

Marita Lindqvist, Virve Lönnqvist

## Äijäfoto

Miesten kokemuksia toiminnan vetoavuudesta

Metropolia Ammattikorkeakoulu

Toimintaterapia AMK

Hyvinvointi ja toimintakyky

Opinnäytetyö

5.11.2012

Tekijä(t) Otsikko	Marita Lindqvist, Virve Lönnqvist Äijäfoto. Miesten kokemuksia toiminnan vetoavuudesta
Sivumäärä Aika	67 sivua + 5 liitettä 5.11.2012
Tutkinto	Toimintaterapeutti AMK
Koulutusohjelma	Hyvinvointi ja toimintakyky
Suuntautumisvaihtoehto	
Ohjaaja(t)	Lehtori Tuula Uutela
<p>Kehittämistyömme tarkoituksena oli luoda miehille suunnattu toiminnallinen valokuvausryhmä Arabian asukastalot Ry:n ylläpitämään Kääntöpaikka-nimiseen toimintatilaan. Ryhmä toiminnan haluttiin vetoavan, vahvistavan, tuottavan mielihyvää ja olevan tuotteliasta. Ryhmän toivottiin noudattavan toiminnallista oikeudenmukaisuutta ja jatkavan itseohjautuvana.</p> <p>Käytimme ohjaavana toimintaterapian teoriana Doris Piercen Toiminnan terapeuttisen voiman mallia ( Therapeutic Power ) vuodelta 2003. Lisäksi käytimme teorioiden osalta Renée Taylorin Tarkoituksellisen vuorovaikutuksen mallia, toiminnallisen oikeudenmukaisuuden-käsitettä ja luovien toimintojen käyttämistä terapiassa. Lisäksi taustalla olivat terapiaryhmä-käsite ja miestutkimukset</p> <p>Työmme on luonteeltaan tapaustutkimus. Ryhmän ohjatut tapaamiset tapahtuivat yhteistyökumppanimme tiloissa ja niiden ryhmäkertojen sisällöt suunniteltiin teoriaohjaavasti. Aineistomme muodostui miesten valokuvaus-ryhmän viidestä ohjaamastamme kerrasta puolistrukturoidusta osallistujien haastattelusta, ryhmäkertojen havainnoista ja -keskusteluiden päiväkirjamerkinnoista. Aineisto analysoitiin teoriaohjaavan sisältöanalyysin menetelmällä.</p> <p>Tulokset jaoteltiin Piercen toiminnan terapeuttisen voiman mallin mukaisen toiminnan vetoavuuden alakohtiin: tuotteliaisuuteen, mielihyvään ja vahvistavuuteen. Miehille suunnitellun vetoavan toiminnan elementit ovat vastausten perusteella löydettävissä tuloksista.</p> <p>Kehittämistyö on sovellettavissa kolmannelle sektorille tarkoitettun vetoavan toiminnan suunnittelua ja toteutusta varten.</p>	
Avainsanat	Terapeuttinen voima, toiminta, vetoavuus, miehet, ryhmä, valokuvaus

Author(s) Title	Marita Lindqvist, Virve Lönnqvist Blokefoto. Experiences of men about an occupational appeal.
Number of Pages Date	67 pages + 5 appendices 5 November 2012
Degree	Occupational Therapist
Degree Programme	Bachelor of Health care
Specialisation option	
Instructor(s)	Tuula, Uutela, Principal Lecturer
<p>The aim of this cooperation based thesis was to develop, plan and run a photography group for men. The need for continuous activity group, designed only for men, arose from our partner. The objective of this designed occupation in men's group was to be appealing, pleasurable, productive and restorative. It should also comply with the elements of occupational justice and therapeutic group.</p> <p>Our thesis was theoretically based on Doris Pierce's Occupational Therapy model, Therapeutic Power of Occupation, from year 2003. In addition to background theory in this thesis, we used Renée Taylor's Intentional Relationship model, concepts of occupational justice, group as a therapeutic tool and use of creative activities in occupational therapy.</p> <p>We chose the case study as our scientific method. The substance of the group meetings were designed by using the theory-base of the thesis. The implementation of the five directed blokefoto-group meetings took place at the premises of our partners. The data needed for this thesis, was collected by interviewing the participants with semi-structured interview form, making observation notes from five group gatherings we participated and by taking quotations from men's discussions during the meetings and in the course of activities. All collected data was analyzed by using theory guided content analysis method.</p> <p>Results were categorized under the models subjective dimensions of occupation. Appeal, restoration, pleasure and productivity. The desired appeal in designed occupation can be found in the results.</p> <p>This thesis regarding designed, appealing occupational activity can be applied to functions developed for community institutions.</p>	
Keywords	Therapeutic power, occupation, appeal, men, group, photo,

