

S T A D I A

HELSINGIN AMMATTIKORKEAKOULU

Kohti omaa kotia

Kokemuksia draamamenetelmän käytöstä itsenäistä asumista tavoittelevien
mielenterveyskuntoutujien toimintaterapiaryhmästä

Toimintaterapian koulutusohjelma,
toimintaterapeutti
Opinnäytetyö
Syksy 2007

Marika Kankkunen
Heli Tuomisto



Koulutusohjelma		Suuntautumisvaihtoehto	
Toimintaterapian koulutusohjelma		Toimintaterapeutti	
Tekijä/Tekijät			
Marika Kankkunen, Heli Tuomisto			
Työn nimi			
Kohti omaa kotia, kokemuksia draamamenetelmän käytöstä itsenäistä asumista tavoittelevien mielenterveyskuntoutujien toimintaterapiaryhmässä			
Työn laji	Aika	Sivumäärä	
Opinnäytetyö	Syky 2007	43+7 liitettä	
<p>TIIVISTELMÄ</p> <p>Toteutimme opinnäytetyömme tutkimuksen seitsemän mielenterveyskuntoutujan toimintaterapiaryhmässä. Työssämme tutkimme miten draamaa voi hyödyntää mielenterveyskuntoutujien toimintaterapiaryhmässä, jonka aiheena oli itsenäinen asuminen. Lisäksi tutkimme miten ryhmän jäsenet motivoituivat osallistumaan draamaharjoitteisiin ja kuinka he kokivat harjoitteet ryhmässä.</p> <p>Tämän opinnäytetyön avulla voimme kuvailla mielenterveyspuolella työskenteleville toimintaterapeuteille kokemuksiamme siitä, miten onnistuimme hyödyntämään draamamenetelmää itsenäiseen asumiseen liittyen. Toivomme, että työmme rohkaisee useampia toimintaterapeutteja käyttämään ja yhdistämään draamaa erilaisten sosiaalisten-, psyykkisten-, eettisten- ja prosessitaitojen harjoitteluun.</p> <p>Lisäksi työmme tarkoituksena on tuoda tietoa Espoon mielenterveys- ja päihdepalvelun työntekijöille, palveleeko draama menetelmänä heidän asiakasryhmäänsä mielenterveyspuolella sekä rohkaista ja kannustaa työntekijöitä käyttämään draama menetelmää enemmän työssään.</p> <p>Opinnäytetyömme on empiirinen yksittäistutkimus. Tutkimusaineisto koostui kymmenestä harjoitteesta, johon kuului kaksi tutustumisharjoitusta, kaksi lämmittelyharjoitusta ja kuusi draama harjoitusta. Aineisto kerättiin draamaharjoitteista havainnoimalla ja harjoitteiden jälkeen ryhmän jäsenten suullisesta palautteesta. Havainnointi oli osallistuvaa havainnointia. Aineiston analyysissä käytimme teorialähtöistä analyysia.</p> <p>Tutkimustuloksemme perusteella draamamenetelmä on joustava menetelmä, jota voidaan soveltaa mielenterveyskuntoutujille ryhmän tavoitteiden ja ryhmän jäsenten taitojen mukaiseksi. Kokemuksellisena menetelmänä draaman kautta itsenäiseen asumiseen liittyvät asiat jäivät paremmin mieleen, koska harjoitteen aikana keskittymiskyky lisääntyi. Ryhmän jäsenten osallistumismotivaatioon ja kokemukseen vaikutti aikaisempi kokemus draamamenetelmistä, henkilön arvomaailma, ryhmän kokoonpano, draamaharjoitteen luonne sekä kokemus itsestään toimijana.</p>			
Avainsanat			
draama, ryhmä, mielenterveyskuntoutuja, motivaatio, kokemus			



Degree Programme in Occupational Therapy		Degree Bachelor of Occupational Therapy	
Author/Authors Kankkunen Marika and Tuomisto Heli			
Title Homewards - Practical Experiences in Using Drama with Mental Health Clients in a Group			
Type of Work Final Project	Date Autumn 2007	Pages 43+ 7 appendices	
<p>ABSTRACT</p> <p>We carried out this Final Project in an occupational therapy group where the participants were seven mental health clients. The objective of the study was to chart how an occupational therapist can utilise and use drama method in a group which supports a client to move towards independent living. In the group, we also examined how the clients motivated to participate in drama exercises and what kind of experiences they got from the drama exercises.</p> <p>With this project, we shared our experiences to occupational therapists who work with mental health clients. We hope that this Final Project will encourage occupational therapists to use drama method when they exercise communication and interaction skills, ethic skills or process skills with their clients. Likewise, we wanted to give information to the health care professionals of Espoo City's Social and Health Services in Mental Health and Addiction Care.</p> <p>Our results and conclusions showed that drama method can be adapted to mental health clients group paying attention to the aims of the group and the skills of the clients. When information was shared in the group, the clients could better take in the information and they concentrated well during the drama exercises. The client´s previous experience of drama method, their values, how many and which clients were present in the group, the type of the drama exercise and the client´s sense of their competence and effectiveness impacted how motivated the clients were to take part in drama exercises and their experiences of the drama method.</p>			
Keywords Drama, group, mental health client, motivation, experience			

SISÄLLYSLUETTELO

1 JOHDANTO	1
2 TUTKIMUSASETELMA	2
2.1 Tutkimuskohde ja taustatiedot	2
2.2 Tutkimuksen tavoite ja tarkoitus	3
2.3 Tutkimuskysymykset	3
3 OPINNÄYTETYÖN TAUSTATEORIAT JA KESKEISIMMÄT KÄSITTEET	4
3.1 Taustateoriat	4
3.1.1 Inhimillisen toiminnan malli peilattuna skitsofreniaa sairastavan henkilön maailmaan	4
3.1.2 Terapeuttisen toimintaryhmän systeemimalli	8
3.2 Käsitteiden määrittelyä	12
3.2.1 Draama	12
3.2.2 Itsenäiseen asumiseen tarvittavia taitoja	14
4 AIEMMAT TUTKIMUKSET	15
5 ETIIKKA	17
6 RYHMÄPROSESSI	18
6.1 Esivalmistelut	18
6.2 Haastattelulomakkeen laatiminen ja esitestaus	19
6.3 Tavoitteet	20
6.4 Toteutus	20
7 AINEISTON ANALYYSI	21
7.1 Tutkimusaineiston keruu	21
7.2 Aineisto	22
7.3 Analysoinnin eteneminen	23
8 TUTKIMUKSEN LUOTETTAVUUS	24
9 RYHMÄPROSESSIN TOTEUTUMINEN	26
10 TUTKIMUKSEN PÄÄTELMÄT	31
10.1 Draamamenetelmän mahdollisuudet esimerkkiryhmässä	31
10.2 Ryhmän jäsenten motivoituminen draamaharjoitteisiin	35
10.3 Ryhmän jäsenten kokemukset draama menetelmästä	36
11 POHDINTA	39
11.1 Jatkotutkimusaiheita	41

LIITTEET Aineisto

Ryhmäkokoonantumisten tavoitteet ja sisältö

Alkuhaastattelu

Suostumus

Ryhmän jäsenille jaettu materiaali

Tutkimuslupa

Salassapitosopimus

1 JOHDANTO

Opinnäytetyömme aihe sai alkunsa kummankin kiinnostuksesta työskennellä aikuisten mielenterveyskuntoutujien kanssa. Aiemmassa ammatissamme olemme kumpikin saaneet useita vuosia kokemusta mielenterveysasiakkaiden sekä ryhmämuotoisesta että yksilökuntoutuksesta, joissa olemme käyttäneet luovia menetelmiä.

Toimintaterapeuttikoulutuksen myötä olemme saaneet jonkin verran tietoa draaman käytöstä toimintaterapiassa, joka on herättänyt uteliaisuuden lähempään draaman käytön tarkasteluun. Kummallakaan meistä ei ole paljon omaa kokemusta draamaryhmästä ja sen ohjaamisesta. Tästä syystä osallistuimme Helsingin ammattikorkeakoulun vapaasti valittavien opintojen "draamamenetelmät ihmistyössä" kurssille keväällä 2007, josta saimme vinkkejä ja esimerkkejä, miten draamaa voi käyttää menetelmänä, sekä myös itsellemme tärkeän oman kokemuksen.

Opinnäytetyömme yhteistyökumppani oli Espoon mielenterveys- ja päihdepalvelun palvelunohjausyksikkö. Suunnittelimme ja toteutimme yhdessä psykiatrisen sairaanhoitajan, palveluohjaajan Eila Lappalaisen kanssa kahdeksan kerran mielenterveyskuntoutujien toimintaterapiaryhmän. Ryhmän aiheena oli itsenäinen asuminen. Selvitämme esimerkkiryhmässä, miten draamaa voi hyödyntää mielenterveyskuntoutujien toimintaterapiaryhmässä sekä miten ryhmän jäsenet motivoituvat ja kokevat draamamenetelmät. Aineisto koottiin draamaharjoitteita ja toiminnallisia harjoitteita havainnoimalla sekä ryhmän jäsenten harjoitteista antamasta suullisesta palautteesta. Toivomme, että opinnäytetyömme rohkaisee toimintaterapeutteja käyttämään ja yhdistelemään draamamenetelmää monipuolisemmin ryhmämuotoisessa toimintaterapiassa.

Valmiin työn tulokset julkaisemme Helsingin ammattikorkeakoulun opinnäytetyöseminaarissa sekä Espoon mielenterveys- ja päihdeyksikön palvelunohjaus tiimille syksyllä 2007. Luovutamme kirjallisen raporttimme palveluohjaustiimille sekä Espoon sosiaali- ja terveystoimen Hallintopalvelujen Tieto, laatu ja kehittäminen -ryhmän käyttöön. Työ jää lisäksi ammattikorkeakoulun kirjastoon.

2 TUTKIMUSASETELMA

Opinnäytetyömme on empiirinen yksittäistutkimus. Tässä luvussa esittelemme opinnäytetyömme tutkimuskohteen ja taustatiedot, opinnäytetyön tavoitteet ja tarkoituksen sekä asetetut tutkimuskysymykset. Käytämme tutkimusryhmän asiakkaista nimikettä ryhmän jäsen. Tarkistimme Kielitoimistosta, että ryhmän jäsen on suositeltavampi nimike kuin ryhmäläinen (Kielitoimisto 2007).

2.1 Tutkimuskohde ja taustatiedot

Toteutimme opinnäytetyömme seitsemän mielenterveyskuntoutujan toimintaterapiaryhmässä, jossa oli kolme ohjaajaa; psykiatrinen sairaanhoitaja Eila Lappalainen ja tämän opinnäytetyön tekijät. Ryhmän jäsenistä viisi sairastaa skitsofreniaa, yksi depressiota ja yhdellä ryhmän jäsenellä ei ole diagnosoitu psyykkistä sairautta. Kaikki ryhmään osallistuneet asiakkaat olivat olleet ennen ryhmän alkua asumista tukevien palvelujen piirissä yli vuoden. Ikäjakauma ryhmän jäsenillä oli 22–51 vuotta. Suurin osa ryhmäläisistä oli alle 30-vuotiaita.

Ryhmän lähtökohtana oli käsitellä asioita, joita ryhmän jäsenet kokivat itsenäisessä asumisessa haasteellisiksi. Tavoitteena oli sosiaalisten ja psyykkisten taitojen vahvistuminen sekä itsenäiseen asumiseen liittyvien toimintojen edistyminen (LIITE 2). Ryhmän tapaamisten sisältö rakentui tietopuolisista ja toiminnallisista menetelmistä. Draamaosuus sisältyi toiminnallisiin menetelmiin. Tietopuolinen osuus sisälsi aiheeseen liittyvien esitteiden jakamista (LIITE 5) ja niiden sisällön läpikäymistä. Draamaosuudessa pyrimme syventämään ryhmäkerralla käsiteltävää aihetta draamamenetelmin. Aiheet oli valittu alkuhaastattelun ja ensimmäisen ryhmäkerran perusteella, sen mukaan, mitkä asiat ryhmän jäsenet kokivat vaikeiksi arkielämän tilanteissa, esimerkiksi talouden hallintaan.

Skitsofrenia.

Skitsofrenia on monimuotoinen krooninen mielen sairaus. Taudin yleisimmät oireet ovat aistiharhat ja harhaluulot. Skitsofrenialle luonteenomaista on ajatustoiminnan, puheen ja käytöksen häiriintyminen. Mielenkiinto asioita kohtaan vähenee, eleet ja ilmeet vähenevät sekä puhe saattaa muuttua monotonisemmaksi. Tutkimusten mukaan skitsofreniaan liittyy tietty perinnöllinen alttius. Lisäksi joidenkin huumaavien aineiden

käyttö (kuten amfetamiini ja hallusinogeenit) saattavat aiheuttaa skitsofrenian tyyppisiä oireita. (Naukkarinen 1998: 42–48.)

Masennus eli depressio.

Masennuksen keskeisimpiä oireita ovat mielialan lasku, mielenkiinnon ja mielihyvän kokemisen menetys sekä energian väheneminen, joka johtaa väsymiseen ja aktiivisuuden heikkenemiseen. Masennuksen puhkeamiseen vaikuttavat elämän tapahtumat, kuten pitkäaikaiset menetykset, puolison kuolema tai toimintakyvyn heikkeneminen. Myös perinnölliset tekijät ovat merkittävässä osassa depression puhkeamiseen; lähisukulaisessa havaittu depressio lisää riskiä sairastua masennukseen. (Lepola ym. 2005: 62–64.)

2.2 Tutkimuksen tavoite ja tarkoitus

Työn tavoitteena oli tutkia, miten ohjaamassamme kahdeksan kerran ryhmässä draamaa voi hyödyntää menetelmänä. Lisäksi selvitimme ryhmän jäsenten motivaatiota ja heidän kokemustaan draamaharjoitteista tässä ryhmässä.

Tämän opinnäytetyön avulla voimme jakaa mielenterveysasiakkaiden parissa työskenteleville toimintaterapeuteille omia kokemuksiamme draamamenetelmän hyödyntämisestä itsenäiseen asumiseen liittyen. Toivomme, että työmme rohkaisee useampia toimintaterapeutteja käyttämään ja yhdistämään draamaa erilaisten sosiaalistaitojen, psyykkistaitojen, eettistaitojen ja prosessitaitojen harjoitteluun.

Lisäksi työmme tarkoituksena on tuoda tietoa Espoon mielenterveys- ja päihdepalvelun työntekijöille, palveleeko draama menetelmänä heidän asiakasryhmäänsä mielenterveyspuolella sekä rohkaista ja kannustaa työntekijöitä käyttämään draamamenetelmää enemmän työssään.

2.3 Tutkimuskysymykset

Tutkimuskysymyksemme ovat:

1. Miten draamamenetelmää voi hyödyntää seitsemän hengen mielenterveyskuntoutujan toimintaterapiaryhmässä, jossa käsitellään itsenäistä asumista?

2. Miten kuntoutujat motivoituvat osallistumaan draamaharjoitteisiin?
3. Miten mielenterveyskuntoutujat kokevat draamaharjoitteet ryhmässä?

3 OPINNÄYTETYÖN TAUSTATEORIAMALLIT JA KESKEISIMMÄT KÄSITTEET

Tässä kappaleessa esittelemme opinnäytetyötämme ohjanneet taustateoriat sekä avaamme työssämme käsiteltäviä keskeisiä käsitteitä.

3.1 Taustateoriat

Ryhmäprosessia sekä aineiston analyysiä ja tulkintaa ohjasivat kaksi teorianmallia: Gary Kielhofnerin (2002) työryhmän laatima inhimillisen toiminnan malli (A Model Of Human Occupation, MOHO) sekä Barbara Borgin ja Mary Ann Bruceen (1991) terapeutin toimintaryhmän systeemimalli (Therapeutic Activity Group as a System). Kumpikin valitsemistamme malleista ovat toimintaterapiaan luotuja ja näin ollen ne tukivat ammatillista ajatteluamme työskennellessämme.

Kielhofnerin (2002: 3-4) mukaan teoria antaa terapeutille keinot työskennellä asiakkaan kanssa. Teoria auttaa terapiaprosessin tarkastelussa antamalla näkökulman ja selityksen terapeutille siitä, miten ihminen toimii, miten elämässä asiat voivat vaikeutua ja kuinka terapia voi tarjota tähän uuteen elämäntilanteeseen muutoksen.

3.1.1 Inhimillisen toiminnan malli peilattuna skitsofreniaa sairastavan henkilön maailmaan

Vertailimme aluksi toimintaterapia-alan muutamaa mallia ja valitsimme inhimillisen toiminnan mallin, koska se mielestämme lähestyy ihmistä merkityksellisen toiminnan kautta. Malli auttoi avartamaan näkökulmaa, jotta näkisimme kuntoutujat laajemmassa valossa, ja piti meidät koko ajan toimintaterapian perusajatuksissa.

Malli kulki työskennellessämme koko ajan rinnallamme; se ohjasi meitä tehdessämme haastattelulomaketta, suunnitellessamme ryhmän toteutusta ja pohtiessamme ryhmän jäsenten käyttäytymistä. Käytimme mallia myös tutkimus tulosten analysoimiseen. Mallin kautta etsimme vastauksia tutkimuskysymyksiimme.

Kuten johdannossa mainitsemme, olemme työskennelleet aiemmin mielenterveyskuntoutujien parissa. Tästä syystä skitsofrenia sairautena on meille tuttu. Tässä luvussa esittelemme inhimillisen toiminnan mallia. Peilaamme mallin käsitteiden kautta omiin kokemuksiimme, mitä olemme nähneet työskennellessämme skitsofreniaa sairastavien asiakkaiden kanssa. Toivomme, että teorian yhdistäminen kokemuksiimme, avaa lukijalle näkökulman skitsofreniaa sairastavan henkilön maailmasta.

Inhimillisen toiminnan mallia on aloitettu kehittää 1980-luvulla ja mallin viimeinen versio on julkaistu vuoden 2007 syksyllä. Sen avulla voidaan ymmärtää, kuinka henkilö motivoituu toimintaan ja kuinka hän tekee valintojaan. Malli selvittää myös, miksi eri ihmiset kokevat saman toiminnan eri tavoin sekä miten ihmiset ylläpitävät rutiineitaan jokapäiväisessä elämässään, miten toiminta rakentuu ja mitä suoritus vaatii ihmiseltä sekä miten ympäristö vaikuttaa henkilön toimintaan. (Kielhofner 2002: 13.)

Toiminnalliseen käyttäytymiseen vaikuttaa neljä osa-aluetta: *tahto, tottumus, suoritus* ja *ympäristö*. Näiden käsitteiden sisäistäminen auttaa toimintakyvyn häiriön ymmärtämistä. (Kielhofner 2002: 14.)

Tahto sisältää kolme aluetta: *henkilökohtainen vaikuttaminen, mielenkiinnot* ja *arvot*. Käsitys itsestämme toimijana muodostuu kokemuksista. Voin vaikuttaa siihen, että teen asioita, joita arvostan, joita osaan tehdä ja jotka tuottavat mielihyvää. Näiden kokemusten seurauksena muodostamme käsityksen mahdollisuuksistamme ja kyvyistämme, joka on pohja itsetunnon rakentumiselle. (Kielhofner 2002: 15.)

Henkilökohtainen vaikuttaminen tarkoittaa, että ihmisen oma kokemus itsestään toimijana syntyy siitä, miten hän arvioi omat fyysiset, älylliset ja sosiaaliset taitonsa. Toisaalta kokemus toimijana syntyy myös siitä, miten ihminen suuntaa energiansa haluamiinsa tavoitteisiin, minkälaiset ajatukset ja tunteet ihmisellä on siitä, miten tehokkaasti hän pystyy käyttämään taitojaan. (Kielhofner 2002: 46.) *Mielenkiinto* syntyy, kun jostakin toiminnasta saadaan nautinnon ja tyydytyksen kokemuksia. (Kielhofner 2002: 53.)

