; hän on luonut jotain uutta omasta elämästään, saanut siihen ehkä uuden näkökulman. Ryhmän yhtenä tarkoituksena onkin saada aikaan uusia ajatuksia ryhmäläisille. Uusien ajatusten myötä saattaa kehittyä uutta toimintaakin.

Viimeisellä eli kuudennella ryhmätapaamisella, ryhmän päättyessä, teemana on ryhmäläisten yhteinen kuvakollaasi (kuva 9). Jokainen ryhmäläinen voi antaa yhden tai useamman valokuvansa ryhmän yhteisen kuvakokoelman muodostusta varten. Ryhmäläiset voivat asettaa kollaasiin luovutetut valokuvat esimerkiksi pöydälle haluamallaan tavalla; näin yhdestä kollaasista voidaan saada erilaisia versioita, kullekin ryhmäläiselle mieluinen. Koko ryhmä voi myös olla tyytyväinen yhteen versioon kuvakollaasista, eikä kenelläkään ole tarve sitä muuttaa. Kollaasi kuvastaa ryhmän kaaren päättymistä; yhteisen kuvan muodostaminen konkretisoi ryhmän kuusiviikkoisen yhteisen matkan kollektiivisella tavalla.

Valmistautuminen yhteiseen kuvaan

Valmistautuminen yhteiseen kuvakollaasiin.

Tutki ottamiasi kuvia,
onko niissä jokin tai joitain kuvia, jotka
haluaisit ryhmän yhteiseen kuvakollaasiin?



Kuva 9. Välitehtävä 5: Valmistautuminen yhteiseen kuvaan

Virikkeenä kuvakollaasiin toimii klassinen ajatus ihmisestä yhteydessä muiden kanssa (kuva 10). Kukaan ei ole elämässä yksin, vaan kaikilla on mahdollisuus olla yhteydessä toisten kanssa. Useimmille ihmisille on tärkeitä tuntea kuuluvansa joukkoon. Mikäli ihmisellä ei ole elämässä yhteisöä tai ihmisiä, niin usein hänellä on ainakin toiveena liittyminen muiden joukkoon.

myös tulostettu A4-kokoiseksi värivalokuvaksi ja postitettu kaikille ryhmäläisille viimeisen ryhmätapaamisen jälkeen.

Ryhmien päättyessä kuuden viikon jälkeen on ollut yllättävänkin haikea tunnelma. Ryhmäläiset ovat jo ryhmäytyneet, tulleet tutuiksi toistensa ja ryhmän ohjaajien kanssa. Osa ryhmäläisistä mahdollisesti jatkaa yhteydenpitoa keskenään ryhmän jälkeenkin. Myös ns. re-unionia ryhmäläisille esimerkiksi vuoden päästä on toivottu.

4.7 Voimavaraistavaa hyvinvointityötä ja vertaistukea ryhmässä

Sosiaalityö on ammatti, jonka tavoitteena on tukea ja auttaa ihmistä hänen ongelmissaan. Sosiaalityössä ihmisiä tuetaan edistämällä heidän ja heidän perheensä selviytymistä elämän toiminnoissa. Pauli Niemelän mukaan sosiaalityön teoreettinen ymmärrys lisääntyy ennen muuta sellaisen tiedonmuodostuksen kautta, joka tarkastelee ihmistä toimivana olentona. Ontologinen oletus on, että sosiaalityössä ihminen nähdään toimivana ja samalla myös yhteisöllisenä sekä yhteiskunnallisena olentona eli olemukseltaan toiminnallisena. Hyvinvointi on olennainen osa ihmisen toiminnallisuutta, sen päätarkoitus. Sosiaalityöstä voidaankin puhua hyvinvointityönä. (Niemelä 2009, 209–212.) Myös sosiaalityön maailmanjärjestö IFSW on linjannut sosiaalityön keskeisesti hyvinvointityöksi. IFSW:n vuonna 2000 pidetyssä Montrealin kokouksessa asetettiin sosiaalityön päämääräksi kansalaisten hyvinvoinnin lisääminen. (Niemelä 2011, 13.)

Sosiaalityö voi kohdistua inhimillisen toiminnan ja hyvinvoinnin kaikille tasoille. Hyvinvointi voidaan ymmärtää:

- *olemisen ja luonnon tasolla tarpeen tyydyttymisenä* (olemassaolemisen tarve, yhdessä olemisen tarve, itsenäisenä olemisen tarve)
- *tekemisen/työn tasolla osallisuutena* (fyysinen osallisuus, sosiaalinen osallisuus, henkinen osallisuus), tai
- *omistamisen/pääoman tasolla resurssina* (aineellinen/taloudellinen, sosiaalinen/poliittinen, henkinen/sivistyksellinen resurssi) (Niemelä 2009, 218).

Sosiaalityön tehtävänä on tutkia asiakkaiden hyvinvoinnin tilaa, sen edellytyksiä, esteitä ja puutteita sekä kehittää toimenpiteitä ja menetelmiä asiakkaiden hyvinvoinnin vajeiden korjaamiseksi eli hyvinvoinnin tilan parantamiseksi. (Niemelä 2009, 224.) Tekemisen tasolla yhteisöllisyyden ja ”joukkoon kuulumisen” osallisuuden kysymys on sosiaalityölle keskeinen. Ihmiselle on yleensä tärkeää itsensä toteuttamisen lisäksi kuuluminen johonkin yhteisöön. (Niemelä 2009, 227.) Ryhmämuotoinen sosiaalityö mahdollistaa asiakkaiden hyvinvoinnin parantamista monella tasolla; se tyydyttää asiakkaiden yhdessä olemisen ja yhteisöllisyyden tarpeita, sosiaalista ja henkistä osallisuutta sekä lisää sosiaalisia, henkisiä ja sivistyksellisiä resursseja.

Ihmisen ja yhteisön väliset suhteet voivat joutua aalokkoon esimerkiksi yhteiskunnallisissa murroksissa, jolloin ihmisten on tasaisia aikoja pakottavammin tutkittava omaa olemassaoloaan ja paikkaansa maailmassa. Rakenteellisilla muutoksilla on vaikutusta yksilöiden elämäntilanteeseen ja arkeen. Marjatta Bardy ja Päivi Känkänen kysyvätkin, missä ihmiset nykyisin pääsevät pohtimaan ja tunnustelemaan arjen mahdollisuuksien, huolien ja pyrkimysten nopeitakin muutoksia. Missä on sellaista julkisen ja yksityisen välitilaa (agoraa), joka merkitsee (taide)toria ja avointa paikkaa? Agoraksi voidaan ajatella nyky-yhteiskunnassa esimerkiksi perhe- tai nettikahviloita, mediatoimia ja ostoskeskusten aukioita, jonne ihmiset kerääntyvät toistensa seuraan samojen kiinnostuksenkohteiden äärelle. Bardy ja Känkänen ehdottavat, että myös erilaiset kodin ulkopuoliset palvelut kuten neuvola, koulu, hoitokodit ja laitokset ja sosiaalitoimistotkin voisivat muodostua agoraksi. Nekin kun ovat osa kansalaisten, ammattilaisten ja asiakkaiden todellisuutta, joissa kohdataan ihmisten kokemuksia ja käsitellään iloa ja murheita. Näitä kokemuksia, iloa ja murheita voisi päästää myös jollain tapaa laajempaan yhteiseen jakamiseen. (Bardy ym. 2005, 201.) Elämäni kuvat –ryhmiin osallistuneiden kertomuksista käy ilmi, että ihmiset haluavat osallistua sosiaalisen järjestyksen toimintoihin. Erilaisten palveluiden, kuten sosiaalitoimistojen, tulisikin nykyistä enemmän tarjota mahdollisuuksia asiakkaidensa kohtaamiseen toistensa kanssa sekä yhteisen todellisuuden jakamiseen.

Sosiaalityön tulee toimia ihmisten hyväksi kahdella rintamalla; sekä asiakaskohtaisella auttamisella että sosiaalisen muutoksen aikaansaamisella (Raunio 2006, 142). Sosiaalityön hyvinvointipoliittisen orientoitumisen toteutumiseen ei riitä pelkkä asiakaskohtainen työskentely, vaan tarvitaan sosiaalityön työorientaatioiden uudenlaista ymmärtämistä. Sosiaalityö hyvinvointipoliittikan välineenä 2015 -toimenpideohjelman mukaan tavoitteena uudenaikaisessa sosiaalityössä on siirtyminen kaikessa toiminnassa korjaavasta kohti ehkäisevää ja vahvistavaa sosiaalityötä. Näin yhteiskuntapoliittisena toimintana sosiaalityö turvaisi kansalaisten hyvinvoinnin eikä vain puuttuisi korjaavasti vaikeisiin ongelmatilanteisiin. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2005, 28–34, 37–38.) Ryhmämuotoinen työskentely voidaan nähdä ennaltaehkäisevänä ja vahvistavana, hyvinvoinnin parantamiseen ja muutokseen tähtäävänä työnä.

Paolo Freiren ideologiassa ajatuksena on purkaa sosiaalityössäkin sisäänrakennettuna oleva työntekijän ja työn kohteena olevien henkilöiden välinen hierarkkinen suhde, jonka jälkeen yhteinen toiminta ja keskustelu voivat synnyttää ratkaisuja myös henkilökohtaisiin ja sosiaalisiin ongelmiin. Siksi sosiaalityössäkin on ongelman ratkaisun tietämisen sijaan olennaista oppia synnyttämään keskustelua; tapahtuupa se sitten sosiaalityön, kasvatuksen tai taiteen keinoin. Onnistunut dialogi auttaa itse löytämään ratkaisut ongelmiin. (Toikko 2005, 229.) Sosiokulttuurisessa työssä pyritään etsimään yhteyttä sekä sosiaalityöhön että kulttuurityöhön. Sosiokulttuurinen työ kohdistuu yhteisöihin, mutta käytännössä yleensä työskennellään erilaisten ryhmien kanssa niin, että ryhmät pyritään hahmottamaan osana laajempaa sosiaalista yhteisöä. (Toikko 2002, 272–273.) Moderni

sosiokulttuurisen innostamisen pedagogiikka haastaakin sosiaalialalla työskenteleviä kysymään: ”Miten minä olen sitoutunut muuttamaan yhteisöjä, joissa toimin? Missä ovat suomalaisen yhteiskunnan sorretut ja osallistumisesta syrjäytetyt? Miten yhdistämme työssämme sosiaalisen, kasvatuksellisen ja kulttuurisen?” (Kurki 2000, 178.)

