

STADIA

HELSINGIN AMMATTIKORKEAKOULU

TERAPEUTTISET STRATEGIAT TOIMINTATERAPIARYHMÄSSÄ ASIAKKAAN OMAN TAHDON TOTEUTTAMISEN TUKENA

Toimintaterapian koulutusohjelma,
Toimintaterapeutti
Opinnäytetyö
7.4.2008

Kaisla Flood
Heini Lautala



Koulutusohjelma		Suuntautumisvaihtoehto	
Toimintaterapia		Toimintaterapeutti	
Tekijä/Tekijät			
Kaisla Flood ja Heini Lautala			
Työn nimi			
Terapeuttiset strategiat toimintaterapiaryhmässä asiakkaan oman tahdon toteuttamisen tukena			
Työn laji	Aika	Sivumäärä	
Opinnäytetyö	Kevät 2008	46 + liitteet 3 sivua	
<p>TIIVISTELMÄ</p> <p>Opinnäytetyömme tarkoituksena on tarkastella terapeuttisia strategioita toimintaterapiaryhmän toteutuksen kautta (Kielhofner 2002). Etsimme vastausta kysymykseen: Minkälaiset terapeuttiset strategiat tukevat ja mahdollistavat ryhmän jäsenen oman tahdon toteuttamista? Työelämän yhteistyökumppanimme Haavikon opetus- ja aikuiskasvatuskeskus mahdollisti ryhmän toteuttamisen heidän kuudelle opiskelijalleen, joilla kaikilla on kehitysvamma. Ryhmään valikoituivat Haavikon opetus- ja aikuiskasvatuskeskuksen opiskelijoista henkilöt, joilla on vaikeutta oman tahdon toteuttamisessa.</p> <p>Ryhmämuotoisen toimintaterapian ohjaaviksi viitekehyksiksi olemme valinneet Inhimillisen toiminnan mallin (Kielhofner 2002), josta työssämme korostuu tahto-osa-alue sekä Terapeuttisen toimintaryhmän systeemimallin (Borg - Bruce 1991), joka jäsentää ryhmän suunnittelua ja toteutusta. Tarkastelun kohteena olevat terapeuttiset strategiat kuuluvat Inhimillisen toiminnan malliin, ne ohjaavat terapeutin vuorovaikutusta ja ohjaamistapaa terapiatilanteessa.</p> <p>Opinnäytetyömme on tapaustutkielma, jossa teoria ja empiria ovat tiiviissä vuorovaikutuksessa. Aineistonkeruumme pohjaa ryhmän toteuttamiseen, jossa aineistonkeruun menetelmänä käytämme osallistuvaa havainnointia. Tahdon havainnointimenetelmän (De las Heras 1998) neljätoista arvioitavaa osa-aluetta muodostavat havainnointirungon ensimmäisen vaiheen, toisessa vaiheessa yhdeksästä terapeuttisesta strategiasta valitaan ryhmän jäsenen tuen tarpeeseen kohdenneet strategiat. Kerätty aineisto teemoitellaan teoriaohjaavan sisällönanalyysin avulla. Tuloksissa tuomme esille kunkin ryhmän jäsenen kohdalla korostuneet terapeuttiset strategiat. Johtopäätöksissä pohdimme tulosten yleistettävyyttä oman tahdon tukemisessa, terapeuttisten strategioiden ilmenemistä terapiasuhteen eri vaiheissa ja mahdollisuutta ammatilliseen kasvuun oman työskentelyn tarkastelun myötä.</p>			
Avainsanat			
terapeuttiset strategiat, tahto, toimintaterapiaryhmä			



Degree Programme in Occupational therapy		Degree Bachelor of Occupational Therapy	
Author/Authors Kaisla Flood and Heini Lautala			
Title Supporting the Realization of Clients Own Volition through Therapeutic Strategies in a Group-based Occupational Therapy			
Type of Work Final Project	Date Spring 2008	Pages 46 + 2 appendices	
<p>ABSTRACT</p> <p>The aim of our final project is to examine therapeutic strategies through the execution of an occupational therapy group. We are trying to answer this question: what kind of therapeutic strategies support and facilitate the possibility of an individual group member to have his/her volition realized. Our collaborative vocational partner (Haavikon opetus- ja aikuiskasvatuskeskus) made it possible to realize a group for six of their students, each of whom have a mental handicap. In the end the group consisted of students who have trouble having their volition realized.</p> <p>The guiding frames of reference of group-based occupational therapy we have chosen the Model of Human Occupation (Kielhofner 2002), in which the volition play a central role and The Group System - Therapeutic Activity Group in Occupational Therapy (Borg - Bruce 1991) because conceptualize the planning and the execution of the group. The therapeutic strategies under analysis belong to The Model of Human Occupation; they guide the interaction and the methods of the therapist.</p> <p>Our final project is a case study in which theory and empirical considerations are in tight co-operation. The material for the case study came from the group itself; the material was gathered through the method of participatory observation. The 14 categories of Volitional Questionnaire (De las Heras 1998) for observing the volition of the person form the first phase of the observatory backbone, in the second phase the strategies specified for the individual are chosen out of nine therapeutic strategies(The Model of Human Occupation). The collected material is categorized based on theory-oriented content analysis. In the conclusion we ponder how well the results can be generalized, how the therapeutic strategies appear in different phases of the therapy, as well as the possibility for occupational growth through the analysis of one's own work.</p>			
Keywords Therapeutic strategies, Volition, Group-based occupational therapy			

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	3
2 YHTEISTYÖKUMPPANI	4
3 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TUTKIMUKSELLINEN ASETELMA	5
3.1 Aiemmat aiheitamme sivuavat opinnäytetyöt	5
3.2 Tutkimuskysymys	6
3.3 Aineistonkerääminen	6
3.3.1 Osallistuva havainnointi	6
3.3.2 Havainnointirunko	7
3.4 Aineiston käsittelystä tuloksiin ja johtopäätöksiin	7
3.5 Toimintaterapian toteutusta ohjaavat teoriat	8
4 TERAPEUTTISET STRATEGIAT	9
4.1 Terapeuttinen itsen käyttö ja terapeuttinen vuorovaikutussuhde	9
4.2 Terapeuttisten strategioiden luonne	10
4.2.1 Toimintaterapeutti vahvistaa	11
4.2.2 Toimintaterapeutti tekee tietoiseksi	12
4.2.3 Toimintaterapeutti antaa palautetta	12
4.2.4 Toimintaterapeutti neuvoo	13
4.2.5 Toimintaterapeutti neuvottelee	14
4.2.6 Toimintaterapeutti strukturoi	14
4.2.7 Toimintaterapeutti ohjaa	15
4.2.8 Toimintaterapeutti rohkaisee	16
4.2.9 Toimintaterapeutti antaa fyysistä tukea	16
5 OMAN TAHDON TOTEUTTAMINEN RYHMÄN LÄHTÖKOHTANA	17
5.1 Terapeutti	17
5.2 Terapeutin toimintaa ohjaava viitekehys	18
5.2.1 Tahto Inhimillisen toiminnan mallissa	18
5.2.2 Henkilökohtainen vaikuttaminen	19
5.2.3 Arvot	20
5.2.4 Mielenkiinnon kohteet	21
5.3 Ryhmän jäsen	21
5.4 Tahdon prosessi ja siinä ilmenevät vaikeudet ryhmän jäsenillä	22
5.5 Toiminta	24
5.5.1 Toiminnan suunnittelu ja soveltaminen	24
5.5.2 Menetelmänä luovat toiminnot	25
5.5.3 Mielenkiinto	26
5.5.4 Toiminnan kautta saavutettava vastuu	27
5.6 Ympäristö	27
6 RYHMÄN TOIMINTA	28
6.1 Ryhmä muutosta tukevana systeeminä	28
6.2 Ryhmän rakentuminen	30
6.2.1 Ryhmän tavoitteet	30
6.2.2 Ryhmän valinta ja rajat	31
7 RYHMÄLÄISISTÄ RYHMÄKSI	32
7.1 Ryhmän vaiheet ja normit	32

	2
7.2 Roolit ryhmässä	33
7.3 Muutos	33
7.4 Ryhmän yhteenveto: Ympäri mennään, yhteen tullaan	34
7.4.1 Vaikuttavuuden tuntoerkit ryhmän toiminnassa	35
7.4.2 Palaute monessa muodossaan	36
8 AINEISTON ANALYYSI	37
9 TULOKSET	38
9.1 Mirjami	38
9.2 Anna	39
9.3 Julia	39
9.4 Patrik	39
9.5 Miikka	40
9.6 Pekka	40
10 JOHTOPÄÄTÖKSET	40
10.1 Terapeuttiset strategiat kehittyvässä terapisuhteessa	40
10.2 Terapeuttiset strategiat oman tahdon toteuttamisen tukena	41
10.3 Kasvukivun kautta kohtaamiseen	41
11 POHDINTA	42
LÄHTEET	45
LIITTEET 1-2	

1 JOHDANTO

Olemme toteuttaneet opinnäytetyömme yhteistyössä Haavikon opetus- ja aikuiskasvatustuskeskuksen kanssa. Opinnäytetyön puitteissa ohjasimme syksyllä 2007 toimintaterapiaryhmää kuudelle kehitysvammaiselle aikuiselle Haavikossa. Ryhmän jäsenet valikoituivat ryhmään oman tahdon toteuttamisen vaikeuden vuoksi. Tahdon toteuttamisen tukemiseen valitsimme luovat toiminnat kahdeksan ryhmäkertamme sisällöksi.

Opinnäytetyön lähtökohtana on tarve saada lisää käytännön kokemusta ryhmän ohjauksesta, ja tähän yhdistettynä tarkastella omaa ammatillista kasvua. Tarkastelemme tapaustutkielmassamme ryhmän toteutuksessa käyttämiämme Inhimillisen toiminnan mallissa (Kielhofner 2002) esille tulevia terapeuttisia strategioita. Ajattelemme, että tällainen tarkastelu edistää toimintaterapeutin tietoisuutta omasta toiminnastaan, ja täten mahdollistaa terapian parempaa kohdentuvuutta. Koemme myös tärkeäksi tarkastella terapeuttisten strategioiden kohdentamista asiakkaille, joilla on kehitysvamma ja oman tahdon toteuttamisessa vaikeutta.

Tapaustutkielmassamme aineistonkeruumenetelmänä on osallistuva havainnointi, jossa käytämme tätä varten suunniteltua havainnointirunkoa. Aineiston analysoinnin tukena tulevat olemaan myös ryhmäkertojen kirjalliset muistiinpanot. Analysoimme aineiston teoriaohjaavan sisällönanalyysin avulla.

Teoreettisina lähtökohtina ovat pääasiassa toimineet Inhimillisen toiminnan mallin tahto-osa alue, sekä kyseisessä mallissa esille tulevat terapeuttiset strategiat. Tärkeä teoreettinen lähtökohta ryhmäprosessin toteuttamisen kannalta on Terapeuttisen toimintaryhmän systeemimalli (Borg – Bruce 1991), jonka avulla olemme suunnitelleet ja toteuttaneet ryhmän Haavikossa. Avaamme edellä mainittuja teoreettisia lähtökohtiamme teorian kannalta, sekä käytännön esimerkkien avulla.

2 YHTEISTYÖKUMPPANI

Yhteistyökumppanimme opinnäytetyössämme on Haavikon opetus- ja aikuiskasvatuskeskus, joka järjestää kehitysvammaisille nuorille ja työssäkäyville aikuisille jatko-opetusta koulun päättymisen jälkeen. Kiinnostus yhteistyöstä Haavikon kanssa heräsi käytännön harjoittelukokemuksen ja asiakasryhmän perusteella. Haavikon opetuksen tavoitteena on nuoren tai aikuisen kehitysvammaisen jatko-opiskelijan itsenäistymisen tukeminen. Lisäksi opiskelijaa valmennetaan ja ohjataan ammatillisiin opintoihin tai työhön. Oppimisympäristö on pieni ja tiivis. Kotiryhmiä on yhteensä viisi, joista neljä on nuorten ryhmiä ja yksi on aikuisten. Ryhmäkoko on pieni, 5-7 opiskelijaa jokaista ryhmää kohden. Toimintaterapeuttia Haavikossa ei ole, mutta toimintaterapian ajatukset sopivat Haavikon arvomaailmaan ja toimintakulttuuriin kokemuksen perusteella.

Yhteistyömme Haavikon kanssa käynnistyi kun tarjosimme johtajaopettajan kautta yhteistyötä opinnäytetyön muodossa koko työyhteisölle. Ryhmämuotoinen toimintaterapiaprosessi luovia menetelmiä käyttäen otettiin innolla vastaan. Itseämme kiinnosti paitsi ryhmän toteuttaminen ja ryhmäprosessi, niin myös oman ammatillisen kasvun näkökulma. Lopullinen suunnitelma opinnäytetyön toteuttamiselle sisälsi näin ollen sekä ryhmämuotoisen toimintaterapiaprosessin toteuttamisen Haavikossa, että terapeuttisten strategioiden tarkastelun ammatillisen kasvun näkökulmasta.

Yhteistyökumppanimme hyöty kuuden opiskelijan ryhmäterapiaprosessista on sen kautta saatu uusi tieto opiskelijoista. Ryhmään valikoituneet opiskelijat taas saavat uusia kokemuksia omasta toimijuudestaan ja ryhmän jäsenenä olemisesta. Ryhmäläisiä yhdistävänä tekijänä on oman tahdon toteuttamisen vaikeus, johon ryhmämuotoisen toimintaterapian keinoin pyrittiin saamaan muutosta. Terapeuttisten strategioiden tarkastelun avulla ajattelimme voivamme kohdentaa tukea ryhmän jäsenten tarpeita vastaaviksi.

Ennen ryhmän toteutuksen alkamista kävimme esittelemässä ajatustamme tulevasta ryhmästä, ja siellä muotoutui yhteiseksi ryhmän teemaksi keskittyminen oman tahdon toteuttamiseen. Tämän tapaamisen jälkeen kävimme kahtena päivänä tapaamassa mahdollisia ryhmäläisiä, joille esittelimme tulevaa ryhmää. Tässä yhteydessä kysyimme myös heidän halukkuuttaan osallistua ryhmään, ja heidän mielenkiintojaan luoviin toimintoihin liittyen. Loppusyksyn aikana kävimme tapaamassa Haavikon opetus- ja aikuiskasvatuskeskuksen henkilökuntaa heidän viikkopalavereissaan, ryhmämme toteu-

tuksen puolella välissä ja viimeisen ryhmäkerran jälkeen. Toimme esille ryhmään liittyviä huomioitamme ja mitä olimme ryhmäkerroilla tehneet, keskustelimme ryhmän jäsenistä ja siitä miten heidän vaikeutensa ilmenee kotiryhmissä.

3 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TUTKIMUKSELLINEN ASETELMA

Jo opinnäytteemme ideavaiheessa oli mielessämme ajatus luovien toimintojen ryhmästä, jossa tahto-osa-alueen (Inhimillisen toiminnan malli) tukeminen olisi keskeistä. Tutkimuksellinen näkökulma opinnäytteeseemme löytyi pitkän pohdinnan jälkeen omasta tarpeestamme kehittyä ryhmän ohjaajina. Tähän löysimme tarkastelun kohteeksemme Inhimillisen toiminnan mallissa esiintyvät terapeuttiset strategiat. Ryhmämuotoisen toimintaterapian vaikuttavuutta emme tutkielmassamme ole pyrkineet arvioimaan. Tuomme tutkimuksellisen asetelman lyhyesti esille tässä vaiheessa myös aineiston käsittelyn, tulosten ja johtopäätösten osalta selventääksemme prosessin etenemistä kokonaisuutena.

3.1 Aiemmat aiheitamme sivuavat opinnäytetyöt

Terapeuttisiin strategioihin keskittyvää samankaltaista opinnäytetyötä emme löytäneet, joten oli perusteltua tästäkin näkökulmasta lähteä tarkastelemaan aiheitamme tarkemmin. Jotkut opinnäytetyöt sivusivat aiheitamme joiltain osa-alueelta. Heini Liimataisen opinnäytetyö ”Toimintaterapeuttien ammatillinen kasvu työuran alussa” (Helsingin ammattikorkeakoulu Stadia: 2003) käsittelee ammatillista kasvua ja antaa siten hyvää lisätietoa juuri toimintaterapeutin ammatilliseen kasvuun liittyen. Toinen aiheitamme sivuava opinnäytetyö on Johanna Huttusen ja Anu Mäkisen Helsingin ammattikorkeakoulussa Stadiassa (2005) tekemä ”Tahdon havainnointimenetelmä: kokemuksia Volitional Questionnairen käytöstä mielenterveyskuntoutujien toimintaterapiaryhmässä”. Edellä mainitussa opinnäytetyössä tuodaan esille tahdon prosessi tarkemmin kuin itse tuomme omassa opinnäytetyössämme. Jaana Ritsilän Pro Gradu tutkielmassa ”Toimintaterapeuttien käsityksiä tahdosta ja kokemuksia Tahdon arviointimenetelmän käyttöön-otosta” (Jyväskylän yliopisto, terveystieteiden laitos: 2002) hän tuo esille monipuolisesti tahtoa eri tieteenalojen näkökulmista ja hänen tutkimuksen tavoitteenaan oli selvittää Volitional Questionnairen soveltuvuutta suomalaisten toimintaterapeuttien käyttöön. Näihin opinnäytetöihin kannattaa paneutua, jos mielenkiinto näihin aihealueisiin herää tai on herännyt.

3.2 Tutkimuskysymys

Opinnäytteemme tarkastelun kohteena ovat terapeutitiset strategiat juuri tämän edellä esille tuodun ryhmän toteuttamisessa. Tällöin tapaustutkimuksemme kautta etsimme vastausta kyseisen ryhmän toteutuksessa kysymykseen: Minkälaiset terapeutitiset strategiat tukevat ja mahdollistavat ryhmän jäsenen oman tahdon toteuttamista?