## Sisällys

1	Johdanto	3
2	Kehittämistyön lähtökohdat	6
3	Teoriat ja tietopohja	12
3.1	Doris Pierce, toiminnan terapeuttinen voima	13
3.1.1	Toiminnan vetoavuus	14
3.1.2	Toiminnan täsmällisyys	16
3.2	Renée Taylorin Tarkoituksellisen vuorovaikutuksen malli	17
3.3	Toiminnallinen oikeudenmukaisuus	19
3.4	Toimintaterapia, mielenterveys ja hyvinvointi	22
3.5	Valokuvaus luovana toimintana toimintaterapiassa	25
3.6	Mies kohderyhmänä	30
3.7	Ryhmät toimintaterapiassa	35
3.8	Miesryhmät	39
3.9	Sosiaalinen media miesten valokuvausryhmässä	41
4	Kehittämistyön ryhmän toteutus	44
5	Tutkimuksellinen osuus	51
5.1	Kehittämistyön lähestymistapa	52
5.2	Kehittämistyön aineistonkeruu	52
5.3	Tulosten analysointi	54
6	Tulokset	59
6.1	Vahvistavuuden elementtien löytyminen	59
6.2	Mielihyvän elementtien löytyminen	60
6.3	Tuotteliaisuuden elementtien löytyminen	60
6.4	Vetoavuuden elementtien löytyminen	61
7	Pohdinta	63

Lähteet

Liitteet

Liite 1. Kooste henkilöhaastattelusta

Liite 2. Suostumus

Liite 3. Miesten valokuvaryhmän kuvattavia teemojen eri tapaamiskerroille

Liite 4. Valokuvaterapian menetelmät

Liite 5. Haastattelukysymykset

## 1 Johdanto

Kehittämistyömme tehtävänä oli luoda miehille tarkoitettu toiminnallinen valokuvausryhmä. Arabian asukastalot ry:n ylläpitämään Kääntöpaikka- nimiseen toimintatilaan. Kehittämistyön tavoitellun toiminnan oli tarkoitus olla vetoavaa, jotta miehet jatkaisivat omatoimisesti ryhmän ylläpitoa ohjattujen ryhmäkertojen jälkeenkin. Toiminnan oli tarkoitus olla myös toiminnallisen oikeudenmukaisuuden periaatteita noudattava, vetoavaa, vertaistuellista ja yhteisöllistä. Miehet käyttivät toimintansa yhtenä osana itse perustamaansa internet – blogia.

Toimintaterapia perustuu näkemykseen, jonka mukaan ihmisellä on mahdollisuus vaikuttaa tulevaisuuteensa, toimintaansa, terveyteensä sekä hyvinvointiin tekemisensä ja oman valintojensa kautta. Toimintaterapian sisältönä on tehdä toiminta mahdolliseksi tai että asiakas selviytyy hänelle merkityksellisistä ja tärkeistä elämän toiminnoista. Tavoitteena on löytää asiakkaasta johdonmukainen ja tarkoituksenmukainen toiminnallinen suoriutumisen, jolloin on otettu huomioon asiakkaan roolit, toiminta, ympäristö, tahto, mielenkiinnonkohteet sekä huomioitu keinot joilla asiakas selviytyy itsestä huolehtimisesta, asioimisesta, kotielämästä, koulunkäynnistä/opiskelusta, työkyvystä, työssä selviytymisestä, yhteiskunnalliseen osallistumiseen, vapaa-ajan viettämiseen, leikkimiseen ja lepoon. Toimintaterapia on kanssakumppanuutta. (Toimintaterapeuttiliitto, Toimintaterapeutinimikkeistö 2003, 7-8.)

Tämän työmme kautta halusimme löytää vastauksia miten toiminnan vetoavuuden sisällä olevien tekijöiden eli toiminnasta saadun **mielihyvän, tuotteliaisuuden ja vahvistavuuden** elementtejä on näkyvissä miesten terapeuttisia elementtejä sisältävässä valokuvausryhmässä? Teoriapohjana olemme käyttäneet Doris Piercen terapeuttisen voiman mallia. Malli korostaa mielestämme terapeutin kykyä käyttää ammatillista harjainta ja laaja-alaista ymmärrystä ihmisestä toimijana asiakkaan tavoitellun toiminnan suunnittelijana. Lisäksi katsoimme tarpeelliseksi ottaa Renée Taylorin Tarkoituksellisen vuorovaikutuksen mallin vahvistamaan toimintaamme ryhmässä terapeuttisen vuorovaikutussuhteen ja hyvän terapiasuhteen muodostumisessa. Kehittämistyössämme käytimme tutkimuksellisessa osassa Äijäfoto-ryhmään osallistuneiden miesten havainnointia ryhmäkertojen aikana sekä heiltä kerätyn puolistrukturoidun kyselyhaastattelun kirjallista aineistoa. Koska tapaustutkimuksemme kohde oli yksilö ja hänen sisäinen kokemuksensa toiminnasta oli tarpeellista saada aineisto juuri ryhmään osallistuvilta

miehiltä. Se mitä ihminen kokee toiminnastaan, vaikuttaa osittain myös ympäristöön, läheisiin ihmisiin ja sitä myöten koko yhteiskuntaan ja näin sillä on vaikutusta laajemmalle sektorille.