Sosiokulttuurisessa työssä kulttuurilla tarkoitetaan suhteen luomista taiteeseen. Taiteella tarkoitetaan lähinnä yhteisötaiteen muotoja, joissa keskeistä ei ole taiteen luominen sinänsä, vaan ihmisten osallistaminen oman kulttuurisen identiteettinsä tuottajaksi. Taide saakin merkityksen sosiaalisesta kontekstistaan. Sosiokulttuuriseen työhön sosiaalityönä voi kohdistua selkeitä yhteiskunnallisen muutoksen tavoitteita, mutta kulttuurityönä siihen kohdistetaan lähinnä ryhmien ja yhteisöjen itseyttä kehittämiseen kohdistuneita tavoitteita. Sosiokulttuurisen työn keskeisenä tavoitteena on osallistaa ihmisiä tekemään ja tuottamaan identiteettiään. (Toikko 2002, 273–274.) Sosiaalityössä tulisikin nykyistä enemmän korostaa sosiokulttuurista otetta. Uusia yhteistyömahdollisuuksia eri alojen toimijoiden kanssa voisi olla hedelmällistä kehittää. Asiakkaista löytyy ennalta-arvaamattomia voimavaroja ja tekemisen innostusta, kun heille tarjoo erilaisia mahdollisuuksia toteuttaa itseään.

Ihmiselle on ominaista pyrkiä jäsentämään elämäänsä kertomuksena, jossa hän itse toimii päähenkilönä. Ihmismieli pyrkii luomaan kokonaiskuvaa ympärillä olevasta jo varhaisvaiheista lähtien. Kertomukset ja tarinat ovatkin kulttuurin vahvimpia itseilmaisun ja itsesäilytyksen keinoja. Ihmisen hyvinvointiin vaikuttaa se, millaista tarinaa hän kertoo itsestään ja elämästään muille; pääseekö hän kutakuinkin lähelle sisäistä ja ulkoista elettyä todellisuuttaan. (Bardy ym. 2005, 202.) Elämäkerrallisessa työskentelyssä etsitään ilmaisuja, sanoja, kuvia, liikettä tai näkyvää vuorovaikutusta eletylle elämälle. Omaan elämäntarinaansa on mahdollista etsiä uusia näkökulmia ja tietoisesti miettiä, minkälaista tarinaa kertoo itsestään. Ymmärrys ja oivallukset mahdollisten tulkintojen moninaisuudesta ja muutettavuudesta voivat vapauttaa ihmisen vanhasta kaavasta. Tarinoiden yhteisöllinen jakaminen voi johdattaa uuden äärelle, ihminen voi toimia oppaana toiselle. Kun ihminen on valmis jakamaan omat tarinansa, kohtaamisista tulee merkityksellisiä ja uusien valintojen mahdollisuudet lisääntyvät. Sosiaalityön yhtenä tehtävänä onkin luoda tilaa ja välineitä, jotka mahdollistavat tarinoiden tuottamisen ja jakamisen sekä vaihtoehtoisia kertomisen tapoja. (Bardy ym. 2005, 203–204.)

Englanninkielen ”empowerment”-sana käännetään yleisimmin suomen kielelle sanoiksi ”voimaantuminen”, ”valtaistuminen”, ”valtautuminen” tai ”voimavaraistuminen” (Jantunen 2010, 91). Liisa Hokkanen esittää, että valta- ja voima -kantasanon avulla erotettaisiin empowermentista kaksi erilaisiin teoreettisiin sitoumuksiin ja lähtökohtiin rakentuvaa juonetta: yksilöllisesti painottunut voimaantuminen ja yhteiskunnallisesti painottunut valtaistuminen (Hokkanen 2009, 329). Voimaantumisessa etsitään aiempaa myönteisempää tapaa määritellä itseä, omaa tilannetta ja

suhdetta ympäristöön. Voimaannuttavassa sosiaalityössä ihmisen itsensä luomalle todellisuustulkinnalle annetaan suuri tila. Huomio kiinnittyy yksilöllisesti määrittyvään tilanteeseen, sen erityispiirteisiin ja voimavaroihin sekä tilanteen uudelleentulkinnan mahdollisuuksiin siten, että ihminen löytää itsestään tarvittavan muutosvoiman. (Hokkanen 2009, 331.) Voimaantuminen onkin elämään merkitystä, sisältöä ja laatua tuottava prosessi, jolla on myönteinen vaikutus ihmisen itsetuntoon ja mahdollisesti myös toimijuuteen (Hokkanen 2009, 334).

Osana empowermentia sen varhaisista ajoista lähtien on ollut tietoisuuden kasvattaminen (Hokkanen 2009, 324). Elämäni kuvat -ryhmän sisällön suunnittelussa on hyödynnetty tausta-ajatuksena voimavara- ja ratkaisukeskeistä ajattelua, tietoisuustaitoja (mindfulness) sekä joitakin NLP:hen pohjautuvia ideoita. Koska sosiaalityö on perinteisesti ollut melko ongelmakeskeistä puhetta, on nähty tarvetta tuoda työhön mukaan enemmän voimavaraistavia elementtejä, jotka edesauttaisivat ihmisten voimaantumista. Siksi Elämäni kuvat -ryhmässä on pyritty keskittymään enemmän ryhmäläisten voimavaroihin kuin ongelmiin. Kehitettäessä edelleen ryhmän sisältöä eri ryhmäkerroille on tätä voimavaroihin ja eteenpäin menemiseen keskittyvää suuntausta haluttu entisestään vahvistaa. Ryhmän teemoissa hyödynnetään siis voimavaralähtökohtaa: resurssi – ongelma – ratkaisu. Teemoissa eritellään ensin elämän voimavarat ja ne asiat, jotka kuluttavat voimavaroja sekä tavanomainen, neutraali toiminta. Lopuksi pyritään ratkaisuun; kokonaiskuvan näkemiseen, joka parhaimmillaan voi toimia voimavaraistavana ratkaisuna ryhmäläisen tilanteeseen. Myös vertaisryhmän tuella onnistuva ihmisen tietoisuuden ja toimijuuden uudelleenmäärittäminen on yksilöllisessä empowerment-tulkinnassa yleisesti tunnistettu ja esiintuotu ilmiö (Hokkanen, 2009, 318).

Juho Saaren mukaan koettu hyvinvointi kytkeytyy useimmilla yksilöillä ryhmän tai yhteisön jäsenyyteen ja sitä kautta rakentuviin sosiaalisiin suhteisiin (Saari 2009, 9). Yksinäisyydestä on kuitenkin tullut 2000-luvun alun Suomessa yhteiskunnallinen tai sosiaalinen kysymys, jolla on yhtymäkohtia suomalaisen yhteiskunnan institutionaaliseen rakenteeseen (Saari 2009, 11). Aikuisten ihmisten yksinäisyys tuli esille myös ryhmätoiminnassa. Esimerkiksi yksi ryhmäläinen harmitteli sitä, ettei hänellä ole ketään, joka voisi ottaa hänestä itsestään valokuvan. Valokuvan saaminen itsestään vaatisi häneltä erityistä järjestelyitä ja suunnitelmallisuutta. Tällaisen asian esiintuominen konkretisoi sen täydellisen todellisen yksinolon, jota ryhmäläinen kokee. Yksinolo ei ole aina ihmisen oma valinta. Mitä pidempään joutuu olemaan haluamattaan yksin, sitä vaikeampaa elämästä tulee. Saaren tutkimuksessa yksinäisyys korreloi voimakkaasti masennuksen, surullisuuden ja ikävystymisen kanssa sekä käänteisesti voimakkaasti onnellisuuden kanssa. Yksinäiset ovat väsyneitä ja nukkuvat levottomasti. Väsymys ja levottomuus aiheutuvat nimenomaan tekemättömyydestä. (Saari 2009, 138.)

Yksinäisten uudelleen sosiaalistumista ei voi jättää yksinäisten omaksi tehtäväksi. He ovat sellaisessa elämäntilanteessa, että heidän omat materiaaliset ja sosiaaliset resurssinsa eivät riitä tilanteen korjaamiseen. Heidän osaltaan yksinäisyydessä on kyse yhteiskuntapoliittisesta kysymyksestä. (Saari 2009, 167.) Saaren tutkimuksen mukaan suurin osa suomalaisista on sitä mieltä, että vastuu yksinäisestä on hänen lähipiirillään tai seurakunnalla. Esimerkiksi julkiselle vallalle ja kansalaisjärjestöille vastuuta annettiin vähemmän. (Saari 2009, 217.) Mikään ei kuitenkaan estä myös julkista valtaa, esimerkiksi kunnan sosiaalitoimea, pyrkimästä vähentämään tätä ongelmaa esimerkiksi järjestämästä erilaisia ryhmiä. Ryhmissä on mahdollisuus luoda sosiaalisia kontakteja, jotka voisivat vähentää koettua yksinäisyyttä. Myös tekemättömyyteen vaikuttaminen on erilaisten ryhmien yksi vahvuus. Ryhmään tuleminen on tekemistä päivään; tulee lähdettyä kotoa johonkin. Saarenkin tulosten valossa yksinäisyyden vähentämiseen tähtäävässä yhteiskuntapolitiikassa tulee kiinnittää aiempaa systemaattisempaa huomiota ihmisten koettua hyvinvointia (onnellisuutta ja elämään tyytyväisyyttä) edistäviin tekijöihin. Yhteiskuntapolitiikan painopisteen siirtäminen resurssien uudelleenjaosta kohti sosiaalisten suhteiden vahvistamista ja koettua hyvinvointia edellyttääkin sen systemaattista uudelleenajattelua. (Saari 2009, 250–251.)

Olellaisena osana sosiaalityön ryhmiä nähdäänkin ryhmäläisten kesken muodostuvat sosiaaliset suhteet ja heidän toisiltaan saama vertaistuki. Vertaisryhmissä keskinäinen tuki toteutuu suurelta osin keskusteluna (Jantunen 2010, 91). Ryhmissä keskustelua edistävät ryhmäläisten yksilöllisten valmiuksien lisäksi ryhmään luodut rakenteet ja vuorovaikutuksellinen ilmapiiri. Ryhmään luoduilla rakenteilla tarkoitetaan esimerkiksi erilaisia toistuvia käytäntöjä, kuten esimerkiksi jokaisen tapaamisen alussa käytävää kuulumisten kierrosta ja lopussa päätöskierrosta. Ryhmän salliva ilmapiiri antaa myös vapauden olla puhumatta ja keskittyä vain kuuntelemiseen. Puhumisen sisältö ryhmissä voi vaihdella yleisistä kuulumisista elämän syvimpien kysymysten käsittelyyn. Vertaisryhmäläisten kanssa keskustellaan itselle tapahtuneista asioista, ongelmista ja huolista, onnistumisista ja tunteista tai pohditaan omaa oloa laajemmin. (Jantunen 2010, 91.) Ryhmäläisillä tuleekin olla perusvuorovaikutustaidot kunnossa, kykyä kuunnella ja ottaa muita huomioon.