Vaikka laadullisessa tutkimuksessa ei edeltä määriteltyjä ennako-olettamuksia tutkimuksen tuloksista tai tutkimuksen kohteesta yleensä ole, niin on kuitenkin suotavaa kehittää eräänlaisia työhypoteeseja siitä, mitä analyysi voi tuoda tullessaan (Eskola – Suoranta 1998: 20). Esioletuksinamme oli, että terapeuttisten strategioiden tarkastelu lisää mahdollisuuksia kohdentaa terapia paremmin ryhmäläisille sopivaksi, jolloin terapian vaikutuskin saattaa parantua. Terapeuttisten strategioiden hyödyntäminen terapiajakson suunnittelussa ja toteuttamisessa auttaa terapeuttia toimimaan eettisesti ja asiakaslähtöisesti. Samoin terapeutti voi kokea omien terapeuttisten strategioiden tarkastelun myötä, niiden käytön monipuolistuneen.

3.3 Aineistonkerääminen

Terapeuttisten strategioiden tarkastelun mahdollistaa ryhmämuotoisen toimintaterapiaprosessin ohjaaminen. Terapeuttisten strategioiden kohdentumisessa pyritään keskittymään ryhmän jäsenten yksilöllisten tavoitteiden toteutumisen tukemiseen. Yksilölliset tavoitteet liittyvät jokaisella ryhmän jäsenellä oman tahdon toteuttamisen edistymiseen.

Ryhmäprosessi on sisältänyt kahdeksan ryhmäkertaa, sen kesto on seitsemällä kerralla ollut 90 minuuttia ja kerran 60 minuuttia. Aineistonkeruumenetelmämme on osallistuva havainnointi, jonka tukena käytimme etukäteen suunniteltua havainnointirunkoa. Tuomme aineistonkeruuvaihetta esille kirjallisessa raportissamme kuvaamalla ryhmän toteutusta.

3.3.1 Osallistuva havainnointi

On huomioitava, että osallistuva havainnointi on subjektiivista toimintaa, joka voi olla hyvinkin valikoivaa. Ennako-odotukset voivat vaikuttaa havainnointiin niin, että muut asiat jäävät vähemmälle huomiolle. (Eskola – Suoranta 1998: 103.) Suunnittelemamme havainnointirunko ohjasi meitä havainnoimaan ennalta määriteltyjä asioita.

Ensimmäisellä ryhmäkerralla aloitimme havainnoinnin ryhmän jäsenten tahdon toteuttamisen vaikeudesta. Havainnointimme on perustunut De las Heras:n (1998) Volitional Questionnaire, Tahdon havainnointimenetelmän käsitteisiin tahtoon liittyvistä osaluista. Reflektointi ja ryhmän jäsenen vaikeuksien nimeäminen ja tilanteiden sanallinen kuvaaminen auttoivat meitä suunnittelemaan seuraavan ryhmäkerran yksilöllisesti kohdennettavat terapeuttiset strategiat ryhmän jäsenten tavoitteiden toteutumisen tukemiseksi. Nämä valitut terapeuttiset strategiat kirjassimme myös havainnointirunkoon. Ryhmäkerran aikana pyrimme havainnoimaan terapeuttisten strategioiden toimivuutta ryhmätilanteessa. Tämä kehä toistuu ryhmäkertojen puitteissa seitsemän kertaa, ja tätä kautta olemme keränneet aineistomme. Valitettavasti emme voineet videoida ryhmäkertoja, koska emme saaneet suostumusta kaikilta ryhmän jäseniltä.

3.3.2 Havainnointirunko

Olemme soveltaneet De las Heras:n (1998) Tahdon havainnointimenetelmää ryhmän jäsenten arvioimiseen koko ryhmän toteutuksen ajan. Tahdon havainnointimenetelmässä arvioidaan neljäätoista tahtoon liittyvää osaluuetta. Näiden osaluueitten havainnointi ja arviointi oli aineistonkeruumme ensimmäinen vaihe, jonka jälkeen siirryimme pohtimaan valittavia yksilöllisiä terapeuttisia strategioita kunkin ryhmän jäsenen kohdalla. Harkitut terapeuttiset strategiat kirjassimme havainnointirunkoon. Jokaisen ryhmän jäsenen kohdalla havainnointirunkoja kertyi jokaiselta osallistumiskerralta. Havainnointirunkoon merkittiin myös ryhmän jäsenen tavoitteet ja ryhmäkerran toiminta tai tema. Kahden ryhmäkerran jälkeen aloimme lisätä runkoon myös lyhyen narraation ryhmän jäsenen toiminnasta ryhmässä. Havainnointirunko on tämän kirjallisen raportin liitteenä (LIITE 1).

3.4 Aineiston käsittelystä tuloksiin ja johtopäätöksiin

Havainnointirunkomme on suunniteltu ohjaamaan havainnointiamme niin, että pyrimme suoraan teemoittelua käyttäen jakamaan havainnoidut tapahtumat niitä vastaaviin käsitteisiin. Sisällönanalyysimme on teorialähtöistä eli deduktiivista. (Tuomi – Sarajärvi 2002: 116). Havainnointirunkomme on tavallaan jo analyysirunko, joka on strukturoitu niin, että aineistosta kerätään vain niitä asioita jotka siihen sopivat (Tuomi – Sarajärvi 2002: 116). Keskitymme siis analysoimaan vain havainnointirunkoon kirjaamiamme

tahdon ilmentymiä ja niistä tehtyjä harkittuja päätöksiä terapeuttisten strategioiden valinnasta ja käytöstä.

Tulemme käsittelemään tuloksissa terapeuttisten strategioiden painottumista kyseisen ryhmän toteuttamisessa. Keskitymme yksilöllisesti tehtyihin ratkaisuihin valitessamme terapeuttisia strategioita ryhmän jäsenen tavoitteen suuntaisen toiminnan tukemiseksi. Johtopäätöksissä tuomme esille tulosten käytännöllisyyttä ja läpikäydyn tutkimusprosessin arvoa henkilökohtaisen oppimisen tasolla.

3.5 Toimintaterapian toteutusta ohjaavat teoriat

Valitsimme omaa toimintaamme ohjaaviksi teorioiksi Inhimillisen toiminnan mallin ja Terapeuttisen toimintaryhmän systeemimallin. Inhimillisen toiminnan mallista korostuu erityisesti tahto-osa-alueen merkitys ryhmän jäsenten tavoitteiden sisällön kautta. Luovien toimintojen valinnan perustelemme British Journal of Occupational Therapy -lehdessä olleen artikkelin kautta. Borgin ja Brucen systeemimalli on toiminut ryhmän suunnittelun ja toteuttamisen työvälineenä, jotta ryhmä voidaan toteuttaa mahdollisimman eettisesti. Barbara Borg ja Mary Ann Bruce ovat soveltaneet avoimen systeemin mallia toimintaterapeuttiseen toimintaryhmään ja Gary Kielhofnerin Inhimillisen toiminnan malli perustuu samoin systeemiseen näkökulmaan, näin ollen yhteisen teoriataustan vuoksi ne eivät ole ristiriidassa keskenään (Vainio 1995: 3).

Kuvaamme seuraavassa hieman toisen toimintaamme ohjaavan teorian, Inhimillisen toiminnan mallin peruskäsitteitä. Inhimillisen toiminnan mallin tahdon osa-alue esitellään tarkemmin myöhemmässä vaiheessa. Samoin Inhimillisen toiminnan mallissa esiintyviin terapeuttisiin strategioihin keskitymme perusteellisemmin opinnäytetyömme painopisteen vuoksi. Inhimillisen toiminnan malli kokonaisuudessaan on vaikuttanut ajatteluun, joten sen lyhyt esittely on aiheellista.

Inhimillisen toiminnan malli on avoin systeemimalli, jossa ihmistä kuvataan hänen henkilökohtaisten piirteiden kautta. Näitä henkilökohtaisia piirteitä ovat tahto, tottumus ja suorituskkyky. Tahto, jonka osuus korostuu meidän työssämme, pitää sisällään niitä ajatuksia ja tunteita, joita ihminen toimiessaan kokee. Tahdon osa-alue pitää sisällään arvot, henkilökohtaisen vaikuttamisen ja mielenkiinnon kohteet. Tottumus taas vaikuttaa ihmisen toimintaan ja näkyy sen tehokkuutena tutuissa ympäristöissä. Tavat ja roolit vaikuttavat tottumukseen. Suorituskkyky pitää sisällään ihmisen fyysiset, psyykkiset ja

kognitiiviset ominaisuudet. Koska ihminen kokee elämän kehonsa kautta, suorituskykyyn liittyy vahvasti ihmisen oma kokemus kehosta. (Kielhofner 2002: 19 - 22.)

Lisäksi Inhimillisen toiminnan mallissa on tärkeässä asemassa myös ympäristö, joka vaikuttaa ihmisen toiminnalliseen käyttäytymiseen. Ympäristön fyysiset ja psyykkiset elementit tarjoavat mahdollisuuksia toiminnalle, mutta ne voivat myös estää ihmisen toiminnallista käyttäytymistä (Kielhofner 2002: 100). Inhimillisen toiminnan mallissa kuvataan toiminnallista identiteettiä, pätevyyttä ja adaptaatiota, joihin vaikuttavat edellä esitellyt ihmisen henkilökohtaiset piirteet eli tahto, tottumus ja suorituskyky. (Kielhofner 2002: 119 - 121.)

4 TERAPEUTTISET STRATEGIAT

Tarkastelemme terapeuttisia strategioita Inhimillisen toiminnan mallin mukaan. Näin ollen ohjajuuden esille tuominen painottuu Inhimillisen toiminnan mallin teorian kautta käsiteltäväksi. Tässä luvussa käsittelemme terapeuttisia strategioita teorian ja toteutuneen ryhmän käytännön esimerkkien kautta. Esimerkeissä esittelemme kuinka ja minkälaisissa tilanteissa käytimme terapeuttisia strategioita kyseisessä ryhmässä. Terapeuttinen strategia on terapeutin toimintaa, joka vaikuttaa asiakkaan toimimiseen, tuntemuksiin ja ajatteluun johtaen toivottuun muutokseen (Kielhofner 2002: 311).

4.1 Terapeuttinen itsen käyttö ja terapeuttinen vuorovaikutussuhde

Inhimillisen toiminnan mukaan terapeutin ja asiakkaan välinen suhde on tärkeä onnistuneen ja epäonnistuneen toimintaterapian määrittelijä. Se esittelee kaksi olennaista tekijää terapeuttisessa suhteessa, jotka ovat empatia ja luottamus. Empatia vaatii sitä, että toimintaterapeutti yrittää ymmärtää asiakkaan ajatuksia, tunteita ja tarpeita, ja välittää tämän ymmärryksen myös asiakkaalle. Empatian saavuttaminen vaatii terapeutilta heinovaaraista kuuntelua siitä, mitä asiakkaalla on sanottavaa elämästään ja kokemuksista meneillään olevasta toimintaterapiasta. Terapeutin on siis aidosti yritettävä ottaa asiakseen ymmärtää asiakkaan näkökulmaa, jotta empatia toteutuu terapeuttisessa suhteessa. (Kielhofner 2002: 309.) Tähän osioon yritimme keskittyä ryhmätilanteissa, mutta myös ryhmän ulkopuolella tapahtuneissa kohtaamisissa. Koimme, että terapiasuhteen kannalta eteenpäin vieviä tekijöitä olivat yhteisen ymmärryksen etsiminen, toisesta kiinnostuminen aidosti ja sen näyttäminen. Jokaiseen ryhmäläiseen olisi luotava terapeuttinen, mut-

ta myös tietyllä tasolla henkilökohtainen suhde. Lisäksi oli luotava empaattinen yhteishenki koko ryhmään, jotta toivottava ryhmäytyminen olisi mahdollista onnistua. Tällä tarkoitamme sitä, että jokainen on samanarvoinen yksilönä ja ryhmän jäsenenä, mutta samalla jokaisella on erilaiset tarpeet mitä tulee empatian vaatimuksiin. Empatia ja luottamus ovat kaksi tärkeää elementtiä hyvän terapiasuhteen luomisessa.

Luottamuksen saavuttaminen asiakkaan ja terapeutin välillä on ensisijaista yhteistyön kannalta, jotta asiakkaan sitoutuminen terapiaan mahdollisimman hyvää. Terapeutti rakentaa luottamusta olemalla avoin ja rehellinen asiakkaan kanssa toimiessaan. Asiakas, joka huomaa terapeutin laittaneen aikaa ja paneutuneen kehittämään kokonaisvaltaista ymmärrystä hänestä on valmiimpi ottamaan vastaan mitä terapeutilla on sanottavanaan. (Kielhofner 2002: 310.) Koemme, että empatia ja luottamus tukevat toinen toistaan. Empatia velvoittaa luottamuksen olemassaolon terapiasuhteessa. Jotta luottamus voi syntyä terapeutin ja tässä tapauksessa ryhmän jäsenen välille, on terapeutilla vastuu kohdata ryhmäläinen empaattisesti, ymmärtäen. Luottamuksen kannalta koimme tärkeäksi yhteisistä sopimuksista kiinnipitämisen, avoimen keskustelun sekä sen, että ryhmää koskevissa keskusteluissa ryhmässä jaetut asiat esitettiin työyhteisölle asianmukaisesti.

Inhimillisen toiminnan mallin mukaan terapeutin suhde ei ole ensisijainen muutoksen tekijä. Tämä ei kuitenkaan vähennä terapeutin suhteen tärkeyttä. Terapeutin roolina on tukea ja sitä kautta olla mahdollistamassa niitä asioita, jotka asiakkaan on tehtävä saavuttaakseen haluamansa muutoksen. (Kielhofner 2002: 310.) Ajattelemme, että toimintaterapeutin rooli on ennen kaikkea asiakkaan ohjaamisesta oikeaan suuntaan tämän itsen kannalta, jotta asiakas voisi löytää itselleen sopivimmat elementit muutokseen. Itse muutos tapahtuu vain, jos asiakas kokee terapian sitoutumisen arvoiseksi; näin ollen hänellä pitää olla tahtoa ja motivaatiota muuttaa elämänsä suuntaa.

4.2 Terapeutin strategioiden luonne

Terapeutin strategia tarkoittaa terapeutin toimintaa, joka vaikuttaa asiakkaan toimintaan, tunteeseen ja/tai ajatteluun, jotta saavutetaan haluttu muutos. Inhimillisen toiminnan mallin mukaan terapeutilla tulisi aina olla luotuna käsitys asiakkaasta ja tämän tilanteesta, joka ohjaisi terapeutin strategioiden valintaa ja käyttöä. Kaksi kysymystä toimii hyvin terapeutin strategioiden valitsemisen taustalla: Minkälaiset terapeutin strategiat tukevat ja mahdollistavat asiakkaan toiminnallista sitoutumista ja muutosprosessia? Minkälainen asiakkaan toiminnallinen sitoutuminen on tarvittavaa, jotta halutut

muutokset saavutetaan? Malli esittelee, että strategioita tulisi käyttää vaihtelevasti, jotta terapeutti voi säädellä niiden käyttöä kohtaamaan asiakkaan tarpeita terapiaprosessin eri vaiheissa. (Kielhofner 2002: 311)

Inhimillisen toiminnan mallissa on kuvattu yhdeksän terapeutista strategiaa, joista voi löytää yhteneväisyyksiä suhteessa muihin teoreettisiin toimintaterapian viitekehyksiimme. Kuvattavat yhdeksän terapeutista strategiaa ovat terapeutin toimintaa, kun hän vahvistaa, tekee tietoiseksi, antaa palautetta, neuvoo, neuvottelee, strukturoi, ohjaa, rohkaisee ja antaa fyysistä tukea. (Kielhofner 2002: 311 – 316.)

4.2.1 Toimintaterapeutti vahvistaa

Inhimillisen toiminnan malli korostaa, että asiakkaan kokemusten ja näkökulman kunnioittaminen ja ymmärtäminen on ensisijaisen tärkeää. Vahvistamisessa on kyse juuri tästä. Terapeutin täytyy varovaisesti kiinnittää huomiota ja tunnustaa asiakkaan kokemukset riippumatta siitä onko se ruumiillinen kokemus, kokemus liittyen tahtoon (nautinto, suorituskyvyn menettäminen, ahdistus) tai onko kokemus peräisin yhteiskunnallisesta reaktiosta vammaan. Negatiiviset kokemukset kuten kipu, ahdistus, hallusinaatiot, häpeä ja/tai viha voivat häiritä asiakkaan toiminnallista sitoutumista. Tästä syystä kokemuksen vahvistaminen vaatii joskus terapeuttia auttamaan asiakasta suoriutumaan kokemuksesta tehdä jotakin positiivista. (Kielhofner 2002: 311.)

Jokainen terapian hetki on mahdollisesti latautunut ajatuksilla ja tunteilla, joista seuraa mitä asiakas tekee. Tästä syystä asiakkaan kokemukset saavat vastakaikua suuremmassa mittakaavassa päätelminä, aikomuksina, huolina, toiveina ja pettymyksinä. Näiden kokemusten ymmärtäminen ja vahvistaminen on keskeistä tehokkaalle terapialle (Kielhofner 2002: 311). Erään ryhmän jäsenen isä oli kuollut lähellä ryhmän toteutuksen alkamista. Ryhmän jäsen toi moneen otteeseen esille isäänsä liittyviä asioita toiminnan ja keskustelun kautta. Mietimme ohjaajina sitä, kuinka tukea ja ymmärtää tätä ryhmäläistä niin ettei asian käsittely veisi liikaa tilaa suhteessa muiden huomiointiin. Annoimme kyseiselle ryhmän jäsenelle mahdollisuuden tuoda alkukeskustelussa esille haluamiaan asioita, jolloin hän monella kerralla otti jollain lailla isän esille. Kun isästä sai keskustella suhteellisen vapaasti, se auttoi häntä keskittymään ja sitoutumaan toimintaan ja ryhmään paremmin. Ryhmän jäsenen vahvistaminen tässä kohtaa tarkoitti sitä, että ryhmän jäsenen tarpeeseen puhua isästään ja surustaan vastattiin, jolloin hänen sai kokemukseensa vastakaikua ryhmässä.