Skitsofrenia aiheuttaa ajatustoiminnassa, puheessa ja käytöksessä erilaisia häiriöitä. Mielestämme häiriöt henkilökohtaisessa vaikuttamisessa näkyvät niin, että tunne omista kyvyistä ja näkemys itsestä toimijana ovat alentuneet. *Mielenkiinnon kohteet*

ovat usein kaventuneet skitsofreniaa sairastavilla henkilöillä. Heillä ei ole kykyä itsenäisesti etsiä uusia mielihyvää tuottavia toimintoja. Motivaatio mielenkiintoista toimintaa kohtaan voi olla olemassa, mutta henkilöillä ei ole aloitekykyä. Hoitosuhteessa olevat potilaat ovat usein jääneet makaamaan sänkyyn, jossa he haluaisivat vain levätä. Olemme huomanneet, että tuolloin toisen ihmisen tuki ja kannustus auttaa toimintaan ryhtymisessä. Valintojen tekeminen on skitsofreniaa sairastavilla henkilöillä vaikeaa, koska kognitiivinen häiriö estää henkilöä näkemästä toiminnan tuottamaa lopputulosta. Henkilö ei välttämättä osaa kuvitella tulevia tapahtumia.

Arvot käsittävät näkemyksen omasta elämästä ja ovat syntyneet lapsuudesta asti erilaisten elämäntilanteiden ja kokemusten myötä. Sairaus muuttaa elämäntilannetta, mutta myös kokemusta omasta elämästä ja maailmasta. (Kielhofner 2002: 50.)

Olemme aiemmassa ammatissamme huomanneet, että skitsofreniaa sairastavan henkilön näkemys omasta sairaudestaan voi vaihdella. Skitsofrenian yleisimmät oireet ovat erilaiset aistiharhat (kuulo, näkö, haju, tunto) ja harhaluulot. Jotkut skitsofreniaa sairastavat eivät tunnista oireitaan, esimerkiksi henkilö näkee ympärillään asioita, joita ei ole, mutta pitää näitä täysin todellisina. Toiset taas tunnistavat sairautensa, mutta eivät pysty hallitsemaan oireitaan, esimerkiksi henkilö kuulee oireiden pahentuessa käskeviä ääniä, joita tuolloin noudattaa, mutta terveydentilan ollessa parempi, tietää, että oireet kuuluvat hänen sairauteensa.

Tottumus sisältää *tavat* ja sisäistetyt *roolit*. Toiminnallinen käyttäytymisemme koostuu suurimmalta osin automaattisista ja itsestään selvistä toiminnoista esimerkiksi iltatoimista. *Tavat* ja *rutiinit* syntyvät, kun sisäistetään toiminta toistamalla suoritusta. Rutiinin syntyminen edellyttää, että toiminnan toistaminen tehdään samassa kontekstissa. (Kielhofner 2002: 21.)

Tavat säätelevät siis ajankäyttöä. Käytännön kautta olemme huomanneet, että skitsofreniaa sairastavalla henkilöillä lukujärjestysten, rakenteiden ja struktuurien luominen auttaa rutiinien syntymisessä ja luo turvallisuutta. Opitun toiminnan siirtäminen toiseen ympäristöön voi olla vaikeaa ja vaatii lisäharjoitusta. Tästä syystä kotikäynnit ja omassa toimintaympäristössä tapahtuva harjoittelu tuottavat parhaan ja pysyvemmän tuloksen.

Roolit säätelevät tapaa, miten tietyssä vuorovaikutustilanteessa käyttäytyään, ja toisaalta tavat säätelevät rooleja, joissa ei odoteta tiettyä käyttäytymistä. Toisin sanoen roolit ja tavat ovat tiiviisti yhteydessä toisiinsa ja järjestävät myös rutiinikäyttäytymistä. (Kielhofner 2002: 21.)

Olemme huomanneet, että skitsofreniaa sairastavalla henkilöllä rooleja voi olla vähemmän kuin terveellä ihmisellä. Hän on voinut tyypistää roolinsa pelkästään sairaan rooliksi, jonka taakse hän aina piiloutuu: "en voi tehdä sitä, koska olen sairas". Olemme myös tavanneet skitsofreniaa sairastavia henkilöitä, joilla harhat ovat luoneet vääristyneen kuvan itsestä, kuten ajatuksen, että henkilö saattaa kokea olevansa jokin toinen henkilö tai olento, kuten kissa, faarao tai Jumala. Henkilöllä saattaa olla myös useampia rinnakkaispersoonia.

Suoritus sisältää *fyysiset* ja *psykkiset* tekijät sekä niitä vastaavat *subjektiiviset* tekijät. Tämä kolmas osa-alue käsittelee ihmisen jokapäiväisten tehtävien suorittamista. Toimintojen suorittaminen edellyttää fyysisiä (mm. lihakset, luut, hermosto ja aivot) ja psyykkisiä (mm. muisti, hahmotus, kognitio) kykyjä. Subjektiiviset tekijät kuvaavat henkilön omia taitoja kertoa kyvyistään ja rajoituksistaan omien kokemustensa perusteella. (Kielhofner 2002: 81-82.) Mielen ja kehon yhteistyö näkyy siinä, että mielen lisäksi myös kehoon tallentuu muistoja (Kielhofner 2002: 86). Olemme nähneet, että skitsofreniaa sairastavan henkilön suorituskyvyssä voi olla ongelmia, koska hänellä voi olla häiriöitä kehonkuvassa tai muistissa. Fyysisenä ongelmana sairaudesta voi seurata pakkoliikkeitä, passiivisuutta tai voimattomuutta sekä lääkityksestä johtuvaa vapinaa.

Maantieteellinen alue, kulttuuri ja yhteiskuntajärjestelmä muovaavat fyysistä ja *sosiaalista ympäristöä*, jossa elämme (Kielhofner 2002: 99). Kulttuuri määritellään siten, että uskomukset, havainnot, arvot, normit, tavat ja käyttäytyminen periytyvät samassa ympäristössä ja ympäristö edellyttää tietynlaista käyttäytymistä (Kielhofner 2002: 99). Sosiaaliseen ympäristöön kuuluu vuorovaikutus toisten ihmisten kanssa. Se sisältää ihmisjoukot ja ryhmät, joihin ihminen kuuluu. (Kielhofner 2002: 107.) *Fyysinen ympäristö* käsittää kaiken materiaalisen maailman, se sisältää luonnollisen ja ihmisen tekemän ympäristön ja näihin kuuluvat objektit. Fyysisessä ympäristössä oikeanlaiset tilat ja oikeat välineet mahdollistavat toiminnallisen osallistumisen. (Kielhofner 2002: 103.)

Aiemman koulutuksen ja työkokemuksemme perusteella olemme tulleet tietoisiksi, että eri kulttuureissa ja eri aikakausina suhtautuminen skitsofreniaa sairastavaan henkilöön vaihtelee, eristetäänkö henkilö vai pyritäänkö hänet integroimaan mahdollisimman pian yhteiskuntaan. Sosiaalinen ympäristö voi edistää kuntoutumista mm. siten, että sairaalassa on mahdollista saada vertaistukea ja toimia muiden ihmisten kanssa. Toisaalta sosiaalinen ympäristö voi olla myös rajoittava tekijä; henkilö voi kokea joutuneensa kiusatuksi tai hyväksikäytetyksi. Kielhofnerin (2002) mukaan fyysisessä ympäristössä oikeanlaiset tilat ja oikeat välineet mahdollistavat toiminnallisen osallistumisen.

3.1.2 Terapeuttisen toimintaryhmän systeemimalli

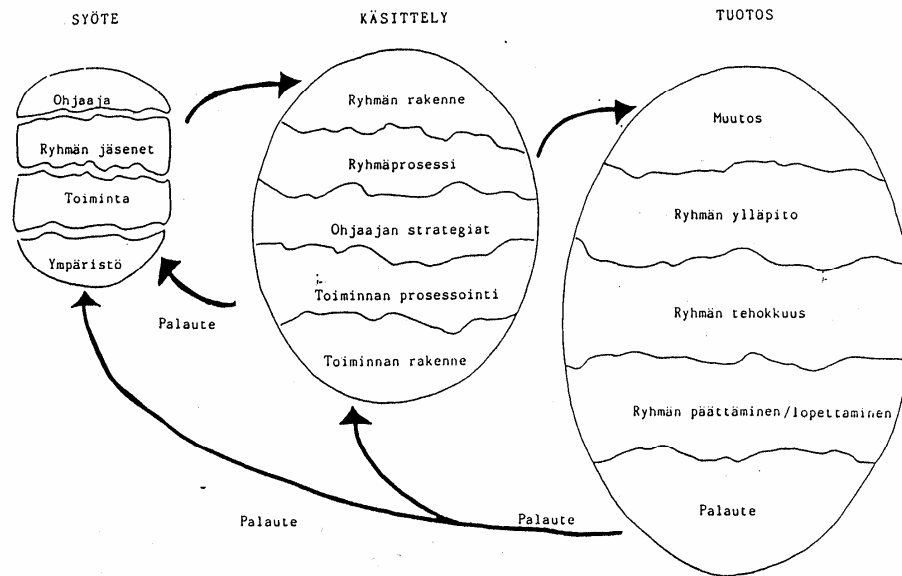
Ryhmätyöskentelyämme ohjasi terapeuttisen toimintaryhmän systeemimalli, Therapeutic Activity Group as a System (Borg & Bruce 1991). Valitsimme tämän mallin, koska se antoi rakenteet ryhmän toteutusta miettiessä; taustatekijät, itse ryhmäprosessin ja rajojen asettamisen. Lisäksi malli auttoi meitä havaitsemaan ryhmässä tapahtuvia ilmiöitä ja tarkastelemaan omaan ohjaukseen liittyviä tekijöitä.

Barbara Borgin ja Mary Ann G. Brucen laatima malli terapeuttisesta toimintaryhmästä jakaa terapeuttisen toiminnan ryhmässä kolmeen osaan. **Syöte** (Input), **käsittely** (Throughput) ja **tuotos** (Output). Takaisinsyötettä eli **palautetta** (feedback) tapahtuu näiden kolmen osatekijän välillä. (Borg & Bruce 1991: 17-19.) Borg ja Bruce kuvaavat systeemimallin prosessia kuviolla (KUVIO 1).

Syöte (input) käsittää ryhmään ja ohjaajaan liittyvät olennaiset taustatekijät. *Ohjaaja* tai *terapeutti* tuo ryhmään mm. asiantuntemuksensa, ammatilliset ja henkilökohtaiset rajoituksensa, persoonallisuutensa, odotuksensa sekä teoria- ja viitekehystietämyksensä. (Borg & Bruce 1991: 20.) Terapeutti on osa suurempaa hoitoyhteisöä, ja hänen on hyvä olla myös tietoinen siitä, miten muut yhteisön jäsenet hänet näkevät. (Borg & Bruce 1991: 70.)

Ryhmän jäsenet tuovat mukanaan ryhmään vahvuutensa, henkiset ja fyysiset rajoituksensa, persoonallisuutensa, arvonsa, mielenkiintonsa ja tavoitteensa. Ryhmän jäsenet arvioivat itse omaa olemistaan ryhmän jäsenenä. Terapeutin tehtävä on huomioida millainen kyky tai energia asiakkaalla on osallistua ryhmän toimintoihin.

Terapeutti havainnoi myös, miten asiakas valikoi ja jäsentää tietoa, ylläpitää omia rajojaan ja jäsentää vastuuta. (Borg & Bruce 1991: 20.)



KUVIO 1. Borg & Bruce 1991: Terapeuttisen toimintaryhmän systeemimalli (Therapeutic Activity Group as a System).

Ryhmässä käytettävä toiminta voi olla esimerkiksi luovaa, opetuksellista, taitoihin liittyvää tai erilaisten toimintojen tai asioiden harjoittamista. (Borg & Bruce 1991: 20.) Käytetyt toiminnot ovat suunniteltuja, tarkoituksenmukaisia ja ne auttavat ryhmän jäseniä osallistumaan ja saavuttamaan terapeuttisia tavoitteitaan. (Borg & Bruce: 47.) *Ympäristö* käsittää tietyt fyysiset tekijät, ajalliset muuttujat ja konkreettisen toiminnallisen tilanteen. Ympäristöön liittyvät asiat tulee harkita sen mukaan, mikä on kulloisenkin ryhmän tehtävä ja mitä asioita ryhmässä pidetään tärkeänä. Ryhmän tilana käytetään terapiaan suunniteltua huonetta. (Borg & Bruce 1991: 20.)

Käsittelyvaihe (troughput) eli prosessointivaihe sisältää toiminnan aikana olemassa olevat *ryhmän sisäiset vaikutukset*, johon vaikuttaa terapeutin valitsema teorettinen malli ja viitekehys. (Borg & Bruce 1991: 20.) *Ryhmän rakenne* määrittää rajat ryhmälle ja toiminnalle. Rakenne sisältää ryhmän tarkoituksen ja tavoitteet, osallistujien valintakriteerit, suunnitelman miten osallistujat valmistellaan tulevaa ryhmää varten, käytettävät toiminnot, ryhmän rajat (ryhmäkoko, ryhmän pituus,

kokoontumisaikataulu), ryhmäkerran tapahtumajärjestys, ympäristö, sisäiset säännöt ja oletettu tulos. (Borg & Bruce 1991: 89.)

Ryhmäprosessiin vaikuttaa ryhmän sisäinen vuorovaikutus (myös ohjaajien osallistuminen siihen), miten ryhmässä omaksutaan roolit, ryhmän kommunikaatiomallit ja kuinka terapeutista toimintaa käytetään ja miten sitä kehitetään. (Borg & Bruce 1991: 20-21.) Terapeutin ryhmän prosessi sisältää a) ryhmän kehittymisen vaiheet, b) toiminnan, sanallisen viestinnän ja sosiaalisten toimintojen suhteet toisiinsa, c) ryhmän kommunikointi tavat, d) energian liikkuvuuden ja käytön, e) ryhmäroolien käsittelyn, f) käyttäytymismallit ja miten ne tuodaan esille, g) ohjaustyylin ja -strategiat sekä kuinka niitä käytetään edellä mainituissa kohdissa. (Borg & Bruce 1991: 105.)

Ryhmän ohjaaja voi käyttää ryhmää ohjattaessaan erilaisia *strategioita*. Hänellä on useita erilaisia ominaisuuksia ryhmätilanteissa. Näistä primäärimpiä ovat ryhmän jäsenten rohkaiseminen ja tukeminen sekä ohjaaminen osallistumaan toimintaan ja oppimaan kokemuksista. (Borg & Bruce 1991: 132.) Systemimallin mukaan keskeisimpiä ohjaajan tehtäviä on helpottaa energian liikkuvuutta sekä tarjota ryhmälle rakenne. (Borg & Bruce 1991: 117.) Hersley ja Blanchard (1984) (Borgin & Bruce:n mukaan 1991: 120-121) käyttävät termiä tilannekohtainen johtajuus, kun kuvaavat ohjaajan kykyä mukauttaa roolinsa ryhmän jäsenten valmiuksiin nähden. He kuvaavat, ettei ole olemassa yhtä hyvää tyyliä ohjata ryhmää, vaan tietyt ohjaustyylit sopivat tietyn kypsyystason omaaville ryhmille. Erilaisia ohjaustyyliä on mm. kertova ohjaustyyli, myyminen, osallistumistyyli ja delegointityyli.

Toiminnan prosessilla tarkoitetaan ohjattua keskustelua. Ohjaaja auttaa ryhmäläisiä tunnistamaan, kuinka toiminta on suhteessa heidän oman elämänsä olosuhteisiin. Kaikki toiminnalliset ryhmät eivät pääty ohjattuun keskusteluun, vaikkakin se on niille tyypillistä. (Borg & Bruce 1991: 149.)

Toiminnan rakennetta arvioitaessa tulee Borg & Bruce:n mukaan ottaa huomioon toiminnan keskeisimpänä oleva aihe juuri tätä ryhmää varten, miten toiminta edistää ryhmän koheesiota sekä kehitystä. (Borg & Bruce: 99-100.)

Tuotos (output) syntyy ryhmän vuorovaikutuksesta ja luo myös mahdollisuuden uuteen syötteeseen (input). Tuotos edellyttää *muutosta* ja se tapahtuu yksilöiden ajatuksissa, tunteissa, asenteissa ja käyttäytymisessä. Myös ohjaajassa voi tapahtua muutosta, joka voi liittyä korkeampaan persoonalliseen tietoisuuteen ja tietoon, lisäten näin hänen ammattitaitoaan. Toisaalta muutos tapahtuu myös koko ryhmän ympäristössä liittyen ilmapiirin muuttumiseen joko ryhmän sisällä tai ryhmän ulkopuolella. Tulos ei näy pelkästään toiminnan lopussa vaan myös toiminnan etenemisen aikana. (Borg & Bruce 1991: 21.) Muutos voi tapahtua yhdessä tai useammassa mallin osassa ja se näkyy henkilön tai ryhmän kykyä selviytyä paremmin sosiaalisissa ja vuorovaikutuksellisissa tilanteissa, sekä menestyksekkäänä osallistumisena ympäristöön (Borg & Bruce 1991: 158). Ryhmän aikana tapahtuva vuorovaikutus tuo muutoksia ryhmän jäsenille, ja lisäksi ryhmän jäsenet tunnistavat, ylläpitävät ja kehittävät ryhmän sidoksia. Ryhmässä tapahtuva vuorovaikutus tuottaa palautetta (feedback) ja vaikuttaa sekä ryhmän taustatekijöihin (syöte, input), että sisäisiin vaikutuksiin (käsittely, throughput). (Borg & Bruce 1991: 21.)

Tuotokseen liittyy *ryhmän ylläpito*. Sisäiset ja ulkoiset tekijät ylläpitävät ryhmää. Sisäisiä ylläpitäviä tekijöitä ovat ryhmän normit, koheesiota tukevat tekijät, terapeuttisten hyötyjen osoittaminen ja ryhmän kehityksellinen taso. Ulkopuolisia vahvistavia tekijöitä ovat ryhmän historia ja tunnustus ulkopuoliselta taholta. Nämä tekijät auttavat saavuttamaan tavoitteita, ylläpitämään ryhmää sekä saavat aikaan palautetta. (Borg & Bruce 1991: 162.)

Ryhmän tehokkuutta arvioitaessa kiinnitetään huomio saapuvatko ryhmän jäsenet ajallaan, osallistuvatko he säännöllisesti ryhmään ja miten he toimivat yhteistyössä tavoitteiden saavuttamiseksi. Ryhmän jäsenet voivat ilmaista sanallisesti ryhmän arvon, tärkeyden ja hyödyn tai he voivat olla erimieltä rakentavalla tavalla. Annettu palaute edistää yksilöllistä muutosta ja ylläpitää ryhmää. (Borg & Bruce 1991: 167.)

Ryhmän lopettaminen tai päättäminen (termination) on yksi osa tuotosta. Kun ryhmän jäsenet ovat osallistuneet avoimeen tai suljettuun ryhmään, jossa on suoritettu ryhmätehtävä loppuun, yhteinen ryhmäkokemus on ohi. Päätöskokemus syntyy myös silloin, kun ryhmän jäsenten hoitosuhde päättyy. (Borg & Bruce 1991: 21.) Ryhmän päättymisen käsittelyyn tarvitaan aikaa, ja ryhmän jäsenten tulee saada keskustella kokemuksestaan; mitä he ovat ryhmän aikana oppineet ja mitä kokemuksia he ovat

jakaneet yhdessä toisten ryhmän jäsenten kanssa. Tunteet voivat vaihdella suuresti: ilo, suru, helpotus, viha jne. Terapeutin tulee ohjata tilannetta niin, että ryhmän jäsenet voivat kestää myös tulevaisuudessa erotilanteet paremmin. Myös jos joku lähtee ryhmäprosessista kesken pois, on jäljelle jääneiden ryhmäläisten kanssa käytävä tilanne läpi. (Borg & Bruce 1991: 173.)

Palaute (feedback) voi helpottaa oppimista ja lisätä ymmärrystä, kun se on tarkoin määrättyä ja kuvailevaa. Palaute on mieluummin "olen erimielistä kanssasi" kuin "olet väärässä". Palaute on rakentavaa ja kannustavaa ja tapahtuu tässä ja nyt. (Borg & Bruce 1991: 68.)

3.2 Käsitteiden määrittelyä

Opinnäytetyön esimerkkiryhmässä olemme tarkastelleet draamamenetelmän hyödyllisyyttä, ryhmän jäsenten motivoitumista ja kokemuksia käyttämistämme draamamenetelmistä. Ryhmässä käsiteltiin aiheita, jotka liittyivät itsenäiseen asumiseen. Tässä luvussa avaamme lukijalle, mitä käsitteet draama ja itsenäinen asuminen tarkoittavat ja miten ne työssämme esiintyvät.