Vertaistuki vahvistaa esimerkiksi masentuneen henkilön voimaantumista tai valtaistumista sekä uuden identiteetin löytymistä. Jantunen nimeää voimaantumisen alakäsitteiksi tilan löytymisen kokemuksille, uskon omiin mahdollisuuksiin ja kanssaeläjänä olemisen. Tilan löytäminen mahdollistaa muutoksen, jolloin oleminen helpottuu ja aletaan puhua sekä saada vahvistusta omille kokemuksille; voidaan asettautua oman itsen puolelle. On helpottavaa huomata, että myös muilla on vastaavanlaisia ajatuksia, tunteita ja kokemuksia kuin itsellä. Mahdolliset kielteiset käsitykset itsestä alkavat vaihtua itsensä ymmärtämiseksi. (Jantunen 2010, 94–95.) Ryhmäläiselle on erittäin merkittävää kuulla muiden ryhmäläisten kommentteja ja palautetta ottamistaan valokuvista. Myönteinen palaute ja uudet näkökulmat voivat muuttaa ryhmäläisen aiempaa ajattelua itsestään ja tilanteestaan.

Vertaistukiryhmät edistävät niihin osallistuvien aktivoitumista ja aloitteellisuutta. Vertaistoiminnan pariin hakeutuvalla masentuneella henkilöllä on toivoa ja jonkinlainen luottamus ryhmän myönteiseen merkitykseen. Vertaistuki auttaa avautumaan ihmissuhteissa, elämä alkaa tuntua vivahteikkaammalta ja monet asiat myönteisimmiltä, kuin miltä ne yksin vatvoessa näyttävät. Ryhmäläiset alkavat tunnistaa voimavarojaan, joko ennestään tuttuja tai täysin uusia. Esimerkiksi monelle masentuneelle tulevaisuuteen suuntautuva ajattelu on merkki siitä, että voimavarat ovat lisääntyneet. Tulevaisuus sisältää toivoa ja suunnitelmia, osallistumista harrastuksiin, vapaaehtoistyöhön, työelämään tai johonkin muuhun. Voimavarojen lisääntyminen näkyy myös aiempaa tietoisempina valintoina ja elämän sisällön suunnitteluna. (Jantunen 2010, 96–97.)

Vertaistuella voi siis olla merkittäviä vaikutuksia ryhmän jäsenten elämään ja elämäntilanteeseen. Kun asiakkaiden elämäntilanteen vahvistaminen nähdään sosiaalityön keskeisenä tehtävänä (esim. Juhila 2006, 63), on perusteltua siihen pyrkiessä hyödyntää myös asiakkaiden toisiltaan saamaa ja toisilleen antamaa vertaistukea esimerkiksi erilaisten ryhmien avulla. Näin voidaan tukea ja kannustaa asiakkaita kohti hallitumpaa, itsenäisempää ja oma-aloitteisempää elämää (Juhila 2006, 63).

4.8 Pohdinta

Vuoden 2011 aikana olemme toteuttaneet kolme Elämäni kuvat -ryhmää läntisellä sosiaaliasemalla. Ryhmät ovat olleet suljettuja pienryhmiä. Jokaisen ryhmän toteutussuunnitelma on aina kehittynyt edellisen ryhmän pohjalta. Olemme oppineet aina jotakin edellisestä ryhmästä ja pyrkiin hyödyntämään ryhmäläisten antamaa palautetta jatkosuunnittelussa. Valmista ei varmasti ole vielä. Oikeastaan ryhmää ei voi koskaan suunnitella täysin valmiiksi muuttumattomaksi konseptiksi, koska ryhmäläiset tuovat ryhmään aina omat mausteensa. Siksi jokainen ryhmä on erilainen, omannäköisensä.

Elämäni kuvat -ryhmässä ovat annetut valokuvaustehtävät muodostaneet sisällöllisen rungon ryhmän tapaamisten teemoihin. Ryhmäläisillä on kuitenkin ollut vapaus tulkita annetut tehtävät haluamallaan tavalla. Elämäntilanteeseen liittyvät kuvaustehtävät ovatkin vain viitteellisiä, eikä ole haitannut, jos jostain tehtävästä ei ole keksinyt kuvattavaa tai kuva on muuten aiheen vierestä. Tärkeintä ryhmässä on jokaisen ryhmän jäsenen oma elämäntilannetta tarkasteleva prosessi riippumatta siitä, miten hyvin se osuu yksin annettujen tehtävien kanssa. Vaikka joku ei olisikaan itse pystynyt kuvaamaan jotain tiettyä aihetta, pelkkä ryhmään tuleminenkin ja läsnäolo on tärkeää. Ryhmässä voi osallistua ilman kuviakin keskusteluun ja tuoda ja saada siten uusia näkökulmia aiheeseen. Ryhmässä ihmisistä voi tulla esille aivan uudenlaisia puolia, joita ei välttämättä esiinny koskaan yksilökohtaisissa tapaamisissa.

Ryhmän prosessin ajatus on muuttunut matkan varrella. Ajatuksena alun perin oli, että ryhmäläinen tekee ryhmässä itse itselleen kartoitusta omasta elämäntilanteestaan ja tavoitteistaan. Samalla

kartoitus tai osa siitä toimisi myös pohjana sosiaalityön tarpeen arvioimiselle tai sosiaalityön suunnitelmalle muutosta kohti. Tämä ns. voimavaroista muutokseen -ajattelu on pyritty kuvaamaan kuvioon 11.



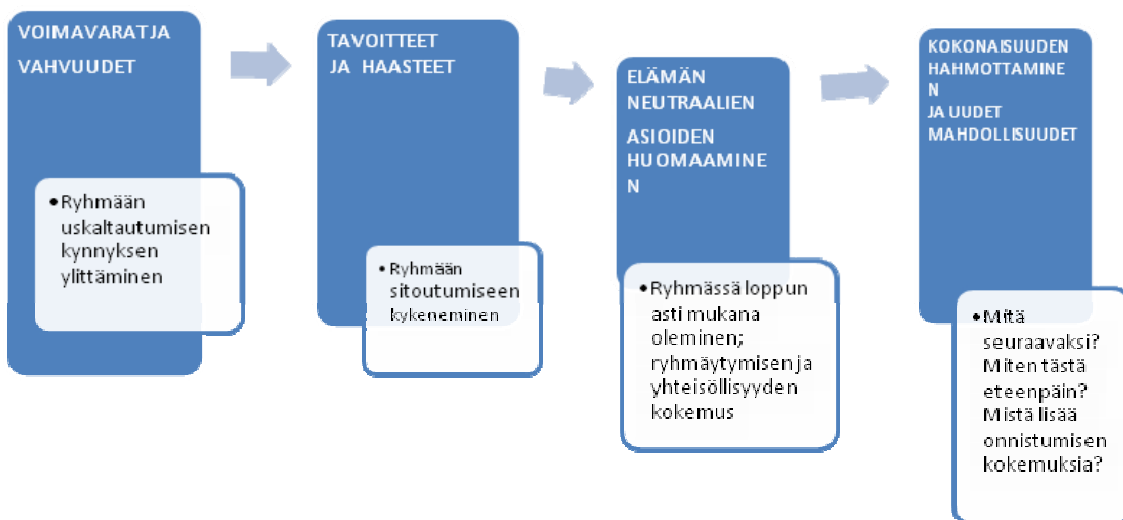
Kuvio 11. Alkuperäinen ajatus ryhmän prosessista

Jokaisessa ryhmässä tämän tilannekartoitus-asian esiin nostaminen on aiheuttanut kuitenkin hieman vastustusta ryhmäläisiltä. Ryhmäläiset eivät ole halunneet heidän ryhmässä kertomiensa asioiden tulevan kirjatuksi asiakastietojärjestelmään. Siksi ryhmässä onkin sovittu, että mitään ei kirjata asiakastietojärjestelmään ilman ryhmäläisten lupaa. Ryhmän jäsenille on annettu mahdollisuus kirjoittaa itse haluamansa verran ryhmässä käsitellyistä asioista tai muista ajankohtaisista asioista ylös, jotta ryhmän vetäjät voisivat dokumentoida nämä heidän itse tuottamansa tekstit asiakastietojärjestelmään. Ryhmäläiset eivät kuitenkaan ole kovin innostuneesti itse tuottaneet kirjallista tekstiä elämäntilanteestaan, vaikka ryhmässä suullisesti olisivatkin siitä syvällisesti puhuneet. Myöskään ulkonäöltään visuaalisemman tilannearviokaavion täyttäminen ei tuntunut ryhmäläisistä mukavalta, vaan tuotti joillekin jopa ahdistusta. Näin ollen yrityksemme aktivoida ryhmäläisiä itse tuottamaan omat kirjalliset tilannearvionsa eivät ole onnistuneet. Kuitenkin olemme ryhmän ohjaajina kokeneet, että jonkinlaista sosiaalityön prosessiin kuuluvaa tuotostakin ryhmästä tulisi saada, jotta ryhmien pitäminen mahdollistuisi myös jatkossa. Mietimmekin, miten ryhmä kytkeytyisi sosiaaliaseman työhön. Vai riittäisikö sosiaalityön tavoitteeksi ryhmätoiminnassa se, että ryhmään osallistuminen vahvistaa yhteisöllisyyttä ja vähentää syrjäytymisriskiä, tuo ryhmäläisille iloa ja tekemistä arkeen sekä uusia sosiaalisia kontakteja, mahdollisuuden pohtia elämäntilannettaan ja saada vertaistukea, ehkä jopa voimaantumaa? Eivätkö nämäkin syyt jo oikeuta ryhmämuotoisen työskentelyn olemassaolon?

Itse vierastan ajatusta siitä, että ryhmäläisiltä tai yleensäkin sosiaalityön asiakkailta pitäisi koko ajan vaatia jotain; aktiivisuutta, eteenpäin menoa, näkyvää muutosta tilanteeseen. Vaatijoita tässä yhteiskunnassa on niin paljon muutenkin; esimerkiksi työttömien kohdalla TE-toimisto ja Kela odottavat koko ajan suoritteita. Tässä ryhmämuotoisessa sosiaalityössä nämä seikat eivät olekaan itsetarkoituksena. Kun sosiaalityö on viimesijainen palvelu, olisi toivottavaa, että se olisi sellainen tukimuoto, joka ei olisi pelkästään jatkumoa vaatimusten listalla, vaan ottaisi asiakkaan elämään

uutta näkökulmaa ja pyrki voimavaraistamaan asiakasta vaatimusten sijaan. Holistisen ja toiminnallisen ihmiskäsityksen mukaan ihminen kyllä itse alkaa pyrkiä eteenpäin, kun on siihen valmis ja kun hänellä on siihen riittävät voimavarat.