4.2.2 Toimintaterapeutti tekee tietoiseksi

Terapeutin täytyy pystyä nimeämään asiakkaalle valikoima henkilökohtaisia toimintatapoja ja/tai ympäristötekijöitä, jotka voivat helpottaa asiakkaan toiminnallista suorituskyyä ja osallistumista. Terapeuttisista strategioista juuri tietoiseksi tehdessään terapeutti tukee asiakkaalle syntyvää ymmärrys henkilökohtaisista ja ympäristön tarjoamista mahdollisuuksista ja voimavaroista. (Kielhofner 2002: 312.) Valitsimme toiminnat ryhmään luonnollisesti niin, että jokainen ryhmän jäsen pystyi osallistumaan niihin omalla tavallaan. Tätä helpotti se, että toteutimme osallistuvaa havainnointia jatkuvasti ja havainnointirunko mahdollisti tarkan kirjaamisen. Tästä syystä pystyimme toteamaan ryhmän jäsenen epäillessä omia kykyjään, että hän pystyy suorittamaan valitun toiminnan ennen näkemämme perusteella.

Tietoiseksi tehdessään toimintaterapeutti voi myös tarjota asiakkaalle informaatiota edistävistä vaihtoehdoista toiminnallisessa suoriutumisen ja osallistumisessa työssä, leikissä/vapaa-ajalla ja päivittäisissä toiminnoissa, joita asiakas haluaa ja kokee tarvetta tehdä. (Kielhofner 2002: 312.) Tietoiseksi tekemisen strategia tuli esille ryhmän toteutuksessa tilanteissa, joissa ryhmäläisen toiminnallista suoriutumista vaikeutti virheellinen tapa toimia. Puutuimme näihin tilanteisiin keskustelemalla ryhmäläisen kanssa ja etsimällä hänen kanssaan yhdessä paremman tavan toteuttaa toiminta hänen itsensä kannalta.

4.2.3 Toimintaterapeutti antaa palautetta

Kun terapeutti jakaa kokonaiskäsityksensä asiakkaan tilanteesta tai ymmärryksensä asiakkaan meneillään olevasta toiminnasta, hän antaa palautetta. Terapeutti tekee jatkuvasti johtopäätöksiä asiakkaan suorituskyvystä, tottumuksesta, tahdosta ja ympäristötekijöiden vaikutuksista ymmärtääkseen kuinka nämä tekijät vaikuttavat asiakkaan taitoihin, suoritukseen ja osallistumiseen. Palautteen antaminen voi palvella moninaisia tarkoituksia, kuten auttaa asiakasta saamaan tarkempi käsitys kyvyistään tai ymmärrys suorituskyvyn ongelmistaan. (Kielhofner 2002: 312 – 313.) Palautteen antamisen strategialla vahvistimme ryhmän jäsenen kokemusta tilanteen jälkeen, jossa tämä alkuun epäili omia kykyjään, mutta lähti kuitenkin vakuuttelumme jälkeen kokeilemaan häntä mietityttäneitä toimintaa.

Lisäksi antamalla palautetta asiakkaalle, voidaan tarjota erilainen visio tulevaisuudesta kuin mitä asiakas itse on ajatellut. Palautteen antaminen voi välittää tiedon, joka edistää taitoja ja suorituskyykyä. Annettu palaute, joka uudelleenrajaa jotakin, voi puhutella tahtoa vaikuttamalla asiakkaan tapaan tulkita, kokea tai odottaa tulevaa. (Kielhofner 2002: 313.) Ohjaajina pyrimme antamaan heti tilanteessa suoran palautteen. Lisäksi ryhmäkerrojen lopussa annoimme palautetta koko kerrasta ja silloin nostimme esille sekä onnistumiset, että tilanteet, joissa ryhmän jäsen olisi voinut toimia toisin. Annettu palaute oli pääasiassa sanallista, mutta annoimme palautetta luonnollisesti myös ilmein ja elein vahvistaaksemme palautteen vaikutusta. Palautteen antaminen liittyi ennen kaikkia osallistumiseen ja ryhmässä toimimiseen.

4.2.4 Toimintaterapeutti neuvoo

Terapeutti neuvoo asiakasta kun ehdottaa intervention tavoitteita ja toimintasuunnitelmia. Neuvominen pitää sisällään jakamisen siitä, mitkä lopputulokset näyttävät mahdollisilta ja toivottavilta. Lisäksi asiakkaalle osoitetaan neuvomalla mahdolliset vaihtoehdot lopputuloksen saavuttamiseksi toimintaterapiassa. (Kielhofner 2002: 313.) Neuvomisen strategiaa käytimme kun ryhmäläinen harkitsi toimintaan osallistumista. Tällöin muistutimme miksi hänen olisi hyvä kokeilla kyseistä toimintaa viittaamalla siihen, että tämän toiminnan avulla on mahdollista harjoitella hänelle vaikeaa asiaa. Vaikeaa asiaan tarttumalla hän voi saada sen toteuttamiseen varmuutta, ja näin se saattaa olla helpompaa jatkossa myös omassa kotiryhmässä.

Neuvomisen tulisi ottaa paikkansa osana antaa – ja - ottaa – prosessia, jonka mukaan asiakas ja terapeutti vastavuoroisesti päättävät terapian tavoitteista ja toimintasuunnitelmista. Voidakseen neuvoa asiakasta tehokkaasti, terapeutin on yritettävä ymmärtää asiakkaan tahtoa. Neuvomisen prosessissa terapeutti voi yrittää suositella asiakasta tekemään tarkkoja tietoisia valintoja tai päätöksiä. Terapeutin täytyy olla varovainen neuvoessaan, ettei pakota asiakasta. Asiakkaan neuvominen on tärkeä osa asiakaskeskeistä käytäntöä, koska se sallii asiakkaan tehdä informoituja ratkaisuja. Tämän vuoksi on tärkeää, että terapeutti ottaa aikaa selittää neuvomiselle (Kielhofner 2002: 313 – 314.) Ohjaamamme ryhmän kohdalla käytimme neuvomisen strategiaa ohjatesamme ryhmäläisiä toimintojen suorittamisessa. Emme vaatineet, että ryhmäläinen suorittaa toiminnan tai toiminnan osan haluamallamme tavalla, vaan tuimme ryhmäläistä löytämään omia ratkaisuja. Neuvomisen terapeutin strategia tuli esille silloin kun ryhmäläinen oli neuvoton kuinka toimia. Tällöin yritimme neuvoa häntä alkuun, kuitenkin niin, että

omalle oivaltamiselle jäi aikaa ja tilaa. Oman tahdon toteuttamisen tukemisessa pyrimme siis näin ollen antamaan erilaisia vaihtoehtoja ratkaisuksi, jotta ryhmän jäsen ottaisi vastuuta ja tekisi valinnan rajatuista vaihtoehdoista itse.

4.2.5 Toimintaterapeutti neuvottelee

Terapeutti neuvottelee asiakkaan kanssa heidän sitoutuessaan vastavuoroiseen suhteeseen saavuttaakseen yhteisen näkökannan tai sopimuksen siitä, mitä asiakas tahtoo tai tämän pitäisi tehdä tulevaisuudessa. Neuvottelua esiintyy silloin kun asiakkaalla ja terapeutilla on toisistaan eroavaa tietoa tai näkökantoja asiakkaan toiminnallisista olosuhteista. Tällaisessa tilanteessa neuvottelu voi olla välttämätöntä, jotta voidaan selvittää erimielisyydet asiakkaan ja terapeutin välillä. Toisinaan terapeutti ja asiakas yksinkertaisesti vain vertailevat ja sovittelevat eriäviä näkökantojaan. (Kielhofner 2002: 314.) Tällaisia tilanteita tuli ryhmän toteutuksen aikana muutama otteeseen liittyen siihen, että ryhmän jäsen ei halunnut osallistua toimintaan suunnittelemallamme tavalla. Silloin käytimme neuvottelemista löytääksemme ryhmän jäsenen kanssa yhteisen ymmärryksen siitä, millä tavalla toimintaan osallistuminen olisi hänelle mielekkäämpää. Neuvottelemisen toteutuminen edellyttää, että terapeutti on hienovarainen saadessaan selville ja ollessaan tietoinen asiakkaan näkemyksistä (Kielhofner 2004: 314).

4.2.6 Toimintaterapeutti strukturoi

Inhimillisen toiminnan malli määrittää strukturoimisen käytön siten, että se osoittaa muuttujat valinnoissa ja suorituskäytössä tarjoamalla asiakkaalle vaihtoehtoja, asettamalla rajoja ja osoittamalla perussäännöt. Se voi tarjota puitteet luoda kohtuulliset vaatimukset asiakkaalle tehdä päätöksiä, suoriutua, säilyttää tapoja ja täyttää rooleja. (Kielhofner 2002: 314.) Strukturoimalla loimme ryhmän jäsenille sellaisia tilanteita, että heillä oli mahdollista kokeilla erilaisia toimimisen rooleja, kuten ottaa rohkeamman keskustelijan roolin ja ottaa tilaa yhteisissä keskusteluissa. Strukturointia käyttämällä loimme tilanteesta alkuun mahdollisimman helpon ja ryhmän jäsenen edistyessä keskustelutilanteissa strukturoinnin strategian osuutta vähennettiin tilanteessa.

Strukturointi voi antaa asiakkaalle hallinnantunteen ja tunteen turvallisesti tehdyistä päätöksistä pakottamalla ympäristön esteettömäksi (Kielhofner 2002: 315). Strukturoinnissa otimme huomioon ympäristöllisiä tekijöitä, kuten toiminnoissa käyttämiämme materiaaleja ja niiden määrää, istumajärjestystä ja ajallisia tekijöitä. Ohjeistuksessa

otimme tueksi aina materiaalit ja näytimme kuinka niitä voi käyttää. Strukturointia ajatellen otimme esille pöydälle vain ne asiat, joita siinä hetkessä tarvitsimme. Muut työvälineet ja asiat olivat aina työpöydän vieressä erillisellä pöydällä. Tämä toistui joka kerta. Materiaaleja oli aina paljon, jolla halusimme antaa ryhmäläisille oman henkilökohtaisen valinnan mahdollisuuden. Jos materiaalien määrä tuntui jonkun ryhmäläisen kohdalla liian suurella, mietimme yhdessä ryhmäläisen kanssa mitkä materiaalit olivat mielenkiintoisempia, ja rajasimme valinnan mahdollisuudet näin pienempään määrään. Strukturointia terapeutisena strategiana olivat myös tilat, joita oli kaksi. Näitä kahta tilaa käytimme vuorotellen.

Strukturoimista on mahdollista käyttää odotuksien ilmaisemiseen, ja se on hyödyllinen autettaessa asiakasta sisäistämään uusia rooleja, sekä olemaan tehokas ryhmän jäsen. Ulkoiset odotukset voivat tukea tahtoa. Tämä johtuu siitä, että asiakkaan voi olla helpompi motivoitua tekemään asioita kun muut ihmiset odottavat sitä häneltä. (Kielhofner 2002: 315.) Strukturointiin ryhmän toteutuksen kannalta kuului myös alku- ja loppukeskustelu. Kaikille omista ajatuksista ja asioista kertominen ei ollut helppoa ja näin ollen alku- ja loppukeskustelut muodostuivat tärkeiksi. Alku- ja loppukeskustelun odotuksena oli, että jokaisella on kerrottavaa itsestään ja hän jakaa sen muille ryhmäläisille. Alkukeskustelu eli viikonlopun kertominen toteutui joka kerta, myös loppukeskustelu eli luovispiirakan tarkastelu ja täyttö olivat osa ryhmän struktuuria ja toistui joka ryhmäkerran päätteeksi.

4.2.7 Toimintaterapeutti ohjaa

Terapia pitää sisällään uusien tapojen opettelua, jotta asiakas voisi suoriutua tai harjoitella suorituskkyä kasvattamalla taitoja. Näissä tilanteissa terapeutti ohjeistaa, näyttää mallia, ohjaa, ja johdattelee asiakasta sanallisesti ja/tai fyysisesti. (Kielhofner 2002: 315.) Ohjaamista käytimme varsinkin alun ryhmäytymisvaiheessa kun opettelimme tutustumaan toisiimme keskustelun ja yhteisten toimintojen avulla. Yhteiset rutiinit (alku- ja loppukeskustelu) olivat itsessään tukevia toimintoja, joissa ohjaamisen määrä loppupuolella ryhmää luonnollisesti väheni. Ohjaamisen määrä yksilöllisissä tilanteissa oli vaihtelevaa ja riippui toiminnasta. Osittain strukturiin liittyvänä ohjaaminen näkyi mallintamisessa toimintojen alussa ja sanallisina ohjeina. Pääasiassa ohjaaminen oli sanallista. Sanallisessa ohjaamisessa lähestyimme ongelmaa aina kysymyksillä, jolloin kävimme keskustelua ryhmän jäsenen tai koko ryhmän kanssa.

Ohjaaminen kohdistuu usein mahdollistamaan asiakasta kehittämään suorituskykyä ja edistämään taitojaan. Ohjaaminen vaikuttaa kuitenkin myös asiakkaan tahtoon suorituksen aikana ja uudelleenohjaa asiakkaan huomion suoritukseen vahvistamalla tämän tyytyväisyyden tunnetta ja nautintoa. Ohjaaminen voi ottaa paikkansa myös roolin vahvistamisessa ja tukea asiakasta siten sitoutumaan rooliin tehokkaasti. (Kielhofner 2002: 315.) Koimme tärkeäksi huomioimisen ja kannustamisen toiminnan toteuttamisen aikana. Ohjaamista käytimme ryhmän jäsenten tukemisessa toiminnan ollessa vaikea, jolloin ryhmän jäsenen yritteliäisyys olisi hänelle palkitsevaa vaikkakin ohjauksen tuella.

4.2.8 Toimintaterapeutti rohkaisee

Terapiassa asiakas joutuu kohtaamaan uusia asioita, kuten tutustua uusiin tilanteisiin, valita ottaa riskejä ja yrittää uudelleen vaikka on vaikeaa. Terapeutti mahdollistaa asiakasta toteuttamaan näitä asioita rohkaisemalla tätä. Terapeutti siis antaa emotionaalisen tukensa asiakkaalle ja rauhoittelee tarpeen vaatiessa. Rohkaiseminen on tavallisesti vaatimus, koska asiakkaalla on henkilökohtainen vaikutus vaikeuksiin ja koska ero suorituskyvyn ja tavoitteen välillä on suuri. Asiakkaan rohkaiseminen toimii tämän tahdon kannattelijana mahdollistaen tuntemaan itseluottamusta. (Kielhofner 2002: 315 – 316.) Käytimme rohkaisemisen strategiaa, kun ryhmän jäsentä mietitytti lähteä kokeilemaan uusia ja itselleen hieman vaikeita asioita. Rohkaisimme heitä sanallisesti kokeilemaan uusia asioita ja kertomaan rehellisesti mikä tuntuu vaikealta, tylsältä tai mukavalta. Rohkaiseminen rentouttaa ja auttaa asiakasta nauttimaan itsestään, ja muistuttaa siitä miksi kannattaa jatkaa yrittämistä (Kielhofner:315- 316).

4.2.9 Toimintaterapeutti antaa fyysistä tukea

Asiakkaan motoristen taitojen heikkous saattaa vaatia terapeuttia tarjoamaan fyysistä tukea. Fyysinen tuki tarkoittaa käytännössä sitä, että terapeutti käyttää omaa kehoaan antaakseen tukensa asiakkaalle, jotta tämä voi suorittaa toiminnan loppuun kun ei itse voi tai ei halua käyttää motorisia taitojaan. (Kielhofner 2002: 316.) Varsinaisia motorista vaikeutta ryhmän jäsenillä ei ollut. Fyysisen tuen antamisen strategian käyttö ryhmäsämme oli enimmäkseen sitä, että yritimme päästä sellaisten ryhmäläisten viereen, joille tuntui olevan apua siitä, että ohjaaja istui vieressä, fyysisesti lähellä. Näin heidän oli helpompi keskittyä ryhmässä toimimiseen ja toimintaan.

5 OMAN TAHDON TOTEUTTAMINEN RYHMÄN LÄHTÖKOHTANA

Seuraavissa kolmessa luvussa tuomme esille ryhmän toteutusta, jonka kautta keräsimme aineistomme terapeuttien strategioiden tarkasteluun. Ryhmän toteuttamisen esille tuominen on tärkeää, jotta lukija voi muodostaa käsityksen terapeuttien strategioiden tarkastelun taustalla vaikuttaneista tekijöistä. Ryhmässä tapahtuneiden ilmiöiden ja osatekijöiden esille tuomiseksi olemme valinneet Barbara Borgin ja Mary Ann Brucen kehittämän mallin ”The Group System; The Therapeutic Activity Group in Occupational Therapy”. Kuvailimme systeemimallin mukaisesti ryhmän lähtökohtia, toteutuksessa ilmeneviä toisiinsa vaikuttavia tekijöitä ja viimeiseksi ryhmän lopetusta ja mahdollista muutosta suhteessa ryhmän lähtökohtiin. Terapeuttisen toimintaryhmän tarkastelussa systeeminä, korostuu ryhmän kyky toimia kokonaisuutena ja ryhmän jäsenten yksilölliset kyvyt toimia ryhmässä (Borg - Bruce 1991: 21).

5.1 Terapeutti

Se, keitä me olemme ihmisinä sisältää kykymme, uskomuksemme ja oman rajallisuutemme, nämä ovat joko tietoisesti läsnä tai tiedostamattomina, silti osana meitä. Toimissamme terapeutteina itsetietoisuus ja itsetuntemus mahdollistavat tietoisien valinnan terapiatilanteissa. (Borg - Bruce 1991: 68.) Meitä ryhmämme ohjaajina yhdistää taustaajattelussamme asiakkaan keskeisyys terapian toteuttamisessa. Tämä on ollut kantava voima yhteistyössämme, ja lähtökohta koko opinnäytteen aiheen valinnalle. Tämän yhteisen asenteen vuoksi olemme pystyneet myös rakentavasti keskustelemaan ongelmatilanteissa. Ajatuksenamme on myös ryhmän toteutuksessa oman työskentelyn tarkastelun kautta kasvattaa tietoisuutta omasta toiminnasta terapeuttina.