3.2.1 Draama

Kreikankielessä sana draama tarkoittaa liikettä tai toimintaa. Se kuvaa toimintaa, joka ilmaistaan näytelmän tai runouden kautta. Kun henkilö astuu rooliin, esittää luonteita ja luonteista johtuvia päämäärään tähtäviä tahdonilmauksia sekä luo vuorovaikutuksessa konflikteja ja jännitteitä, puhutaan draamasta. (Rusanen 2001: 57.) Draama perustuu henkilön omaan kehoon, ääneen ja niiden kokonaisvaltaiseen ilmaisuvoimaan sekä vuorovaikutukseen, mielikuvituksen ja todellisuuden synteisiin, kokonaiseen mielikuviin sekä vahvoihin elämyksiin (Kanerva ym. 1997: 112).

Draama yhdistetään useimmiten teatteritoimintaan. Teatterin lisäksi luovaa draamaa voidaan käyttää yksilö tai ryhmätoimintana esimerkiksi kasvatuksessa, opetuksessa, terapiassa ja erilaisissa kasvutyöskentelyissä. Terapiassa tunnetuimmat menetelmät ovat psyko- ja sosiodraama, jonka ohjaajilta edellytetään psykodraamaohjaajan koulutusta. Draamaterapia on vielä Suomessa vähemmän tunnettu terapiamuoto. Draamaterapia on tukea antava ja voimavaroja esiin nostava työskentelytapa, jota voidaan käyttää

ihmissuhdetyössä. Draamaterapiaa voi käyttää työssään eri sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaiset, joilla on toiminnallisten menetelmien ja/ tai draamatyöskentelyn koulutus. Draamaa voidaan käyttää myös toiminnallisissa menetelmissä. Sen avulla ryhmä voi tutkia erilaisia aiheita ja käsitellä niitä toiminnallisesti, esimerkiksi asenteita voidaan tuoda esiin liikkeen kautta. Toiminnallisiin menetelmiin ei kuulu draamallisia jännitteitä. (Ventola 2005: 86-87.)

Draaman työtavoja on useita ja ne ovat peräisin eri lähteistä: teatterista, kirjallisuudesta, psykologiasta, terapiasta jne. Ei ole olemassa yhtä tapaa suunnitella ja toteuttaa draamaa. On löydettävissä kullekin ohjaajalle ja ryhmälle sopiva tapa. Draaman työtavat ja tekniikat ovat sovittuja tapoja käsitellä aikaa, tilaa ja toimintaa, jonka tarkoituksena on synnyttää merkityksiä. Erilaiset työtavat ja tekniikat mahdollistavat osallistumisen työskentelyyn eri tasoilla ja kokonaisvaltaisesti. Karkeasti jaoteltuna työtavat ja tekniikat voidaan luokitella neljään osaan: tekemiseen, asioiden käsittelyyn, reflektointiin ja arviointiin. Tekemiseen liittyvien työtapojen tavoite on herättää mielenkiinto, pohjustaa sisältöä ja lujittaa sitoutumista. Tähän tekniikkaan kuuluu mm. pelit ja leikit, toiminta ja kertominen samanaikaisesti, tilannekuvat, roolinvaihto sekä improvisaatio pienryhmissä. Asioiden käsittelyyn, reflektointiin ja arviointiin liittyviä työtavoja on mm. sellaiset, joissa käytetään naamioita ja nukkeja, miimiharjoitteet sekä kuvapatsaiden muovaaminen yhdestä ryhmän jäsenestä. (Owen ym. 1997: 30–42.)

Toteutimme opinnäytetyömme toimintaterapiaryhmässä. Käytimme esimerkkiryhmässä draamaterapeuttista työskentelytapaa sekä toiminnallisia menetelmiä. Käyttämämme työtavat sisälsivät tekemistä (mm. tutustumis- ja lämmittelyharjoitukset), asioiden käsittelyä, reflektointia ja arviointia (draamaharjoitukset).

Mari Rusi-Pyykönen on tutkinut draamaopetusta toimintaterapeuttikoulutuksessa vuosina 1972–2002. Toimintaterapeuttikoulutus alkoi Suomessa Helsingin sairaanhoito-opistossa vuonna 1970 ja vuonna 1972 draama liitettiin mukaan toimintaterapeuttikoulutuksen opetussuunnitelmaan. Rusi-Pyykönen toteaa, että toimintaterapialla ja draamapedagogiikalla on yhteiset juuret 1900-luvun alussa Yhdysvalloissa kehittyneessä pragmatismiksi kutsutussa filosofisessa suuntauksessa. Draaman merkitys opetuksessa on vuosien aikana muuttunut ja tuntimäärä on pienentynyt. Draaman opetuksen fokus, opiskelijan itseilmaisun ja oman persoonallisen

kasvun tukeminen, on vaihtunut vuorovaikutuksen ja ryhmän ohjaamisen tarkasteluun. (Rusi- Pyykönen 2002: 1,8, 92.)

Kuten edellä mainitaan, voidaan ryhmässä tutkia draaman avulla erilaisia aiheita ja käsitellä niitä toiminnallisesti. (Ventola ym. 2005:87.) Draama koetaan usein helpottavaksi asioiden (esimerkiksi tietyn ongelman) työstämisen välineeksi, koska siinä voi piiloutua tietyn roolin taakse. Kun aiheita käsitellään draamallisten tilanteiden avulla, aiheet konkretisoituvat. Draaman käyttö mahdollistaa myös vaikean kysymyksen etäännyttämisen metaforisen muodon suojaan. (Ventola ym. 2005:59.) Ihmisenä tulkitsemme todellisuutta oman yksityisen merkitysmaailmamme kautta, joka syntyy omasta ainutlaatuisesta kokemusmaailmastamme. Draamatyöskentely edellyttää kykyä pohtia tapahtunutta ja sen merkitystä itselle. Joskus draamaharjoitus saattaa koskettaa tunteidemme tiedostamattomia alueita. (Ventola ym. 2005: 152-153.)

Esimerkkiryhmässämme menetelmät oli suunniteltu aiheisiin ja asiakkaiden taitoihin nähden sopiviksi, siten, että niitä voi porrastaa. Työtavat mahdollistivat sen, että ryhmän jäsen voi osallistua harjoitteeseen aktiivisesti tai ottaa katselijan roolin.

Draamamenetelmien tarjoama hyöty on riippuvainen siitä, miten harjoitteisiin osallistuvat eläytyvät sekä miten he haluavat ja rohkenevat kokeilla asioiden tekemistä eri tavoin, kun ovat tottuneet niitä tekemään. Ryhmän ohjaajalla on tärkeä tehtävä saada ryhmän jäsenet vakuuttumaan, että draamamenetelmien kokeilemisesta on heille todellista hyötyä, muutoin työskentely jää hieman ulkokohtaiseksi. Toisaalta, jos työskentely kääntyy yhteiseksi nauruhetkeksi, on sekin tärkeää ja draama on siihen hyvä väline. (Ventola ym. 2005: 136.)

3.2.2 Itsenäiseen asumiseen tarvittavia taitoja

Itsenäiseen asumiseen siirtyminen edellyttää, että henkilö kykenee huolehtimaan itsestään ja asuinympäristöstään. Opinnäytetyössämme keskityimme Toimintaterapianimikkeistön (Suomen Kuntaliitto ym. 2003) mukaisesti seuraaviin osa-alueisiin: *itsestä huolehtiminen, asioiminen ja kotielämään liittyvät toiminnot sekä vapaa-ajan toiminnot.*

Itsestä huolehtiminen käsittää toimintoja, jotka liittyvät omaan kehoon. Toiminnot voivat liittyä esimerkiksi oman hygienian huoltamiseen, eri kehon osien hoitamiseen tai seksuaalitoimintoihin osallistumiseen. Myös henkilökohtaisten välineiden käyttö ja huolehtiminen (esimerkiksi kuulokoje, silmälasit) kuuluvat itsestä huolehtimisen toimintoihin. Opinnäytetyömme esimerkkiryhmässä käsitelimme aiheita, jotka liittyivät omasta terveydestä huolehtimiseen, ruokailutottumuksiin ja liikkumiseen.

Kotona tehtävät askareet kuten aterioiden valmistus ja kotitaloustyöt (mm. siivoaminen, vaatehuolto) kuuluvat kotielämän toimintoihin. Myös toisten henkilöiden (lasten), kasvien ja eläinten huolehtiminen kuuluvat kotielämään. *Asioiminen* käsittää toimintoja, jotka tapahtuvat kodin ulkopuolella, kuten ostosten tekeminen, raha-asioiden huolehtiminen ja virastoissa asioiminen. Tutkimusryhmässämme käsitelimme taloudenhoitoa, kodin huoltamista ja muuttamiseen liittyviä asioita.

Vapaa-ajan toiminnot perustuvat henkilön omaan kiinnostukseen ja vapaa-ehtoisuuteen. Ne ovat tekemistä, jotka tähtäävät omien voimavarojen lisäämiseen kuten koripallon pelaaminen tai käsityöt. Tutkimusryhmässä käsitelimme mielekästä toimimista, harrastuksia ja harrastemahdollisuuksia Espoossa.

4 AIEMMAT TUTKIMUKSET

Teimme useita eri hakuja syksyn 2006 ja syksyn 2007 välisenä aikana. Teimme hakuja opinnäytetöistä, pro gradu tutkielmista ja lehtiartikkeleista sekä eri internet sivustoilta oman opinnäytetyön aiheeseen liittyen. Etsimme tutkimuksia internetin välityksellä OTD- Base:stä, Jyväskylän Yliopiston kirjastosta, Pohjois-Savon ammattikorkeakoulun kirjastosta, Turun ammattikorkeakoulun kirjastosta, Helsingin yliopiston kirjastosta, Taideyliopistojen kirjastojen kokoelmatietokannasta, Tampereen yliopiston kirjastosta, Helsingin ammattikorkeakoulun Stadian kirjastosta sekä Toimintaterapeuttilehdistä, google- hakukoneesta ja altavista- hakukoneesta. Hakusanoina käytimme: draama, drama, draaman käyttö, draamamenetelmä, draama ja mielenterveyskuntoutuja, Drama and psychiatry, draama artikkeli ja draama tutkimus. Emme löytäneet opinnäytetöitä, joissa draamamenetelmää olisi käytetty opinnäytetyötämme vastaavassa tarkoituksessa. Draamamenetelmän käyttöä pedagogisena menetelmänä on tutkittu ja siitä on tehty opinnäytetöitä ja progradu tutkielmia. Terveystieteiden maisteri ja draamapedagogi

Mari Rusi- Pyykönen on tehnyt Jyväskylän yliopistossa pro gradu tutkielman "Draamaopetus toimintaterapiakoulutuksessa Helsingin sairaanhoito-opistossa (Helsingin ammattikorkeakoulu Stadia) vuosina 1972–2002". Rusi- Pyykösen työstä käy ilmi, että draamaa on käytetty toimintaterapian työvälineenä 1970 -luvulta lähtien toimintaterapeuttikoulutuksessa ja toimintaterapeutit käyttävät menetelmää omassa työssään eri-ikäisten ja eri tavoin sairaiden ihmisten kanssa.

Draamaamenetelmää on tarkasteltu Helsingin ammattikorkeakoulu Stadian eri koulutusohjelmien opinnäytetöissä. Draamaa on tarkasteltu eri näkökulmista, joissakin opinnäytetöissä tietyn asiakasryhmän avulla, miten draamaharjoitteet soveltuvat ryhmän tavoitteiden saavuttamiseksi. Esimerkiksi toimintaterapeuttiopiskelijat Hofland ja Kivistö ovat selvittäneet työssään: ”Toiminta on nuorten kieli - Ehkäisevä draamaprojekti siirtymävaihetta tukemassa” miten draamaa voidaan käyttää tukena, kun nuori siirtyy ylä-asteelle. Hofland ja Kivistö toteuttivat työnsä ala-asteella ja keräsivät tulokset osallistuvaa havainnointia käyttäen. He toteavat, että yli puolet nuorista koki, että samankaltaisia tukijaksoja tulisi järjestää kaikille siirtymävaiheessa oleville nuorille. Nuoret kertoivat saaneensa ryhmästä varmuutta esilläolon suhteen, vahvistusta itseilmaisuuksiin tai ryhmätyötaitoja. (Hofland ym. 2005: 33, 39–40.)

Sosionomiopiskelija Sorja on tehnyt opinnäytetyön: ”Draaman käyttö itsetunnon vahvistamisessa”. Työssään hän kokeili yläasteella draamakerhossa erilaisia draamaharjoitteita, joista hän kokosi ”Draamaohjaajan pienen kirjan”. Päätelmissä hän toteaa, että draama on käyttökelpoinen työskentelymenetelmä ja Sorjan mukaan sitä voidaan käyttää itsetunnon vahvistamisessa (Sorja 2002: 31).

Toinen sosionomiopiskelija Ollinen on selvittänyt haastattelujen avulla draaman käyttöä erityisluokanopettajien opetusvälineenä. Työssään: ”Draama opetuksen välineenä - Erityisluokanopettajien näkemyksiä draamasta opetuksessa” Ollinen toteaa tuloksissaan, että erityisluokanopettajat pitivät tärkeänä elämysten ja kokemusten kautta oppimista ja, että he kokivat koko draamaprosessin olevan oppimista. Erityisluokanopettajat painottivat, että draaman avulla oppiminen kattaa fyysisen, kognitiivisen, affektiivisen, esteettisen ja sosiaalisen oppimisalueen. (Ollinen 2002: 14.)

5 ETIIKKA

Meitä sitovat Toimintaterapeuttiliitto ry:n ammattieettiset ohjeet, joissa korostetaan asiakkaan kunnioittamista ja vaitiolovelvollisuutta. Toimintaterapiasuhte tulee olla luottamuksellinen ja asiakkaan etu on sen lähtökohtana. Ennen toimintaterapian aloittamista asiakkaalle tulee selvittää toimintaterapiasuhteen mahdollisuudet ja rajoitukset. Terapiasuhteessa sekä asiakas, että terapeutti ovat vapaita ja vastuullisia ihmisiä, kummallakaan ei ole oikeutta tehdä päätöksiä toisen puolesta ja molempien perusoikeuksia tulee kunnioittaa. Jokainen asiakas on samanarvoinen riippumatta hänen kansallisuudestaan, uskonnostaan, maailmankatsomuksestaan, poliittisesta näkemyksestään, rodustaan, väristään, iästään, sukupuolestaan, seksuaalisesta suuntautumisestaan, yhteiskunnallisesta asemastaan, sairaudestaan tai vammastaan. Toimintaterapeutti ei saa käyttää asiakastaan millään tavoin hyväkseen, eikä asiakasta saa altistaa vaaralle. (Toimintaterapeuttiliitto 2007.)

Toimintaterapiaprosessissa asiakkaan ja toimintaterapeutin vuorovaikutussuhteen tavoitteena on edistää asiakkaan toimintakykyä hänelle merkityksellisillä elämänalueilla, tässä tapauksessa itsenäisen asumisen edellyttämiä taitoja. Toimintaterapeutin tulee antaa asiakkaalle monipuolista ja vääristämätöntä tietoa, jotta asiakas voi itsenäisesti tehdä päätöksiä elämänsä valintatilanteissa. Toimintaterapeutin työskentelyn tulee ammattieettisten ohjeiden mukaan perustua yhdessä asiakkaan kanssa tehtyyn ongelmien ja voimavarojen arviointiin, jossa on otettu huomioon asiakkaan toimintaympäristö ja sosiaalinen verkosto. (Toimintaterapeuttiliitto 2007.) Tämä mahdollistui asiakkaiden haastatteluilla sekä lisäksi yhteistyökumppanimme psykiatrisen sairaanhoitajan Eila Lappalaisen kautta, jonka avulla työmme on osa asiakkaita kuntouttavaa moniammatillista yhteistyötä. Tässä yhteistyössä olemme kunnioittaneet muiden ammattiryhmien ammattitaitoa sekä ammatillisia oikeuksia ja velvollisuuksia. Myöskin yhteistyökumppanimme kautta mahdollistuu asiakkaan kuntoutumisen kannalta tärkeän tiedon välittyminen kuntoutustyötä tekeville työyhteisölle. Olemme ammattieettisten ohjeiden mukaan kriittisesti arvioineet omaa osaamistamme ja ammatillista pätevyyttämme ja rajoituksiamme.

Aineisto rakentuu opinnäytetyöhön ryhmä havainnoista ja suullisesta palautteesta. Haastattelulomakkeissa näkyy asiakkaan etunimi, ikä ja diagnoosi sekä asiakkaan suullisesti tuoma tieto. Aineisto ei missään vaiheessa joudu väärin käsiin eikä koidu

asiakkaiden tai yhteistyökumppanimme haitaksi. Haastattelulomakkeet hävitetään, kun opinnäytetyö on tehty. Opinnäytetyössä asiakkaiden henkilöllisyys pysyy salaisena.

Olimme jo haastattelussa kertoneet asiakkaille tutkimuksestamme ja siitä, että osallistuminen tutkimukseen on vapaaehtoista. Ensimmäisellä ryhmäkerralla pyysimme ryhmän jäseniltä kirjallisen luvan kerätä heidän avullaan tietoa tutkimustamme varten (LIITE 4).

Tutkimuslupa Espoon kaupungilta on myönnetty Espoossa 12.2.2007 (LIITE 6).

6 RYHMÄPROSESSI

Seuraavassa luvussa kerromme, miten tutkimusprosessimme alkoi, mitä esivalmisteluja tarvittiin, miten haastattelulomake laadittiin ja esitettiin, mitkä olivat ryhmän tavoitteet sekä, miten ryhmä toteutettiin.

6.1 Esivalmistelut

Kokoontuimme yhteistyökumppanimme, psykiatrinen sairaanhoitaja Eila Lappalaisen, kanssa lokakuusta 2006 alkaen säännöllisin noin 2–4 viikon välein ja tapaamisissamme suunnittelimme mm. käytännön asioita, ryhmän toteutusta, kerroimme taustateorioista, jotka ohjaavat työskentelyämme, sovimme ryhmässä tarvittavien materiaalien ja kustannusten korvaamisesta sekä selvitimme tutkimuksemme lupa-asioita. Asiakkaiden kartoitus alkoi marraskuussa 2006. Tuolloin yhteistyökumppanimme otti yhteyttä hoitokotien henkilökuntaan ja kartoitti asiakkaita, joiden tavoite on itsenäiseen asumiseen siirtyminen. Joulukuussa 2006 yhteistyökumppanimme esitteli meille 18 asiakasta, jotka soveltuisivat ryhmään. Maaliskuussa 2007 Eila Lappalainen lähetti kuntoutuskoteihin sähköpostia ryhmäsuunnitelmista sekä tulevasta haastattelustamme ja siitä, että tulemme sopimaan haastatteluajat seuraavalla viikolla.

Maaliskuun lopulla sovimme haastatteluajoista. Tilanne joissakin kuntoutuskodeissa oli muuttunut, ja näissä lähdettiin uudestaan valitsemaan ryhmään sopivia henkilöitä. Lopulta haastateltavien henkilöiden määrä väheni 18:sta henkilöstä kymmeneen henkilöön, johtuen asiakkaiden terveydentilan muutoksista ja muista ulkoisista tekijöistä. Haastattelimme asiakkaat kuntoutuskodeissa käyttäen puolistrukturoitua haastattelulomaketta (LIITE 3). Haastattelujen perusteella valitsimme ryhmään

seitsemän kuntoutujaa. Etsimme ryhmän toteuttamista varten rauhallisen ryhmätyötilan, joka sijaitsi keskeisellä paikalla hyvien kulkuyhteyksien varrella.

6.2 Haastattelulomakkeen laatiminen ja esitestaus

Haastattelulla pyrimme löytämään kymmenestä haastateltavasta 5–7 ryhmän jäsentä. Haastattelun tavoitteena oli koota ryhmä, jossa olisi samassa elämäntilanteessa olevia henkilöitä. Ryhmän jäsenillä sai olla keskenään erilaisia ongelmia suhteessa itsenäiseen asumiseen. Haastattelun avulla pyrimme kokoamaan ryhmään henkilöt, joiden taidot itsenäiseen asumiseen eivät olisi liian kaukana toisistaan, koska se olisi voinut luoda turhautumista ryhmään osallistumiseen. Lisäksi haastattelun tavoitteena oli löytää kuntoutujat, joilla oli halua osallistua draamaharjoitteisiin ryhmässä.