Näkisinkin että tämäntyyppisessä ryhmätyöskentelyssä pyritään nimenomaan voimavaraistamaan ryhmäläisiä. Tällä hetkellä ryhmän prosessin ajatuksena onkin keskittyä siihen, mihin ryhmäläinen on itse valmis. Kuuden viikon aikana ei vielä välttämättä synny konkreettisia tavoitteita tai toiminta-askelaita, suuresta muutoksesta puhumattakaan. Saavutuksena voidaan kuitenkin pitää ylipäänsä ryhmään osallistumista. Jo ryhmän joka tapaamiskerralle osallistuminen voi olla suuri ponnistus ihmiselle, joka ei ole pitkään aikaan sitoutunut mihinkään. Se, että hän on pystynyt osallistumaan ryhmään, on osoitus omasta onnistumisesta. Sekin jo riittää. Ryhmään osallistuminen voi myös parhaimmillaan olla pieni askel jollekin tulevalle muutokselle. Kuviossa 12 on hahmoteltu tämän hetkistä ajatusta ryhmän prosessista.



Kuvio 12. Nykyinen ajatus ryhmän prosessista

Monelle voi olla suuri kynnyks ylittää ryhmään ilmoittautumisen raja. Ilmoittautumisen jälkeen toinen kriittinen vaihe on ryhmään sitoutumiseen kykeneminen; pystynkö / jaksanko / haluanko osallistua kaikille ryhmätapaamisille. Suljetun ryhmän ollessa kyseessä on tärkeää, että ryhmän porukka pysyy samana ryhmän alusta loppuun asti. Ryhmään osallistuminen ja sen kokonaisuuden käyminen on voinut olla ryhmäläiselle merkittävä osallistumisen ja onnistumisen kokemus, joka voi jatkossa mahdollistaa myös johonkin muuhun toimintaan osallistumisen. Pohdittava onkin, miten ryhmäläisen kanssa saadun kontaktin voisi säilyttää ryhmän jälkeenkin. Vaikka ryhmäprosessin läpikäyminen on sinällään jo hieno saavutus, voitaisiin ryhmäprosessin jälkeen tarjota ryhmäläiselle muitakin mahdollisuuksia.

Läntisellä sosiaaliasemalla on kehitetty ”Tartu tilaisuuteen” -toimintamallia, jossa pyritään asiakkaan aktivoimiseen onnistuneen ryhmä- tai muun asiakastoiminnan jälkeen eli tilanteessa, jossa yhteys sosiaaliasemaan on positiivisesti syntynyt ja aktivoitunut. Asiakkaalle tarjotaan mahdollisuutta päästä keskustelemaan sosiaalialan työntekijän kanssa hänen osallistuttuaan johonkin sosiaaliaseman järjestämään toimintaan. Toimintamallin avulla myös asiakkaiden vastuutyöntekijöille pyritään saamaan tieto asiakkaan osallistumisesta, jotta työntekijä voisi hyödyntää aktivoitumista jatkotyöskentelyssä. Toimintamallin tarkoituksena on myös seurata ryhmä- tai muussa asiakastoiminnassa mukana olleiden asiakkaiden kokonaismäärää. Näin pystytään seuraamaan asiakkaiden henkilökohtaista tilannetta sekä arvioimaan ryhmätoiminnan vaikuttavuutta; onko asiakkaan elämässä tapahtunut muutosta ryhmä- tai muuhun toimintaan osallistumisen myötä ja työntekijän tapaamisen jälkeen, sekä mitkä ovat olleet vaikuttavia interventioita. (TATI – Tartu tilaisuuteen -toimintamalli 2011.)

Tartu tilaisuuteen -toimintamalliinkin sisältyy ajatus siitä, että työn vaikuttavuutta täytyy pystyä arvioimaan. Nykyisin kaikesta tehdystä asiakastyöstä tunnutaan tarvitsevan kirjattuja suoritteita asiakastietojärjestelmään, koska usein vain suoritteiden määrän perusteella arvioidaan työn tehokkuutta ja sen vaikuttavuutta työn sisällön tai laadun jäädessä valitettavan usein huomiotta. Siksi olemme pohtineet myös Elämäni kuvat -ryhmän mahdollisia sosiaalityöhön liittyviä kirjaussuoritteita. Asiakkaille tehtävät tilannearviot ja suunnitelmat ovat asiakastietojärjestelmässä sellaisia selkeitä sosiaalityön omistamia prosesseja, joihin ryhmäsosiaalityönkin todennäköisesti odotetaan tuottavan suoritteita. Kuten jo edellä todettiin, ryhmäläiset eivät itse halunneet tuottaa asiakastietojärjestelmään kirjattavia tilanteensa kartoituksia.

Ehkä ryhmään liittyvän mahdollisesti tarvittavan sosiaalityön suoritteen voisi toteuttaa niin, että ryhmän ohjaajat eli sosiaalityöntekijät kirjaisivat ryhmätapaamisten aikana muistiinpanoja ryhmäläisen elämäntilanteesta tilannearviota varten ja palauttaisivat kirjoittamansa tilannearvioehdotuksen ryhmäläiselle luettavaksi ja kommentoitavaksi esimerkiksi viimeisellä ryhmäkerralla. Näin ryhmäläisiä itseään ei veloitettaisi valokuvaustehtävien ohella muunlaiseen suoritteeseen. Ryhmäläiset myös hyötyisivät näistä sosiaalityöntekijöiden kirjoittamista tilannearvioista siten, että tavatessaan seuraavan kerran vastuutyöntekijänsä heidän ei tarvitsisi kertoa kaikkia samoja asioita uudelleen kuin on ryhmässä tullut esiin. Sosiaalityöntekijöiden voi tosin olla haastavaa ryhmän vetämisen ohella painaa mieleen tai kirjoittaa muistiin ryhmäläisten kertomuksia riittävän tarkasti, jotta niistä pystyisi kirjoittamaan tilannearvion. Kuuden – seitsemän osallistujan ryhmän vetäminen on hyvin intensiivistä työtä, jossa samaa aikaa suoritettava kirjaaminen voisi heikentää ryhmätilanteeseen keskittymistä. Työntekijöiden tulisikin tällaisessa tilanteessa ehkä jakaa päävastuu kirjoittamisesta esimerkiksi niin, että toinen keskittyy toiseen puoleen, toinen toiseen puoleen ryhmäläisistä tilannearvion tuottamisessa. Tämäkin voi olla ongelmallista, jos ryhmäläiset eivät halua heistä kirjattavan ylös mitään. Kirjaaminen myös saattaa

vaikuttaa ryhmäläisten kertomuksiin; jotain voi jäädä sanomatta, jos on aihetta uskoa sen tulevan kirjatuksi. Jos asioita jätetään ryhmässä sanomatta kirjaamisen pelossa, ei ryhmä ole enää lainkaan tarkoituksenmukainen. Mielestämme myöskään kirjaaminen ei saisi nousta liian suureen asemaan tämäläisessä työskentelyssä. Kirjaamisvelvoitteet ovatkin asia, jota ryhmäsosiaalityötä edelleen kehitettäessä tulee tarkasti pohtia.

Pohdittava on myös sitä, onko parempi, että ryhmän ohjaajana toimii joku muu sosiaalityöntekijä kuin asiakkaan oma vastuutyöntekijä, vai päinvastoin. Näissä ryhmissä olleilla asiakkailla on ollut eri vastuutyöntekijät kuin ryhmän ohjaajat. Pauliina Levamon mukaan on asiakkaiden edun mukaista, että ryhmän ohjaajat ovat eri työntekijöitä kuin asiakkaiden vastuutyöntekijät ja etteivät ryhmän ohjaajat suoranaisesti hoida heidän yksilöllisiä sosiaalityön tarpeitaan, kuten taloudellista tukea, asumisen järjestämistä, joidenkin muiden etuuskien organisoimista tai tarveharkintaisen tuen myöntämistä. Tätä näkemystä Levamo perustelee rooliristiriitojen välttämiseksi, mutta erityisesti siksi, että ulkoisen elämänhallinnan järjestelyt veisivät ryhmältä lähes kaiken huomion. Levamon mukaan ryhmätoiminta painottuu ensisijaisesti asiakkaan sisäisen elämänhallinnan tukemiseen, psykososiaaliseen sosiaalityöhön, vertaistuen mahdollistamiseen ja ulkoisen elämänhallinnan osalta vain ohjaukseen ja neuvontaan. (Levamo 2007, 81.) Tämä näkemys on kyllä helppo allekirjoittaa. Mielenkiintoinen ajatus kuitenkin olisi myös koota ryhmä sosiaalityöntekijän omasta asiakaspiiristä ja tutkia käytännössä, onnistuisiko ryhmätoiminta samalla tavalla kuin ei-ennestään-tuttujen asiakkaiden kanssa.

Mielestäni on myös tärkeää, että tämänlaisen sosiaalityön sisällöllisen ryhmän ohjaajina toimivat nimenomaan sosiaalityöntekijät. Elämäni kuvat –ryhmä ei ole tarkoitettu toiminnalliseksi valokuvausryhmäksi, jota voisi vetää kuka tahansa. Ryhmä on kehitetty sosiaalityön työskentelyä varten; ryhmässä on sekä tilanearviollisia elementtejä, psykososiaalisen tuen elementtejä että sosiaaliseen muutostyöhön tähtäävää otetta. Ryhmässä ei vain oteta ja katsota valokuvia ja keskustella niistä, vaan valokuvat toimivat apuvälineinä ja ikkunoina ryhmäläisten elämäntilanteiden ja asioiden syvempään tarkasteluun. Ryhmän ohjaajien ammattitaidosta riippuukin, miten hyvin ryhmä tässä tavoitteessa onnistuu. Parhaimmillaan ryhmäläinen on todella syventynyt tarkastelemaan omaa tilannettaan, tullut tietoisiksi nykyhetkestä ja siihen vaikuttavista seikoista sekä kenties alkanut pohtimaan tulevaisuuttaan uudesta lähtökohdasta käsin ja uusiin löydettyihin voimavaroihin pohjautuen.

Käytäntötutkimuksena tai sosiaalityön kehittämistyönä tämä ryhmämuotoinen työskentely on ollut erittäin kiinnostavaa, uudenlaisen työtavan opettelua. On ollut antoisaa saada käyttää työaikaa uuden toiminnan suunnitteluun ja toteuttamiseen. Näyttää myös siltä, että tämänlainen sosiaalityön intensiivinen ryhmätoiminta sopii sosiaaliseen aikuissosiaalityöhön. Aikuissosiaalityön työorientaationa on usein mainittu kuntouttava työ (esim. Sosiaali- ja terveystieteiden ministeriö 2005, Juhila

2008). Kuntouttamisella ei tarkoiteta vain työllistymisen mahdollisuuksien parantamista, vaan laajemminkin asiakkaan sosiaalisen elämäntilanteen parantamiseen tähtäävää toimintaa (Juhila 2008, 23). Mielestäni on ihan mahdollista ajatella tämäntyyppistä ryhmätyöskentelyä jonkinlaisena pienimuotoisena sosiaalisena kuntoutuksena pitkäaikaisasiakkaille. Aikuissosiaalityössä tulisikin nykyistä enemmän korostaa sosiaalisen kuntoutuksen aspektia ja miettiä, mitä muuta se voisi olla kuin yksilökohtaista työskentelyä asiakkaan kanssa. Onnistunut sosiaalinen kuntoutus voi mahdollistaa asiakkaan siirtymisen jatkossa muihin palveluihin, esimerkiksi ammatilliseen kuntoutukseen tai koulutukseen.