Terapeutit eivät ole ainoastaan kiinnostuneita asiakkaiden rajoitteista, vaan jopa suurimmassa määrin terapeutin kiinnostukseen alaisina ovat asiakkaan vahvuudet. (Borg - Bruce 1991: 34 -35.) Lähestyimme oman tahdon toteuttamisen vaikeuden edistymisen tukemista ryhmän jäsenen mielenkiintojen kartoittamisella, tätä kautta pyrimme löytämään keinoja vahvistaa heitä omana itsenään. Asiakkaan on oltava tietoinen terapeutin vaatimuksista hänen osallistumisen astetta kohtaan. Terapeutin on annettava ryhmän jäsenten ymmärtää, että osallistuminen toimintoihin on heidän oma valintansa. (Borg - Bruce 1991: 40 - 41.) Tähän keskityimme toden teolla jokaisella ryhmäkerralla. Ilmaisimme toiveemme ja ajatuksemme jokaisen osallistumisesta toimintoihin, mutta

painotimme oman valinnan merkitystä ja tärkeyttä. Kunnioitimme ryhmäläisten päätöksiä, mutta kannustimme heitä myös kokeilemaan itselleen vaikeita asioita.

5.2 Terapeutin toimintaa ohjaava viitekehys

Tahto on oleellinen osa ihmisten toimintaa. Jokainen meistä tekee yksilöllisiä, persoonalleen sopivia valintoja, vaikka toiminnan päämäärä näennäisesti olisikin sama kuin jollakin toisella ihmisellä. On tärkeää tietää mitä tahtoo ja miksi, ilman tätä tietämystä ja ymmärrystä voi tulla ongelmia toimiessa suhteessa toisiin ihmisiin. Ilman ymmärrystä omasta tahdosta ihmistä on helpompi alistaa, painostaa ja väheksyä. Jokaisella pitää olla mahdollisuus yrittää elää sellaista elämää, sellaisia toimintoja tehden kuin kokee itselleen sopivaksi ja mielekkääksi. Ohjaamamme ryhmän jäseniä yhdistää oman tahdon toteuttamisen vaikeus. Seuraavissa kappaleissa avaamme hieman Inhimillisen toiminnan mallin tahdon osa-alueetta teoreettisesta näkökulmasta, muutamalla käytännön esimerkillä avulla.

5.2.1 Tahto Inhimillisen toiminnan mallissa

Tahto pitää sisällään ihmisen ajatukset ja tunteet itsestä toimijana siinä maailmassa, joka on olevainen kun henkilö odottaa, valitsee, kokee ja tulkitsee tekojaan. Tahdon ajatukset ja tunteet liittyvät siihen, mitä kukin pitää tärkeänä (*arvot*), ymmärtää omana henkilökohtaisena kykynä ja tehokkuutena (*henkilökohtainen vaikuttaminen*) ja pitää nautittavana (*mielenkiinnot/mielenkiinnon kohteet*). Arvot, henkilökohtainen vaikuttaminen sekä mielenkiinnot ovat universaaleja teemoja kaikissa ihmisen ajatuksissa ja tunteissa, ja näin ollen siinä mitä he tekevät. Tahto koostuu näistä kolmesta alueesta. Arvoihin, henkilökohtaiseen vaikuttamiseen ja mielenkiintoihin vaikuttavat henkilön kokemukset, odotukset, tulkinnat ja valinnat. Me koemme henkilökohtaisen vaikuttamisen, arvot ja mielenkiinnon kohteet ajattelemalla ja tuntemalla mitä teemme hyvin, mistä me nautimme ja tekemiemme asioiden tärkeyden kautta. Haluamme tulla päteviksi tekemällä asioita, joita arvostamme. Usein tunnemme mukaviksi ne asiat, joissa olemme hyviä ja taitavia, ja ohitamme ne joissa emme pärjää yhtä hyvin. Ihminen kärsii kun ei voi suoriutua hyvin sellaisessa asiassa, jonka kokee itselleen tärkeäksi. (Kielhofner 2002: 44 – 45.)

5.2.2 Henkilökohtainen vaikuttaminen

Ensimmäinen löytö elämässä on kun ihminen tajuaa yhteyden henkilökohtaisen aikomuksen, toiminnan ja sen vaikutuksen välillä. Ensimmäisten elinvuosien aikana ihminen tulee yhä vain tietoisemmaksi omista vaikutuksistaan ympäristössään. Tämä tietoisuus on alku henkilökohtaiselle vaikuttamiselle. Ajan myötä kehittyessämme ihmisinä osallistumme yhä laajemmin ja laajemmin erilaisiin valikoimiin toimintoja. Näin huomaamme mitä olemme kykeneviä tekemään ja minkälaisia vaikutuksia toimintamme tuottaa. Henkilökohtaisen vaikuttamisen osa-alue jaetaan kahteen osaan: henkilökohtaisen pätevyyden tunne ja henkilökohtainen tehokkuus. (Kielhofner 2002: 45 - 46).

Ihmisen ajatukset ja tunteet itsestä toimijana voidaan erottaa kahteen ulottuvuuteen. Näistä ensimmäinen ulottuvuus on *henkilökohtaisen pätevyyden tunne*, joka tarkoittaa henkilön itsearviointia omista fyysisistä, älyllisistä ja sosiaalisista kyvyistään. Toinen ulottuvuus on *henkilökohtainen tehokkuus*, joka on ajatuksia ja tunteita, joita henkilöllä on koskien ymmärrystä tehokkuudesta omien kykyjensä käytöstä saavuttaa halutut päämäärät elämässä. (Kielhofner 2002: 46).

Katselemme ihmisinä maailmaa järjen linssien läpi ja kokoamme ymmärrystä siitä, minkälaisia kykyjä meillä on tehdä asioita joilla on merkitystä. Kokemus voi osoittaa joko sen, että meillä on piileviä kykyjä tehdä haluamiamme asioita tai muistuttaa siitä, että kykymme ovat rajalliset. *Henkilökohtaisen pätevyyden tunne* ei ole vain luettelo henkilökohtaisista kyvyistä, vaan se on aktiivinen tietoisuus kyvyistä, joilla selvittää elämästä, jota ihminen haluaa elää. (Kielhofner 2002: 46)

Henkilökohtaisella tehokkuudella taas tarkoitetaan sitä, kuinka henkilö käyttää kykyjään vaikuttaa siihen, mitä hänen elämässään tapahtuu. Se pitää sisällään lisäksi havainnon itsekontrollista ja siitä, että voi saavuttaa sen mitä haluaa. Me ihmisinä kehitämme lisäksi käsityksen siitä kuinka paljon voimme tuoda esille mitä haluamme. Tämä juontuu siitä, että me luomme mielikuvia omasta tehokkuudestamme käyttää kykyjämme ja kuinka suostuvainen tai vastustava elämä on yrityksiämme kohtaan. Henkilökohtaisen tehokkuuden käyttöön tehokkaasti liittyy kiinteästi itsekontrolli. (Kielhofner 2002: 45 - 48.)

5.2.3 Arvot

Ihmislle on jo hyvin varhaisessa vaiheessa tietyt asiat tärkeitä. Kehittyessämme edelleen, kulttuurimme opettaa meille uskomuksia ja velvoitteita, jotka merkitsevät mikä on hyvää ja oikein, ja tärkeää tehdä. Kulttuureiden sisällä käydään määrittävää keskustelua siitä mitkä asiat ovat hyväksyttäviä ja tärkeitä. Tämä keskustelu määrittää kuinka yksilön tulisi toimia, jotta se on arvokasta, ja mitkä päämäärät ja pyrkimykset ansaitsevat yksilön sitoutumisen. Arvot sitouttavat meidät ihmiset yhteiseen elämäntyyliin ja myötävaikuttavat järkipäisiin merkityksiin elämässä, jota johdamme. (Kielhofner 2002: 50.)

Arvot vaikuttavat ihmisen itsearvostukseen, joka on seurausta siitä kun ihminen tekee tiettyjä asioita (Kielhofner 2002: 50). Ryhmässä ilmeni hieman toisen väheksymistä. Eräällä ryhmäläisellä oli toisia arvosteleva asenne, ja se korostui varsinkin suhteessa kahteen ryhmän jäsenen. Teimme hyvin selväksi omalla toiminnallamme ettei kukaan ole toista parempi tai huonompi, eikä kenenkään kustannuksella ole sopivaa nauraa. Toisia väheksyvän ryhmän jäsenen kohdalla heräsi ajatus siitä onko hän itse kohdannut väheksyntää koska ei osaa tehdä kaikkea kuten muut. Onko hän omaksunut ajatuksen kulttuuristamme vai oman arkensa ympäristöistä, ja kokenut itsensä näin ollen vähemmän arvokkaaksi sisäistämiensä asenteiden vuoksi. Itseään väheksyvä asenne olisi näin voinut siirtyä eteenpäin hänen omassa suhtautumisessaan muihin.

Arvot pitävät sisällään velvoitteita toimia kulttuurillisesti mielekkäällä ja hyväksyttävällä tavalla, joten yksilö tuntee yhteenkuuluvuutta ja oikeellisuutta seurattessaan arvoja. Toimiessaan arvojensa vastaisesti henkilö tuntee häpeää, syyllisyyttä, epäonnistumisen tunteita tai riittämättömyyttä. (Kielhofner 2002: 50.) Ryhmässä tämä saattoi näkyä siinä, että monelle ryhmän jäsenen oli vaikea ilmaista negatiivisia tunteitaan. Olisiko tämä seurausta siitä, että me suomalaiset olemme tunteiden ilmaisemisessamme tunnetusti varovaisia. Arvoihin liittyy tiiviisti ihmisen henkilökohtaiset näkemykset sekä velvollisuuden tunne, joiden kautta ihmisen tulisi voida toteuttaa itseään, jos nämä arvot ovat kulttuurisesti hyväksytyjä (Kielhofner 2002: 50 - 52).

5.2.4 Mielenkiinnon kohteet

Mielenkiinnon kohteet ovat niitä asioita, jotka henkilö kokee miellyttäväksi ja tyydyttäväksi tehdä. Mielenkiinnon kohteet syntyvät mielihyvän ja tyydytyksen kokemuksesta tehdä asioita. (Kielhofner2002: 53.)Ryhmän jäsenillä oli monenlaisia mielenkiinnon kohteita, joita yritimme ottaa mahdollisimman paljon huomioon ryhmän toimintoja suunnitellessa. Yhtä ryhmän jäsentä kiinnostivat tietokonepelit ja fantasiamaailma, toista sählyn pelaaminen ja eräs tykkäsi siivoamisesta todella paljon. Television katseleminen oli eräälle ryhmäläiselle melkein harrastus, ja viikonlopun kuulumisten kertomisen yhteydessä hän kertoikin aina mitä oli mitä ohjelmia oli katsellut vapaapäivinä. Ryhmän toiminnan lomassa käydyin keskustelun avulla korostimme tilanteen mukaan heidän itsensä ilmaisemia tärkeitä ja mielekkäitä asioita, ja näin jokaisen ainutlaatuisuutta ja erilaisuutta.

Kerätessämme kokemuksia tekemistämme asioista, me samalla kehitämme viehätysten tiettyihin toimintoihin. Me tarkastelemme mielenkiinnon kohteitamme sekä saamamme nautintoa tehdessämme toimintaa, että mieltymyksenä tehdä tiettyjä asioita enemmän kuin muita. Nautinnon tunne voidaan saada monesta eri tekijästä, joihin kuuluu: keholinen nautinto liittyneenä fyysiseen suoritukseen, älyllisen haasteen voittaminen, esteettinen nautinto taiteellisesta kokemuksesta tai omien taitojen käyttäminen kohdatessa jonkin haasteen. Mielenkiintojen kuviosta tai mallista puhutaan kun kuvataan henkilön ainutlaatuista rakennetta niistä asioista, joita henkilö pitää muita parempana, ja jotka hän on kerännyt kokemalla asioita, kokemuksen kautta. (Kielhofner 2002: 53 – 55.)

5.3 Ryhmän jäsen

Kaikilla ryhmän jäsenillä on jonkin asteinen kehitysvamma, tämä vaikuttaa yksilöllisesti jokaisen ryhmän jäsenen toimintakykyyn. Havaitussa oman tahdon toteuttamisen vaikeudessa on hyvä myös tiedostaa, mikä osaamattomuus johtuu vammaisuudesta ja mikä ei siitä johdu. Myönteisen minäkuvan perusta syntyy jo lapsuudessa, minäkuvan muodostumiseen tarvitaan sekä yrittämistä, että onnistumisen kokemuksia. Kaikki aikuisikään ehtineet henkilöt, joilla on kehitysvamma, eivät välttämättä ole saaneet riittävästi ohjausta ja opetusta eivätkä ole löytäneet omia rajojaan, henkilön sosiaalisten taitojen ja itsenäistymisen tukeminen onkin useimmiten aloitettava minäkuvan vahvistumisesta. (Kaski – Manninen – Mölsä – Pihko 2001: 222 –223.)

Jotta terapeutti voisi ymmärtää mahdollisten ryhmäläisten soveltuvuuden ryhmään, hänen tulisi tiedostaa seuraavia asioita. Terapeutin tulisi muodostaa käsitys asiakkaan vahvuuksista, arvoista ja valmiudesta ymmärtää terapian tarkoitus, kuten myös sosiaalisista tilanteista, jotka ovat asiakkaalle mukavia tai epämukavia. (Borg - Bruce 1991: 33.) Ryhmän toteutuksen alkuvaiheessa valitsimme toimintoja, joiden kautta asiakkaan vahvuudet ja arvot voisivat tulla esille ja meille tietoisiksi. Pyrimme myös toimintojen yhteydessä tuomaan esille terapian tarkoitusta ryhmän jäsenille tilanteeseen sopivalla tavalla. Joillakin ryhmän jäsenillä sosiaalisten tilanteiden epämukavuus liittyi fyysiseen läheisyyteen ja eräs ryhmän jäsen ei halunnut esiintyä muulle ryhmälle.

Ryhmän jäsenillä on oma tyylinsä olla vuorovaikutuksessa muiden kanssa. Nämä vuorovaikutukselliset roolit tulevat esille enenevässä määrin ryhmäprosessin edetessä. Terapeutti voi antaa roolien mukaisia tehtäviä ryhmän jäsenille, ja toisaalta hän voi myös rohkaista ryhmän jäsentä osallistumaan ryhmän toimintaan aktiivisemmin. Tällöin ryhmän jäsenen on jo koettava olonsa ryhmässä hyväksi, jottei rohkaisu lisää epämukavuutta liiaksi. (Borg - Bruce 1991: 40.) Joidenkin ryhmän jäsenten kohdalla vuorovaikutukselliset roolit tulivat esille pikkuhiljaa luottamuksen myötä.

Ryhmän jäsenet tuovat ryhmään monia rooleja omasta arkielämästään. (Borg - Bruce - 1991: 38.) Näiden roolien esille tuominen ryhmän alkuvaiheeseen valittujen toimintojen kautta oli mahdollista ja toivottavaa.

5.4 Tahdon prosessi ja siinä ilmenevät vaikeudet ryhmän jäsenillä

Tahto pitää sisällään edellä jo esiteltyt kolme osa-aluetta: henkilökohtainen vaikuttaminen, arvot ja mielenkiinnot. Nämä kolme elementtiä punoutuvat yhteen ajatuksissa ja tunteissa, joita meillä on suhteessa ympäröivään maailmaan ja omaan toimintaamme siinä. Tahto on dynaaminen prosessi, johon kuuluu neljä vaihetta: ennakointi, valintojen tekeminen, kokemus ja tulkinta. Nämä neljä vaihetta muodostavat tiiviin kehän eli tahdon prosessin. (Kielhofner 2002: 57.)

Mielenkiintomme, arvomme sekä henkilökohtainen vaikuttamisemme vaikuttavat siihen mitä etsimme ja huomaamme maailmasta. Ne määrittävät pitkälti myös sen miten koemme ne mahdollisuudet toimia niissä tilanteissa joita kohtaamme, ja joita meille tarjotaan. *Ennakoinnissa* on siis kyse siitä mihin asioihin suuntaudumme elämässä, jotta

saamme toteuttaa niitä asioita, joista pidämme ja, jotka koemme arvokkaiksi. Lähtökoh- tana ovat arvomaailmamme, mielenkiinnonkohteemme ja käsityksemme siitä mihin voimme omalla toiminnallamme vaikuttaa. (Kielhofner 2002: 57.) Ohjaamamme ryh- män jäsenillä oli vaikeutta tunnistaa omia toiveitaan ja kykyjään toteuttaa niitä. Oman tahdon toteuttamisen prosessin on siis vaikea käynnistyä, ainakin joiltain osin, kun omaa tahtoa on paikoitellen hankala tunnistaa.

Valintojen tekeminen vaatii aina tahdon jokaisen osatekijän monimutkaisen panoksen toteutuakseen. Valintojen tekeminen voidaan jakaa kahteen osaan: toimintavalintaan ja toiminnalliseen valintaan. Näistä ensimmäinen koskee niitä valintoja, joita teemme jo- kapäiväisessä elämässämme toiminnan lomassa. Toimintavalinnan tekeminen sijoittuu siis nykyhetkeen ja enemmän tai vähemmän välittömään tulevaisuuteen. Toimintavalin- taan sisältyy päätös aloittaa tai lopettaa toiminta, ja yhtä lailla se, kuinka suoriutua siitä. (Kielhofner 2002:57.) Ohjaamassamme ryhmässä yksi keskeinen elementti terapiatilan- teissa oli luoda ryhmäläisille valinnan mahdollisuuksia. Valintatilanteet olivat pieniä, tästä esimerkkinä muun muassa se, että ryhmäläiset saivat valita monesta vaihtoehdoista itse mitä materiaaleja he käyttäisivät toiminnan toteuttamiseen. Maalaavatko he vesivä- reillä vai piirtävätkö liiduilla. Ryhmässä toteutuneet valinnat olivat toimintavalintoja.