Haastattelulomakkeen (LIITE 3) muokkasimme käyttämällä pohjana Suomen mielenterveysseuran Hannele Lehtosen "Keinot käyttöön arjen areenoilla" projektin lomaketta. Luvan alkuperäisen lomakkeen käyttöön ja muokkaamiseen olemme saaneet tammikuussa 2007 Hannele Lehtoselta (Lehtonen 2007). Haastattelulomaketta olemme muokanneet käyttämällä Inhimillisen toiminnan mallin Master Table:a (Kielhofner 2002: 347–355). Käytimme Master Tablen osa-alueista kohtia henkilökohtainen vaikuttaminen, arvot, mielenkiinnot, roolit, tavat ja taidot. Tarkemmat tiedot siitä, mitä Master Tablen osa-alueita on käytetty löytyvät haastattelulomakkeesta (LIITE 3).

Haastattelulomaketta esitettiin neljällä henkilöllä, joista yksi oli mielenterveyskuntoutuja. Lomaketta muokattiin tämän jälkeen muutaman kysymyksen osalta. Ensimmäisessä kysymyksessä: "Kerro hieman itsestäsi. Mistä olet tullut tähän tilanteeseen?" jälkimmäinen kysymys hämäsi esitestaajia, joten poistimme jälkimmäisen kysymyksen ja jätimme vain: "Kerro hieman itsestäsi." Kahteen kysymykseen vaihdoimme sanoja ja sanamuotoja selvemmiksi: "Millaisia asioita koet hallitsevasi", vaihdoimme kysymykseksi: "Mitkä ovat vahvuutesi", sekä "Onko sinulla ihmisiä, joiden kanssa voit tehdä erilaisia asioita", vaihdoimme lauseeksi: "Onko sinulla ihmisiä, joiden kanssa voit viettää vapaa-aikaa?" Ennen asiakkaiden haastattelua kuulimme, että haastateltavat asiakkaamme ovat todennäköisesti huonokuntoisempia kuin alun perin oli ajateltu. Tämän pohjalta teimme lisäkysymyksen: "Milloin näet mahdolliseksi omaan kotiin siirtymisen?" Lisäsimme myös kysymyksen: "Olisiko sinun

helppo osallistua toimintaan, joka sisältää rooleja, liikkumista ja leikkimieleisyyttä?", koska halusimme kartoittaa asiakkaiden motivaatiota osallistua draamaharjoitteisiin.

Esitestauksen perusteella valmistauduimme avaamaan asiakkaiden haastattelussa kysymyksiä laajemmin kuin ennen testausta, koska huomasimme, että moniin kysymyksiin voi vastata pelkästään kyllä tai ei vastauksella.

6.3 Tavoitteet

Ryhmä koottiin mielenterveyskuntoutujista, jotka ovat siirtymässä itsenäiseen asumiseen lähitulevaisuudessa. Itsenäinen asuminen vaatii useita taitoja liittyen mm. itsestä huolehtimiseen, kodinhoitoon ja talouden hallintaan. Ryhmän tarkoituksena oli käsitellä asioita, joita ryhmän jäsenet kokivat itsenäisessä asumisessa haasteellisiksi.

Ryhmän tavoitteet muodostuivat alkuhaastattelun ja ensimmäisen ryhmäkerran perusteella. Yhteisiksi tavoitteeksi nimettiin sosiaalisten ja psyykkisten taitojen vahvistuminen sekä itsenäiseen asumiseen liittyvien toimintojen edistyminen (LIITE 2).

6.4 Toteutus

Ryhmässä käsiteltävät teemat olivat ryhmän jäsenten nimeämiä aiheita, jotka he kokivat haasteellisiksi. Näiden teemojen ympärille ohjaajat rakensivat ryhmäkertojen ohjelman. Teemoiksi muodostuivat taloudenhallinta (rahan käyttö, säästäminen, laskujen maksu), hyvinvointi (terveys, liikkuminen, ruokailutottumukset, omat voimavarat), asuminen (koti, kodinhoito) ja vapaa-aika (harrastukset, harrastemahdollisuudet). Ryhmäkertojen tarkempi sisältö löytyy liitteistä (LIITE 2).

Ryhmäkerrat koostuivat toiminnallisesta draama osuudesta ja tieto-osuudesta, jossa käsitelimme esimerkiksi Kelan tarjoamia tukipalveluita tai esittelimme Espoossa olevia mielenterveyskuntoutujille tarkoitettuja ryhmiä. Ensimmäinen tapaamiskerta sisälsi tutustumista toisiimme, yhteisten sääntöjen ja ryhmän toimintasuunnitelman luomisen. Jokainen tapaamiskerta alkoi alkukierroksella, jossa saattoi tuulettaa sen hetkisiä tunnelmiaan ja edellisestä kerrasta jääneitä ajatuksiaan. Ryhmän tapaamiskerta loppui aina loppukierrokseen, jossa oli mahdollista kertoa, oliko jokin asia jäänyt painamaan.

Viimeisellä kerralla ryhmäläisillä oli mahdollisuus antaa palautetta ja tuolloin kokosimme yhteen ryhmästä tulleen hyödyn.

7 AINEISTON ANALYYSI

Tässä kappaleessa kuvaamme miten keräsimme aineiston, mikä opinnäytetyömme aineisto on ja miten analyysi eteni.

7.1 Tutkimusaineiston keruu

Tutkimusaineisto on kerätty havainnoinnin ja keskustelujen pohjalta. Aineisto kerättiin samassa ryhmätilassa koko prosessin ajan. Havainnointi oli osallistuvaa havainnointia. Osallistuvassa havainnoinnissa tutkija osallistuu ryhmän toimintaan, mutta tekee myös tutkittaville kysymyksiä. Lisäksi tutkittavat ovat tietoisia heti alusta, että ohjaaja on ryhmässä myös havaintojen tekijä. (Hirsjärvi ym. 2003: 201–204.)

Harjoitteet toteutettiin 1–8 ryhmätapaamisella. Havainnoinnin tukena käytimme inhimillisen toiminnan mallin MOHOST arviointimenetelmän havainnointialueita (Kielhofner 2002: 268 –272). MOHOST:n kuudesta arvioinnin osa-alueesta valitsimme havainnointimme alueiksi viisi osa-aluetta: toimintaan motivoituminen, toimintatapa, kommunikaatio- ja vuorovaikutustaidot, prosessuaaliset taidot ja ympäristö osuus. Osa-alue motoriset taidot ei vastannut tutkimuskysymystemme aiheita. Kävimme MOHOST:n havainnointialueita läpi peilaten omiin havaintoihin valittujen harjoitteiden aikana, esimerkiksi MOHOST:in havainnointialueena on toimintaan motivoituminen, johon kuuluu mielenkiinnon kohteet, jonka alle kuvataan miten se voi ilmetä toiminnassa. Havainnoinnissa huomioimme oliko ryhmän jäsen mm. innostunut, utelias, kyllästyykö hän helposti vai onko hän ailahteleva valitun harjoitteen aikana.

Jokaisen draamaharjoitteen jälkeen, sekä jokaisen ryhmäkerran päättävässä kahvittelevuorossa keskustelimme käydyistä harjoitteista ja niiden nostattamista tunteista ja kokemuksista mm. siitä mitä ryhmän jäsenet pitivät harjoitteesta, oliko siihen helppoa lähteä mukaan, mikä oli vaikeaa tai helppoa. Keräsimme opinnäytetyömme sanallisen aineiston näistä keskusteluista.

Kolme ohjaajaa mahdollisti ohjausvastuun siirtämistä henkilöltä toiselle. Ryhmätilanteissa yksi toimi vuorollaan pääohjaajana ja kaksi toimi apuohjaajana. Tämä mahdollisti paremman havainnoimisen, silloin kun ei ollut itse ohjausvastuussa. Kaikkien kolmen ohjaajan havainnot koottiin yhdessä keskustellen jokaisen ryhmäkerran jälkeen. Havainnot ja keskustelut kirjattiin jokaisen ryhmäkerran päätyttyä päiväkirjan muotoon.

7.2 Aineisto

Aineistoon kuuluu toiminnallisia harjoituksia eli tutustumis- ja lämmittelyharjoituksia sekä draamaharjoituksia, eli harjoituksia, joihin kuuluu esiintymistä ja rooleja. Draamamenetelmät valitsimme aineistoksi tutkimusaiheen mukaisesti jo ennen ryhmän toteutusta. Toiminnalliset harjoitteet valitsimme aineistoon ryhmän aikana, kun havainnoimme niissä ilmiöitä, joita halusimme liittää tuloksiin. Tässä kappaleessa esittelemme lyhyesti harjoitteet, sekä niiden tavoitteet ja tarkoituksen. Aineiston harjoitteet löytyvät laajemmin liitteestä (LIITE 1).

Tutustumisharjoitukset:

Aineistoon kuului kaksi tutustumisharjoitusta; karttamenetelmä ja nimilappuharjoite. Harjoitteiden tarkoituksena oli auttaa ryhmän jäseniä tutustumaan toisiinsa. Tavoitteina oli vahvistaa vuorovaikutustaitoja ja kontaktin ottamista muihin ryhmän jäseniin. Harjoitteet olivat toiminnallisia menetelmiä, joissa oli tarkoitus liikkua tilassa, ottaa kontaktia toisiin ryhmän jäseniin ja kertoa itsestään muille.

Lämmittelyharjoitukset:

Aineistoon kuului kaksi lämmittelyharjoitusta. Harjoitteissa hyödynnettiin pieniä esineitä ja kiviä, joiden kautta ryhmän jäsen sai kuvata tämän hetken tunnelmaa tai kertoa itsestään jotain. Harjoitteiden tarkoituksena oli orientoitua hetkeen ja paikkaan, ja tavoitteena oli kehittää tunteiden tunnistamista ja itseilmaisua sekä herättää mielikuvitusta.

Draamaharjoitukset:

Suurin osa aineistosta rakentui draamaharjoitteista, joita oli kuusi. Nimesimme harjoitteet seuraavasti: repputyöskentely, puhekuplattyöskentely, kaksi pantomiimi harjoitusta, kehoarjoite ja tilanneharjoitus kerrostalossa. Harjoitteiden tavoitteina oli

vahvistaa sosiaalisia ja psyykkisiä taitoja, kuten yhteistyön tukemista, toisten huomioon ottamista, päätösten tekemistä ja kompromisseja, tukea rakentavan mielipiteen ilmaisua, herätellä mielikuvitusta, epävarmuuden sietämistä sekä uskallusta heittäytyä uuteen tilanteeseen. Harjoitteiden tarkoituksena oli syventää kullakin kerralla käytyä aihetta, löytää uusia näkökulmia tietylle asialle tai hassutella eli tukea ryhmäytymisprosessia.

7.3 Analysoinnin eteneminen

Teorialähtöinen analyysi

Laadullisen tutkimuksen teorialähtöisessä analyysissä koko tutkimusprosessi nojaa johonkin tiettyyn teoriaan, malliin tai jonkun auktoriteetin esittämiin ajatuksiin. Tutkimuksessa teoreettinen viitekehys kuvaillaan ja sen mukaan määritellään tutkittavat kohteet. Etukäteen on määritelty aineiston keruu ja aineiston analyysissä aineistoa tarkastellaan aina vain tietystä teoreettisesta näkökulmasta. Tutkimustulosten tulkinta on sitä, että tulokset selitetään ymmärtävästi ja viitaten teoreettiseen viitekehykseen. Tutkimustuloksia käsitellään teoreettisten termien valossa ja lopulliset tulokset palautuvat käsitetasolla teorian käsitteisiin. (Tuomi 2007: 131,132; Alasuutari 1999: 40,51.)

Analysoiminen alkoi heti ryhmien päättymisen jälkeen. Luokittelimme päiväkirjan muodossa olevan aineiston sen perusteella miten aineisto vastasi kolmeen tutkimuskysymykseemme. 1) Miten draamamenetelmää voi hyödyntää seitsemän hengen mielenterveyskuntoutujan toimintaterapiaryhmässä, jossa käsitellään itsenäistä asumista, 2) Kuinka kuntoutujat motivoituvat osallistumaan draama harjoitteisiin, sekä 3) Miten mielenterveyskuntoutujat kokevat draamaharjoitteet ryhmässä. TAULUKKO 1 kuvaa, miten aloitimme luokittelemaan aineiston tutkimuskysymysten alle.

Luokittelun jälkeen kirjoitimme saadut tulokset puhtaaksi, jonka jälkeen peilasimme tuloksia valitun taustateorian käsitteisiin. Tuloksia tulkittiin ja päätelmät laadittiin inhimillisen toiminnan mallin käsitteiden Tahto, Tottumus, Suoritus ja Ympäristö alakäsitteiden mukaan. Tämän jälkeen kirjoitimme päätelmät puhtaaksi.

TAULUKKO 1. Aineiston luokittelu.

1. Miten draamamenetelmää voi hyödyntää esimerkkiryhmässä...	2. Kuinka kuntoutujat motivoituivat draanaharjoitteisiin...	3. Miten kuntoutujat kokivat harjoitteet ryhmässä...
”tilanteesta tuli yhteinen hauska hetki”	”ohjaajien oli oltava kannustavia ja aktiivisia harjoitteiden aikana”	”kerto, että harjoitteet olivat sopivan haastavia”
”harjoitteet olivat porrastettuja, joita voi toteuttaa helpommin tai vaativammin”	”kun ryhmäkoko oli pienempi, lähtivät kaikki pantomiimiin mukaan”	”osa ryhmän jäsenistä osallistui roolinotto harjoituksiin passiivisesti eli he seurasivat mitä harjoitteessa tapahtuu ja nauttivat katsomastansa”
”syntyi omia oivalluksia”	”nukahti tieto-osuuden aikana...	”on ollut parempiakin”

8 TUTKIMUKSEN LUOTETTAVUUS

Laadullisissa tutkimuksissa monet tutkijat pohtivat, miten kertoa lukijoille, mitä ovat tehneet tutkimuksessaan ja miten he ovat päätyneet tutkimustuloksiin. Validius (pätevyys) tarkoittaa sitä, että tutkimusmenetelmällä on kyky mitata juuri sitä mikä on tarkoituskin mitata. (Hirsjärvi 2003: 213–214.) Anttila jakaa tutkimuksen validiteetin (pätevyys) kolmeen kohtaan, ensinnäkin miten havainnot kuvataan toiseksi, miten muutokset tulkitaan ja kolmanneksi, miten tutkittavan ilmiön tarkoitus ymmärretään. (Anttila 1998: 414).

Tutkimuskysymyksemme, "miten draamamenetelmää voi hyödyntää seitsemän hengen mielenterveyskuntoutujan toimintaterapiaryhmässä, jonka aiheena on itsenäiseen asuminen", "miten kuntoutujat motivoituvat osallistumaan draamaharjoitteisiin" sekä "miten mielenterveyskuntoutujat kokevat draamaharjoitteet ryhmässä", ovat ohjanneet tutkimusprosessia alusta loppuun. Tämän lisäksi tutkimusprosessia on ohjannut teoria tausta; ryhmäilmiöiden ymmärtämistä Barbara Borgin ja Mary Ann Brucen (1991) terapeutin toimintaryhmän systeemimalli sekä aineiston keruuta, aineiston analyysiä

että tutkimustulosten tulkintaa Gary Kielhofnerin työryhmän inhimillisen toiminnan malli (2002).

Aineiston keruuvaiheessa eli ryhmässä tapahtuneiden ilmiöiden havainnoinnissa, tutkimuksen luotettavuutta lisäsi se, että oli kolme ohjaajaa. Toiminnallisissa ja draamatilanteissa tapahtui yhtä aikaa paljon; itse toiminta, ryhmän jäsenten keskinäinen vuorovaikutus, verbaaliset ja nonverbaaliset viestinnät. Kun ohjaajia oli kolme ja yhdellä oli ohjaamisvastuu, jäi kahdelle ohjaajalle paremmin aikaa havainnoida ja useampi ilmiö tuli havainnoiduksi. Kaikki ryhmän jäsenet eivät aktiivisesti antaneet suullista palautetta harjoitteista, joten oli tärkeää, että katseet, eleet ja ilmeet tulivat havainnoiduksi.

Luotettavuutta lisäsi kaikkien kolmen ohjaajan aiempi kokemus työskentelystä mielenterveyskuntoutujien kanssa. Tärkeätä oli myös ennen ryhmän alkua kolmen ohjaajan kesken tehty puolen vuoden tiivis yhteistyö, joka käsitti ohjaajien tutustumisen toisiinsa, yhteistyötahon projektille asettamien tavoitteiden kartoittamisen, ryhmän etukäteissuunnittelun, sekä ryhmän toteuttamisen mahdollistavien puitteiden järjestämisen. Ryhmätilanteessa ohjaajien työnjako oli selkeä ja mahdollisti keskittymisen havainnointiin silloin kun ei ollut ohjausvastuussa.

Meillä oli hyvin vähän taustatietoa ryhmän jäsenistä. Mitkä asiat vaikuttavat tässä tilanteessa ryhmän jäsenen osallistumiseen, motivaatioon ja kokemukseen? Esimerkiksi jos henkilö ei lähde mukaan harjoitteeseen onko kyse siitä, että tilanne ryhmässä ei ole riittävän turvallinen vai onko henkilön yksityiselämässä tai terveydentilassa tekijöitä, jotka vaikuttavat keskittymiskykyyn. Kun kaksi tai useampia tekijöitä on keskenään yhteydessä, ei välttämättä kyse ole syy-seuraussuhteesta. Tilanteessa voi olla mukana jokin muu tekijä, jota ei ole havaittu tai tunnistettu. (Anttila 1998: 177.) Yhteistyökumppanimme teki tärkeitä taustatyötä motivoimalla ryhmän ulkopuolella ryhmän jäseniä, tehden yhteistyötä kuntoutuskotien henkilökuntien kanssa, sekä tuoden tärkeitä taustatietoa ryhmänjäsenistä. Luotettavuutta lisäsi teorian käyttö havainnoinnin apuna, jonka avulla pystyimme erottamaan tutkittavat ilmiöt.

Analyysin luotettavuuteen vaikutti se, miten hyvin analyysin tehneet toimintaterapeuttiopiskelijat ovat omaksuneet teoriataustan käyttöönsä, sekä se, miten onnistuttiin aineistosta löytämään materiaali, joka liittyy tutkittaviin ilmiöihin.

Tutkimustulosten analyysin luokittelu on selkeämpää, kun ryhmän jäsen itse kertoo ajatuksistaan kuin sen sijaan pelkkien havaintojen perusteella tehty luokittelu. Mielestämme analyysin luotettavuutta lisää, kun samankaltaisia havaintoja on useita. Opinnäytetyössämme toistimme esimerkiksi pantomiimiharjoituksen kaksi kertaa, jolloin saatoimme havainnoida tapahtuuko toiminnassa samanlaisia ilmiöitä ja mikä vaikutti henkilöiden motivaatioon ja kokemukseen.

Tulkinnan luotettavuuteen vaikutti heikentävästi ryhmän jäsenten lyhytsanaiset kommentit ja palaute. Mitä ryhmän jäsenet täsmällisesti tarkoittivat suullisella palautteellaan esimerkiksi "ihan kiva"? Vaikka havainnot ovat täsmällisesti kirjattu ja analysoitu, niin edellisen tyylinen kommentti jättää tulkinnalle tilaa. Tulkinnan luotettavuutta lisää useat samansuuntaiset palautteet, havainnot toiminnassa ja nonverbaalisessa viestinnässä. Esimerkiksi hyväntuulisuus ja aktiivisuus harjoitteisiin osallistumisessa sekä harjoitteiden seuraamisessa luo tulkinnan, että ryhmän jäsen on motivoitunut ja kokee toiminnan mielekkääksi.