Sosiaalityössä tulisi enemmän huomioida erilaisia työskentelytapoja ja -mahdollisuuksia esimerkiksi taiteen saralla. Pelkkään keskusteluun keskittynyt työskentely ei välttämättä toimi kaikkien asiakkaiden kohdalla. Moni saattaisi helpommin ilmaista ajatuksiaan ja toiveitaan, jos saisi mahdollisuuden esittää niitä jossain muussa kuin sanallisessa muodossa. Luovien keinojen käyttöönotto voisi laajentaa työntekijän ja asiakkaan välistä yhteisymmärrystä. Asiakkaille erilaiset ilmaisumuodot voivat olla todellinen henkireikä ja piristysruiske arkeen. Esimerkiksi taiteen parantava vaikutus tai koettua elämää uudeksi luova merkitys syntyy siitä, että taide pitää mielen liikkeessä. Omaelämäkerronnallisessa taiteessa, kuten esimerkiksi ryhmäläisen ottamisessa valokuvissa ja niiden kokonaisuudessa, tapahtuu ”liikettä itsestä ulos”, eli tehdään itse näkyväksi itselle ja muille. Näin taide voi uudelleen rakentaa itseä ja maailmaa. Taiteellinen työskentely voi johtaa oman elämäkokemuksen kunnioitukseen, ja omalle elämälle voidaan taiteen keinoin rakentaa jopa uusi käsikirjoitus. (Sava & Katainen 2004, 30.)

Näiden kolmen Elämäni kuvat -ryhmän toteuttamisen osalta vaikuttaisi siltä, että kysyntää ryhmätoiminnalle sosiaalitoimessa aikuisten palveluissa olisi ainakin keski-ikäisten asiakkaiden kohdalla. Pääosin ryhmiin osallistuneet ja sitoutuneet asiakkaat ovat olleet neljän–kuudenkymmenen vuoden ikähaarukassa, kun taas alle kolmekymmentäviisivuotiaita näissä ryhmissä on ollut vain muutama. Ehkä on niin, että kun on jo ikää tullut, on helpompi ja mielekkäämpi aloittaa jäsentää omaa elettyä elämäänsä ja nykytilannettaan syvällisemmin. Suurin osa ryhmiin osallistuneista ihmisistä on ollut jo entuudestaan sosiaaliaseman asiakkaina. Ihmisellä, joka ei ole sosiaaliaseman asiakas, voi olla suuri kynnys osallistua sosiaaliaseman järjestämään toimintaan. Tosin ensimmäisen ryhmän kohdalla näinkin tapahtui.

Ryhmätyöskentely näyttää olevan houkutteleva vaihtoehto hieman useammin naispuolisille kuin miespuolisille asiakkaille. Reilu puolet näihin kolmeen ryhmään osallistuneista on ollut naisia. Kahdessa ryhmässä kolmesta on kuitenkin ollut miehiäkin aktiivisesti mukana koko ryhmäprosessin ajan. Miehet näyttävät olevan kiinnostuneita ryhmään liittyvästä teknisestä valokuvaustyöskentelystä; miehillä on usein omat kamerat jo olemassa ja heillä on ollut alaan liittyvää harrastuneisuutta aiemminkin. Ryhmien naiset ovat sen sijaan ehkä syvällisemmin lähteneet työstämään omaa

elämäänsä kuvien kautta välittämättä niinkään kameran teknisistä hienouksista. Kuuden viikon ryhmäperiodi on vaikuttanut sopivan pituiselta ajalta. Se on riittävän lyhyt, että ryhmäläinen uskaltaa sitoutua siihen, ja riittävän pitkä, että ryhmän kuuluvat ihmiset tutustuvat toisiinsa ja jonkinlaista ryhmäytymistä voi tapahtua.

Sosiaalityötä on mahdollista toteuttaa myös ryhmämuotoisesti. Tähän tulokseen olen ainakin itse päätenyt näiden ryhmäkokemusten jälkeen. Myös ryhmäläisiltä tulleet palautteet (liitteet 4 ja 5) kannustavat jatkamaan ryhmien pitämistä. Osa ryhmäläisistä on kokenut ryhmässäolon itselleen erittäin tärkeäksi ja merkittäväksi elämäntilanteensa miettimisen yhteydessä. Ryhmäläisille on ollut tärkeätä, että he ovat saaneet toteuttaa itseään muutenkin kuin vain puhumalla. Valokuvaustehtävät ovat innostaneet ryhmäläisiä lähtemään ulos kotoaan kuvaamaan esimerkiksi syksyistä luontoa. Jotain ryhmän merkittävyydestä kertonee myös se, että ryhmätapaamisille on haluttu osallistua, vaikka ei jonain kertana olisikaan ottanut lainkaan valokuvia. Ryhmään tuleminen kynnys on tarkoituksellisesti pyritty pitämään hyvin matalalla.

Kahden jälkimmäisen ryhmän päättyessä olemme yllättäneet ryhmään osallistuneet ja antaneet heille lahjaksi ryhmän aikana lainassa olleet digikamerat. Niille ryhmäläisille kenellä on ollut ryhmän aikana käytössään oma kamera, olemme antaneet samanarvoiset maksuosoitukset valokuvaustarvikkeisiin ja valokuvien teettämiseen valokuvausliikkeeseen. Tämä on ollut ryhmäläisille hyvin merkittävä ja odottamaton yllätys, josta olemme saaneet paljon kiitoksia. Monella sosiaalitoimen asiakkaalla ei ole varaa ostaa itse digikameraa. Sosiaalityön näkökulmasta kuitenkin on järkevää, että ryhmään osallistuneet ihmiset voivat jatkaa ryhmän aikana alkanutta valokuvausinnostustaan myös ryhmän päättymisen jälkeen. Kyse on ennaltaehkäisevästä ja voimavaraistavasta toiminnasta, joka ei taloudellisestikaan ole mahdoton toteutettavaksi.

Ryhmän voidaan todeta olevan vaikuttavaa sosiaalityötä sellaisille ryhmäläisille, jotka ovat olleet valmiina työskentelemään ryhmän ja omien tavoitteidensa mukaisesti. Tarvetta tämäntyyppiselle toiminnalle olisi varmasti enemmänkin. Nyt VIVA-hankkeen päättyessä ja sosiaaliviraston aikuissosiaalityön uudelleenorganisoiduessa toivommekin, että sosiaalityöntekijöillä on myös jatkossa tilaa ja aikaa toteuttaa uusia kokeiluja esimerkiksi ryhmämuotoisessa sosiaalityössä. Ryhmämuotoisen työskentelyn suunnitteleminen ja toteuttaminen edellyttääkin legitimeettii lähiesimiehiltä ja myös koko organisaation johdolta.

Liitteet

- Liite 1. Elämäni kuvat -ryhmä pähkinänkuoressa
- Liite 2. Info työntekijöille
- Liite 3. Elämäni kuvat -ryhmän palautelomake
- Liite 4. Kooste Elämäni kuvat -ryhmäläisten palautteesta 14.5.2011 (ryhmä 2)
- Liite 5. Kooste Elämäni kuvat -ryhmäläisten palautteesta 20.10.2011 (ryhmä 3)

Liite 1. Elämäni kuvat -ryhmä pähkinäkuoressa

Tarve

Monet sosiaaliaseman asiakkaat / alueen asukkaat ovat työttömiä tai muuten pois työelämästä ja yksinäisiä. Ihmiset kaipaavat jotain tekemistä ja sosiaalisia kontakteja päiviinsä. Tiukassa taloudellisessa tilanteessa elävillä ei välttämättä ole mahdollisuuksia osallistua esim. maksullisille kursseille. Ihmisillä on kiinnostusta valokuvaamiseen, mutta itsellä ei ole kameraa eikä varaa sellaisen ostamiseen.

Päämäärä

Pitkäaikaisten sosiaaliaseman asiakkaiden aktivointi ja oman elämäntilanteen tarkastelu ryhmään osallistumalla. Luoda asiakkaille ryhmän kautta säännöllistä viikkotoimintaa, mahdollisuus ilmaista itseään ja tutustua uusiin ihmisiin ja sitä kautta vahvistaa yhteisöllisyyttä ja vähentää syrjäytymisriskiä.

Tavoitteet

Ryhmäläisten oman elämäntilanteen ja omien tavoitteiden tarkastelu ryhmässä valokuvien kautta. Valokuvat toimivat välineinä tutkittaessa omia kokemuksia ja omaa elämää. Ryhmäläiset saavat tuntea osallisuutta kuulumalla ryhmään ja mielekästä tekemistä ryhmän ajalle. Ryhmäläiset innostuvat valokuvaamisesta ja saavat siten uuden harrastuksen ja syyn lähteä ulos, pois kotoa. Ryhmäläiset saavat uusia näkökulmia omaan tilanteeseensa ryhmän vertaistukea hyödyntämällä.

Panokset

Aika: ryhmän kesto 6 viikkoa, ryhmätapaaminen 1 krt/vko, 2 h/kerta.

Tilaresurssit: kerran viikossa riittävän suuri vapaa tila ryhmän ajalle, esim. asukastila, kokoushuone.

Toimijat: ryhmänvetäjinä 2 sosiaalityöntekijää, teknisenä avustajana 1 toimistos sihteeri. Ryhmänvetäjien tukena johtava sosiaalityöntekijä / tiimin / muun henkilökunnan tuki tarvittaessa.

Henkilöresurssit: 2 sosiaalityöntekijän työaika, joka kuuluu ryhmätapaamisiin kerran viikossa, niiden valmisteluun ja purkuun (n. 3 h) ja ryhmätapaamisten tarkempaan suunnitteluun kerran viikossa (n. ½ h –2 h). Työaika kuuluu myös ryhmän valmisteluun ja markkinointiin asiakkaille ennen ryhmän alkamista (tarvittavien tarvikkeiden hankkiminen, ryhmän mainosten teko ja postitus) sekä asiakkaiden yhteydenottoihin ja ilmoittautumisiin vastaamiseen. Lisäksi asiakastietojärjestelmään tehdään kirjaukset ryhmään osallistumisesta sekä mahdolliset HSL-lippupäätökset.

Teknisen avustajan työaika, joka kuuluu ensimmäisellä ryhmätapaamisella digikameroiden käytön opastamiseen ryhmäläisille (n. 30–45min). Seuraavilla viikoilla tekninen avustaja avustaa varatulla ajalla (n. 1–1,5 h/viikko) ryhmäläisiä tulostamaan heidän valitsemansa kuvat digikameran muistikortilta värikuviksi valokuvapaperille (A4-koko).

Rakenteet: ryhmän vetäminen huomioitu organisaation /henkilöstöresurssien suunnittelussa, osana sosiaaliaseman toimintaa ja sosiaalityöntekijöiden asiakastyötä.