Toiminnallisen valinnan tekeminen viittaa taas suurempiin päätöksiin, jotka sisältävät sitoutumisen jatkuvuuden toimintaan pitkällä aikavälillä. Tällaisia valintoja esiintyy paljon harvemmin kuin toimintavalintoja, mutta niillä on vastaavasti paljon kauaskan- toisemmat seuraukset elämässämme. Toiminnallisen valinnan tekeminen muuttaa jota- kin keskeistä elämässämme. (Kielhofner 2002: 58.) Jotta suurempia toiminnallisia va- lintoja olisi mahdollista tehdä omassa elämässä, on pystyttävä tekemään pienempiä va- lintoja omassa arkipäivässä. Tämä oli yksi lähtökohta ryhmän toteuttamisessa.

Tahto ohjaa meitä kokemaan toiminnan omalla ainutlaatuisella tavallamme. Se vaikut- taa siihen kuinka koemme tekemämme asiat. *Kokemus* tekemistämme asioista määrittää hyvin pitkälti sen mitä saamme irti elämästä. On tärkeää löytää tasapaino tahdon ja sen välillä mitä todellisuudessa pääsemme tekemään. Tämä tasapaino auttaa saavuttamaan tyytyväisyyden tunteen. (Kielhofner 2002: 58.) Toteutettavan ryhmän kautta halusimme tarjota ryhmäläisille mahdollisuuden uusiin kokemuksiin ja uusien, erilaisten roolien ottamiseen turvallisessa ja rajatussa tilanteessa, jossa on helppo ottaa riskejä ja kokeilla itselleen haastavia asioita.

Tahto vaikuttaa siihen kuinka *tulkitsemme* omia toimintojamme. Arvoilla on erittäin tärkeä vaikutus merkitykselle, jolla osoitamme mitä olemme tehneet. Tahto antaa hyvän kehyksen ymmärtää omia tekojamme. (Kielhofner 2002: 58.)

5.5 Toiminta

Merkittävin asia, joka erottaa terapeutit toimintaryhmät muista pienistä terapiaryhmistä, on toiminnan suunniteltu käyttö. Näiden ryhmässä käytettävien toimintojen tulisi olla tarkoituksellisia, suunniteltuja, niiden tulisi myös tukea osallistumista ja mahdollistaa tavoitteiden saavuttamista. (Borg - Bruce 1991: 47.) Toiminnan suunnittelussa korostui toiminnan soveltaminen tukemaan ryhmän jäsenen oman tahdon toteuttamisen prosessia. Luovat toiminnat valitsimme niiden muokattavuuden ja tarkoitukseen soveltuvuuden vuoksi.

5.5.1 Toiminnan suunnittelu ja soveltaminen

Terapeutin valitseman viitekehyksen tulisi olla sovellettavissa käytettyyn terapeuttiseen toimintaan. Viitekehys ei ainoastaan ohjaa terapeuttia ammatinharjoittamisessaan, vaan se helpottaa myös tiedon jakamista muiden ammattikuntien kanssa, unohtamatta toiminnan soveltamisen tehostumista viitekehyksen avulla. Keskeisintä terapeuttisen toiminnan käytössä on sen suunnittelu ja soveltaminen niin, että toiminta kohtaa asiakkaan tarpeet hänelle edullisella tavalla. (Borg - Bruce 1991: 52.) Oman tahdon toteuttamisen tukemisessa viitekehyyksi johdonmukaisesti valitsimme Inhimillisen toiminnan mallin (Kielhofner 2002), jossa tahto esiintyy toimintakyvyn määrittelyssä keskeisessä asemassa.

Toiminnan tulisi sisällöltään liittyä asiakkaaseen niin, että hänen olisi mahdollista ymmärtää yhteys toiminnan ja hänen erityistarpeidensa välillä (Borg - Bruce 1991: 54). Pyrimme toiminnoissa tuomaan esille niiden tarkoituksen, ja ryhmän jäsenen tukeminen toiminnassa ilmensi hänelle myös yksilöllisiä tavoitteita toimintaan liittyen.

Terapeuttisella toiminnalla on ominaisuuksia, jotka ohjaavat toimintaa sen rajallisuuden kautta, jonka tämä tietty toiminta tarjoaa. Toiminta alkaa kun ryhmäkerta alkaa tai kun ryhmän ohjaaja niin päättää. Ryhmä tyypillisesti kokoontuu tietyssä tilassa, ja usein toimintaa varten on varattu tarvikkeita ja/tai välineitä. Tämä tuo esille toiminnan niin,

että joko muodollisesti tai epämuodollisesti syntyy ajatuksia ja odotuksia toiminnasta suoriutumisesta, samoin muodostuu ennako-oletus prosessin aikana odotetusta käytöksestä. Kaikki tämä käsitetään toiminnan muodostamaksi rajallisuudeksi. Toiminnan rajallisuuden ollessa selkeä, osallistujilla on tarkasti tiedossa, mitä ja miten heidän tulisi toimia. Näin ollen ryhmän jäsenillä ei ole kovinkaan paljon mahdollisuuksia tehdä valintoja tai päätöksiä. Mitä määritellymmät rajat toiminnalla on, sitä vähemmän muodostuu ryhmän jäsenille mahdollisuuksia olla luova tai spontaani osallistumisessaan. Luonnollisesti terapeutti valitsee toiminnat sen mukaan mikä tukee ryhmän jäsenten tavoitteita, ja ottaa huomioon toiminnan ominaisuudet ja soveltuvuuden sen asettamien rajojen kautta. (Borg - Bruce 1991: 55 -58.) Omia valintojamme toiminnan rajallisuuden suhteen määritteli sopivan selkeän ympäristön luominen niin, että ryhmän jäsenellä olisi mahdollisuuksia toimia spontaanisti, mutta samalla säilyttäen turvallisen ilmapiirin ryhmässä. Toiminnan sisälläkin teimme yksilöllisiä rajojen vetoja terapiatilanteessa, jotta ryhmän jäsen kokisi toiminnan sopivan haastavaksi.

5.5.2 Menetelmänä luovat toiminnot

Jotta toiminto voisi olla terapeutin, tulisi terapian tavoitteiden ja toiminnon luonteen olla toisiaan tukevia. Monia terapeutteja toimintoja on vaikea määrittellä mihinkään lokeroon. Esimerkiksi sellaiset toiminnot- joiden kautta tavoitellaan itsetuntemuksen kehittymistä, arvojen selkiytymistä, tai luovan itseilmaisun lisääntymistä, -voivat sisältää monia tarkoituksia ja vaihtoehtoisia lähestymistapoja tavoitteiden saavuttamiseksi. Toiminnan tyypistä huolimatta, on terapeutin sekä asiakkaan oltava tietoisia toiminnan tarkoituksesta. (Borg - Bruce 1991: 51.) Ryhmän lähtökohtana oli kasvattaa itsetuntemusta ja harjoitella oman tahdon toteuttamista. Jokaiselle ryhmäläisellä oli siis tällä osalla vaikeutta. Luovien toimintojen käyttö tämän ryhmän kodalla oli harkittua. Oman tahdon toteuttaminen luovien toimintojen kautta tarjosi ryhmän jäsenille mahdollisuuden kehittää toiminnan taustalla olevaa itsetuntemusta tuetusti.

Sue Griffiths ja Susan Corr kuvaavat *British Journal of Occupational Therapy* – lehdessä ilmestyneessä artikkelissaan luovien toimintojen käyttöä ja mahdollisuuksia toimintaterapiassa heidän oman ja aiempien tutkimuksien pohjalta. Heidän tutkimuksensa tuloksissa tutkimukseen osallistuneet toimintaterapeutit kuvasivat luovista toiminnoista löytyvän laaja-alaisesti erilaisiin mielenkiintoihin ja taitoihin sopivia toimintoja, jotka ovat toteutettavissa monenlaisilla budjeteilla. He kokivat luovat toiminnot helposti asiakkaan moninaisiin tarpeisiin kohdennettaviksi. (Griffiths – Corr 2007: 107 -

110.) Toimintaterapeuttien asiakkaina artikkelissa esitellyssä tutkimuksessa oli mielen-terveyskuntoutujia, mutta koemme luovien toimintojen käytön olevan perusteltua kaikilla asiakasryhmillä juuri niiden monimuotoisten käyttömahdollisuuksien ja laajan valikoiman vuoksi.

5.5.3 Mielenkiinto

Toiminnan mielenkiinto säilyy, kun se tarjoaa tekijälleen mahdollisuuden oppia ja tulla taidokkaaksi sen tekijänä. Tällainen toiminta ei ainoastaan tuota oppimista taitojen tasolla, vaan myös voi lisätä tietoisuutta omista kyvyistä, oman toiminnan rajoituksista ja niiden suhteesta ympäröivään maailmaan. (Borg - Bruce 1991: 49 -50.) Ensimmäisten ryhmäkertojen aikana kartoitimme ryhmäläisten mielenkiinnon kohteita liittyen luoviin toimintoihin. Yritimme toteuttaa jossakin muodossa jokaisen ryhmäläisen henkilökohtaisen toiveen toiminnasta. Käytimme myös täysin uusia toimintoja ryhmäprosessin aikana, mutta ryhmäkertojen suunnittelussa otimme huomioon jokaisen taidot, vaikeudet ja mahdollisuudet toteuttaa kyseinen toiminta. Onnistuimme suhteellisen hyvin, vaikka ryhmässä oli kuusi hyvin erilaista ryhmän jäsentä. Kertaakaan kukaan ei kieltäytynyt valitusta toiminnasta kokonaan vaan toimi itse valitsemallaan tavalla ja intensiteetillä. Ryhmäkertojen loputtua jokainen pystyi nimeämään useamman itselleen tärkeän toiminnan, myös tylsiä ja hankalia toimintoja löytyi.

Mielenkiinnon säilymisen kannalta on myös tärkeää ottaa huomioon toiminnan vetoavuus sen sisältämien arvojen kautta. Ryhmän jäsenillä tulisi myös olla mahdollista muodostaa henkilökohtainen suhde toimintaan omien kehityksellisten tarpeidensa kautta. (Borg - Bruce 1991: 48 -50.) Yritimme sisällyttää jokaiseen valittuun toimintaan niitä elementtejä, joita ryhmäläiset olivat tuoneet esille tärkeinä yhteisillä ryhmäkerroilla, esimerkiksi harrastuksia, perheenjäseniä omia osaamisen alueita. Kankaanpainannassa valitsimme ja teimme sabluunoja ajatellen jokaisen esille tuomia kiinnostuksen kohteita. Yksi ryhmäläinen piti kaikesta fantasiaan liittyvästä, ja häntä ajatellen teimme lohikäärme ja liskoaiheisia sabluunoja. Hän valitsi itsenäisesti juuri häntä ajatellen valmistetut sabluunat, ja oli silminnähden tyytyväinen. Toiselle tärkeitä olivat taas kaikki tekniikkaan ja kaikki autoihin liittyvä: hän valitsi häntä itseään miellyttävät traktorin ja moottoripyörän sabluunat muiden sabluunojen joukosta.

5.5.4 Toiminnan kautta saavutettava vastuu

”Terapeuttinen toiminta ei ole penkkiurheilua”, monesti useat ryhmän jäsenet voivat aloittaa ryhmässä toimimisen varovaisesti, jopa vain katselijoina, ja voivat tarvita terapeuttia strukturoimaan osallistumista. Terapeuttisen toiminnan tavoitteena kuitenkin on mahdollistaa asiakkaille ryhmässä tilanteita, joissa he voivat tehdä päätöksiä ja ottaa vastuuta ryhmän toiminnasta ja ylipäättävänsä olla osallisia ryhmän toimintaan. (Borg - Bruce 1991: 50 -51.) Ohjaamassamme ryhmässä tämä ilmeni selvästi alussa, erään ryhmäläisen kohdalla. Ensimmäisen ryhmäkerran alussa hän ei ottanut itse minkäänlaista kontaktia ohjaajiin tai muihin ryhmäläisiin. Hän kirjoitti mukanaan tuomaan vihkoonsa omia juttujaan, eikä osallistunut muun ryhmän toimintaan. Hän oli sulkeutunut ja ”itseensä käpertynyt”. Ryhmäkerran edetessä hän alkoi kiinnostua muiden tekemisestä ja katseli pöydälle aseteltuja materiaaleja. Ensimmäisen ryhmäkerran loppupuolella hän alkoi ottaa kontaktia ohjaajiin. Hän keskusteli ensin vihkoon kirjoittamien tekstien välityksellä ja siirtyi ryhmäkerran loputtua sanalliseen vuorovaikutukseen. Toinen ohjaajista toimi tilanteen mukaan hänen kanssaan ja kyseinen ryhmäläinen sai osallistuttua yhteiseen toimintaan alun hankaluuden jälkeen.

Tutkimukset mallintamisen ja roolikäyttäytymisen alueilta osoittavat, että oppiminen on mahdollista muiden toimintaa tarkkailemalla. Mutta, jos henkilöt tavoittelevat oman arvon tunnon lisäämistä ja omien taitojen tiedostamista, heidän tulee sitoutua toimintaan aktiivisina osallistujina. Vain tätä kautta asiakkaat voivat saada palautetta ja arvostusta, jota ryhmä kontekstina voi tarjota. (Borg - Bruce 1991: 50 -51.) Näin ollen toiminnan suunnittelussa tulee jo ennakoida osallistumisen mahdollistamista, ja toisaalta terapiatilanteessa tukea ryhmän jäsentä osallistumaan esimerkiksi rohkaisemalla ja ohjaamalla. Osallistuminen on tärkeää sen tuottaman kokemuksen kautta.

5.6 Ympäristö

Kulttuurinen ympäristö tukee toimintaterapiaryhmään osallistumista, silloin kun ryhmään osallistuminen koetaan arvokkaaksi ja ryhmän jäsentä tuetaan ymmärtämään ja yhdistämään kokemuksiaan toiminnoista.(Borg - Bruce 1991: 25.) Meille ohjaajina syntyi tunne, että Haavikko toimintaympäristönä ja ryhmän ulkopuolisena ympäristönä tuki ja kannusti ryhmäläisiämme osallistumaan ryhmämme toimintaan. Muut Haavikon opiskelijat olivat aina kiinnostuneita ryhmän toiminnasta ja kyselivät meiltä sekä ryh-

mäläisiltä mitä olimme tehneet ryhmäkerralla. Tämä osaltaan vaikutti varmasti siihen, että ryhmäläiset tulivat aina innokkaina ryhmään ja ilmoittivat kotiryhmissään aamulla muille minne ovat menossa.

Fyysisen tilan huomioonottaminen ja sen sopivuuden arvioiminen ryhmän toteuttamista varten on keskeistä, jotta tila voisi palvella ryhmän tarpeita. Tila muodostaa fyysiset rajat ryhmän toteuttamiselle, tämä auttaa ryhmää määrittelemään itsensä ryhmänä ja myös vähentää ryhmään kuulumattomien häiriötä. Toinen tärkeä rajallinen tekijä on aika, jolloin ryhmä kokoontuu. Tyypillisesti ryhmät kokoontuvat tietyn ajanjakson. (Borg - Bruce 1991: 29 - 31.) Ohjaamamme ryhmä kokoontui kahden kuukauden ajan kerran viikossa. Viikonpäivä ja kellonaika olivat aina samat, mutta tilana toimi kaksi luokkahuonetta vuoroviikoin. Koimme, että ryhmäläiset olivat niin sitoutuneita ryhmäprosessiin, ettei tilan vaihtuvuudella ollut tässä tapauksessa suurta merkitystä.

6 RYHMÄN TOIMINTA

Tässä ryhmän toimintaa kuvaavassa osiossa käsittelemme ryhmän sisäistä työskentelyä. Tuomme esille mikä ryhmästä tekee ryhmän ja mikä terapeutisessa ryhmätyöskentelyssä tukee terapeutista muutosta? (Borg - Bruce 1991: 75.)

6.1 Ryhmä muutosta tukevana systeeminä

Ryhmän jäsenillä tulisi olla toisistaan riippuvainen tarkoitus olla ryhmässä, ja kokemus ryhmään kuulumisesta. Ryhmän jäsenten kesken tulisi olla sanallista vuorovaikutusta, tai ainakin mahdollisuus siihen. Ja jokaisen ryhmän jäsenen hyväksymät käyttäytymisen normit tulisi olla olemassa. (Borg - Bruce 1991: 76.) Kokemus ryhmään kuulumisesta syntyi pikkuhiljaa ryhmän jäsenten sitoutuessa ryhmän toteutukseen, sanalliseen vuorovaikutukseen tarjosimme runsaasti mahdollisuuksia. Normit syntyivät ryhmän toiminnan avulla, keskustelimme muun muassa toisten kuuntelemisesta ja myöhästelystä liittyen näihin muodostuviin normeihin.

Jotta ryhmä voisi toimia hyvin halutun muutoksen tukena, tulisi jokaisen ryhmäläisen kokea kuuluvansa ryhmään. Tätä ryhmään kuulumista tarkoitetaan kun puhutaan ryhmän koheesioista. Ryhmän koheesiota pitäisi tarkastella jatkumona. Tiedetyt tekijät lisäävät ryhmän koheesioita, kuten ryhmän jäsenet pitävät toisistaan, he tunnistavat saman-

kaltaisia ominaisuuksia toisissaan, ryhmän jäsenet pysyvät samoina, he kokevat olevansa hyväksytyjä ryhmän keskuudessa, heillä on vapaus osallistua ja että ryhmän jäsenet kokevat voivansa ratkaista ryhmässä esiintyviä jännitteitä ja ongelmia. (Borg - Bruce 1991: 76 -77.) Ryhmän koheesion esille tuleminen jatkumona oli hyvin havaittavissa myös toteuttamassamme ryhmässä. Vaikkakin koheesion muodostumiseen vaikutti hidastavasti ryhmän heterogeenisuus; ryhmän jäsenet olivat eri elämänkaaren vaiheissa, niin koimme sen loppujen lopuksi mahdollisuudeksi. Ryhmän jäsenten erilaisuus asetti haasteita ryhmän jäsenille kehittää omaa suvaitsevaisuuttaan muita ryhmän jäseniä kohtaan. Ryhmä oli suljettu, mutta sen keston ollessa kaksi kuukautta kerran viikossa, niin koheesion edistyminen vaiheeseen, jossa ryhmä ratkaisisi sisäisiä jännitteitään, ei ollut vielä muodostunut.