Tulkinnan luotettavuutta lisäsi se, että tulkintaa teki kaksi toimintaterapeuttiopiskelijaa. Tulkintoihin liittyy aina tulkitsijan oma arvomaailma sekä toiveet ja odotukset tuloksista, jonka takia kriittinen ja refleктоiva keskustelu on aiheellinen. Opinnäytetyössämme kävimme keskustelua välillä siitä, tulkittiinko muutokset oikein ja löysimmekö vastauksia tutkimuskysymyksiimme.

9 RYHMÄPROSESSIN TOTEUTUMINEN

Kuvaamme kahdeksan kerran ryhmäprosessin rakennetta, toteutumista ja siihen liittyviä ilmiöitä Barbara Borgin ja Mary Ann Bruce (1991) terapeutin toimintaryhmän systeemimallin mukaan (Kuviot 2–4). Mallin käsitteet ovat Syöte, Käsittely ja Tuotos alakäsitteineen. Kuvioissa 2–4 on nähtävissä tutkimustuloksia, jotka on avattu päätelmissä tarkemmin.

SYÖTE

OHJAAJA

3 ohjaajaa:
 tt-opiskelija, tt-opiskelija, psykiatrinen sairaanhoitaja
 rauhallinen eläväinen turvallinen
 taustateoriat: MOHO, systeemimalli
 Yhdistäviä tekijöitä:
 Kokemusta ryhmän ohjaamisesta.
 Mielen terveystuntoutujat tuttu asiakasryhmä.
 Vähäinen kokemus draama menetelmän käytöstä, mutta jonkin verran
 kokemusta osallistumisesta draamaharjoitteisiin.
 Innostus uuden menetelmän oppimiseen.
 Odotukset ryhmän ja draaman välistä suhdetta kohtaan olivat vaihtelevat;
 innostuksesta - jännitykseen, jo siitä syystä, että ryhmän jäsenistä ei
 kenelläkään ohjaajista ollut tarpeeksi taustatietoa ja löydämmekö juuri tälle
 ryhmälle ja tähän käyttötarkoitukseen sopivat harjoitteet.

RYHMÄN JÄSENET

7 osallistujaa
 22-v 23-v 25-v 25-v 43-v 51-v 36-v
 Yksi ryhmän jäsen lopetti 3. ryhmäkerran jälkeen
 Diagnoosit: skitsofrenia, depressio, määrittämätön
 Vahvuuksia ja rajoituksia mm.
 sosiaalisen kanssakäymisen ongelmat, käden töissä hyvä, taiteellinen,
 huumorintajuinen, avoin, yritteliäs, tavoitteena kotiutuminen,
 "en halua vielä omaan kotiin", "ryhmässä oloinen jännittää", hiljainen,
 "haluan päteä", "en halua työskennellä asioiden kanssa, jotka koskettaa itseäni",
 puhelias, "tarvitsen toistoa", "ei ole kokemusta aiemmista ryhmistä", "en tunne täältä ketään".

TOIMINTA

Suunniteltu tarkoituksenmukaiseksi itsenäiseen asumiseen
 liittyvien asioiden käsittelyyn
 Toiminnalliset ja draamalliset menetelmät, asioiden käsittely
 keskustelemalla ja oppaisiin tukeutuen
 Toiminnan suunnittelussa huomioitu ryhmäläisten lähtökohta
 lähteä työskentelemään aiotulla menetelmällä ja
 saavuttamaan yhteisiä ja yksilöllisiä tavoitteita

YMPÄRISTÖ

Fyysinen tila rauhallinen, valoisa, uudenaikainen ja hyvien kulkuyhteyksien varrella.

KÄSITTELY

RYHMÄN RAKENNE

Kokoontui keskiviikkoisin 8 kertaa klo 13 - 15 samassa tilassa, suljettu ryhmä

Ryhmässä laaditut yhteiset säännöt aina näkyvillä, jotka edistivät terveen sosiaalisen ympäristön muodostumista

Ohjaajat toivat suunnitellun ohjelman, joka perustui ryhmäläisten toiveisiin

Ryhmäläisillä samansuuntaisia omia tavoitteita

Ryhmän tarkoituksena oli käsitellä asioita, joita ryhmän jäsenet kokivat itsenäisessä asumisessa haasteellisiksi.

Ryhmän tavoitteena oli sosiaalisten ja psyykkisten taitojen vahvistuminen ja itsenäiseen asumiseen liittyvien toimintojen edistyminen

Nämä muodostuivat ryhmään valittujen henkilöiden alkuhaastattelun ja ensimmäisen ryhmäkerran perusteella

Ryhmän koko mahdollisti pienryhmiin jakautumisen ja draaman käytön, vaikka ryhmästä olikin poissa muutama henkilö

RYHMÄPROSESSI

Ryhmäläisten keskinäinen vuorovaikutus oli hyvin eri tasoista . Muutama ryhmäläinen otti kontaktia avoimesti muihin ryhmäläisiin ja ohjaajiin, joku kommunikoi vain jonkun tietyn ryhmäläisen kanssa, muutama otti kontaktia ohjaajan kautta toisiin ryhmäläisiin ja muutama kommunikoi vain ohjaajien kanssa.

Ryhmän kehittymisen vaiheet: suuntautumisvaihe, tyytymättömyyden vaihe, tuottava vaihe ja lopettamisvaihe elivät ryhmätapaamisten mukana.

Ryhmäytymisprosessi oli hyvin hidasta ja ryhmän jäsenet pysyivät yksilöinä ryhmän loppuun saakka.

Toimintaan suhtautuminen mm. innostuminen, vastustaminen ei muuttunut ryhmätapaamisten aikana

Seuraavanlaisia ryhmärooleja esiintyi: aloitteentekijä, havainnoija, tunnollinen suorittaja, ideoija, rohkaisija, pohdiskelija, kysymysten asettelija. Roolit pysyivät alusta loppuun samoina. Ryhmärooleihin vaikutti myös läsnäolijoiden määrä. Kun ryhmässä oli paikalla vain neljä osallistujaa ja paikalla olevan ryhmän jäsenet olivat luonteeltaan saman kaltaisia, he saivat ryhmässä enemmän tilaa ja osallistuivat rohkeammin harjoitteisiin.

Ohjaajat suunnittelivat tarkasti etukäteen tavoitteiden pohjalta ryhmän ohjelman, ennen ryhmän alkua ohjelma käytiin läpi yhdessä ja jaettiin ohjausvastuut. Ryhmän toimiessa ohjausta täydensivät toiset ohjaajat keskustelun muodossa.

KÄSITTELY JATKUU

OHJAAJAN STRATEGIAT

Ryhmäläisille asetettiin rajat laatimalla yhteiset säännöt ja toiminnan rakenne.

Ohjaajat käyttivät ohjaamisessaan myyntityyliä, jota käytetään ryhmissä, jonka jäsenet ovat halukkaita, mutta eivät kykene ottamaan vastuuta. Ohjaaja tukee mm. jäsenten innostuneisuutta ja kannustaa heitä keskinäiseen vuorovaikutukseen.

Ohjaajat osallistuivat osaan harjoitteista.

Kaikkia ryhmäläisiä huomioitiin ryhmän aikana.

TOIMINNAN PROSESSOINTI

Ryhmässä draama tilanteet keskusteltiin auki ja pyrittiin oivaltamaan ja hyödyntämään tieto tulevaisuuteen suunnaten.

TOIMINNAN RAKENNE

Harjoitteisiin osallistuminen oli vapaaehtoista.

Draamamenetelmissä myös havainnoija osallistuu harjoitteisiin passiivisesti, koska draama vaikuttaa hyvin eri tasoilla. Harjoitteen päätyttyä katselija voi osallistua keskusteluun; mitä harjoitteessa tapahtui ja mitä olisit tehnyt toisin.

Draamamenetelmät edistivät yhdessä työskentelyä.

Ryhmän jäsenet keskittyivät draamaharjoitteisiin hyvin harjoitteiden aikana.

Kaksi ensimmäistä kertaa ryhmä "lämmitteli" ja valmistautui draamaharjoitteisiin.

Kolmannella kerralla aloitettiin draamamenetelmillä työskentely.

Harjoitteet olivat suunniteltu niin, että olivat osallistujien taitoja vastaavia, jotta ryhmäläiset saavat onnistumisen kokemuksen. Harjoitteissa oli mahdollisuus laajentaa ryhmäläisen omaa osaamista/heittäytymistä, jos ryhmäläisellä oli enemmän valmiuksia lähteä laajempaan työskentelyyn.

TUOTOS

MUUTOS

Yksittäisellä tasolla olevat muutokset olivat koko ajan elävää, toisinaan ryhmäläiset edistyivät henkilökohtaisissa tavoitteissaan, toisinaan taantuivat takaisin. Erilaiset muutokset näkyivät avautumisessa, puheliaisuuden lisääntymisessä, uskalluksena kysyä, jonka kautta syntyi hyviä oivalluksia sekä harjoitteisiin osallistumisessa, jossa rohkeus kasvoi.

Mutta myös negatiivisia muutoksia näkyi; myöhästely ja vetäytyminen.

Ohjaajien tyyli ohjata muuttui ryhmäkertojen edetessä rennommaksi ja keskustelelevammaksi.

RYHMÄN YLLÄPITO

Ulkoiset tekijät: ohjaajien kannustus ryhmätilanteessa ja hoitolaitoksien kannustus osallistua ryhmään.

Sisäiset tekijät: yhteiset toisia kunnioittavat ryhmän säännöt ja rajat sekä yhteinen tavoite, vahvuuksien esilletuominen

Ryhmän jäsenet ryhmäytyivät huonosti.

RYHMÄN TEHOKKUUS

Ryhmän jäsenet ymmärsivät tavoitteen itsenäiseen asumiseen liittyvien tietojen lisäämisestä. Ryhmässä oli turvallinen ja luottamuksellinen ilmapiiri, joka mahdollisti luovuuden ja yhteistyön.

Ryhmän jäsenet eivät sitoutuneet aikatauluun, vaan ryhmän edetessä jotkut ryhmän jäsenet myöhästelivät ja toiset vastustivat toimintaan osallistumista

Palautteen antaminen toisille ryhmän jäsenille tai ohjaajille oma-aloitteisesti oli vaikeaa.

RYHMÄN LOPETUS

Ryhmän jäsenet antoivat suullisesti palautetta viimeisellä kerralla. Ohjaajien valittujen menetelmien kautta he antoivat toisilleen voimavaralähtöistä palautetta.

Ohjaajat antoivat ryhmän jäsenille suullisesti positiivista palautetta.

Ryhmän päättäminen ei nostanut esiin ryhmän jäsenissä tunteita tai reaktioita.

Ryhmään osallistuneet olivat tyytyväisiä saamaansa tietoon ja materiaaliin.

Osa ryhmän jäsenistä oli pettyneitä siihen, että konkreettisia taitoja ei harjoiteltu esim. silittämistä

10 TUTKIMUKSEN PÄÄTELMÄT

Toteutimme opinnäytetyömme seitsemän mielenterveyskuntoutujan muodostamassa ryhmässä, joista viisi henkilöä sairastaa skitsofreniaa, yksi henkilö depressiota ja yhdellä henkilöllä ei ole todettu psyykkistä sairautta. Ryhmä oli tarkoitettu itsenäiseen asumiseen siirtyville mielenterveyskuntoutujille. Aineisto on koottu kymmenestä harjoitteesta, johon kuului kaksi tutustumisharjoitusta, kaksi lämmittelyharjoitusta ja kuusi draamaharjoitusta. Aineiston teorialähtöisessä analyysissä käytimme Gary Kielhofnerin (Kielhofner 2002) ja hänen työryhmänsä kehittämää inhimillisen toiminnan mallia. Malliin kuuluvaa arviointimenetelmää MOHOST:ia käytimme havainnointimme tukena siten, että valitsimme sen avulla havainnointi alueet. Kappaleessa on yhdistetty tulokset ja johtopäätelmät yhteen. Tutkimuskysymyksemme olivat: Miten draamamenetelmää voi hyödyntää seitsemän hengen mielenterveyskuntoutujan toimintaterapiaryhmässä, jossa käsitellään itsenäistä asumista, kuinka kuntoutujat motivoituvat osallistumaan draamaharjoitteisiin ja miten mielenterveyskuntoutujat kokevat draamaharjoitteet ryhmässä.

10.1 Draamamenetelmän mahdollisuudet esimerkkiryhmässä

Tässä kappaleessa kuvaamme tekijöitä, jotka mahdollistivat esimerkkiryhmässämme draaman käytön, sekä minkäláisten asioiden käsittelyyn hyödynsimme draamamenetelmää.

Tutkimusryhmämme eri diagnoosit (skitsofrenia ja masennus) eivät johtopäätelmiemme mukaan vaikuttaneet ryhmän jäsenten draamatyöskentelyyn osallistumiseen. Enemmänkin osallistumiseen vaikutti ryhmän jäsenen luonteen piirteet sekä se, millaisessa vaiheessa sairaus oli juuri tämän ryhmän aikana. Yhteistyökumppanimme oli usein yhteydessä ryhmän jäsenten kuntoutuskoteihin ja toi meille opinnäytetyön tekijöille tietoa, jos ryhmän jäsenten elämässä tai voinnissa oli tapahtunut muutoksia. Huomasimme, että yksityiselämän muutokset vaikuttivat harjoitteisiin osallistumiseen. Näkyvimvät muutokset käyttäytymisessä olivat huonompi keskittymiskyky ja vähentynyt halu osallistua harjoitteisiin.

Valitsimme seitsemän henkilöä ryhmään. Tutkimustulostemme mukaan se oli sopiva määrä, sillä ryhmä eli koko kahdeksan kerran ajan. Vain muutamilla kerroilla oli kaikki

ryhmän jäsenet yhtä aikaa paikalla. Suurempi ryhmä takasi sen, että joka kerta oli läsnä riittävästi henkilöitä harjoitteisiin nähden.

Draamamenetelmän käyttöön kuuluu lämmittelyosuus, joka auttaa ryhmän jäseniä orientoitumaan tähän hetkeen ja tuleviin harjoituksiin. Lämmittelyosuudessa yleensä tuodaan esille jotain asioita itsestä, kuten "tämän hetken fiilis" tai "kerro itsestäsi jotain mitä ryhmän jäsenet eivät vielä tiedä sinusta". Pyrimme hyödyntämään lämmittelyosuutta oman itsen ja tunteiden tarkasteluun. Huomasimme, että esineiden, esimerkiksi kivien ja pienten tavaroiden kautta itsestä kertominen on helpompaa. Tavoittelimme harjoitteessa, että saamme ryhmän jäsenet hieman liikkumaan paikaltansa, tekemään valintoja ja valintansa perusteella yhdistämään valitsemansa esineen omaan itseen. Jotta saimme hyödynnettyä harjoitetta mieleemme mukaisesti, oli esineiden sijoittelu tärkeää. Istuessamme pöydän ympärillä ottivat useimmat ryhmän jäsenet lähimpänä olevan esineen, eivätkä halunneet edes tarkastella mahdollisia muita esineitä. Kielhofnerin (2002: 103–104) mukaan toimintaan osallistumiseen vaikuttaa fyysinen ympäristö, sekä se, mitä teemme ja miten toimimme. Ympäristössä olevat oikeanlaiset tilat ja välineet luovat toiminnan mahdollisuudet.

Tutkimuksemme mukaan draaman käyttö mahdollistuu, kun on käytettävissä sopiva, rauhallinen tila sekä tarvittavat välineet. Mielenterveyskuntoutujille liikkuminen vieraassa ympäristössä ei välttämättä ole helppoa, koska vieras ympäristö voi tuoda turvattomuuden ja osaamattomuuden tunteen. Tästä syystä päätelimme, että tilan tulee olla hyvien kulkuyhteyksien varrella, jonne kuntoutujien on helppo tulla.

Ryhmässä käsittelimme usein ensin itsenäiseen asumiseen liittyviä asioita, joiden syventämiseen käytimme hyväksi draamallisia menetelmiä. Näin tieto-osuudesta tuli draaman kautta omakohtaisempi kokemus ja tieto-osuus jäi paremmin muistiin. Ryhmän jäsenet saivat kokemuksen siitä, miten heidän täytyisi muuttaa toimintojaan ja käyttäytymistään, jotta he edistyisivät tavoitteessaan. Draama auttoi ryhmässä näkemään asioita laajemmin, esimerkiksi liikunta ei välttämättä vaadi suurta panostusta, vaan imurointikin on jo liikuntaa. Näin syntyi omia oivalluksia, joka palkitsee ja kannustaa muutokseen. Sosionomiopiskelija Ollinen Hannele on selvittänyt opinnäytetyössään, miten draama soveltuu opetuksen välineeksi. Tuloksissa hän toteaa, että rooliin menemisen avulla eläytyminen on vahvaa ja opittavat asiat jäävät paremmin mieleen, joka tukee myös meidän opinnäytetyömme tuloksia (Ollinen 2002: 14).

Kielhofnerin (2002: 53) mukaan itsetunto rakentuu kokemuksista ja omista vaikutusmahdollisuuksista. Päättelimme, että draamamenetelmällä voidaan vaikuttaa itsetuntoon. Sen avulla on mahdollista saada onnistumisen kokemuksia sekä myönteistä palautetta muilta ryhmän jäseniltä ja ohjaajilta, mikä parantaa itsetuntoa. Tutkimustulostamme tuki sosionomi Sanna Sorjan opinnäytetyö, jossa hän oli selvittänyt draaman käyttöä itsetunnon vahvistamisessa. Sorjan tuloksissa todetaan, että draamamenetelmää voidaan käyttää itsetunnon vahvistamisessa (Sorja 2002: 31).

Draamamenetelmä vaatii heittäytymistä harjoitteisiin sekä mielikuvituksen käyttöä. Tämä oli osalle ryhmän jäsenistä hyvin vaikeaa. Päättelimme, että mielikuvitusta vasta heräteltiin näillä kahdeksalla kerralla ja heittäytymiseen saattoi vaikuttaa oletettavasti mielenkiinnon puute draamamenetelmää kohtaan, koska menetelmä oli usealle vieras. Mielenkiinnon heräämiseen tarvitaan Kielhofnerin (2002: 53) mukaan kokemus, että toiminnasta saadaan nautinnon ja tyydytyksen tunne. Yksi tutkimusryhmämme jäsenistä kykeni heittäytymään harjoituksiin ja nautti siitä, jonka havainnoimme hänen käyttäytymisestään ja hänen suullisesta palautteestaan. Muut ryhmän jäsenet osallistuivat omien voimavarojensa mukaan tai kieltäytyivät osallistumasta harjoitteeseen. Osallistumiseen vaikuttaa mm. arvot, jotka käsittävät näkemyksen omasta elämästä ja ovat syntyneet elämän aikana erilaisten kokemusten myötä Kielhofner (2002: 50).

Tutkimustuloksista päättelimme, että draamamenetelmän avulla on mahdollista harjoitella erilaisia tilanteita. Menetelmän avulla voi ryhmän jäsenelle tuoda uuden näkökulman miten asian voi tehdä myös toisin. Harjoittelemalla esimerkiksi jotain tiettyä epämiellyttävää tilannetta, saa sekä roolissa olija että katselija ajatuksia siitä, mitä tilanteessa tapahtuu, mitä voisi tehdä toisin, ja onko tämä tapa tehdä asioita oikein tai väärin.

Viimeinen draamaharjoite, jossa oli roolien ottoa (vuokralainen ja naapuri) ei ajanut suunniteltua asiaansa tilanteen harjoitteluna. Olimme suunnitelleet, että draamatilannetta hyödynnetään oppimisen välineenä; toistamalla draamatilannetta eri näkökulmasta ja keskustelemalla katselijoiden kanssa tilanteesta. Mutta tilanteesta tulikin hauska yhteinen hetki, joka yhdisti ryhmää. Kielhofner mainitsee, että toimintaan osallistumisesta ryhmässä voi tulla miellyttävä kokemus jo siksi, että ryhmässä koetaan

yhteyttä ja kaveruutta toisten ryhmän jäsenten kanssa (Kielhofner 2002: 55). Syntyikö tilanne ohjaajien osaamattomuudesta tässä vaativassa ryhmässä? Jokainen kyllä muisti tämän draamaharjoitteen jälkikäteen ja harjoitteesta käydyn pohdinnan. Teimme päätelmän, että todellisessa vastaavassa tilanteessa ryhmän jäsenelle voi tulla muistikuva harjoitteesta ja ehkä mielikuva, mitä tilanteessa voisi tehdä toisin. Päätelimme, että draamaa kannatta hyödyntää välillä hassutteluun, joka ryhmäyttää ja vapauttaa ilmapiiriä ryhmässä. Kielhofnerin (2002) mukaan tavat ja rutiinit syntyvät, kun sisäistetään toiminta toistamalla suoritusta. Toiminnan sisäistäminen vaatii paljon aikaa. Uusien toimintatapojen tai rutiinien oppimista voidaan kehittää draamamenetelmällä, mutta tähän tarvittaisiin aikaa ja useita toistoja.