Taloudelliset panokset: ryhmätapaamisilla pienimuotoinen tarjoilu, digikameroiden hankkiminen ryhmäläisten käyttöön, valokuvapaperin ja tulostusvärien hankkiminen kuvien tulostamista varten.

Tuotos

Elämäni kuvat -valokuvausryhmä sosiaaliaseman asiakkaille / alueen asukkaille.

Tulokset

Ryhmien toiminta, ryhmien määrä (2011: 3 ryhmää), osallistujien määrä (yht. 17 henkilöä).

Välittömät vaikutukset

Annettu palaute, ryhmäläisten tyytyväisyys.

Pitkän aikavälin vaikutukset: Ei tiedossa.

Liite 2. Info työntekijöille

ELÄMÄNI KUVAT -ryhmä

Kenelle?

- Yli 25-v ja alle 65-v asiakkaille (synt. 1947–1986-välillä)
- Länsihelsinkiläisille joita ryhmä voisi kiinnostaa riippumatta sosiaaliaseman asiakkuudesta
- Asiakkailla kokemuksia tai innostusta ryhmässä toimimiseen/työskentelyyn
- Innostusta valokuvaamiseen / kuvien käyttöön
- Sopii aivan aloittelijoille kuvaamisessa, ei tarvita aiempaa kokemusta valokuvaamisesta tai teknistä osaamista
- Asiakkaan toivotaan kykenevän sitoutumaan kuuteen tapaamiskertaan

Miksi?

- Ryhmässä keskustellaan valokuvista, jotka ilmentävät ryhmäläisten elämää, toiveita ja suunnitelmia
- Mahdollisuus jakaa elämän tärkeitä kokemuksia ja tavoitteita kuvien avulla ryhmässä (asioiden jakaminen on vapaaehtoista siinä määrin kuin on itse halukas)
- Mahdollisuus tutustua uusiin ihmisiin ja ryhmässä toimimiseen, saada vertaistukea sekä uutta mielekästä tekemistä arkeen
- Työskentely on ihmistä voimavaraistavaa; ei pelkää ongelma-alueita puhetta
- Pyrimme tarkastelemaan sitä miten tämäntyyppinen ryhmä kytkeytyy sosiaalityön prosessiin

Miten markkinoida?

- Työntekijän oman harkinnan mukaan sopiville omille asiakkaille
 - Ryhmä on avoin kaikille muille paitsi nuorille alle 25-vuotiaille tai vanhuspalvelujen asiakkaille
- Kaikilla keinoilla mitä keksit:
 - Ota puheeksi asiakastapaamisella tai anna liitteenä oleva ryhmän mainos asiakkaalle
 - Soita asiakkaallesi ja kerro ryhmästä, lähetä asiakkaalle ryhmän mainos kotiin jne.

Käytännön kysymyksiä?

- **Ryhmän koko:** ryhmään mahtuu 6–8 asiakasta
- **Kokoontumisajat:** ajalla 15.9 - 20.10.11 joka torstai klo 14–16 (yht. 6 kertaa)
- **Kokoontumispaikka:** asukastila Hopeala, os. Hopeatie 6, läntinen sosiaaliasema
- **Tarvikkeet:** ei tarvikkeita; ei tarvita välttämättä omaa kameraa, kameran saa lainaksi sosiaaliasemalta ryhmän ajalle
- **Extraa:** toimeentulotuen asiakkaille myönnetään tarvittaessa HSL-matkakortti kurssin ajalle, ryhmätapaamisilla pienimuotoinen tarjoilu
- **Ilmoittautumiset ja tiedustelut:** asiakas voi itse ilmoittautua tai asiakkaan nimi ja puhelinnumero ilmoitetaan ryhmää vetävälle sosiaalityöntekijälle.

KIITOS YHTEISTYÖSTÄ!

Liite 3. Elämäni kuvat -ryhmän palautelomake

Kerro vapaamuotoisesti, mitä Elämäni kuvat -ryhmä merkitsi sinulle?

Arvioi seuraavia ryhmään liittyviä asioita arvoasteikolla 1–5 (1=heikko, 5=erinomainen).

Ympyröi sopiva vaihtoehto. ☺

1. Ryhmän kesto (6 viikkoa / 1 kerta viikossa/ 2 tuntia kerrallaan)	1 2 3 4 5
2. Ryhmä vastasi odotuksiini	1 2 3 4 5
3. Työskentelytapojen tarkoituksenmukaisuus itseni kannalta yleensä	1 2 3 4 5
• kameran käyttö ja siihen saatu tekninen tuki	1 2 3 4 5
• valokuvien tulostus ja laatu	1 2 3 4 5
• välitehtävien selkeys	1 2 3 4 5
• välitehtävien mielekkyys minulle	1 2 3 4 5
• oma valmistautumiseni ryhmään: kuvien ottaminen ja valinta	1 2 3 4 5
• omien kuvien esittely ja niistä keskustelu	1 2 3 4 5
• muiden ryhmäläisten kuvien katselu ja niistä keskustelu	1 2 3 4 5
• oman elämäntilanteen tarkastelu	1 2 3 4 5
• muiden elämäntilanteista ja ajatuksista kuuleminen	1 2 3 4 5
4. Ryhmän ilmapiiri	1 2 3 4 5
5. Minulla on ollut turvallinen olo ryhmässä	1 2 3 4 5
6. Minulle on annettu riittävästi aikaa ja tilaa ryhmässä	1 2 3 4 5
7. Ryhmänohjaajien toiminta ja kannustavuus	1 2 3 4 5
8. Minua on kuunneltu, olen tullut kuulluksi	1 2 3 4 5
9. Minua on arvostettu, olen tullut arvostetuksi	1 2 3 4 5
10. Sain uusia näkökulmia elämäntilanteeseeni	1 2 3 4 5
11. Ryhmä on vaikuttanut tavoitteideni selkiytymiseen	1 2 3 4 5

Mitä mieltä olet ryhmän kestosta? (6 kertaa / 6 viikkoa / kerran viikossa / 2 tuntia kerrallaan)

Miten koit ryhmänohjaajat?

Entä itsesi osana ryhmää / muut ryhmäläiset?

Mitä haluat sanoa välitehtävistä?

Vapaa sana (risuja ja ruusuja)

Pitäisikö sosiaaliasemalla järjestää enemmän ryhmätoimintaa? Jos kyllä, niin minkälaista?

Liite 4. Kooste Elämäni kuvat -ryhmäläisten palautteesta 14.5.2011 (ryhmä 2)

Elämäni kuvat -ryhmän arviointi 14.5.2011 / kooste ryhmäläisten palautteista

Kerro vapaamuotoisesti, mitä Elämäni kuvat -ryhmä merkitsi sinulle?

- 1) Synnytti paljon ajatuksia, kaiken kaikkiaan. Uusia näkökulmia, ja että kuuluu johonkin ryhmään. Tärkeää!
- 2) Tilaisuutta peilata omaa monella tavalla murroksessa olevaa elämää muutenkin kuin ajatuksen tasolla, kuvina ja sanoina. Myös tilaisuus olla hetki ajattelematta vain omia ongelmia muiden elämän jakamisen kautta.
- 3) Erittäin paljon.
- 4) –
- 5) Oli kiva tutustua moneen erilaiseen ihmiseen ja elämäntilanteeseen kuvien kautta. Upeita kuvia kaikilla. Jatkokurssi esim. 1 v kuluttua samalla porukalla?
- 6) Merkinnyt tekemistä. Uusia ihmisiä tavannut. Ajatuksenani on ollut myös valokuvausopintoihin hakeutuminen. Mukava kokemus.

Arvioi seuraavia ryhmään liittyviä asioita arvoasteikolla 1–5 (1=heikko, 5=erinomainen).

Ympyröi sopiva vaihtoehto.

	Palautteiden keskiarvo (N=6)
1. Ryhmän kesto (6 viikkoa / 1 kerta viikossa / 2tuntia kerrallaan)	4,3
2. Ryhmä vastasi odotuksiini	4,5
3. Työskentelytapojen tarkoituksenmukaisuus itseni kannalta yleensä	4*
• kameran käyttö ja siihen saatu tekninen tuki	3,7
• valokuvien tulostus ja laatu	4,3
• välitehtävien selkeys	4,4*
• välitehtävien mielekkyys minulle	4
• oma valmistautumiseni ryhmään: kuvien ottaminen ja valinta	3,6*
• omien kuvien esittely ja niistä keskustelu	3,7
• muiden ryhmäläisten kuvien katselu ja niistä keskustelu	4,4*
• oman elämäntilanteen tarkastelu	3,7
• muiden elämäntilanteista ja ajatuksista kuuleminen	4,3
4. Ryhmän ilmapiiri	4,7
5. Minulla on ollut turvallinen olo ryhmässä	4,8*
6. Minulle on annettu riittävästi aikaa ja tilaa ryhmässä	4,4
7. Ryhmänohjaajien toiminta ja kannustavuus	4,7
8. Minua on kuunneltu, olen tullut kuulluksi	5*
9. Minua on arvostettu, olen tullut arvostetuksi	4,8*
10. Sain uusia näkökulmia elämäntilanteeseeni	4,4*
11. Ryhmä on vaikuttanut tavoitteideni selkiytymiseen	4

(* = N=5)

Mitä mieltä olet ryhmän kestosta? (6 kertaa / 6 viikkoa / kerran viikossa / 2 tuntia kerrallaan)

- 1) Olisi voinut vielä jatkaa.
- 2) –
- 3) Olisi voinut olla vaikka pitempikin, mutta hyvä näinkin.
- 4) Hyvä, vaikka kyllä kesto voisi olla pidempikin.
- 5) Sopiva, pystyin hyvin järjestämään lapsenhoidon yms.
- 6) Voisi olla myös 2 kertaa viikossa, jos se ohjaajille sopii.

Miten koit ryhmänohjaajat?

- 1) Jees tyyppejä!
- 2) Sopivasti, ei liian hallitsevia, mutta tarvittaessa jämäkät ☺
- 3) Erittäin hyviä ryhmän ohjaajia.
- 4) Myönteisesti, kannustavina.
- 5) Välittömiä, mukavia, ajattelemista antavia, pitivät meidät hyvin ”ruodussa”.
- 6) Ihan hyvä. Olitte hyviä. En keksi missä parantaa.

Entä itsesi osana ryhmää/ muut ryhmäläiset?

- 1) Itse: ”Vähän poissaoleva”, muut asiat pinnalla. /
Muut ryhmäläiset: ”Erilaisia”. Hyvä ilmapiiri.
- 2) Itse vähän omissa ajatuksissa, en niin aktiivinen kuin voisi. /
Muut ryhmäläiset iloisia höpöttelijöitä ☺
- 3) Oli mukavaa olla ryhmässä ja kuulua näin mukavaan ryhmään.
- 4) Kivasti, tasa-arvoisena. /
Ryhmä on oikein mukava.
- 5) Hyvin erilaisista ihmisistä muodostui yhteenkuuluva porukka.
- 6) Jokaisella oli omanlaisensa tilanne. Ei niihin – siis toisten tilanteisiin – voi sanoa juuta eikä jaata. Minulla oli ryhmässä rentoutunut olo, vapautunut. Ihan riittävästi tilaa kaikilla. Ryhmän ilmapiiri tosi hyvä.