Ryhmän toteutuksen tarvitsee olla ryhmän jäsenen vetoava, jotta sillä olisi halutun muutoksen suuntaista vaikutusta. Vetoavuuteen vaikuttaa ryhmän toteutuksen tarkoituksenmukaisuus ja sen kohdentuvuus ryhmäläisten tarpeita ajatellen. Vetoavuuteen vaikuttaa myös ryhmän arvostaminen kokonaisuutena. Ryhmään osallistumisen tulisi olla vapaaehtoista. (Borg - Bruce 1991: 79 - 80.) Ryhmän vetoavuuden havaitseminen oli joidenkin ryhmän jäsenten kohdalla ilmeistä. Luottamuksen syntyminen meihin ohjaajiin tuntui olevan yksi merkittävä vetoavuutta lisäävä tekijä.

Ryhmän tulisi olla fyysisesti ja emotionaalisesti turvallinen. Turvallisuuden takaaminen vaatii tietoa, empatiaa ja vankkaa päätöksentekoa ryhmää ohjaavilta terapeuteilta. (Borg - Bruce 1991: 81 -82.) Ryhmän turvalliseksi kokeminen vaikutti myös lisääntyvän ryhmän toteutuksen edetessä ja ryhmän jäsenten tutustuessa paremmin toisiinsa ja meihin ohjaajiin. Omat roolimme vahvistuivat ryhmän tarvetta vastaaviksi toteutuksen alkuvaiheessa, kun huomasimme osallistuessamme itsekkin enemmän toimintaan yleisen aloittamisen kynnyksen madaltuvan. Tähän ohjaajan roolien muodostumiseen palasimme ryhmän toteutuksen keskivaiheilla uudestaan, kun vastaan tuli tilanteita, joissa tarvittiin tilanteeseen tarttumista ja vahvempaa ohjaamista. Avoimen vuorovaikutuksen tukeminen ja siinä edistymiseen pyrkiminen oli ryhmän toteutuksessa keskeisessä asemassa, näin ollen ryhmän jäsenet saamansa tilan kautta saivat mahdollisuuden tuoda itseään esille tuetusti toiminnan ja ohjauksen avulla (Borg - Bruce 1991: 82).

6. 2 Ryhmän rakentuminen

Terapeutin tehdessä päätöksiä ja valintoja ryhmän toteuttamisen puitteissa, kohtaa hän kysymyksen, että onko tämä valinta tai päätös sen suuntainen, että se kohtaisi määritellyt tarpeet ja vaatimukset ryhmään osallistujan näkökulmasta? (Borg - Bruce 1991: 90.)

Analysoimme mahdollisia toimintoja, joita tulimme käyttämään mielessämme ryhmän jäsenten tarpeet ja heidän kykynsä. Otimme huomioon myös toiminnon muokattavuuden ja monipuolisuuden mielekkyyden näkökulmasta. Oman tahdon toteuttamisessa ennakointi, valintojen tekeminen, kokeminen ja tulkinta ovat tärkeitä vaiheita, ja toiminnan kautta pyrimme mahdollistamaan näiden vaiheiden toteutumista.

Saimme ryhmän toteuttamiseen ohjausta eräältä Helsingin ammattikorkeakoulun opettajalta ja työelämässä olevalta toimintaterapeutilta, joka oli mukana omasta kiinnostuksestaan aiheemme tarkastelussa. Ohjaavaa opettajaa tapasimme kolme kertaa ja työelämän yhteyttä kaksi kertaa, kummankin antamasta ohjauksesta oli ryhmän toteutuksessa hyötyä.

Terapeutin ammatillisuuden taustalla, hänen on ymmärrettävä viitekehyksensä niin, että hän tunnistaa sen kautta toimintakyvyn ja sen haitat, käsityksensä terapian prioriteeteista ja toiminnan terapeuttisesta käytöstä. (Borg - Bruce 1991: 92.) Ryhmän toteutuksessa pyrimme kasvattamaan ammatillisuuttamme hakemalla teoriasta tukea käytännön toteutukselle ja analysoimalla käytäntöä teorian avulla. Rajasimme kuitenkin teoriat niin, ettei siinä ollut liikaa sulatettavaa. Inhimillisen toiminnan malli (Kielhofner 2002) oli hyvä valinta, sen tahdon ilmiön keskeisyyden kautta. Ryhmän jäsenillä oli vaikeutta toteuttaa omaa tahtoaan tahdon prosessin vaiheiden mukaisesti, eli jokaisella oli hieman erilainen vaikeus liittyen ennakointiin, valintojen tekemiseen, kokemiseen tai tulkitsemiseen. Toiminnan suunnittelu ja soveltaminen oman tahdon toteuttamisen tukemiseen, ja terapiatilanteessa terapeuttisten strategioiden käyttö tarkoituksenmukaisesti olivat terapian toteutuksessa prioriteetteina.

6.2.1 Ryhmän tavoitteet

Kootessaan ryhmää terapeutti määrittelee keskeisimpiä ongelmia, piirteitä ja ominaisuuksia, joita mahdollisilla ryhmään osallistujilla on. Tämän määrittelyn kautta on helppoa muodostaa ryhmän tavoitteet. (Borg - Bruce 1991: 93.) Ryhmän toteutuksessamme oli jo lähtökohtaisesti ajateltuna meidän mielenkiintomme tarkastella ja tukea

oman tahdon toteuttamista. Tarjosimme luovien toimintojen ryhmää, jossa keskityttiin oman tahdon toteuttamiseen ja siinä edistymiseen Haavikon opetus- ja aikuiskasvatustuskeskukselle. Ryhmän jäseniksi valikoituivat opiskelijat, joilla koettiin olevan tällaista oman tahdon toteuttamisen vaikeutta.

Selkeät ryhmän tavoitteet voivat edistää ryhmän tehokkuutta, samoin ne voivat tukea myös ryhmän prosessia ja kehitystä. On todettu tehokkuuden lisääntyvän, kun ryhmään osallistujat ymmärtävät henkilökohtaisella tasolla tavoitteen merkityksen, kun tavoitteet ovat realistisia ja selkeästi saavutettavissa ja kun he voivat määritellä itselleen koituvan hyödyn tavoitteen saavuttamisesta. Olisi myös suotavaa, että tavoitteet olisivat asetettu tarpeeksi tarkasti niin, että ryhmän ohjaaja voi arvioida niiden mukaista edistymistä. (Borg - Bruce 1991: 95.) Ryhmän tavoitteena oli oman tahdon toteuttamisen edistyminen. Jokaisen määritellyt yksilölliset tavoitteet liittyivät oman tahdon toteuttamiseen myös, mutta jokaisella ryhmän jäsenellä vaikeus ilmeni hiukan eri tavalla ja tavoitekin oli siten kohdentunut yksilöllisesti. Erään ryhmän jäsenen kohdalla tavoite liittyi toiminnan suunnitteluun ja siinä erityisesti tahdon prosessissa ennakkoinnin vaiheeseen. Hän toimi hyvin spontaanisti, ja tämän vuoksi hänen oli vaikea tulkita tuotoksiaan. Ennakkoinnin vaiheen tukeminen oli ryhmän jäsenen kanssa keskustelua toiminnan aiheesta ja pohdintaa hänen ajatuksestaan siitä, jotta hän voisi tehdä valintoja sen mukaisesti.

6.2.2 Ryhmän valinta ja rajat

Toimintojen tulisi rohkaista ryhmän jäseniä osallistumaan, niiden avulla tulisi voida olla mahdollista saada palautetta ja arvostusta, niiden tulisi edistää omatoimisuutta ja mahdollisuuden ratkaista ongelmia yhdessä, niiden tulisi keskittyä nykyhetkeen ja sen tulisi tarjota rajat, sopivan tuen määrän, sopivan vaativuuden sekä niiden tulisi sopia ryhmän jäsenen taitoihin ja tarpeisiin nähden sopivasti. (Borg - Bruce 1991: 100.) Kaikkien edellä mainittujen asioiden toteutumisen mahdollistaminen ryhmässämme oli haastavaa. Osallistumisen mahdollistaminen oli tärkeää, koska jotta tavoitteita voitaisiin saavuttaa, on kokemus omasta toiminnasta oltava osallistumisen kautta todellinen. Sopiva vaativuus merkitsi sitä, että toimintoa tulisi pystyä muokkaamaan jonkin verran helpompaan ja vaativampaan toteutukseen. Tuen määrään vaikutti toiminnon vaativuus, tätä tasapainoa tuen tarpeen ja omien mahdollisuuksiemme tarjota sitä välillä pyrimme ennakoimaan niin, ettei kokonaisuudessaan tuen määrän tarve ylittäisi sitä mitä voisimme tarjota.

Ryhmän koko, ajankohta (päivä, kuinka usein ja kertojen määrä), ryhmäkerran pituus ja se onko ryhmä suljettu vai avoin luonteeltaan muodostavat ryhmän rajat, joihin sisältyi myös ryhmän jäsenet ja valitut toiminnot (Borg - Bruce 1991: 100). Jonkun ryhmän jäsenen poissaolo vaikutti osaltaan ryhmäkerran tunnelmaan, onneksi poissaoloja oli suhteellisen vähän. Luokkahuoneen vaihtuminen ei vaikuttanut merkittävästi ryhmän toimintaan, toki ryhmän turvallista ilmapiiriä olisi voinut lisätä fyysisen ympäristön pysyvyys. Toiminnoissa rajoihin kiinnitettiin huomiota strukturoinnin kautta, jotta toiminta olisi kokonaisuudessaan helposti ymmärrettävä.

Suunnittelun osana ryhmän ohjaajalla on usein mielessään jonkunlainen yleinen kaava, jonka mukaan ryhmäkerran tulisi edetä. Tähän voisi sisältyä lyhyt lämmittely, sitten suunniteltu toiminta, ja vielä lopuksi kokoava teeman mukainen toiminto. Joustavuus antaa mahdollisuuden ryhmän toimimiselle avoimena systeeminä. (Borg - Bruce 1991: 103.) Ryhmässämme oli aloitusvaihe, toimintavaihe ja päätösvaihe. Aloitusvaiheessa ryhmän jokaisella kerralla keskustelimme miten olimme viettäneet viikonlopun, toimintavaiheessa toteutui suunniteltu luova toiminta ja päätösvaiheessa keskustelimme ryhmän jäsenten kanssa ryhmäkerran sujumisesta ja sen mielekkyydestä. Koimme tällaisen ”yleisen kaavan” luovan turvallisuutta ja tietoisuutta ryhmän jäsenille siitä mitä on odotettavissa.

7 RYHMÄLÄISISTÄ RYHMÄKSI

Ryhmän prosessi muodostuu ryhmän kehitysvaiheista, toiminnan tuottamasta vuorovaikutuksesta, ryhmän tavoista kommunikoida, energian käytöstä, ryhmän roolien jaosta, käyttäytymisen tavoista ja ohjaajan tyylistä ja strategioista vaikuttaa edeltäviin asioihin. (Borg - Bruce 1991: 105.)

7.1 Ryhmän vaiheet ja normit

Ryhmän vaiheiksi voidaan käsittää valmisteluvaihe, itse toimintavaihe ja ryhmäkerran yhteenvetovaihe. (Borg - Bruce 1991: 109.) Tällaisen struktuurin luomisen koimme ryhmän kannalta hyödylliseksi. Samojen toimintojen toistuminen ryhmäkerran alussa ja lopussa antoivat ryhmän jäsenille myös mahdollisuuden miettiä etukäteen mitä esimerkiksi voisivat kertoa viikonlopustaan ryhmäkerran aloituksessa. Toimintavaiheessa oli mahdollista jo miettiä loppuvaiheen kysymystä toiminnan mielekkyydestä.

Ryhmän tyypillisiin normeihin voivat kuulua esimerkiksi täsmällisyys, luotettavuus, toisten arvostaminen, aktiivinen osallistuminen ja kärsivällisyys toisen virheitä kohtaan. Normit muodostuvat sen mukaan mikä ryhmän jäsenten ja ohjaajan mielestä toimii ryhmän edun mukaisesti. (Borg - Bruce 1991: 111.) Tällaisia normeja kannustimme myös tässä ryhmässä muodostamaan. Keskustelimme muun muassa myöhästelystä, enemmän huomioita olisi ollut hyvä antaa toisten hyväksynnälle ja arvostukselle. Tämä olisi varmasti ollut jatkossa hyvä keskustelunaihe, jos ryhmämme olisi jatkunut pidempään.

7.2 Roolit ryhmässä

Ryhmän jäsenillä on kaikilla muodostunut opiskelijan rooli Haavikossa, ja ryhmässä jokaisella oli oma tapansa olla ja osallistua, eli ryhmän jäsenen rooli. Näitä rooleja he voivat kehittää omalle tyylilleen sopivaksi ja vastaamaan niihin odotuksiin joita muilla on heitä kohtaan. (Borg - Bruce 1991: 112.) Jokaisella ryhmäläisellä oli omanlaisiaan vaikeuksia toteuttaa yhteisiä toimintoja ja olla osana ohjaamaamme ryhmää. Suunnitelimme ryhmäkerrat niin, että jokaiselle olisi mahdollisuus osallistua toimintaan siinä mittakaavassa kuin he pystyvät, mutta samalla mietimme tilanteita, joissa he voisivat kokeilla jotain uutta tai toimia itselle erilaisella tavalla.

Koimme tärkeäksi myös ryhmän jäsenten oman arkielämän roolien vahvistumisen. Puhuimme heidän perheistään, harrastuksistaan ja toiminnastaan omassa kotiryhmässä. Yritimme koota heille kuvaa heidän moninaisista rooleistaan samalla, kun yritimme tuoda ryhmän toiminnan kautta uusia vivahteita aiempiin rooleihin, tai peräti luoda pohjaa uudenlaiselle tavalle ymmärtää itseään osana heille tärkeitä yhteisöjä.

7.3 Muutos

Muutos, joka ilmenee joko yksilössä tai ryhmässä voi olla juuri ja juuri huomattavissa, tai sitten hyvin ilmeinen. (Borg - Bruce 1991: 158.) Ryhmämuotoisen toimintaterapiajakson ollessa näin lyhyt kestoaltaan ei kovin suuria muutoksia realistisesti ollut odotettavissa. Ryhmän prosessiin liittyen muutoksia tapahtui, yksilöllisesti ryhmän jäsenten kohdalla pääsimme pieniä askelia tavoitteiden suuntaan.

Ryhmä toimimisen ympäristönä voi muuttua, jolloin esimerkiksi ryhmän ilmapiirissä voi tapahtua muutosta. Ryhmä voi tuottaa ominaisuuksia ilmapiiriin, jotka voivat edistää tai häiritä tavoitteiden saavuttamista. (Borg - Bruce 1991: 160.) Ryhmän koheesion lisääntyessä ryhmän jäsenten oli helpompi tuoda itseään esille ja ottaa oma tilansa ryhmässä. Normien ja ryhmän vaiheiden selkiytyessä ryhmäkertojen kautta, oli ryhmän jäsenen helpompi toimia tässä kontekstissa ”omalla tavallaan”. Ryhmämme muutosta mahdollistavana systeeminä toimi mielestämme hyvin, koska olimme ottaneet systeemin eri osatekijät huomioon.

Toiminnan kautta on voitu tehdä tuotos tai toiminnassa keskeistä on ollut sen tuottama oppimiskokemus, kummin vain, tarkoituksena on kuitenkin ollut antaa mahdollisuus edistyä tavoitteiden suuntaisesti. (Borg - Bruce 1991: 160.) Oman tahdon toteuttaminen toiminnan kautta on ollut mahdollistamassa ryhmän jäsenten oppimiskokemuksia omasta itsestään toiminnan toteuttajina. Tuen yksilöllinen suunnittelu ja toteutus ovat osaltaan olleet osana oppimiskokemusten syntymistä, tukea on kohdennettu toiminnan ennakkointiin, valintojen tekemiseen, kokemiseen tai tulkitsemiseen ryhmän jäsenen tarpeen mukaan.

Tämän tuen kohdentaminen on ollut työskentelyssämme itseämme kasvattavin osuus, sillä ryhmän ohjaaminen vaikuttaa myös ryhmään ohjaajaan, hän voi ohjaamisen avulla kasvattaa omaa kliinistä osaamistaan. (Borg - Bruce 1991: 159.) Olemme kokeneet terapeuttien strategioiden tarkastelun ryhmäläisten terapiaprosessin aikana erittäin hyödylliseksi ja ryhmän prosessia tukevaksi elementiksi. Oman työskentelyn tarkastelu on oleellista oman työmme eettisyyden kannalta ja asianmukaista suhteessa siihen, mitä vaadimme asiakkailtamme. Ammattiin kasvaminen vaatii itsetutkiskelua ja oman ohjaamistavan löytymiseen terapeutteihin paneutuminen saattaa auttaa. Jossakin vaiheessa näitä asioita ei ehkä tarvitse miettiä enää yhtä tietoisesti, mutta tässä vaiheessa ammatillisuutta se on välttämätöntä.

7.4 Ryhmän yhteenveto: Ympäri mennään, yhteen tullaan

Ryhmän päättyessä on hyvä saada arvioivaa palautetta niiltä tahoilta, jotka liittyvät ryhmän toimintaan läheisesti. Ryhmän jäsenen on hyvä arvioida omaa edistymistään omista lähtökohdistaan. Antaessamme yksilöllisen palautteen ryhmän jäsenille pyrimme saamaan myös selville miten hän itse koki ryhmään osallistumisen ja edistymisen oman

tahdon toteuttamisessa. He toivat esille olleensa tyytyväisiä ryhmän toimintaan, mutta omaa osallistumistaan he eivät meille arvioineet. (Borg - Bruce 1991: 164.)

On myös tärkeää saada palautetta muilta merkittäviltä ihmisiltä, ryhmän jäsenten lähipiiriltä. (Borg - Bruce 1991: 165.) Tässä olisimme voineet olla aktiivisempia, tiedotimme kyllä toiminnastamme ryhmän jäsenten lähipiirille kotikirjeiden välityksellä, joista liitteenä ryhmän päättymiseen liittyvä kirje (LIITE 2). Hyvä ajatus olisi ollut lähettää myös jonkinlainen palautekysely, jonka ryhmän jäsen olisi voinut täyttää tutun henkilön kanssa, jolloin olisimme saaneet ryhmän jäsenen mielipiteen toisella tavalla kuuluviin.