Struktuuri antaa henkilölle turvallisuuden tunteen siitä, että hän hallitsee tilanteen ja näkee ympäristön tarjoamat mahdollisuudet ja sen asettamat rajoitukset toiminnan ja osallistumisen suhteen (Kielhofner 2002: 315). Tutkimusryhmässämme struktuuri sisälsi yhdessä laaditut säännöt ja rajat, sekä toistuvan aikataulun. Ryhmäkerran sisältö noudatti samaa kaavaa, lämmittely-, toiminnallinen- ja päätösvaihe. Otimme huomioon ryhmän jäsenten yksilöllisyyden ja elämäntilanteiden erilaisuuden, ja annoimme heidän osallistua harjoitteisiin omien voimavarojensa mukaan, mikä päätelmiemme mukaan lisää luottamusta. Draamaharjoitteet olivat porrastettuja; helpompia ja vaativampia. Jos henkilöllä löytyi enemmän valmiuksia draamatyöskentelyyn, oli hänellä mahdollisuus lähteä mukaan vaativampaan työskentelyyn. Inhimillisen toiminnanmallin mukaan henkilö saa toimintaan osallistumisestaan nautintoa, tyydytystä ja pätevyyden tunnetta, kun hän voi käyttää haasteellisissa tilanteissa taitojaan (Kielhofner 2002: 54).

Ohjaajilla oli suuri merkitys, jotta draamamenetelmää pystyttiin hyödyntämään ryhmässä. Ohjaajalla tulee olla tietoa, taitoa ja kokemusta draamamenetelmän käytöstä ja draaman vaikuttavuudesta. Tässä ryhmässä ohjaajilla oli vähän tietoa ja taitoa draaman käytöstä, joten tämä kokemus kasvatti kaikkien ohjaajien halua oppia käyttämään menetelmää monipuolisemmin. Lisäksi ohjaajien tuli olla aktiivisia harjoitteiden aikana. He tukivat ja kannustivat arempia ryhmän jäseniä kokeilemaan harjoitteita, mutta ohjaajat olivat myös malleina osallistumisesta ja esimerkkinä, jos ryhmän jäsenet eivät heti ymmärtäneet mitä harjoitteessa tuli tehdä.

Tuloksien perusteella totesimme, että kahdeksan kertaa kaksi tuntia oli aivan liian lyhyt aika yhdistää teorian tieto ja draamamenetelmä. Teoriatiedon läpikäyminen vei aikaa

ennakoitua enemmän ja tässä ryhmässä pelkästään mielenkiinnon herättäminen ja tutustuminen veivät myös paljon aikaa. Toiminnan toistaminen vahvistaa taitoja, lisää mielihyvää ja osallistumisen vaikuttavuutta (Kielhofner 2002: 301). Draamamenetelmän käyttöön jäi liian lyhyt aika. Tutkimusryhmässämme emme ehtineet toistaa menetelmiä, joka lisäisi draaman vaikuttavuutta ja näkyviä tuloksia sekä auttaa terapeuttia havainnoimaan näitä asioita ryhmässä. Olemme aiemmassa ammatissamme huomanneet, että toimintakyvyn muutokset eivät tapahdu hetkessä, vaan pysyvämpiä tuloksia saadaan aikaan pitkässä terapiasuhteessa, jossa toistetaan menetelmää kuten itsetunnon kohentamisessa.

10.2 Ryhmän jäsenten motivoituminen draamaharjoitteisiin

Tavoittemme oli saada ryhmään henkilöitä, joilla olisi kiinnostusta osallistua draamaharjoitteisiin. Haastateltavien vähäisyydestä johtuen ryhmään valikoitui myös kaksi sellaista henkilöä, jotka suostuivat kokeilemaan ryhmää, mutta osallistuminen draamaharjoitteisiin aktiivisena tekijänä oli heille vaikeaa tai mahdotonta. Kuitenkin vapaaehtoisuus harjoitteisiin osallistumisessa antoi ryhmän jäsenille mahdollisuuden turvallisesti olla läsnä. Sivusta seuraajan, tarkkailijan rooli oli hyväksytty. Kielhofnerin työryhmä toteaa, että vapaaehtoisuudesta syntyy kokemus henkilökohtaisesta vaikuttamisesta. Koska henkilö voi tehdä valintoja toiminnan suhteen, hän kokee toiminnan miellyttäväksi ja palkitsevaksi ja on motivoitunut osallistumaan toimintaan. (Kielhofner 2002: 13,58.) Emme tiedä, miten paljon ryhmän jäsenet osallistuivat toimintaan vain miellyttääkseen auktoriteettiä ryhmätilanteessa tai miten paljon osallistumiseen vaikuttivat hoitolaitoksesta tulevat odotukset.

Ohjaajien tehtävä oli olla aktiivisia ja kannustavia sekä omalla esimerkillään osoittaa, ettei harjoite ole vaikea tai pelottava. Ohjaajien antama positiivinen palaute ryhmän jäsenille esim. pantomiimissa lisäsi tulostemme perusteella motivaatiota esittää useampi pantomiimi. Taustateoriamme mukaan toiminta koettiin palkitsevaksi ja se vaikutti henkilön tahtoon sitoutua toimintaan (Kielhofner 2002: 13, 58). Kun ohjaajalla on omia kokemuksia draamatyöskentelystä ja hän on ollut draamaryhmän jäsenenä, on ohjaajan helpompi ymmärtää harjoitteista nousevia tunteita ja siten motivoida ryhmän jäseniä osallistumaan harjoitteisiin.

Kun toimintaohje kerrottiin selkeästi ja draamaharjoite koettiin mielenkiintoiseksi, motivoituivat ryhmän jäsenet osallistumaan aktiivisesti toimijana tai passiivisesti tarkkailijana ja lähtivät käyttämään mielikuvitustaan. Ryhmän jäsenten motivaatio näkyi mm. siten, että he aluksi epäröivät lähteäkö mukaan harjoitteeseen ja lähtivät sitten hitaasti osallistumaan vähän kuin tunnustellen. Joissakin harjoitteissa esim. roolityöskentelyssä ei tarvinnut odottaa ensimmäistä vapaaehtoista. Ryhmäkertojen edetessä osa ryhmän jäsenistä oli heti valmiina kokeilemaan harjoitteita.

Motivaatioon vaikutti tulosten perusteella ryhmän koko sekä ketkä henkilöt olivat paikalla. Aktiivisimmat ryhmäkerrat olivat sellaiset, jolloin muutama ryhmän jäsen oli pois ja paikalla oli vain jollain tavoin saman tyyliä henkilöitä luonteeltaan. Jos paikalla oli henkilö, joka suhtautui ryhmään kriittisesti ja usein ilmaisi ettei osallistu harjoitteeseen, koska "se on tyhmä", vaikutti se toisiin ryhmän jäseniin passivoivasti. Tuolloin ohjaajien tehtävä oli luoda ilmapiiri, jossa kaikenlaiset mielipiteet ovat oikeita, myöskin positiivisesti harjoitteeseen osallistuminen. Kuten kappaleessa 10.1 totesimme, että osallistumiseen vaikuttaa ryhmän jäsenten yksityiselämän muutokset, vaikuttaa osallistumiseen myös motivaatio. Päätelimme, että kuntoutujat motivoituivat huomattavasti harjoitteisiin, jos heidän yksityiselämässään oli asioita, jotka mietityttivät ryhmän aikana. Kaksi ryhmän jäsentä oli kihloissa ryhmän alkaessa, mutta erosivat ryhmän aikana. Tämä vaikutti kummankin henkilön osallistumismotivaatioon sekä keskittymiskykyyn.

Tulosten perusteella draamamenetelmät herättivät kaikkien ryhmän jäsenten tarkkaavuuden. Kun ryhmässä käytiin yhdessä läpi tieto-osuutta nuokkui muutama ryhmän jäsenistä, joku jopa saattoi hetkellisesti nukahtaa ja huomasi, että keskittymiskyky oli monella madaltunut. Kun aloitimme draamaharjoitteet, jokaisen ryhmän jäsenen tarkkaavaisuus parani huomattavasti, he olivat tilanteessa läsnä ja heidän keskittymiskykynsä lisääntyi. Vaikka ryhmän jäsen ei osallistunut harjoitteeseen, vaan oli passiivisesti katselijan roolissa, oli hän silti orientoitunut tilanteeseen hyvin. Tulostamme tuki aiempi opinnäytetyö, jossa toimintaterapeuttiopiskelijat Hofland ja Kivistö ovat päätyneet siihen, että draamaharjoitteiden aikana ryhmän jäsenten keskittymiskyky lisääntyy (Hofland ym. 2005: 57). Myös Ollisen opinnäytetyön tuloksissa oli, että erityisoppilaiden mielenkiinto opetusta kohtaan säilyy ja käsiteltäviin ongelmiin voidaan löytää vastauksia draamamenetelmän avulla (Ollinen 2002: 16).

10.3 Ryhmän jäsenten kokemukset draamamenetelmästä

"Kokemus tarkoittaa suorituksesta välittömästi syntyviä ajatuksia ja tunteita" (Kielhofner 2002:17).

Keräsimme ryhmän jäsenten kokemuksia draamaharjoitteista pääosin heidän sanallisesta viestinnästään. Palaute kerättiin heti harjoitteen jälkeen tai ryhmäkerran lopussa yhteisessä kahvitteletuksessa, jossa kertosimme ryhmäkerrasta nousseita mietteitä. Kuvaamme myös muutamia havaintojamme ryhmän jäsenten nonverbaalisesta viestinnästä.

Draama menetelmänä oli tuttu kahdelle ryhmän jäsenelle. Toinen heistä (mies) kertoi, ettei erityisemmin pidä menetelmästä. Hän kommentoikin useimmiten harjoitteiden jälkeen melko kielteiseen tyyliin "on ollut parempiakin" tai "en pidä esiintymisestä". Hänen kokemukseensa vaikutti kuitenkin draamaharjoitteen luonne, mikäli harjoite toteutettiin pienryhmissä ja siinä sai työskennellä hitaasti omaa harkintaa käyttäen, kääntyi hänen kokemuksensa mielekkääksi harjoitteeksi, jonka päättelimme hänen kommentistaan ja non-verbaalisista viesteistään.

Henkilön suorituskykyyn vaikuttavat fyysiset ja psyykkiset tekijät Kielhofnerin (2002:81) mukaan. Tulkitsemme kokemuksemme ja rakennamme sen pohjalta ajatuksemme tulevaisuudesta ja sen mahdollisuuksista. (Kielhofner 2002: 17.) Päättelimme, että edellä mainitun mieshenkilön käyttäytymiseen saattoi vaikuttaa hänen tulkintansa aiemmasta draamamenetelmän kokemuksesta (mitä se on, kuinka toimitaan ja miltä tuntui). Jos kokemus on ollut negatiivinen tai aikaisemmat harjoitteet eivät tuoneet hänelle mielihyvää, jäi hänelle muistikuva draamamenetelmästä merkityksettömäksi tai jopa vastenmieliseksi. Kun me tarjosimme hänelle draamamenetelmiä, oli mies henkilön motiivit osallistua alhaiset, koska hän ei arvostanut kyseistä menetelmää. Kun tarjosimme hänelle hieman erilaista draamamenetelmää, joka tuki hänen suorituskykynsä vahvuuksia, oli henkilöllä täysin erilaiset motiivit osallistua ja hän koki työskennellessään onnistumisen kokemuksia.

Toinen henkilö, jolle draamamenetelmä oli aikaisemmin tuttu (nainen), piti kovasti menetelmistä. Hän sekä innosti muita ryhmän jäseniä kokeilemaan että toi omalta osaltaan myös paineita muille ryhmäläisille, koska hän koki osaavansa niin hyvin. Hän piti kaikista draamallisista menetelmistä ja oli ennemmin pettynyt siitä, kun emme voineet tarjota niitä ryhmän aikana sen enempää. Kielhofnerin (2002: 58) mukaan kokemukseen vaikuttaa itseluottamuksen määrä, joka kyseisellä naishenkilöllä oli korkea.

Muille ryhmän jäsenille draama oli menetelmänä vieras. He eivät kommentoineet vaikuttiko se heidän kokemukseensa.

Arvot muokkaavat käyttäytymistä ja toimimista (Kielhofner 2002: 50). Tämän huomasimme myös draamaharjoitteiden kommentteista. "Tyhmä harjoite" oli erään ryhmän jäsenen (nainen) kommentti, hän ilmensi kommenttiaan vielä istumalla paikallaan kädet puuskassa ja kieltäytymällä osallistumasta harjoitteeseen. Hänen käyttäytymisensä nosti muillakin tunteita, eräs ryhmän jäsen antoi palautetta, että toivoisi kaikkien osallistuvan harjoitteisiin. Palaute ei kuitenkaan muuttanut henkilön mielipidettä, vaan hän oli sitä mieltä, että harjoitteet ovat lapsellisia ja tyhmiä, eikä hän aio osallistua niihin.

Päätelimme, että ryhmän koko vaikutti motivaatioon, osallistumiseen ja kokemukseen. Kuten edellä motivaatio kappaleessa totesimme, että aktiivisimmat ryhmäkerrat olivat sellaiset, jolloin muutama ryhmän jäsen oli pois ja paikalla oli vain jollaintavoin saman tyyllisiä luonteenpiirteitä. Tuolloin palautteet olivat myös positiivisempia; "mukava", "helppo", "ihan kiva".

Erityyppiset harjoitteet (muodoltaan tai haasteellisuudeltaan) vaikuttivat kokemukseen. Haasteellisuudesta kommentoitiin pääosin, että harjoitteet olivat sopivan haastavia, johon tietenkin vaikutti se, että kaikkiin ei ole pakko osallistua. Harjoite koettiin vaikeaksi, kun henkilö koki epävarmuutta harjoitteen aikana tai koki ettei osaa. Esimerkiksi eräs mieshenkilö koki, että improvisaatiota vaativat harjoitteet ovat vaikeita, koska hänen oli vaikea vastata nopeasti toiselta saamaansa impulssiin ja hän ei koe onnistuvansa, jos hän jää rauhallisesti harkitsemaan miten seuraavaksi impulssiin vastaisi. Saamme Kielhofnerin (2002:17) mukaan toiminnasta paljon erilaisia tunteita, jotka vaikuttavat toimintaan; jatkammeko vakaassa aatteessa vai epäröimmekö, koska koemme toiminnan tarpeettomaksi. Ryhmän jäsenet kertoivat kokeneensa esim.

pantomiimiharjoitukset mukaviksi, koska oli mukava arvata mitä toinen esittää, vaikka ei itse esittämisestä pitänyt. Osa ryhmän jäsenistä kertoi pitäneensä myös pantomiimin esittämisestä.

Harjoitteet, jossa hassuteltiin olivat useille mielekkäitä ja niihin osallistuivat kaikki. Myös harjoitteet joissa sai kommunikoida esineiden kautta koettiin mukaviksi ja helpoiksi. Kun taas harjoitteet, jotka vaativat roolin ottoa koettiin liian vaativiksi ja niihin osallistuikin vain muutama henkilö.

Palautteiden antaminen oli ryhmän jäsenillä hyvin lyhytsanaista, kuten "nice", "ihan kivaa" ja "vähän vaikeaa". Näitä lausahduksia pyrimme aukaisemaan hieman kommentoijan kanssa joko hyvällä tai huonolla menestyksellä. Lisäksi huomioimme draamaharjoitteiden aikana ryhmän jäsenten eleliestintää, joka tuki kommentteja. Esimerkiksi naishenkilön kommentti harjoitteesta "ihan kivaa" tarkoitti myös tätä. Hänen eleliestintänsä oli harjoitteen aikana suurta hymyä ja pitkään vielä harjoitteen jälkeenkin.

11 POHDINTA

Draama oli menetelmänä meille kummallekin melko vieras työväline. Draaman valinta aiheeksi tuntui alusta asti hyvin mielenkiintoiselta ja luontevalta. Kun kuulimme Espoon ryhmäprojektista ja meille tarjoutui mahdollisuus tehdä sinne opinnäytetyö, otimme työn innolla vastaan. Opinnäytetyön edetessä huomasimme kuitenkin, että olimme lähteneet haasteelliseen työhön mukaan. Melko vieraan työmenetelmän yhdistäminen itsenäiseen asumiseen ei ollutkaan yksinkertainen toteuttaa. Kuinka arkipäivän konkreettisiin toimiin liitetään draama? Itsenäiseen asumiseen liittyy paljon asiaa, kuinka saamme suullisesti esitettävän tiedon syvennettyä draaman keinoin? Suoriuduimme tehtävästä kuitenkin omasta mielestämme hyvin. Haimme draamamenetelmistä enemmän tietoa ja laitoimme kaksi viisasta päätämme yhteen.

Ryhmään valitut seitsemän mielenterveyskuntoutujaa muodostivat vaativan, mutta hyvin todenmukaisen ryhmän tulevaa työtämmekin ajatellen. Kahdeksan kertaa on lyhyt aika, mutta toisaalta kahdeksan viikon aikana toteutui ryhmäprosessi ilmiöineen ja seitsemän ryhmän jäsenen yksityiselämässä tapahtui isoja muutoksia.

Ryhmän suunnittelun vaativuus syntyi myös siitä, että opiskelijoina saimme hyvin vähän ennakkotietoa ryhmän jäsenistä. Tiesimme ainoastaan nimet, asuinpaikan ja joidenkin diagnoosin. Koimme, että tämän tiedon perusteella ryhmän toteutuksen suunnittelu oli haastavaa. Pohdimme yhdessä, miten paljon toimintaterapeutti tarvitsee etukäteen tietoa asiakkaistaan? Työelämässä moniammatillinen työryhmä tuo tietoa toisilleen. Mielestämme mielenterveyskuntoutujista on hyvä tietää jotain asioita ennalta. Sen ei saa antaa vaikuttaa suhtautumiseen asiakkaaseen, vaan se on molemminpuolinen turvallisuustekijä. On tärkeää asiakkaan kannalta, ettei häntä aseta ikävään tilanteeseen puhumalla jostain asiakkaalle arkaluontoisesta asiasta. Myöskin alkoholi-, huume- ja väkivaltatausta on hyvä tietää ennakolta. Tutkimusryhmässämme ei näistä asioista tullut ongelmia, saimme riittävästi tietoa ryhmän aikana sen jäsenistä.

Jos vastaavanlainen ryhmä toteutettaisiin uudestaan, olisi tarkasti valittava käsiteltävät aiheet. Ryhmässä ei voi toteuttaa kaikkia toivottuja tavoitteita, vaan on tehtävä valintoja. Kun henkilön toimintakyky on sairauden takia alentunut, voi uusien asioiden omaksumiseen mennä enemmän aikaa. Ryhmäprosessin aikana meidät yllättikin se, miten hitaasti asioissa tuli edetä. Jouduimme toteamaan, että aiheita oli liikaa aikaan nähden ja jouduimme vähentämään suunniteltuja aiheita. Asiatiedon käsittelyyn meni suurin osa ajasta, ja aikaa oli jätettävä myös draamaharjoituksille, vertaiskeskustelulle ja palautteelle. Kun vähensimme aiheiden määrää, myös draama työskentelyyn jäi riittävästi aikaa. Kun aikaa on enemmän suhteessa käytävään aiheeseen, on mahdollista syventää aihetta ja tarkastella eri näkökulmista. Draama tarvitsee paljon aikaa, jotta syntyy kokemuksia ja jotta jää aikaa pohtia, mitä tapahtui.

Meillä oli myös loistava tilaisuus verrata mitä jää mieleen suullisesta tiedon jakamisesta ja mitä jää mieleen draamamenetelmän avulla. Meillä oli mahdollisuus tarkastella miten käytettävä menetelmä vaikutti aktiivisuuteen ja keskittymiskykyyn. Kuten tuloksissa selvitimme, niin draamamenetelmien aikana mielenterveyskuntoutujien vireystaso ja keskittyminen nousi.