Mitä haluat sanoa välitehtävistä?

- 1) Tarpeellisia.
- 2) Hyviä, tarkentavia, jottei paletti ihan levinnyt...
- 3) En oikein kunnolla saanut aiheista selkeyttä.
- 4) Hyviä, ehkä hiukan vaikeita (?).
- 5) Kannustivat miettimään elämäntilannetta positiivisella tavalla.
- 6) Olisi (itse) pitänyt miettiä enemmän niitä kertomuksia. Tykkään tilannekuvista. Se lintukuva oli sellainen.

Vapaa sana (risuja ja ruusuja)

- 1) Ruusuja.
- 2) Ihana kurssi, omat poissaolot harmittivat. Todella iloinen yllätys ”loppulahja”, josta paljon iloa tulevaisuudessakin vielä. Kivat ryhmäläiset, mukava jos yhteys säilyy...
Kiitos!
- 3) –

- 4) Yleisesti hyvä ja kiva idea, mukava porukka yms.
- 5) Risuja 0. Ruusuja: mukava ilmapiiri, herkulliset tarjoilut, upea yllätys lopussa – KIITOS!, Nyt vain lisää valokuvaamaan innostuneena!
- 6) Kameran saaminen ihana, miellyttävä yllätys. Hyvää kesää kaikille! Hymyillään kun tavataan!

Liite 5. Kooste Elämäni kuvat -ryhmäläisten palautteesta 20.10.2011 (ryhmä 3)

Elämäni kuvat -ryhmän arviointi 20.10.2011 / kooste ryhmäläisten palautteista

Kerro vapaamuotoisesti, mitä Elämäni kuvat -ryhmä merkitsi sinulle?

- 1) Todella paljon! Minulla ei pitkään aikaan ole ollut tekemistä, joka olisi tuonut minulle aitoa mielihyvää ja onnistumisen tunnetta.
- 2) –
- 3) Ensimmäinen kerta kun kuvia täytyi ottaa. Oli hyvä kun sai positiivista palautetta. Päivämäärään sidotut tapahtumat olivat hyödyllisiä.
- 4) Tutustumista uuteen. Haagaan kesällä muuttaneena uusia asioita ja valokuvaus loistava keino.
- 5) –
- 6) Hieno kokemus, iloa syksyn pimeyteen. Tuli kaivettua kamerakin esiin.
- 7) Oli niin hyvä mieli, kun pääsi ryhmään. Hyvä porukka, kaikki mukavia.

Arvioi seuraavia ryhmään liittyviä asioita arvoasteikolla 1–5 (1=heikko, 5=erinomainen).

Ympyröi sopiva vaihtoehto.

Keskiarvo (N=7)

1. Ryhmän kesto (6 viikkoa / 1 kerta viikossa / 2tuntia kerrallaan)	4,3
2. Ryhmä vastasi odotuksiini	4,4
3. Työskentelytapojen tarkoituksenmukaisuus itseni kannalta yleensä	3,8*
• kameran käyttö ja siihen saatu tekninen tuki	2,8*
• valokuvien tulostus ja laatu	4,3
• välitehtävien selkeys	3,7
• välitehtävien mielekkyys minulle	3,9
• oma valmistautumiseni ryhmään: kuvien ottaminen ja valinta	3,6
• omien kuvien esittely ja niistä keskustelu	4,0
• muiden ryhmäläisten kuvien katselu ja niistä keskustelu	4,4
• oman elämäntilanteen tarkastelu	3,4
• muiden elämäntilanteista ja ajatuksista kuuleminen	4,3
4. Ryhmän ilmapiiri	4,6
5. Minulla on ollut turvallinen olo ryhmässä	4,7
6. Minulle on annettu riittävästi aikaa ja tilaa ryhmässä	4,6
7. Ryhmänohjaajien toiminta ja kannustavuus	4,4
8. Minua on kuunneltu, olen tullut kuulluksi	4,6
9. Minua on arvostettu, olen tullut arvostetuksi	4,4
10. Sain uusia näkökulmia elämäntilanteeseeni	3,4
11. Ryhmä on vaikuttanut tavoitteideni selkiytymiseen	3,4

(* = N=6)

Mitä mieltä olet ryhmän kestosta? (6 kertaa / 6 viikkoa / kerran viikossa / 2 tuntia kerrallaan)

- 1) Juuri sopivan pituinen ja sopivin väliajoin. Halu olla kaikkina kertoina paikalla. Jos olisi ollut useammin tai kestänyt liian kauan, en ehkä olisi jaksanut käydä kokonaan.
- 2) Minulle sopi erinomaisesti, tässä (elin)tilanteessani, elämäntilanteessani todellakin sopiva. En olisi jaksanut pitempää kurssia, enkä useampia tapaamisia. Ryhmän kesto juuri sopiva.
- 3) Ihan hyvä. Yksi kerta kahdessa viikossa voisi olla hyvä myös ja joka toinen viikko voisi viedä kuvia ohjaajalle.
- 4) Voisin henk.koht. kuvitella olevani pari kertaa pidemmän ajan eli 8 krt. kerran viikko 2h.
- 5) Epäilin liian lyhyeksi, riitti sittenkin – mutta poissaolot kyllä tuntuvat heti, poissa-olijan tappioksi.
- 6) Oikein sopiva, olisin kyllä viihtynyt pidempään.
- 7) Liian lyhyt aika. Voisi olla kaksi kertaa viikossa.

Miten koit ryhmänohjaajat?

- 1) Koin, että he olivat vihkiintyneitä ryhmään. He painottivat, että ei häiritse vaikkei ole kuvia tms. voi silti tulla. Se kannusti minua ottamaan ryhmää rennommin ja tulemaan paikalle joka kerta. Toinen ohjaajista näytti välillä, ettei ollut kiinnostunut kuuntelemaan.
- 2) Ryhmän ohjaajat sympaattisia ja rauhallisia... Henkisesti kannustavia.
- 3) Hyviä ohjaajia.
- 4) Toimii hyvin. Ei ”patisteltu” mihinkään eikä kohdeltu alentuvasti kuin pikkulapsia.
- 5) Aluksi liiankin paapoviksi ja salliviksi. ”Olette valokuvakurssilla mutta ei teidän tarvi jaksaa valokuvata”. Loppukeskustelun mukaan sallivuus oli hyväksi.
- 6) Olivat hyvin valmistautuneet, joten he tuntuvat sitoutuneen ryhmän ohjaamiseen.
- 7) Hyvät tytöt oli.

Entä itsesi osana ryhmää / muut ryhmäläiset?

- 1) Ryhmässä oli hyvä ilmapiiri. Paljon huomaavaisuutta ja arvostusta kaikkien ryhmäläisten kesken. Ketään ei syrjitty tai muutenkaan kaltoin kohdeltu. Yksi ryhmäläisistä tosin vei liikaa aikaa. Tulin hyvin toimeen muiden ryhmäläisten kanssa.
- 2) Itse en ollut tarpeeksi ulospäin suuntautunut, olisin voinut keskustella enemmän. Muutama ryhmässä oli liikaa ”äänessä” ja se hermostutti välillä. Muuten ryhmän yhteishenki hyvä ja turvallinen.
- 3) Olin ryhmän hiljainen, muut olivat mukavan aktiivisia.
- 4) Loistava ryhmä. Asiat puhuttiin vapautuneesti eikä ollut kiusallisia hiljaisia hetkiä.
- 5) Olen iloinen kun tutustuin uusiin ihmisiin, vaikkei ehkä heitä enää tapaa. Omaan napaan näkee aina, se vain kasvaa tuijotettaessa.
- 6) Ryhmä oli tosi kiva!
- 7) Olin vähän hiljainen, kun en kielitaidon takia pystynyt kaikkea puhumaan, mitä olisin halunnut sanoa. Kaikki olivat mukavia.

Mitä haluat sanoa välitehtävistä?

- 1) En oikeen aina saanut selkoa, että mitä tehtävässä haetaan. Mutta, silloin kun sain, niin todella mielenkiintoisia ja jäin miettimään niitä oikeasti.
- 2) Välitehtävät selkeitä ja kannustavia... Selkeyttämään omaa elämänvaihetta... antoivat perspektiiviä...

- 3) Olisi voinut olla esim. ”ei salamaa”/ joitain muita teknisiä tehtäviä. Muuten ihan hyvä.
- 4) Mielenkiintoisia, hyvin pisti pohtimaan elämäntilannettaan.
- 5) Hoh, hoh... Olihan ne varmaan ammatillisesti mietitty. Hyvää oli se, että välitehtävien sisällöstä huolimatta kaikki kuvat käsiteltiin yhtä kiinnostuneina, osuivat ne aihe-alueeseen tai ei. Mikä oli pirun hienoa. Motivaatio vahvistui varmaan juuri siitä, että kaikki kelpasi ja toimi pohjana rönsyilevälle, yhä innostuneemmalle keskustelulle.
- 6) Itselleni haastavia, joutui oikein miettimään.
- 7) Kaikki oli ok. Haluaisin ottaa enemmän kuvia luonnosta.

Vapaa sana (risuja ja ruusuja)

- 1) Kiitos todella paljon hyvästä toiminnasta. Kamera oli ihana lahja. Koko kurssi oli mielestäni suunniteltu erittäin hyvin ja otettu huomioon asiakkaiden tarpeet sekä voimavarat. Onnistunut kurssi kaiken kaikkiaan.
- 2) Ruusuja kannustavasta ilmapiiristä, tarjoilusta, avoimuudesta, ihanista vetäjistä. Risuja: tila, jossa kokoontuttiin olisi voinut olla muualla... rauhallisempi.
- 3) Tila oli hyvä. Päivittäinen kesto voisi olla lyhyempi. Ryhmän koko pari henkilöä suurempi voisi olla. Nuoria olisi voinut patistaa ryhmään.
- 4) Ensimmäinen kerta meikäläiselle tällainen ryhmä. Positiivinen juttu!
- 5) Oli upeaa saada isoja väriprinttejä. Oli hienoa nauttia tarjoilusta. Kyyneleet tulivat loppulahjasta: kamerat kurssin käymisestä.
- 6) –
- 7) Kiitos kamerasta.

Pitäisikö sosiaaliasemalla järjestää enemmän ryhmätoimintaa? Jos kyllä, niin minkälaista?