Ohjaaja arvioi omalta osaltaan ryhmän tehokkuutta, tässä apuna voi käyttää keskustelua ryhmän jäsenten kanssa tai niin kuin ensisijaisesti meidän ryhmän toteutuksen arvioinnissa, toisen ryhmän ohjaajan kanssa. (Borg - Bruce 1991: 164.) Keskustelua ryhmän jäsenten kanssa ryhmän toteutuksen arvioinniksi olisi tullut lisätä, yhdessä pohdimme asiaa riittävästi. Seuraavassa tulee esille vaikuttavuuden tuntomerkit, joita havaitsimme ryhmän toteutuksessa.

7.4.1 Vaikuttavuuden tuntomerkit ryhmän toiminnassa

Barbara Borg ja Mary Ann Bruce tuovat esille kuusi kriteeriä, joiden kautta voidaan tarkastella ryhmän vaikuttavuuden ilmenemistä. Ryhmän ensimmäisenä vaikuttavuuden esiintymisen vaatimuksena on selkeät ja ryhmän jäsenten ymmärtämät tavoitteet. (Borg - Bruce -91: 167.) Tähän kriteeriin peilaten, olisimme voineet olla hiukan rohkeampia tuodessamme tavoitteita esille. Toisaalta koimme myös tavoitteiden ylikorostamisen uhaksi luontevuudelle ja kynnykseksi osallistua. Tarkoitus oli pitää osallistumisen kynnyksen mahdollisimman alhaisena.

Toisena tehokkuuden merkinä on loppuunsaatettu ryhmän tehtävä. (Borg - Bruce 1991: 167.) Ryhmämme toiminnoista suurin osa vaati suhteellisen vähän yhteistoimintaa niin, että lopputuotos olisi ollut yksi ryhmän toteuttama tuotos. Toiminnan pohjutsessa painottui ryhmän yhteistoiminta, ja jokaisen tuli sen perusteella omassa tuotoksessaan pohtia enemmän omia valintojaan ja toteuttaa niitä. Kolmantena ryhmän tehokkuuden arvioinnissa tulee esille ryhmän ohjaajan kyky edistää osallistujien vastuullisuutta ja ongelmanratkaisua. (Borg - Bruce 1991: 167.) Tässä kohdassa korostuvat ohjaajan ammatillisuus, ja olemme pyrkineet mahdollisimman kohdennettuun tukeen ja

palautteeseen. Ryhmän tehokkuutta olemme näin pyrkineet lisäämään, mutta työkokemuksen kautta ohjaajuutemme tulee vielä kypsymään.

Ryhmässä tulisi olla monipuolinen kommunikaatiopohja, jota suurin osa ryhmästä käyttää hyväkseen. (Borg - Bruce 1991: 167.) Ryhmässämme kommunikointi oli avointa ja pyrkimyksenä oli aina huomioida jokainen keskusteluissa. Itsensä ilmaisemisen annettiin aikaa ja tilaa, tämä oli keskeistä koko ryhmäprosessin ajan. Ryhmän ilmapiiri on tehokkaassa ryhmässä, luottavainen, turvallinen, toisiaan tukeva, luova ja rakentavasti ristiriitoja ratkaiseva. (Borg - Bruce 1991: 167.) Ryhmämme alkoi olla siinä vaiheessa, että ilmapiiri oli muodostunut vapautuneemmaksi ja yhteneväisemmäksi kuin alussa. Nämä asiat edellyttävät luottamusta ja turvallisuutta. Ryhmän jäsenet tukivat toisiaan, mutta oli myös tilanteita jolloin ryhmä ei toiminut toisiaan tukevasti. Toimintojen yhteydessä teimme yhteisiä päätöksiä, ja ristiriitaisuuksia negatiivisessa merkityksessä ei syntynyt. Jokainen oli omassa toteutuksessaan luova, yhdessä luovasti toimiminen oli selkeästi vielä ryhmälle vaativaa.

Ryhmän kasvu ja kehitys peilaa sen tehokkuutta, mikä tuli mielestämme hienosti esille muun muassa ilmapiirin muuttumisena, henkilökohtaisen vastuun ottamisen lisääntymisenä ja energian lisääntyneenä käyttämisenä ryhmässä. (Borg - Bruce 1991: 167.)

7.4.2 Palaute monessa muodossaan

Palaute merkitsee tässä yhteydessä kaikkea sitä tietoa, mikä auttaa ryhmän ohjaajia ylläpitämään ryhmää, ohjaamaan, neuvomaan ja johtamaan sen jäseniä ja ryhmän toimintaa kokonaisuudessaan, sekä jakamaan tietoa myös muille ryhmän jäsenen lähipiirissä. (Borg - Bruce 1991: 167 - 168.) Palautteen antaminen ryhmäkerran aikana voi tuoda ryhmän jäsenelle aivan uudenlaisia näkökulmia omasta käytöksestään. (Borg - Bruce 1991: 168.) Tätä taitoa pyrimme johdonmukaisesti itsessämme kehittämään ryhmän toteutuksen ajan. Palautteen antaminen niin, että se tukee ryhmän jäsentä edistymään tavoitteidensa suuntaan, on mielestämme erittäin tärkeää ja omassa ammatillisuudessamme kehittämisen arvoista edelleen.

Keräsimme itsellemme palautetta ryhmäkerroista havaintojemme muotoon kirjaamisella. Nämä tekijät, jotka liittyvät arviointiin, terapiaan ja tutkimukseen tallennetaan usein käyttäen jotain kirjaamiskäytäntöä. Kirjaamisen voi toteuttaa narratiivisena muistiona, ongelmakeskeisenä tallenteena tai erityisesti ryhmää varten strukturoituna kaavakke-

na.(Borg - Bruce 1991: 169.) Suunnittelemassamme havainnointirungossa (terapeuttisten strategioiden tarkastelua varten) on narratiivi-osio ja sitten ongelmakeskeinen osio, jossa keskitytään tarkastelemaan tahdon toteuttamisen vaikeutta. Narratiivi-osiossa kirjassimme yksilöllisesti jokaisen ryhmän jäsenen kohdalla miten ryhmäkerta oli sujunut suhteessa yksilöllisiin tavoitteisiin. Arvioimme myös kuinka kiinnostunut ryhmän jäsen oli toiminnasta ja kuinka se vaikutti hänen toimintaansa, tämä arvioitiin tahdon toteuttamisen ominaisuuksien kautta. Vaikka tämä havainnointirunko oli jäsentämässä aineistonkeruutamme terapeuttisten strategioiden tarkastelussa, niin edellä mainittujen asioiden kirjaamisen hyöty oli myös ryhmän toteuttamisen kannalta merkittävää.

7.4.3 Ryhmän päättäminen

Ryhmäkerran loppuun saattamisessa ohjaajan tehtävänä on auttaa ryhmän jäseniä pohtimaan ryhmäkerran aikana saavutettuja asioita. (Borg - Bruce 1991: 173.) Olimme suunnitelleet lautapelin, jonka avulla oli helppoa keskustella ja muistella ryhmässä tehdyjä toimintoja ja ryhmän jäsenten esillä olleita ominaisuuksia.

Viimeisellä ryhmäkerralla voidaan myös juhlia ryhmän päättymistä. (Borg - Bruce 1991:174.) Juhlatunnelmamme oli hiukan haikea, mutta jokainen lähti kuitenkin hyvillä mielin omiin kotiryhmiinsä. Omat tunnelmamme olivat ryhmän päättyessä hyvät, tiesimme oppineemme paljon ja myös sen, että opittavaa on vielä paljon jäljellä.

8 AINEISTON ANALYYSI

Havainnointirungossa olleet valmiit käsitteet havainnointiin ja toiminnan suunnitteluun antoivat pohjan lähteä toteuttamaan sisällönanalyysiä. Oli luonnollista valita sisällönanalyysiksemme teemoittelun, joka vaatii onnistuakseen teorian ja empirian vuorovaikutusta, joka meidän kirjallisessa raportissa näkyy niiden lomittumisena toisiinsa (Suoranta – Eskola 2002: 180). Teorialähtöinen sisällönanalyysi perustuu aikaisempaan viitekehukseen, joka meillä on Inhimillisen toiminnan malli (Kielhofner 2002) ja siihen liittyvä Tahdon havainnointimenetelmä (De las Heras 1998). Aineisto pelkistettiin jokaisen ryhmän jäsenen kohdalla eniten käytettyihin terapeuttisiin strategioihin (Tuomi – Sarajärvi 2002: 117). Jokaisen ryhmän jäsenen kohdalla valituista terapeuttisista strategioista muodostui yksilöllinen profiili. Teorialähtöisessä sisällönanalyysissä tavoitteena voidaan pitää aineiston kautta uudistaa teoreettista käsitystä tai mallia tutkittavasta asiasta (Vilkka 2005: 141). Tapaustutkielmassamme tulokset eivät ole yleistettävissä,

mutta ne antavat lähtökohtina olleille teorioille mielestämme vakuuttavuutta, ja tuovat teorian käytännön soveltuvuuden esille.

9 TULOKSET

Tässä luvussa tuomme esille tuloksia terapeuttien strategioiden kohdentumisesta jokaisen ryhmän jäsenen kohdalla. Ryhmän jäsenten nimet on muutettu ja heitä ei kuvailla tarkasti, jottei heitä voi tunnistaa kuvailujen perusteella.

Ryhmän ohjaamisessa vahvistamisen merkitys korostui yli muiden terapeuttien strategioiden. Tämä terapeutin strategia oli merkittävässä osassa jokaisen ryhmän jäsenen oman tahdon toteuttamisen tukemisessa. Tämän vuoksi emme tuo sitä enää esille yksilöllisesti valittujen terapeuttien strategioiden joukossa, paitsi kahden ryhmän jäsenen kohdalla, joille yksilöllinen vahvistuminen oli erityisen tärkeää. Ryhmän ohjaamisessa käytimme tietoisesti tekemisen terapeutista strategiaa koko ryhmää ohjatessamme, korostimme ryhmän toteutusta mahdollisuutena kokeilla uusia asioita ja uskaltautua toimimaan itselle erilaisella tavalla.

Seuraavassa tuomme esille jokaisen ryhmän jäsenen kohdalla keskeisimmiksi nousseet terapeutit strategiat, joiden avulla on osaltaan tuettu ryhmän jäseniä saavuttamaan asetettuja tavoitteita ryhmän puitteissa.

9.1 Mirjami

Mirjamilla havaittuihin oman tahdon toteuttamisen vaikeuksiin valikoitui erityisesti tietyt terapeutit strategiat, joiden kautta hänen tavoitteiden saavuttamista oli tarkoitus tukea. Mirjamin oman tahdon toteuttamista vaikeutti pääasiassa tarkkaavaisuuden suuntautuminen epäolennaisiin asioihin ja keskittymisen lyhytjänteisyys. Pyrimme tukemaan Mirjamia asetettujen yksilöllisten tavoitteiden mukaisesti seuraavien terapeuttien strategioiden avulla. *Strukturoimalla* annoimme Mirjamille tukea omien valintojen tekemiseen rajatusta määrästä vaihtoehtoja. Mirjami tarvitsi tukea toiminnassa vaiheesta toiseen etenemisessä, jolloin *ohjasimme* häntä tarkoituksenmukaisesti. *Palautteen antamisella* oli Mirjamin tavoitteen saavuttamisen kannalta havaittava merkitys, hänen toimintansa ryhmässä tuli itsevarmemmaksi ja vuorovaikutus muiden ryhmän jäsenten kanssa lisääntyi hieman ryhmäprosessin edetessä.

9.2 Anna

Annan oman tahdon toteuttamisen vaikeus tuli esille vetäytyvyytenä ryhmän toiminnasta. Hänen tukemisessa vahvemman roolin ottamiseen ryhmässä nousi erityisen tärkeäksi hänen yksilöllisyytensä *vahvistaminen*. Meidän tuli aktiivisesti huomioida häntä, ja tukea häntä itseään ottamaan oma tilansa ryhmän jäsenenä. *Rohkaisimme* Annaa tuomaan omia mielipiteitään esille, ja pyrimme *antamaan* hänelle *palautetta* hänen ominaisuuksistaan ja tärkeydestä ryhmän jäsenenä. Ryhmän alkuvaiheessa toimintojen *strukturoiminen* oli Annalle toiminnassa etenemisen kannalta tärkeää, mutta tämän merkitys väheni hänen kohdallaan ryhmän prosessin edetessä.

9.3 Julia

Julialla oli ryhmän jäsenenä kaksi hyvin erilaista tapaa tai roolia olla mukana ryhmän toiminnassa. Hän saattoi vetäytyä ja olla osallistumatta ryhmän toimintaan, jolloin siinä tilanteessa pyrimme *rohkaisemaan* Juliaa osallistumaan. Samalla *teimme* Julialle myös *tietoiseksi* sen sanallisesti, mikä hyöty hänelle voisi osallistumisestaan olla. Julian vetäytyvyyden väistyessä ja hänen osallistuessaan aktiivisesti toimintaan, hän tarvitsi tukea oman toimintansa tilanteen mukaisessa hallinnassa. *Annoimme* hänelle *palautetta* hienovaraisesti, jotta hän huomioisi myös muut ryhmän jäsenet ja sitoutuisi ryhmän toimintaan. Julialle tällaisen palautteen antamisesta oli havaittavaa hyötyä, mutta ryhmämuotoisen terapiajakson ollessa näin lyhyt, eivät saavutetut pienet muutokset ole pysyviä. Keskinäisen luottamuksen syntyminen Julian kanssa oli ryhmän edetessä tärkeää, ja terapeuttien strategioiden käyttöä suhteutimme juuri myös siihen saavutettuun luottamuksen määrään.

9.4 Patrik

Patrikille oman tahdon toteuttamisen vaikeuden taustalla on vaikeus tiedostaa omia mielipiteitä ja itsen toteuttaminen niiden kautta. Hänen kohdallaan oli tärkeää *ohjata* häntä pohtimaan henkilökohtaisia valintoja, ja *neuvoa* kuinka toimia niiden pohjalta. Hän tarvitsi yksilöllistä tukea toiminnan alustuksessa, jotta hänellä olisi mahdollisuus toiminnallaan todella toteuttaa itseään. Terapeuttisista strategioista *strukturoiminen* tuli kyseeseen kun Patrikin oli vaikeaa ymmärtää toiminnossa etenemisen vaiheet. Tällöin oli huomioitava ohjeiden selkeys ja toiminnan vaiheistus osiin.

9.5 Miikka

Miikalla havaittuihin oman tahdon toteuttamisen vaikeuksiin valikoitui ryhmäprosessin aikana ennen kaikkea yksilöllinen *rohkaiseminen* ja *vahvistaminen*. Hän antoi tilaa muille ryhmäläisille, eikä vaatinut sitä itselleen ryhmän jäsenenä. Hän vetäytyi alkuun keskustelusta ja ilmaisi mielipiteensä vasta kysyttäessä. Rohkaisimme häntä ottamaan vahvemman roolin ryhmän jäsenenä ja tuomaan esille omia mielipiteitään keskustelussa. Yritimme aktiivisesti huomioida häntä ryhmätilanteissa ja osoittaa hänelle paikkoja, joissa hän voisi ottaa lisävastuuta. Hänen aktiivinen huomiointi ja rohkaisemisen tarve vähentyi ryhmän prosessin edetessä.

9.6 Pekka

Pekan puheen muodostamisen vaikeus vaikeutti hänen oman tahdon ilmaisemistaan ryhmässä. Koimme tärkeäksi antaa aikaa asioiden ilmaisemiseen, ja hänen *rohkaisemistellaan* oli tässä kohtaa suuri merkitys. Oman tahdon toteuttamisessa Pekka tarvitsi ohjausta omien merkityksien ja valintojen pohtimiseen, jolloin *ohjaaminen* terapeuttisena strategiana nousi tärkeäksi. Toiminnan aloittamisen tukemisessa ohjaaminen tuli myös kyseeseen. *Strukturoiminen* terapeuttisena strategiana korostui Pekan kohdalla toiminnan vaiheista seuraavaan siirtyessä. Hänen rohkaisemisensa tarve väheni ryhmäprosessin edetessä oma-aloitteisuuden lisääntyessä.

10 JOHTOPÄÄTÖKSET

Terapeutistien strategioiden tarkastelu ryhmän prosessin etenemisen, oman tahdon toteuttamisen tukemisen ja terapiasuhteen kautta on myös hedelmällistä. Vaikka yhden ryhmän prosessin kautta tarkasteltuna ei voida mitään yleistää, niin tuomme esille johtopäätöksissä kuitenkin niitä havaintoja, jotka mielestämme voisivat olla useammallekin ryhmälle ominaisia ilmiöitä.

10.1 Terapeutitiset strategiat kehittyvässä terapiasuhteessa

Linda Finlayn kirjan ”The Practice of Psychosocial Occupational Therapy” mukaisesti terapiasuhte jakautuu kolmeen eri vaiheeseen, joiden kautta terapeutistien strategioiden vaihtelu voidaan tuoda esille. Ryhmän alussa terapiasuhteen terapiaan sitouttamisvaiheessa korostuivat terapeutitiset strategiat; validaatio, rohkaiseminen, strukturointi ja palautteen antaminen. Näiden kautta pyrimme tukemaan ryhmän jäsenen roolin muo-

dostumista ryhmässä. Ryhmän saavuttua terapiasuhteessa määriteltyyn yhteistyövaiheeseen strukturoinnin tarve väheni, koska ryhmän jäsenet alkoivat ottaa enemmän vastuuta ryhmän toiminnasta. (Finlay 2004:136 –139.) Tässä vaiheessa luottamus terapiasuhteessa oli jo sillä tasolla, että palautteen antaminen alkoi olla rakentavampaa ja vastavuoroisesti rehellistä. Neuvottelua toimintaan osallistumisesta ja valintojen tekemisestä käytiin rohkeammin verrattuna alkuvaiheen varovaiseen tunnusteluun.