Tutkimuksen ja ryhmäprosessin onnistumiseen vaikutti hyvä ja tiivis yhteistyö psykiatrisen sairaanhoitajan Eila Lappalaisen kanssa. Hänen asemansa palveluohjaajana tarkoittaa sitä, että hän tekee verkostotyötä. Tämän kautta meillä oli mahdollisuus saada tarvittavia taustatietoja ryhmäämme ja opinnäytetyötämme varten. Koska Lappalainen

oli ryhmässä kolmas ohjaaja, opinnäytetyömme kannalta oli antoisaa, että hän oli kiinnostunut draamamenetelmän käytöstä. Hän oli mukana ryhmäprosessin kaikissa vaiheissa, mutta antoi meille opinnäytetyön tekijöille vapaat kädet ryhmän suunnitteluun ja toteutukseen.

Opiskelun aikana olemme käyneet toimintaterapian teorioita läpi, mutta vasta opinnäytetyötä tehdessämme olemme ymmärtäneet, miten laaja on esimerkiksi inhimillisen toiminnan malli. Teoria antaa paljon mahdollisuuksia tulevaan käytännön työhön.

Opinnäytetyön kirjallinen osio syntyi yhteistyössä. Huomasimme, että yhdessä kirjoittaminen oli hyvin hidasta. Tästä syystä jaoimme työtä niin, että kumpikin valitsi kappaleet, joihin paneutui enemmän, josta kumpikin teki kirjallisen tuotoksen. Tarkistimme yhdessä kirjoitetun tekstin ja jos tekstiä tarvitsi muokata, vaihdoimme työn muokkaamisen toiselle. Tämän koimme hyvin toimivaksi, koska kirjoitetusta tekstistä muodostui yhteinen kokonaisuus. Opinnäytetyöprosessin aikana yhteistyömme kehittyi ja lopulta huomasimme, että yhteistä tekstiä voi katsoa ulkopuolisena kriittisesti. Oli helppo työskennellä, kun oli syntynyt luottamus ja yhteinen tapa lähestyä tutkimusta.

11.1 Jatkotutkimusaiheet

Opinnäytetyötä tehdessämme nousi esiin kysymyksiä draamamenetelmän käytöstä toimintaterapiassa. Olisi mielenkiintoista jatkaa tutkimista ja selvittää, miten paljon draamaa käytetään menetelmänä toimintaterapiassa. Minkäläisten asioiden työstämiseen toimintaterapeutit käyttävät draamaa sekä minkäläisten draamaharjoitteiden avulla he toteuttavat toimintaterapiaa? Hankkivatko toimintaterapeutit lisäkoulutusta ja minkäläistä? Lisäksi olisi kiinnostavaa tutkia draaman vaikuttavuutta, vaikka vaikuttavuuden tutkiminen onkin vaikeaa.

LÄHTEET

- Alasuutari, Pertti 1999: Laadullinen tutkimus. 3. uudistettu painos. Tampere: Vastapaino.
- Anttila, Pirkko 1998: Tutkimisen taito ja tiedon hankinta. Helsinki: Akatiimi Oy.
- Borg, Barbara – Bruce, Mary Ann G. 1991: The Group System. The Therapeutic Activity Group in Occupational Therapy. Thorofare. New Jersey: Slack.
- Hirsjärvi, Sirkka – Remes, Pirkko – Sajavaara, Paula 2003: Tutki ja kirjoita. Helsinki: Tammi.
- Hofland, Laila–Kivistö, Anu 2005: Toiminta on nuorten kieli. Ehkäisevä draamaprojekti siirtymävaihetta tukemassa. Opinnäytetyö. Toimintaterapian koulutusohjelma. Helsinki: Helsingin ammattikorkeakoulu Stadia.
- Kanerva, Pirjo – Viranko, Viivi 1997: Aplodeja etsijöille. Näkökulmia draamaan sekä taidekasvatuksena että opetusmenetelmänä. Rauma: Painorauma Oy.
- Kielhofner, Gary 2002: Model Of Human Occupation. 3. painos. Baltimore: Lippincott Williams & Wilkins.
- Kielitoimisto 2007: Neuvontapuhelin. Helsinki. Suullinen tiedonanto 6.9.
- Lehtonen, Hannele 2005: Keinot käyttöön arjen areenoilla. Helsinki: Suomen mielenterveysseura.
- Lehtonen, Hannele 2007: Projektikoordinaattori. Helsinki. Sähköposti 19.1.
- Lepola, Ulla – Koponen, Hannu–Leinonen, Esa – Joukamaa, Matti – Isohanni, Matti – Hakola, Panu 2005: Psykiatria. Helsinki: WSOY.
- Lindqvist, Martti 2005: Sosiodraama matkana yhteisön kollektiiviseen alitajuntaan. Teoksessa Janhunen, Tarja – Sura, Sirkka (toim.): Miten käytän toiminnallisia menetelmiä? Psykodraaman ohjaajat kertovat. Tampere: Resurssi.
- Naukkarinen, Hannu 1998: Mielitaudit. Tietoa terveydestä. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Novitsky, Natalia 1989: Kuntouttava sosiodraama. Helsinki: Valtion painatuskeskus.
- Ollinen, Hannele 2002: Draama opetuksen välineenä. Erityisluokanopettajien näkemyksiä draamasta opetuksessa. Opinnäytetyö. Sosiaalialan koulutusohjelma. Helsinki: Helsingin ammattikorkeakoulu Stadia.
- Owens, Allan- Barber, Keith 1998: Draama toimii. Helsinki: JB Kustannus.
- Rusanen, Soile 2001: Teatteri- huutolaislapsi suomalaisessa koulussa. Teoksessa Korhonen, Pekka, Ostern Anna-Lena (toim.) Katarsis. Draama, teatteri ja kasvatus. Jyväskylä: Atena kustannus Oy.

- Rusi – Pyykönen, Mari 2002: Draamaopetus toimintaterapeuttikoulutuksessa Helsingin sairaanhoito-oppilaitoksessa vuosina 1972–2002. Toimintaterapian pro gradu-tutkielma. Terveystieteiden laitos. Jyväskylän yliopisto.
- Sorja, Sanna 2002: Draaman käyttö itsetunnon vahvistamisessa. Opinnäytetyö. Sosiaali-alan koulutusohjelma. Helsingin ammattikorkeakoulu Stadia.
- Suomen Kuntaliitto & Suomen Toimintaterapeuttiliitto 2003: Toimintaterapianimikkeistö 2003. Helsinki: Kuntatalon paino.
- Toimintaterapeuttiliitto 2007: Ammattieettiset ohjeet .Verkkójulkaisu. <www.toimintaterapeuttiliitto.fi/ammattieettisetohjeet>. Luettu 17.5.
- Tuomi, Jouni 2007: Tutki ja lue, johdatus tieteellisen tekstin ymmärtämiseen. Helsinki: Tammi.
- Ventola, Marjo-Riitta – Renlund, Micke 2005: Draamaa ja Teatteria yhteisöissä. Helsinki: Yliopistopaino.

Tutustumisharjoitukset:*1. Karttamenetelmä.*

Ensimmäisellä ryhmäkerralla ryhmänjäsenet esittelivät itsensä karttamenetelmää käyttäen. Oletettiin, että lattialla on Suomen kartta ja jokainen ryhmän jäsen meni seisomaan kartalle siihen kohtaan, jossa on syntynyt. Jokainen ryhmän jäsen sai kertoa itsestään sen verran kuin halusi. Kaikki ryhmän jäsenet olivat paikalla. Heistä yksi ei halunnut osallistua harjoitteeseen. Muut ryhmän jäsenet esittelivät itsensä lyhyesti.

2. Nimilappuharjoite.

Toisella ryhmäkerralla jokaiselle ryhmän jäsenelle jaettiin nimilappu, jossa on jonkun toisen ryhmän jäsenen nimi. Ryhmän jäsenten tuli etsiä nimilapulla oleva henkilö, mennä hänen luokseen ja kertoa kummankin toisilleen jotakin itsestään kuten lempinimestä, toisesta nimestä, perheestä, harrastuksista yms. Lopuksi ryhmän jäsen "esitteli" koko ryhmälle keskusteluparinsa. Paikalla oli kuusi ryhmän jäsentä. Yksi heistä ei halunnut etsiä nimilapulla olevaa henkilöä, mutta keskusteli harjoitteessa toisen ryhmän jäsenen kanssa, kun tämä tuli harjoitteen ohjeistuksen mukaan häntä jututtamaan. Muut ryhmän jäsenet lähtivät toimimaan ohjeiden mukaan.

Lämmittelyharjoitukset:

1. Lämmittelyharjoitukset toteutettiin neljännellä ja kuudennella ryhmäkerralla. Neljännellä ryhmäkerralla lämmittelyosa toteutettiin erilaisten kivien avulla ja kuudennella kerralla käytettiin pieniä esineitä (kuten barbien kenkiä, höyhen ja avain). Ryhmän jäsenet saivat valita pöydällä olevista kivistä tai tavaroista yhden tai useamman, joka kuvasi tämän hetken tunnelmaa tai kertoa sen kautta jonkin asian itsestä, jota muut eivät vielä tiedä hänestä. Neljännellä ryhmäkerralla paikalla oli neljä ryhmän jäsentä ja kuudennella ryhmäkerralla oli kuusi ryhmän jäsentä paikalla. Kummallakin kerralla kaikki osallistuivat harjoitteeseen. Jokainen ryhmän jäsen valitsi kiven tai esineen ja kertoivat sen avulla itsestään enemmän kuin yleensä muiden harjoitteiden aikana.

1. Repputyöskentely

Kolmannella ryhmäkerralla ryhmä jaettiin kahteen osaan. Kummallekin pienryhmälle annettiin reppu, jonka sisältönä oli erilaisia tavaroita kuten kuitteja, avaimet, puhelin, sukat, hygieniatuotteita, valokuvia kissoista, työkalu, askelmittari. Reppujen sisältö oli koottu niin, että toisessa repussa oli naisille tavanomaisia tavaroita ja toisessa repussa miehelle kuuluvia esineitä. Ryhmien tuli tutkia repun sisältöä ja sen perusteella koota repulle omistaja; onko henkilö mies tai nainen, mikä hänen nimensä on, mistä henkilö saa toimeentulonsa, millainen elämäntapa henkilöllä on, mitkä asiat ovat henkilölle tärkeitä, mitä hän harrastaa, mitä kulkuvälinettä hän käyttää liikkeessään ympäristössään, minkälainen koti hänellä on jne.

Kun ryhmät saivat muodostettua kuvitteellisen henkilön, he esittelivät henkilön toiselle ryhmälle. Tämän jälkeen kuvitteellisista henkilöistä valittiin toinen, jonka taloutta alettiin tarkastella. Kuvitteellisen henkilön "Arton" tulot ja menot kirjattiin erilliselle kirjanpidon lomakkeelle ja pohdittiin yhdessä mihin itsenäisessä asumisessa rahaa voi kulua. Paikalla oli kuusi ryhmän jäsentä ja kaikki osallistuivat harjoitteeseen. Vuorovaikutus pienryhmissä oli hyvin erilaista, toinen ryhmä kykeni työskentelemään itsenäisesti, kun taas toinen ryhmä tarvitsi ohjaajaa enemmän.

2. Puhekuplatyöskentely.

Neljännellä ryhmäkerralla pöytään laitettiin kiertämään papereita, joihin oli piirretty edellisellä kerralla rakennettu kuvitteellinen henkilö "Arto" ja hänelle puhekupla. Puhekuplassa oli erilaisia väittämiä esimerkiksi: "liikunta on tylsää", "olen liian lihava harrastamaan liikuntaa" ja "en halua liikkua yksin". Jokainen ryhmän jäsen sai kirjoittaa puhekuplan ympärille asioita, jotka voisivat kumota väittämän, perustelevat miksi väittämä ei pidä paikkaansa tai kannustaisivat liikkumaan. Jokainen ryhmän jäsen kirjoitti puhekuplien ympärille kannustesanojaan. Tämän jälkeen ryhmän eteen tuotiin tuoli, johon pyydettiin vapaaehtoista istumaan ja esittämään kuvitteellista "Artoa". "Arto" kertoi joitakin väittämiään liikunnasta, joita oli puhekuplissa. Muut ryhmän jäsenet yrittivät muuttaa "Arton" mielipidettä negatiivisesta positiiviseen, eli miksi kannattaa harrastaa liikuntaa. Muut ryhmän jäsenet käyttivät apunaan puhekupliin tekemiään kannustesanoja. Lopuksi "Artoa" haastatellaan siitä, onko

hänen mielipiteensä liikunnasta muuttunut lainkaan. Ryhmän jäseniä oli paikalla neljä, joista kaksi osallistuivat harjoitteeseen niin, että he halusivat ottaa "Arton" roolin. Muut ryhmän jäsenet osallistuivat harjoitteeseen yrittämällä kumota "Arton" mielipidettä, mutta eivät halunneet ottaa "Arton" roolia.

3. Pantomiimi

Pantomiimi on sanaton esitys, joka perustuu esittäjiensä eleisiin, ilmeisiin ja liikkeisiin. Pantomiimi harjoituksia toteutettiin ryhmässä kaksi kertaa. Neljännellä ja kahdeksannella ryhmäkerralla. Neljännellä ryhmäkerralla pantomiimin aiheena oli liikunta ja kahdeksannella kerralla koti ja asuminen. Ryhmän jäsenet valitsivat vuorollaan yhden lapun, jossa oli aiheeseen liittyvä sana. Lapussa oleva sana tuli esittää muille käyttäen elekieltä eli pantomiimiä. Muut katselivat ja arvasivat mikä sana oli kyseessä. Kummallakin ryhmäkerralla oli neljä ryhmän jäsentä paikalla. Kummallakin kerralla kaikki osallistuivat harjoitteeseen niin esittämällä kuin arvaamalla sanoja.

4. Kehotyöskentely

Kuudennella ryhmäkerralla unelmista muodostettiin sanoja. Jokainen ryhmän jäsen ja ohjaajat miettivät lyhyen sanan, joka kuvaa omaa unelmaa tai tavoitetta. Yksi henkilö istui katsomoon ja loput ryhmän jäsenet sekä ohjaajat jäivät muodostamaan näyttämölle sanaa, jonka henkilö oli nimennyt. Kirjaimet muodostettiin näyttämöllä olevien henkilöiden kehoista esimerkiksi kirjain T muodostui, kun henkilö seisoi suorana, kädet sivuille ojennettua. Jokaisen tuli löytää paikkansa kirjainten muodostamisessa, vaikka sanassa olisikin ollut vähän kirjaimia. Ryhmän jäseniä oli paikalla kuusi henkilöä ja kaikki osallistuivat harjoitteeseen.

5. Tilanneharjoitus kerrostalossa.

Seitsemännellä ryhmäkerralla kuviteltiin, että kerrostalossa on naapuri, joka seuraa tarkkaan mitä kerrostalossa tapahtuu ja myös tulkitsee omavaltaisesti toisten asioita. Valittiin kaksi henkilöä rooleihin, joista toinen oli kerrostalon asukas ja toinen kaikkiin asioihin puuttuva asukas. Roolihenkilöille annettiin erilaisia vihjeitä, joista he saattoivat mm. valita, mistä he keskustelevat harjoitteessa esimerkiksi: metelöinti

asunnossa, tupakointi saunatiloissa ja ovien paiskominen yöaikaan. Harjoite toteutettiin tilanneharjoituksena, jossa asukkaat kohtaavat toisensa ja keskustelevat valituista aiheista. Harjoitteen jälkeen pohdittiin yhdessä tilannetta ja mietittiin mitä tilanteessa tapahtui, ja mitä olisi voinut tehdä toisin vai olisiko jotain voinut tehdä toisin. Paikalla oli kuusi ryhmän jäsentä. Kaksi ryhmän jäsenistä osallistui harjoitteeseen. He valitsivat roolit ja esittivät näissä rooleissaan muille ryhmän jäsenille pienen näytöksen. Muut ryhmän jäsenet katsoivat ja osallistuivat keskusteluun esityksen jälkeen, mutta eivät halunneet esiintyä.

1. Ryhmätapaaminen

Tavoitteet: tutustuminen, yhteisten sääntöjen laatiminen ja toiveiden kokoaminen

Esittely:

Ryhmäkerta alkoi tutustumisella, jossa ohjaajat esittelivät itsensä draamamenetelmää käyttäen, ottaen jonkun muun henkilön tai taruolennon roolin, joka esittelee roolissa olevan ohjaajan.

Ryhmänjäsenet esittelivät itsensä karttamenetelmää käyttäen. Oletettiin, että lattialla on Suomen kartta ja jokainen ryhmän jäsen meni seisomaan kartalle siihen kohtaan, jossa on syntynyt. Jokainen ryhmän jäsen sai kertoa itsestänsä sen verran kuin halusi.

Ryhmän sisällön kokoaminen:

Esittelimme ryhmän tarkoitusta ja siinä käytäviä aiheita. Tämän jälkeen valmistimme yhdessä toivepuun. Toivepuuhun laitettiin jokaisen ryhmän jäsenen kämmenen kuva, jonka he olivat itse piirtäneet ja leikanneet. Kämmeneen jokainen sai kirjoittaa ja esittää toiveensa ryhmän tulevasta sisällöstä. Kämmenet liimattiin ohjaajien tekemään valmiiseen puun runkoon.

Lopuksi laadittiin yhteiset säännöt.

2. Ryhmätapaaminen

Tavoitteet:

- 1) Sosiaalisten taitojen vahvistuminen (vahvistetaan vuorovaikutustaitoja ja kontaktin ottoa muihin ryhmän jäseniin)
- 2) Psyykkisten taitojen vahvistuminen (autetaan asiakasta tunnistamaan omia vahvuuksiaan)

3) Talouden hoidon edistyminen, (keskustelemalla ja tarkastelemalla omaa talouden hallintaa).

Lämmittely:

Keskusteltiin millä mielellä kukin ryhmän jäsen oli tullut tänään ryhmään ja oliko menneen viikon aikana noussut asioita (ryhmään liittyen), joita haluaisi jakaa toisten kanssa.

Tutustuminen:

Jaettiin jokaiselle ryhmän jäsenelle nimilappu, jossa oli jonkun toisen ryhmän jäsenen nimi. Ryhmän jäsenten tuli etsiä nimilapulla oleva henkilö, mennä hänen luokseen ja kummankin tuli kertoa toisillensa jotakin itsestään kuten lempinimestä, toisesta nimestä, perheestä, harrastuksista yms.

Omat vahvuudet/voimavarojen tunnistaminen:

Jokainen ryhmän jäsen piirsi ison tikku-ukon tai hieman tarkemmin kuvan itsestään paperiarkille. Tämän jälkeen jokainen pohti omia vahvuuksiaan ja taitojaan, joita lisäsi piirustukseensa. Lopuksi jokainen sai esitellä työtään ja positiivisia asioita itsestään sen verran kuin halusi tuoda muille julki. Jos ryhmän jäsen koki vaikeaksi löytää itsestään hyviä ominaisuuksia, olivat ohjaajat kirjoittaneet esimerkkejä fläppitaululle, mistä itsestään kertomisen voi aloittaa, mm: hyviä puolia minussa..., olen hyvä..., olen saanut kiitosta.. ja mikä tuo hyvän mielen huonoon oloon.

Talouden hallinta:

Nostettiin keskusteluun talouden hoito. Kirjoitettiin keskustelun pohjalta fläppitaululle asioita mihin ryhmän jäsenet käyttävät rahaa. Lopuksi jaettiin Marttojen moniste (kuukauden kirjanpito) (LIITE 5) ja juteltiin säästövinkeistä.

3. Ryhmätapaaminen

Tavoitteet:

1) Talouden hallinnan edistäminen

2) Sosiaalisten taitojen vahvistuminen (yhteistyön tukeminen, mahdollisuus keskusteluun, toisten huomioon ottamiseen sekä päätösten tekemiseen ja kompromisseihin)

3) Psykkisten taitojen vahvistuminen (tuetaan rakentavaan mielipiteiden ilmaisuun sekä herätellään mielikuvitusta)

Alkukierros:

Keskusteltiin "millä mielellä tulin tänään ryhmään ja mitä jäi viime kerrasta mieleen".