- 1) Kyllä. Jotain tämän kurssin tapaista. Ei mitään liian haastavaa.
- 2) Kyllä... ehdottomasti... Ryhmissä voidaan käydä esim. taidenäyttelyissä, konserteissa... lähinnä sellaisille yksinäisille ja aroille ihmisille, jotka eivät yksin halua mennä. Itselläni on kuitenkin seuraa, joiden kanssa voin harrastaa. Luontoretkiä tai pieniä reissuja lähiympäristöihin...
- 3) Voisi olla muuta toimintaa, kuten teatteria, itse en ole koskaan näytellyt. Keskustelutapaamiset olisivat hyviä (ryhmässä).
- 4) Ehdottomasti enemmän.
- 5) Tällä kokemuksella: kyllä, on näistä iloa, on hyötyä.
- 6) Kyllä, ryhmät on mukavia!
- 7) Haluaisin enemmän ryhmätoimintaa.

Lähteet

Bardy, Marjatta & Känkänen, Päivi (2005): Tarinat yksilön ja yhteisön suhteissa. Teoksessa Mirja Satka, Synnöve Karvinen-Niinikoski, Marianne Nylund & Susanna Hoikkala (toim.): Sosiaalityön käytäntötutkimus. Helsinki: Palmenia-kustannus, 201–214.

Greene, Gilbert & Lee, Mo Yee & Hoffpaur, Susan (2005): The languages of empowerment and strenghts in clinical social work: a constructivist perspective. *Families in society* 86 (2), 267–277.

Halkola, Ulla & Mannermaa, Lauri & Koffert, Tarja & Koulu, Leena (toim..) (2009): Valokuvan terapeuttinen voima. Keuruu: Kustannus Oy Duodecim.

Heikkinen Alpo & Levamo Pauliina, Parviainen, Maaret & Savolainen, Aili (2007): Näe minut – kuule minua. Kokemuksia ryhmistä. Soccan ja Heikki Waris -instituutin julkaisusarja nro 11. Helsinki: Socca ja Heikki Waris -instituutti.

Hokkanen, Liisa (2009): Empowerment valtaistumisen ja voimaantumisen dialogina. Teoksessa Mikko Mäntysaari, Anneli Pohjola & Tarja Pösö (toim.): Sosiaalityö ja teoria. Jyväskylä: PS-kustannus, 315–334.

Jantunen, Eila (2010): Vertaistuki masentuneiden osallisuuden vahvistajana.

Teoksessa Terhi Laine, Susanna Hyväri, Päivi Vuokila-Oikkonen (toim.): Syrjäytymistä vastaan sosiaali- ja terveysalalla. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi, 85–98.

Juhila, Kirsi (2008): Aikuisten parissa tehtävän sosiaalityön areenat. Teoksessa Arja Jokinen, Kirsi Juhila (toim.): Sosiaalityö aikuisten parissa. Jyväskylä: Vastapaino, 14–47.

Juhila, Kirsi (2006): Sosiaalityöntekijöinä ja asiakkaina. Sosiaalityön yhteiskunnalliset tehtävät ja paikat. Jyväskylä: Vastapaino.

Kim Berg, Insoo & Miller Scott D. (1994): Ihmeitä tapahtuu, alkoholiongelmien ratkaisukeskeinen hoito. Keuruu: Lyhytterapiainstituutti.

Kivelä Merja (toim.) (1992): Kasvamisen kuvia. Kuvataideterapian näköaloja. Taideteollisen korkeakoulun julkaisusarja B 27. Helsinki: VAPK-kustannus.

Kurki, Leena (2000): Sosiokulttuurinen innostaminen. Tampere: Vastapaino.

Kuusela, Kirsti & Kvick, Inkeri (2004): Pyörre-projekti 2002–2004. Sosiaalinen kuntoutus, toiminnallisuus ja ryhmämuotoinen aikuissosiaalityö. Helsinki: Helsingin kaupungin sosiaalivirasto. Selvityksiä 2004:6.

Levamo, Pauliina (2007): Omaa elämää etsimässä. Teoksessa Alpo Heikkinen, Pauliina Levamo, Maaret Parviainen & Aili Savolainen (2007): Näe minut – kuule minua. Kokemuksia ryhmistä. Soccan ja Heikki Waris -instituutin julkaisusarja nro 11. Helsinki: Socca ja Heikki Waris -instituutti, 69–157.

- Liikanen, Hanna Liisa (2002): Taide kohtaa elämän - Arts in Hospital -hanke ja kulttuuritoiminta itäsuomalaisten hoitoyksiköiden arjessa ja juhlassa. Väitöskirja. Helsingin yliopisto. Valtiotieteellinen tiedekunta, Helsinki.
- Mäkipää, Pekka (1996): Elokuvat terapiasta eli elokuvan hoidollisesta käytöstä. Kuusankoski: KuuMaa tuotantoa. T:mi Antti U. Nurminen.
- Niemelä, Pauli (2011): Sosiaalityö hyvinvointietikan toteuttajana. Teoksessa Aini Pehkonen, Marja Väänänen-Fomin (toim.): Sosiaalityön arvot ja etiikka. Sosiaalityön tutkimuksen seuran vuosikirja. Juva: PS-kustannus, 13–43.
- Niemelä, Pauli (2009): Ihmisen toiminnallisuus ja hyvinvointi sosiaalityön teoreettisen ymmärryksen perustana. Teoksessa Mikko Mäntysaari, Anneli Pohjola, Tarja Pösö (toim.): Sosiaalityö ja teoria. Juva: PS-kustannus, 209–236.
- Nilsonne, Åsa (2007): Kuka ohjaa elämääsi? Tietoisuustaidot arjen apuna. Jyväskylä: Edita.
- Raunio, Kyösti (2006): Syrjäytyminen – Sosiaalityötä kiinnostavia näkökulmia. Vaajakoski: Sosiaali- ja terveysturvan keskusliitto ry.
- Russel, Shona & Carey, Maggie (2006): Narratiivisen terapian peruskysymyksiä. Porvoo: Kuva ja mieli Ky.
- Saari, Juho (2009): Yksinäisten yhteiskunta. Helsinki: WSOYpro Oy.
- Sava, Inkeri & Katainen, Arja (2004): Taide ja tarinallisuus itsen ja toisen kohtaamisen tilana. Teoksessa Inkeri Sava, Virpi Vesänen-Laukkanen (toim.): Taiteeksi tarinoitu oma elämä. Juva: PS-kustannus, 22–39.
- Savolainen, Miina (2008): Maailman ihanin tyttö. The loveliest girl in the world. Helsinki: Blink Entertainment Oy.
- Talentia (2005): Arki, arvot, elämä, etiikka. Sosiaalialan ammattilaisen eettiset ohjeet. Helsinki: Sosiaalialan korkeakoulutettujen ammattijärjestö Talentia ry.
- Toikko, Timo (2005): Sosiaalityön ideat. Johdatus sosiaalityön historiaan. Tampere: Vastapaino.
- Toikko, Timo (2002): Marginaalit ja sosiokulttuurisen työn mahdollisuudet. Teoksessa Kirsi Juhila, Hannele Forsberg & Irene Roivainen (toim.): Marginaalit ja sosiaalityö. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto, SoPhi 65, s. 272–288.
- Vesänen-Laukkanen, Virpi (2004): Katson ulos kuvastani. Teoksessa Inkeri Sava & Virpi Vesänen-Laukkanen (toim.): Taiteeksi tarinoitu oma elämä. Juva: PS-kustannus, s. 59–76.

Julkaisemattomat lähteet

Moran, Shaun (2011): Julkaisematon koulutusmateriaali, tammikuu 2011. Materiaali pohjautuu John McWhirterin kehittämisajatuksiin. Lisätietoja: (Moran) <http://www.developingservices.co.uk/> (McWhirter) <http://www.sensorsystems.co.uk/home.htm> Katsottu 4.10.2011.

Rantalaiho, Ulla-Maija (2011): ”Ryhmätyön merkitys sosiaalityössä tänään” -esitys. Rovaniemi: Aikuissosiaalityön päivät 19.1.2011.

TATI – Tartu tilaisuuteen -toimintamalli (2011): Läntisellä sosiaalialueella kehitetty toimintamalli asiakkaan ryhmä- ja/tai muuhun toimintaan osallistumisen jälkeen.

Sähköiset lähteet

Aikuissosiaalityön päivät (2011): 18.–19.1.2011, Rovaniemi.

<http://www.sosiaalikallega.fi/toiminta/aikuissosiaalityon-paivat-2011/ohjelma-aikuissosiaalityon-paivat-18-19-1.2010/view> Katsottu 28.9.2011.

IFSW 2004. Ethics in Social Work. Statement of Principles. <http://www.ifsw.org/en/p38000324.html> Katsottu 31.10.2011.

Kabat-Zinn, Jon (2006): ”Mindfulness-menetelmä kutsuu elämään nykyhetkessä”. Akuutin arkisto 14.11.2006. Akuutti – Terveyttä, tietoa, tunteita. TV2, YLE Asiaohjelmat. http://yle.fi/akuutti/arkisto2006/141106_e.htm Katsottu 29.9.2011.

Liikanen, Hanna-Liisa (2010): Taiteesta ja kulttuurista hyvinvointia – ehdotus toimintaohjelmaksi 2010–2014. Opetusministeriön julkaisuja 2010:1 <http://www.minedu.fi/export/sites/default/OPM/Julkaisut/2010/liitteet/OPM1.pdf?lang=fi> Katsottu 10.10.2011.

Opetus- ja kulttuuriministeriö (2010): Valtioneuvoston selonteko eduskunnalle kulttuurin tulevaisuudesta, 12.5.2010. http://www.minedu.fi/export/sites/default/OPM/Kulttuuri/kulttuuripolitiikka/linjaukset_ohjelmat_ja_hankkeet/kulttuuriselonteko/liitteet/kulttuuriselonteko.pdf Katsottu 10.10.2011.

Peavy, Vance R. (2011): Harjoituksia, jotka pohjautuvat teokseen Elämäni työkirja. Psykologien Kustannus Oy, Helsinki 2001 osoitteessa <http://www.avosto.net/kori/peavy/peavy.htm> Katsottu 30.9.2011.

Pesäpuu (2011): Elämän tärkeät asiat -kortit. <http://verkkokauppa.pesapuu.fi/tuote/2/elaman-tarkeat-asiat-kortit> Katsottu 13.10.2011.

PhotoVoice (2011): (<http://www.photovoice.org/>) ja (<http://www.photovoice.org/whatwedo/info/background-to-the-field>) Katsottu 14.9.2011.

Sosiaali- ja terveysministeriö (2005): Sosiaalityö hyvinvointipolitiikan välineenä 2015 -toimenpideohjelma. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2005:13.

http://www.stm.fi/c/document_library/get_file?folderId=28707&name=DLFE-4056.pdf&title=Sosiaalityo_hyvinvointipolitiikan_valineena_2015__toimenpideohjelma_fi.pdf Katsottu 17.10.2011.

Voimauttavan valokuvan menetelmä (2011): www.voimauttavavalokuva.net Katsottu 15.8.2011.