Validaatio oli terapeuttisista strategioista koko ryhmän toteutuksen ajan merkittävin. Erityisesti ryhmän prosessin aloitus- ja lopetusvaiheessa oli otettava huomioon ryhmän jäsenet validaation keinoin. Irti päästämisen –vaiheessa annoimme yksilöllistä palautetta kannustavaan sävyyn, jotta ryhmässä löytyneet tavat toimia siirtyisivät ryhmän jäsenen omaan elämään (Finlay 2004:142).

10.2 Terapeuttiset strategiat oman tahdon toteuttamisen tukena

Erityispiirteenä ryhmän toteutuksessa oli ryhmän jäsenten tavoite edistyä oman tahdon toteuttamisessa. Tämä tavoite vaikutti osaltaan myös käytännössä terapeuttisten strategioiden valintaan. Voisimme olettaa, että kyseisessä ryhmässä painottuneet terapeuttiset strategiat voisivat olla yleisemmälläkin tasolla merkittäviä oman tahdon toteuttamisen tukemisessa. Tarkastelussamme ja käytännön toteutuksessa korostuivat erityisesti ryhmän jäsenen vahvistaminen, toimintojen strukturointi ja ryhmän jäsenen osallistumisen rohkaiseminen. Ryhmän jäsentä vahvistaessamme koimme toimintaterapian teorian olevan sisällöllään antamassa suuntaa strategian käyttämiselle. Ryhmässä käytettyjä toimintojen yleinen ja yksilöllinen strukturointi madalsi osallistumisen kynnyistä ja lähtökohtaisesti näin ollen mahdollistaa osallistumista. Rohkaisemalla ryhmän jäsentä tuimme häntä emotionaalisesti niin, että hän uskaltautuisi tarttumaan muutosta tukevaan toimintaan. Nämä tietyt strategiat auttoivat ryhmän jäsentä edistymään ja onnistumaan oman tahtonsa toteuttamisessa.

10.3 Kasvukivun kautta kohtaamiseen

Linda Finlay tuo esille kirjassaan ”The Practice of Psychosocial Occupational Therapy” kymmenen toinen toisiinsa nivoutuvaa ominaisuutta vuorovaikutustaitojen taustalla. Hän pitää niitä suuntaa antavina, terapeutin kehittäessään tätä taitoa itsessään. (Finlay 2004: 142.) On hyvä huomata, kuinka oman ohjaamisen tarkastelussa olemme keskinäisissä keskusteluissamme sivunneet kaikkia näitä kymmentä ominaisuutta. Opinnäyte-työmme yksi lähtökohtahan oli oman ammattitaidon lisääminen.

Asiakkaan kuuntelemisessa Finlay (2004: 147) korostaa aitoa kiinnostusta ja tarvittavan ajan antamista itsensä ilmaisulle. Tämä tuli esille haasteena ”sietää hiljaisuutta” ja toisaalta tunnistaa ohjaamisessa kiirehtiminen, jotta olisi mahdollista aidosti kohdata ryhmän jäsenet. Ryhmän jäsenen arvostaminen omana itsenään on tärkeää, ja haastavissakin tilanteissa tämä oli otettava huomioon. Yksilöllisten tekijöiden huomiointi, ihmiseen tutustuminen omana persoonallisuutena liittyi kiinteästi terapian toteutukseen.

Lämpimän ilmapiirin luominen vaati leikkimielisyyttä ja heittäytymistä meiltä ohjaajilta, ja ryhmän turvallisuuden tunnetta pyrimme tuottamaan rauhallisuuden kautta. Ryhmän jäsenten valtaistumisen mahdollistaminen toiminnan kautta vaati meiltä ohjaajilta tasapainottelua sopivien rajojen asettamisessa. Selkeän palautteen antaminen on perustellusti tärkeää, mutta käytännössä osoittautui meille haastavaksi toteuttaa.(Finlay 2004:145 –146.)

Toivon herääminen positiivisen näkemyksen ja itsevarmuuden kautta oli vuorovaikutuksemme sisälle rakentuneena tarkoituksena, vaikka emme sitä ehkä juuri siinä hetkessä tietoisesti ajatelleet (Finlay 2004:146). Finlay (2004: 147) korostaa terapeutin itsetuntemuksen ja itsetietoisuuden merkitystä, jotta voisimme olla tietoisia käytöksemme vaikutuksesta ja tunnistaa keskinäistä vuorovaikutusta. Terapeuttisten strategioiden tarkastelussa olemme paitsi kohdanneet keskusteluissamme toisemme, mutta myös päässeet paremmin kosketuksiin omaan ajatteluun ja sitä kautta itsen terapeuttiseen käyttöön.

11 POHDINTA

Näin jälkikäteen ajatellen olisi ollut hyvä lähteä suunnittelemaan toimintoja enemmän ryhmän jäsenten mielenkiinnoista, mutta ryhmän toteutuksella oli paikkansa niin ryhmän jäsenten kannalta kuin myös meidän oppimisen kannalta. Yksilöterapialla voidaan toki tehdä valintoja, joiden avulla on ehkä helpompi tavoitella oman tahdon toteuttamista ja uusien roolien muodostumista. Ryhmässä toimimisessa korostuu oman tahdon ilmaiseminen ja oman tahdon toteuttaminen toimiessa muiden kanssa. Tämä on myös tärkeää tunnistaa, kun elämme kuitenkin yhteisöissä ja olemme niistä riippuvaisia.

Luovien toimintojen käyttö oli mielestämme perusteltua tämän ryhmän toteutuksessa, koska ne ovat monipuolisesti sovellettavissa. Muutenkin luovien toimintojen käyttö

voisi olla hedelmällistä ryhmän aloitusvaiheessa, jossa ne mahdollistaisivat helpon tavan tutustua muihin ryhmän jäseniin ja ohjaajiin. Oman tahdon toteuttamisen kannalta luovat toiminnot ovat pehmeä menetelmä kokea itsensä toteuttamista. Niiden avulla ryhmän jäsen voi pohtia ”kuka minä olen?” ja ”mitä minä haluan?”, ja täten tiedostaa oman tahtonsa lähtökohtia. Toisaalta, jos olisimme valinneet ryhmän jäsenet heidän mielenkiinnon kohteiden kartoittamisen kautta ja päättäneet, että heidän tulisi olla samassa elämänkaaren vaiheessa niin olisimme voineet kohdentaa toiminnot vielä paremmin vastaamaan ryhmän jäsenten tarpeita. Tämän ryhmän kohdalla olemme kuitenkin tyytyväisiä tehtyihin valintoihin. Jatkossa ryhmän jäsenten kannalta olisi ollut tärkeätä tarjota heidän arkeensa ja/tai mielenkiintoihinsa liittyviä toimintoja, jotta he voisivat kokea pätevyyttä omassa arjessaan ja muodostaa mahdollisesti uusia rooleja elämässään.

Ryhmän toteuttaminen vaati meiltä paljon aikaa ja voimavaroja. Keskityimme paljon ryhmän toteuttamisen eettisyyteen ja siksi onkin perusteltua, että olemme kuvanneet ryhmän prosessia niin tarkasti. Ryhmän toteuttaminen herätti monenlaisia tunteita ja ajatuksia ohjaajuuteen liittyen. Ymmärsimme kuinka erilaisia ohjaamistyyliämme ovat, itse terapiatilanteessa tämä ei haitannut vaan pikemminkin ohjaamistyyliämme täydensivät toisiaan. Käytettävien terapeuttisten strategioiden valinnassa ohjaamistyyliämme erilaisuus vaikeutti yhteisen linjan löytymistä yhden ryhmän jäsenen kohdalla. Ryhmän ohjaamiseen saamassamme työnohjauksessa pureuduimme aiheeseen, ja yhteinen linja löytyi keskustelun avulla. Tämä oli mielestämme hyvä oppimiskokemus ajatellen työelämää, jolloin tällaisia tilanteita voi usein tulla vastaan. Ohjaamisen tarkastelun myötä olemme löytäneet uusia puolia itsestämme; olemme tulleet tietoisemmiksi vahvuuksistamme ja heikkouksistamme. Oman työskentelyn tarkastelu on vastannut ammatillisen kasvun tarpeeseemme, ja antanut työvälineitä jatkoa ajatellen.

Olemme pyrkineet toteuttamaan tapaustutkimamme eettisesti. Tarkastelimme omaa työskentelyämme ryhmän ohjaajina, ja ryhmän jäseniä välillisesti ryhmän toteutuksen avulla. Käytämme tuloksissa keksittyjä nimiä, joten ryhmän jäsenten henkilöllisyys ei tule ilmi. Ryhmän jäsenille ja heidän lähipiirilleen on tiedotettu ryhmän toteutuksesta ja tarkoituksesta. Olemme saaneet sanallisen suostumuksen ryhmän jäseniltä heidän myöntövyvyydestään olla osana opinnäytetyömme toteutusta. Terapeuttisten strategioiden tarkastelu oli mielestämme ryhmän jäsenelle etu, hänen saamansa yksilöllisesti suunnitellun tuen kautta. Toimintaterapiaryhmän toteutimme parhaan kykymme mukaan.

Tapaustutkielmamme luotettavuutta lisää se, että me pystyimme yhdessä pohtimaan ja tarkastelemaan tehtyjä päätöksiä aineistonkeruuvaiheessa. Tutkimuksen luonteen vuoksi tulokset eivät ole yleistettävissä. Luotettavuutta lisää tehtyjen valintojen perustelu teorioiden kautta. Ryhmäkertojen videointi ei valitettavasti ollut ryhmässämme mahdollista, tämä olisi lisännyt tapaustutkielmamme tulosten luotettavuutta.

Seuraavassa tuomme esille kaksi jatkoehdotusta, joiden toteuttamisen kokisimme merkityksellisiksi. Olemme huomanneet oman työskentelyn tarkastelun edut, ja siten jatkoehdotuksena olisikin hyvä tuottaa opetusmateriaalia tällaisen tarkastelun työvälineiksi. Opetusmateriaali voisi palvella opiskelijoita sekä työelämässä olevia toimintaterapeutteja. Terapeuttisten strategioiden käytöstä voisi tuottaa videomateriaalia eri asiakasryhmien terapiatilanteista, ja tuotokseen voisi liittää kirjallisessa muodossa taustateoriaa. Toisena jatkoehdotuksena voisi tulla kyseeseen toimintaterapeuteille suunnattu väline itsearviointiin, jonka avulla terapeuttiset strategiat voisivat siirtyä helpommin teoriasta käytäntöön.

LÄHTEET

- Borg, Barbara – Bruce, Mary Ann 1991: *The Group System, The Therapeutic Activity Group in Occupational Therapy*. SLACK incorporated. New Jersey.
- De las Heras , Carmen Gloria – Geist, Rebecca - Kielhofner, Gary 1998: *A User`s Guide to the Volitional Questionnaire*. University of Illinois at Chicago. The Model of Human Occupation Clearingshouse.
- Eskola, Jari – Suoranta, Juha 1998: *Johdatus laadulliseen tutkimukseen*. 3.painos. Tampere. Vastapaino.
- Finlay, Linda 2004: *The Practice of Psychosocial Occupational Therapy*. Third Edition. Cheltenham. Nelson Thornes.
- Griffiths, Sue – Corr, Susan 2007: *The Use of Creative Activities with People with Mental Health Problems: a Survey of Occupational Therapists*. *British Journal of Occupational Therapy* 70 (3). 107-112.
- Huttunen, Johanna – Mäkinen, Anu 2005: *Tahdon havainnointimenetelmä: kokemuksia Volitional Questionnairen käytöstä mielenterveyskuntoutujien toimintaterapiaryhmässä*. Opinnäytetyö. Helsinki. Helsingin ammattikorkeakoulu Stadia.
- Kaski, Markus(toim.) – Manninen, Anja – Mölsä, Pekka – Pihko, Helena 2001: *Kehitysvammaisuus*. 1-2. painos. Porvoo. WSOY.
- Kielhofner, Gary 2002: *A Model of Human Occupation. Theory and Application*. Third Edition. Baltimore. Lippincott Williams & Wilkins.
- Liimatainen, Heini 2003: *Toimintaterapeuttien ammatillinen kasvu työuran alussa*. Opinnäytetyö. Helsinki. Helsingin ammattikorkeakoulu Stadia.
- Ritsilä, Jaana 2002: *Toimintaterapeuttien käsityksiä tahdosta ja kokemuksia Tahdon arviointimenetelmän käyttöönotosta*. Pro Gradu tutkielma. Toimintaterapia. Jyväskylä. Jyväskylän yliopiston terveystieteiden laitos.

Tuomi, Jouni – Sarajärvi, Anneli 2002: Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki. Tammi.

Vainio, Jari 1995: Terapeuttisen toimintaryhmän systeemimalli. Toimintaterapeutti 3. 3-7.

Vilka, Hanna 2005: Tutki ja kehitä. Tammi. Helsinki.

LUOVIS . RYHMÄKERTA Ryhmäläisen nimi:
TAVOITE:

TOIMINTO:

OSALLISTUMINEN:
(yleinen huomio)

1= Passiivinen 2= Toimii maksimaalisesti tuettuna 3= Toimii minimaalisesti tuettuna 4= Toimii spontaanisti

1. Osoittaa uteliaisuutta
2. Aloittaa tehtävän tai toiminnan
3. Kokeilee uusia asioita
4. Osoittaa tyytyväisyyttä suoritukseensa
5. Etsii haasteita
6. Etsii lisävastuuta
7. Yrittää korjata virheitä
8. Yrittää ratkaista ongelmia
9. Tuo esiin mieltymyksiään
10. Pyrkii suorittamaan toiminnan loppuun asti
11. Pysyy toimintaan sitoutuneena
12. Lisää toimintaan ylimääräistä energiaa
13. Osoittaa tavoitteellisuutta
14. Osoittaa toiminnan olevan erityinen tai tärkeä

TUEN MUODOT

(terapeuttiset strategiat muutoksen mahdollistamisessa Inhimillisen toiminnan mallin mukaan)

1.Terapeuttinen itsen käyttö

Empatia

Luottamus

2.Terapeuttiset strategiat

Vahvistaa

Tehdä tietoiseksi

Antaa palautetta

Neuvoa

Neuvotella

Strukturoida

Ohjaa

Rohkaista

Antaa fyysistä tukea

Hei luovislaisen vanhemmat!

Luovis on mennyt mukavasti, viimeinen kertamme oli maanantaina 10.12. Kahdeksalla ryhmäkerralla ehdimme tehdä monenlaista. Jokainen kerta oli erilainen, mutta yhteinen aloitus ja lopetus olivat samanlaisia joka kerta. Aloituksessa keskustelimme viikonlopun kuulumisista, ja lopetuksessa kokosimme jokaisen ryhmäläisen tunnelmat yhteiseen ”luovispiirakkaan”, joka saatiin kokonaiseksi viimeisellä kerralla.

Ensimmäisellä ryhmäkerralla tutustuimme toisiimme tekemällä Minä pidän ja Minä en pidä -hahmot. Käytimme tähän lehtikuvia, joista ryhmäläiset valitsivat mieltymyksensä mukaan paperille piirrettyyn hahmoon liimattavat kuvat.

Toisella kerralla loimme yhteisen tarinan, joka muotoutui ryhmäläisten valitsemien kuvien kautta. Tarinaa käsittelyä jatkettiin niin, että jokainen ryhmäläinen sai valita itselleen mieleisen kohdan tai tunnelman tarinasta ja toteuttaa sen piirtämällä ja maalaamalla.

Kolmannella kerralla jatkoimme edellisen kerran toimintaa ja lopetimme kerran pieneen draamaleikki-harjoitukseen.

Nejännellä kerralla toiminnan pohjustuksena pohdimme eläinten inhimillisiä ominaisuuksia ja niiden esiintymistä itsessä. Tämän jälkeen jokainen sai valita muovailtavakseen eläinhahmon, josta löytyy samankaltaisia piirteitä kuin kokee itsessään olevan.

Viidennen kerran toimintona oli tunnenaamion valmistaminen, pohjustuksena keskustelimme ja mietimme erilaisten tunteiden tunnistamista kuvien kautta. Tämän jälkeen jokainen sai valita tunnetilan, jonka toteuttaisi naamiossaan.

Kuudennella kerralla kokeilimme tunnenaamioiden avulla erilaisten tunteiden ilmaisemista äänin ja liikkein. Lisäksi teimme pantomiimiharjoituksen toimintakorttien avulla, jossa yksi kerrallaan esittää valitsemansa toiminnan ja muut arvaavat, mitä hän miimisesti esittää.

Seitsemäs kerta sujui luoviskassien teon merkeissä. Jokainen ryhmäläinen painoi kangaskassiinsa mieleisiään kuvia valmiita sabluunoja käyttäen.

Viimeisellä kerralla pelasimme ”luovispeliä”, jonka kautta pohdimme jokaista ryhmäläistä ja muistelimme edellisiä ryhmäkertoja. Luoviksen viimeistä kertaa juhlistimme vielä glögin ja piparien ääressä. Lopuksi jokainen kokosi luovikassiinsa omat työnsä luoviksen ajalta.

Ryhmän toteuttaminen Haavikon opetus- ja aikuiskasvatuskeskukselle on osa opinnäytetyötämme. Seuraavaksi alamme kirjoittaa raporttia, jossa keskitymme tarkastelemaan omaa ohjaajuuttamme ja ryhmän toteutus on tähän aineistoonamme. Emme käyttäneet aineistonkeruussa videokuvausta.

Meihin voi ottaa yhteyttä ryhmän toteutukseen, palautteeseen tai opinnäytteeseen liittyen.

Liitteenä ryhmäläisen yksilöllinen palaute luovisryhmän jäsenenä olemisesta.

Ryhmän toteutus on ollut onnistunut ja ryhmän ohjaaminen on ollut antoisaa. Ryhmäläisiltä saamamme palaute on ollut positiivista. Yhtä luovislaista lainaten ”olisi kiva jatkaa tätä vielä”, samoihin tunnelmiin jäimme mekin.

Kiitämme yhteistyöstä!

Terveisin,

toimintaterapeuttiopiskelijat Kaisla Flood ja Heini Lautala

s-posti: kaisla.flood@---.----.fi, heini.lautala@---.----.fi
(xxx-xxx xx xx) (xxx-xxx xx xx)