Talouden hallinta:

Jaettiin pankkien palvelumaksujen vertailukaavake, jonka pohjalta keskusteltiin laskujen maksusta ja velkapolusta sellaisessa tilanteessa, jos jokin lasku jää maksamatta.

Talouden hallinnan syventämistä draaman keinoin:

Repputyöskentely, katso LIITE 1.

Harjoitteen purku.

Loppukahvittelussa jaettiin monisteita: ("pienellä vaivalla säästöön", "hyödyllisiä linkkejä", "pankkien palvelumaksujen vertailulomake", "yhden viikon menojen seurantalomake" ja "marttojen kirjanpidon lomake") (LIITE 5).

4. Ryhmätapaaminen

Tavoitteet:

1) Mielekkään ja terveyttä tukevan vapaa-ajan edistäminen

2) Psykkisten taitojen vahvistuminen (tunteiden tunnistaminen ja ilmaiseminen, itseilmaisun kehittäminen, epävarmuuden sietäminen, mielikuvituksen herättelemine ja uuteen tilanteeseen uskaltautuminen)

3) Sosiaalisten taitojen vahvistuminen (rakentavan palautteen antaminen, puolensa pitäminen, työryhmässä työskenteleminen)

Lämmittelyharjoitus:

Lämmittelyosa toteutettiin kivien avulla. Pöydälle oli koottu erilaisia ja erikokoisia kiviä. Ryhmän jäsenet saivat valita kiven, joka kuvaa tämän hetken tunnelmaa tai kertoa sen kautta jonkin asian itsestä, jota muut eivät vielä tiedä.

Liikunta-aiheen tarkastelua draaman keinoin:

Lapuilla oli kirjoitettuna liikunta-aiheisia sanoja kuten tennis, imurointi, haravointi ja hiihto. Jokainen ryhmän jäsen sekä ohjaajat valitsivat yhden lapun kerrallaan ja esittävät sanan sisällön pantomiimin keinoin. Muut katselivat ja arvasivat mikä sana on kyseessä.

Eri liikuntamuodot ja Espoon tarjoamia liikunta mahdollisuuksia:

Keskusteltiin ryhmän jäsenten liikunnasta ja tuotiin tietoa mielenterveyskuntoutujien harrastemahdollisuuksista Espoossa. Jaettiin Lillyn: Mielekäs päivä - liikunta esite (LIITE 5).

Draama menetelmä:

Puhekuplatyöskentely, katso LIITE 1.

Harjoitteen purku.

5. Ryhmätapaaminen

Tavoitteet:

- 1) Terveiden ruokailutottumusten edistyminen
- 2) Ryhmävuorovaikutustaitojen edistyminen

Alkukierros:

Keskusteltiin "millä mielellä tulin tänään ryhmään ja mitä jäi viime kerrasta mieleen".

Ruokaympyrä:

Jokainen ryhmän jäsen piirsi oman ruokaympyrän, johon he leikkasivat ja liimasivat lehtien mainoksista elintarvikkeiden tai ruokien kuvia. Ruokaympyrän sisältö rakentui siitä, mitä ryhmän jäsen oli syönyt kahden edellisen päivän aikana.

Jokainen ryhmän jäsen esitteli ruokaympyränsä, kertoi mitä hän on syönyt, minkälaisia ruokailuaikoja hän on noudattanut, onko hänen ruokailutottumuksissaan jotain muutettavaa vai ovatko hänen ruokailutottumuksensa hyvät.

6. Ryhmätapaaminen

Tavoitteet:

- 1) Terveiden ruokailutottumusten edistyminen
- 2) Psykkisten taitojen edistyminen (itseilmaisun kehittäminen, tunteiden tunnistaminen ja ilmaiseminen)
- 3) Sosiaalisten taitojen edistyminen (parityöskentelyn edistäminen, puolensa pitäminen ja kompromissien tekeminen, sekä toisten ihmisten hyväksyminen omalle reviirille)

Lämmittelyharjoite:

Lämmittelyosa toteutettiin samalla tavalla kuin 4. kerralla, mutta kivien paikalla käytettiin pieniä esineitä kuten avain, barbin kenkiä, pienen nukun vaunut ja tuttipullo, höyhen, sormus ja vihko.

Ravitsemus:

Ryhmän jäsenet jaettiin pareihin, joille annettiin kysymyslomakkeet, joissa oli 20 kysymystä liittyen ravitsemukseen. Parien tuli yhdessä vastata kysymyksiin. Kun parit olivat valmiita, käytiin oikeat vastaukset läpi ja heräteltiin vastausten perusteella keskustelua ravitsemuksesta.

Hassuttelua draaman keinoin:

Kehoharjoite, katso LIITE 1.

Harjoitteen purku.

7. Ryhmätapaaminen

Tavoitteet:

- 1) Tuetaan itsenäisempään omien asioiden hallintaan
- 2) Edistetään valmiuksia itsenäiseen asumiseen
- 3) Sosiaalisten taitojen vahvistuminen (vahvistaa sosiaalista havainnointia sekä vuorovaikutustaitoja)
- 4) Psykkisten taitojen vahvistuminen (vahvistaa itseilmaisutaitoja sekä taitoja tunteiden tunnistamiseen ja hallintaan)

Alkukierros:

Keskusteltiin "millä mielellä tulin tänään ryhmään ja mitä jäi viime kerrasta mieleen".

Koti ja asuminen:

Isompia ja pienempiä paperilappuja oli hajallaan pöydällä. Jokaiselle ryhmän jäsenelle jaettiin laput, joissa oli "yläkäsitteitä" esimerkiksi vuokrasopimus ja paperiasiat. Pienemmät laput olivat hajallaan pöydällä, joissa oli "alakäsitteitä" esimerkiksi vuokran suuruus ja muuttoilmoitus maistraatille. Ryhmän jäsenten tuli yhdistää yläkäsitteisiin kuuluvat alakäsitteet. Lopuksi käsitteet liimattiin aikakelloon, jossa oli aikakäsitteet: "ennen muuttoa", "muuton aikana" ja "jälkeen muuton". Samalla käsitteet keskusteltiin auki, painottaen, että ryhmän jäsenet kertovat asioista niin paljon kuin tietävät ja jaettiin kaikille "Asumisopas, selkokielineen opas vuokra-asukkaalle" (LIITE 5).

Draamaharjoite:

Tilanneharjoitus kerrostalossa, katso LIITE 1.

Harjoitteen purku.

8. Ryhmätapaaminen

Tavoitteet:

- 1) Sosiaalisten taitojen edistyminen (kontaktin otto muihin, positiivisen palautteen antaminen)

- 2) Psykkisten taitojen edistyminen (itseilmaisun kehittäminen, tunteiden ilmaiseminen)

Alkukierros:

Asetuttiin seisomaan ympyrään ja lähdettiin heittelemään toisillemme lankakerää. Kun kerä oli itsellä, niin kerrottiin millä mielellä on tultu tähän viimeiseen kertaan. Kun lankakerä oli käynyt kaikki ryhmän jäsenet ja ohjaajat läpi, lähdettiin kerää heittelemään takaisin eli kerimään lankakerä uudestaan kokoon. Tuolloin kun kerä oli itsellä, kerrottiin mitä ryhmästä oli jäänyt parhaiten mieleen.

Palautteen anto:

Jokaiselle kiinnitettiin selkään lappu, johon kaikki kävivät kirjoittamassa kyseisen henkilön vahvuuksia tai positiivisia piirteitä, joita oli ryhmässä huomannut.

Pantomiiimi:

Lapuille oli kirjoitettu kotiin ja asumiseen liittyviä sanoja, jokainen ryhmän jäsen keksi yhden sanan. Sekä ohjaajat että ryhmän jäsenet valitsivat yhden lapun kerrallaan ja esittivät sanan sisällön pantomiimin keinoin. Muut katselivat ja arvasivat mikä sana oli kyseessä.

Liikuntaa:

Tuolijumppa, jossa myös ryhmän jäsenet keksivät liikkeitä.

8 (8)

Loppukahveilla ryhmän jäsenet antoivat suullista palautetta siitä, mitä ryhmässä oli hyvää, mitä olisi kehitettävää, mitä he haluaisivat sanoa ohjaajille tai muille ryhmän jäsenille ts. mitä oli jäänyt muuttolaatikkoon?

Aika ja paikka:

Haastateltavan nimi:

Haastattelija:

Kirjaaja:

1. Kerro hieman itsestäsi.

(elämänhistoriaa; koulutus, työ, harrastukset. Ikä, elämäsi nyt)

2. Millaisia asioita koet osaavasi/ tykkäät tehdä/saat iloa, mitkä ovat vahvuutesi?

3. Kuvaa tavallinen päiväsi.

(päivärytmi, miten päivä jakaantuu: työ, lepo ja vapaa-aika)

4. Kerro ihmisistä, jotka ovat sinulle tärkeitä.

* Onko lähipiirissäsi ihmisiä, jotka tukevat ja rohkaisevat sinua?

* Kenelle sinä annat tukea?

* Onko sinulla ihmisiä, joiden kanssa voit viettää vapaa-aikaa?

* Tuletko toimeen muiden ihmisten kanssa?

* Viihdytkö yksin vai tunnetko itsesi silloin turvattomaksi?

5. Hakeudutko oma-aloitteisesti muiden seuraan?

* Osaatko keskustelussa ilmaista asiasi?

2 (4)

* Saatko muut ymmärtämään asiasi?

6. Kun eteesi tulee ongelmia, kykenetkö yleensä selviytymään niistä?

(millä tavalla? mitkä ovat vahvuutesi ratkaistessasi ongelmia?)

* Onko sinulla ollut mahdollisuus vaikuttaa sinulle tärkeisiin asioihin elämässä?

(Jatko kysymys edelliseen, jos vastaus ei)

* Häiritseekö tai estääkö jokin asia, ettet voi vaikuttaa elämäsi tärkeisiin asioihin?

7. Mikä tekee sinulle asunnosta kodin?

(turvallisuus, tärkeät esineet, tarpeelliset välineet itsestä huolehtimiseen/arkeen ja mielekkääseen tekemiseen)

* Koetko selviytyväsi kodinhoidosta itsenäisesti?

* Tarvitsetko kodinhoitoon tukea? Miten paljon?

* Mikä on kodinhoidossa mukavinta? Mikä haastavinta?

* Miten hoidat kodin siisteyttä?

* Mitä mielestäsi siivoamiseen kuuluu?

8. Kuinka huolehdit terveydestäsi ja hyvinvoinnistasi?

(Lääkityksestä huolehtiminen, riittävä lepo/ liiallinen nukkuminen, liikkuminen, tupakka/viina/päihteet)

9. Pääsetkö liikkumaan itsenäisesti paikkoihin, joihin sinun tarvitsee mennä?

(Esim. virastot, kauppa, ystävät, sukulaiset) (vastaus ei: mikä estää?)

- * Käytätkö julkisia liikennevälineitä/autoa/kuljet jalkaisin?
- * Miten selvität kulkureitit paikkoihin joihin Sinun tulee päästä?
- * Pidätkö kiinni sovituista ajoista?
- * Sujuuko ajanvaraus virastoihin itsenäisesti?

10. Saatko tulosi riittämään seuraavaan tilipäivään saakka?

- * Maksatko laskusi ajallaan?
- * Lainaatko muille rahaa tai lainaatko sinä muilta rahaa?
- * Täytätkö viralliset kaavakkeet itse?
- * Löydätkö tietoa erilaisista palveluista?

11. Milloin näet mahdolliseksi omaan kotiin siirtymisen?

12. Minkälaisena näet elämäsi kahden vuoden kuluttua?

13. Jos saisit esittää kolme toivomusta hyvälle haltijalle asumiseesi liittyen, mitä ne olisivat?

14. Oletko ollut aiemmin mukana ryhmässä, minkälaisessa?

- * Millaisia kokemuksia sinulla on ryhmätoiminnasta?

(minkälainen ryhmä, mitä toimintoja tehty)

4 (4)

* Minkälaisia odotuksia sinulla on ryhmää ja ohjaajia kohtaan?

* Toiveita ryhmätoiminnan sisällöstä?

15. Olisiko sinun helppo osallistua toimintaan, joka sisältää rooleja, liikkumista ja leikkimielisyyttä?

Kysymykset liittyvät seuraavalla tavalla Master Tablen osa-alueisiin:

* henkilökohtainen vaikuttaminen, kysymykset 6,7, 8, 9 ja 11 (Kielhofner 2002: 347).

* arvot, kysymys 7 (Kielhofner: 348).

* mielenkiinnot, kysymykset 1 ja 2 (Kielhofner 2002: 349).

* roolit, kysymykset 4 ja 14(Kielhofner 2002: 350).

* tavat, kysymykset 3,9, 10 ja 14 (Kielhofner 2002: 351).

* taidot, kysymykset 5,7,8,9 ja 10 (Kielhofner: 353).

SUOSTUMUS

Suostumme siihen, että toimintaterapeuttiopiskelijat Marika Kankkunen ja Heli Tuomisto saavat kerätä opinnäytetyötään varten aineistoa ryhmästä, johon osallistumme ryhmän jäseninä.

Aineisto kerätään opinnäytetyötä varten havainnoimalla miten toiminnallisia menetelmiä voidaan käyttää mielenterveyskuntoutujien ryhmässä. Ryhmä toteutetaan yhteistyössä Espoon mielenterveys- ja päihdeyksikön kanssa 11.4.- 30.5.2007. Lisäksi aineistoa kerätään kuntoutujien palautteesta.

Olemme tietoisia siitä, että opinnäytetyöhön päätyvä aineisto ei sisällä mitään tunnistetietoja ryhmään osallistuneista kuntoutujista. Osallistumisemme ryhmään ja siinä käytettäviin harjoitteisiin on vapaaehtoista.

Suostumuksen antajien allekirjoitukset:

Suostumuksen vastaanottajien allekirjoitukset:

_____ Marika Kankkunen

_____ Heli Tuomisto

Espoossa _____.____._____.

Ryhmän jäsenille jaettu materiaali:

LIITE 5

Mielekäs päivä. Oy Eli Lilly Finland Ab.

Mielekäs päivä. Ravitsemus. Oy Eli Lilly Finland Ab.

Mielekäs päivä. Liikunta. Oy Eli Lilly Finland Ab.

Salonen, Kristina -Lahti, Pirkko. Arjen Aapinen. Suomen mielenterveysseura.

Kootun materiaalin lähteenä käytetty:

Asumisopas. Selkokielen opas vuokra-asukkaalle.

Tietoa talousasioista sivuilta:

www.marttaliitto.fi

www.kuluttajavirasto.fi

www.kuluttajaliitto.fi

www.papunet.net

www.takuu-saatio.fi

www.energia.fi

www.kela.fi

www.motiva.fi

www.pankkiasiakas.net

Pienellä vaivalla säästöön kymmeniä euroja joka viikko.2007.Artikkeli.Yhteishyvä 4.49.

Mielekäs elämä tietoa sivulta:

www.mielenterveysseura.fi

Ravitsemus tietoa sivuilta:

<http://ffp.uku.fi/cgi-bin/energynet03/energyintake.pl>

<http://www.tohtori.fi/?page=5034255&id=7118346>

http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=sae31010

ESPOON KAUPUNKI
Sosiaali- ja terveystoimen toimiala
Hallintopalvelut/Tieto, laatu ja kehittäminen

TUTKIMUSLUPA

TUTKIMUSLUVAN MYÖNTÄMINEN

Espoon sosiaali- ja terveystoimen Hallintopalvelut/Tieto, laatu ja kehittäminen, myöntää tutkimusluvan Marika Kankkuselle ja Heli Tuomistolle 3.1.2007 päivätyn tutkimuslupa-anomuksen mukaisesti aiheesta

Apua arkeen draaman keinoin.

Lupa myönnetään ehdolla:

- *Hanke on toteutettava yhteistyössä Mielenterveys- ja päihdepalvelut -yksikön kanssa, Tiina Ahonen vastaa*
- *Hankkeen pitää edistää hyvinvointia ja kuntoutumista ja oltava ehdottomasti vapaaehtoinen*

Edellytyksenä on, että tutkimuksen suorittaja/t ei/vät käytä saamiaan tietoja asiakkaan/potilaan tai hänen läheistensä vahingoksi eivätkä luovuta saamiaan henkilötietoja ulkopuolisille, vaan pitävät ne salassa. Tutkimustulokset tulee esittää niin, ettei niistä voida tunnistaa yksittäistä henkilöä tai perhettä. Lisäksi on noudatettava henkilötietolaissa ja muualla lainsäädännössä olevia tutkimusrekistereitä koskevia säännöksiä.

Edellytämme, että tutkija/t luovuttaa/vat sosiaali- ja terveystoimen Hallintopalvelut/Tieto, laatu ja kehittäminen -ryhmän käyttöön maksutta lopullisen tutkimusraportin.

Espoossa 12.2.2007


Ritva Kuikka
kehittämispäällikkö



Postiosoite
PL 13205
02070 ESPOON KAUPUNKI

Käyntiosoite
Metsänpojankuja 3, 2.krs (Laurea amk)
02130 ESPOO

Vaihde
(09) 816 5011



SALASSAPITOSITOUMUS

Sitoudun siihen, etten Espoon kaupungin toimeksiannosta toimiessani, paljasta sivulliselle asiakirjojen salassa pidettävää sisältöä enkä muutakaan tietoon saamaani seikkaa, josta lailla tai asetuksella on säädetty vaitiolo- tai salassapitovelvollisuus.

Lisäksi sitoudun olemaan väärinkäyttämättä tehtävieni vuoksi saamiani ei-julkisia ja salassa pidettäviä tietoja ja jättämättä niitä sivullisten nähtäville tai muuten helposti saataville.

Salassapidon piiriin kuuluvia tietoja ovat esimerkiksi liike- ja ammattisalaisuudet, henkilötiedot ja turvallisuusjärjestelyihin liittyvät tiedot. Sosiaalihuollon asiakirjat, jotka sisältävät tietoja sosiaalihuollon asiakkaasta tai muusta yksityisestä henkilöstä, ovat salassa pidettäviä samoin potilastiedot.

Sivullisiksi tässä yhteydessä katsotaan myös ne Espoon kaupungilla tai sen yhteistyökumppaneilla työskentelevät henkilöt, jotka eivät heille määrättyjen tai sovittujen tehtävien perusteella tarvitse asiaa tietoonsa.

Toimeksiantosuhteen päättyessä luovutan haltuuni annetut tai tehtävien vuoksi valmistamani Espoon kaupungin tai sen asiakkaita tai yhteistyötahoja koskevat ei-julkista tai salassa pidettävää tietoa sisältävät asiakirjat ja tietovälineet sekä niiden mahdolliset kopiot tilaajalle, ellei asiasta erikseen muuta sovita. Lisäksi hävitän hallinnassani oleviin tietojärjestelmiin tallentamani vastaavat tiedot, ellei asiasta ole tilaajan kanssa muuta sovittu. Vaitiolo- ja salassapitovelvollisuus on voimassa vielä palvelus- tai toimeksiantosuhteen päättymisen jälkeen.

Olen perehtynyt minulle esitettyihin, tällä hetkellä voimassaoleviin laissa säädettyihin vaitiovelvollisuus- ja hyväksikäyttökieltosäännöksiin. Salassapitovelvollisuudesta (asiakirjasalaisuus ja vaitiovelvollisuus) säädetään useissa laeissa kuten mm.: Laki viranomaisten toiminnan julkisuudesta (621/99, 22-23 §, 35 §), henkilötietolaki (523/1999, 33 § ja 48 §), laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista (22.9.2000/812, 14-15 § ja 29 §) ja laki potilaan asemasta ja oikeuksista (785/92, muut. 653/2000, 13-14 §). Sitoudun noudattamaan niitä samoin kuin muita erikseen annettuja ohjeita tai määräyksiä. Niiden rikkominen saattaa eräissä tapauksissa muodostaa rikokseksi katsottavan teon. Jos em. säännöksissä tapahtuu muutoksia, työnantaja tulee kertomaan niistä minulle.

Olen lukenut ja ymmärtänyt edellä kuvatun vaitiolo- ja salassapitovelvollisuuteni ja sitoudun mainittuja velvollisuuksia noudattamaan.

päiväys ja paikka

allekirjoitus

nimen selvennys