Kehittämistyömme oli tapaustutkimuksellinen kehittämistyö. Yhteistyökumppanillamme oli selkeä tavoite kehittämistyölle. He halusivat saada ryhmätoimintatarjontaansa toimivan miestenryhmän, joka jatkuisi projektimme päätyttyä. Lisäksi yhteistyökumppanimme halusi lähialueen miesasukkaat sitoutumaan omaan toimintaympäristöönsä ja näin ollen kantamaan myös huolta oman ympäristönsä viihtyvyydestä ja toiminnan yhteisöllisyydestä. Yhteistyökumppanimme asetti myös toiminnalle tavoitteeksi ryhmän toimimisen itseohjautuvasti sekä käyttämään hyödyksi sosiaalista mediaa ryhmässä. Äijäfoto-ryhmän miehet kokeilivatkin sen käyttöä ryhmän toiminnan osana.

Lisänä toimintaterapeuttisen näkökulman laajentamiseksi on toiminnallisen oikeudenmukaisuuden käsite. Kuten Hautala ym. toteavat kirjassaan ”Toiminnan voimaa” on tämänhetkisen paradigman ajatuksena usko ihmisen, toiminnan ja ympäristön elementtien välisen vuorovaikutuksen aikaansaamaan toimintaan. (Hautala ym.2011:340.) Meidän tulisi olla kiinnostuneita asiakkaidemme kokemuksista, arvoista, mielenkiinnon kohteista sekä hyvinvoinnista ja elämänlaadusta tarjoten mahdollisuuksia toimintaan tekniikkaa hyödyntäen. He jatkavat Leinon opinnäytetyöhön pohjautuen, että tulevaisuudessa toimintaterapiaa voidaan hyödyntää jo siinä vaiheessa, kun ei vielä mitään sairautta ole taustalla. (Hautala ym.2011:341). Me tekijät uskomme vahvasti juuri tähän edellä mainittuun näkemykseen ja toimintaterapian tulevaisuuden käyttömahdollisuuksien laajenemiseen, ihmisen toiminnallisuuteen että kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin keskittyvään ryhmä- ja yhteisöterapiaan. Olemme siksi ottaneet tähän työhömmme mukaan myös ennaltaehkäisevyyden ja syrjäytymisen ehkäisyn näkökulman. Ajatuksenamme oli mahdollistaa ryhmään osallistuminen kaikille yli 18-vuotiaille alueen miehille. Myös maahanmuuttajille. Kolmannen sektorin ottaminen mukaan toimintaterapian projektityön yhteistyökumppaniksi oli meistä siis erittäin ajan hengen mukaista ja luontevaa. Projektimme oli lähtölaukaus toimintaterapeuttisia elementtejä sisältävälle itseohjautuvalle ryhmätoiminnalle.

Me saimme ohjattavaksemme ryhmän, jonka matkassa me kuljimme hetken aikaa, viiden ryhmätapaamisen ajan. Tuon matkana aikana me pääsimme tutustumaan miesten tapaan kommunikoida, miesten keskinäiseen läsnäoloon ja heidän ajatuksiinsa. Meillä oli mahdollisuus olla läsnä miesten ryhmässä näkemässä ja kokemassa toiminnan vahvistavuutta ja sen vetoavuutta. Meillä oli mahdollisuus päästä lähelle ihmistä ja

toivoa. Toivoa, joka on toimintaterapian ydin. Ilman toivoa ei voi sanoa olevan toimintaterapiaa. Mielestämme Arja Tiaisen runo miehestä kuvaa sitä alkuasetelmaa, jolla lähdimme tätä työtämme viemään eteenpäin.

”Miehen pään läpi ei näe.  
Näkee käden joka nostaa lasin.  
Näkee verestävät silmät, itkun.  
Selän, poistumassa ovesta.  
Jäävät jutut, pari hauskaa vitsiä.  
Teot, joiden takaiset vaikeudet hän pimittää.  
Laumaeläin,  
mittailemassa arvoaan  
kulmakunnan tikanheittokilvassa.  
Maailma on hänen. Ollut aina. Miksei hän viihdy?”  
\*Arja Tianen\*



## 2 Kehittämistyön lähtökohdat

Kehittämistyö alkaa aina yhteistyökumppanin tai kehittämiskohteen löytymisellä sekä aiheen ja tarkoituksen tarkemmalla määrittämisellä. Mikä on kehittämiskohteen merkitys, sisältö, tarkoitus ja tulevaisuus. Usein kehittämiskohde on jo yrityksessä huomattu puute, ongelma tai tarve. Tämä tulee kuitenkin prosessin alussa määritellä uudelleen. Kehittämiskohteet voidaan jakaa kahteen eri osa-alueeseen, ongelmaperusteiseen ja uudistamisperusteiseen. Molemmat kehittämisen kohteet ovat hyviä ja toimivia, se kumpi lähestymistapa sopii paremmin omalle kehittämiskohteelle ja mitä tulee käyttämään projektissaan, tulee jo tarkoin harkita prosessin alussa. Tämä antaa viitteitä sille, millaiset alustavat tavoitteet tulee asettaa työlle. Nämä tavoitteet ohjaavat ja syventävät koko prosessia. (Ojasalo, Moilanen, Ritalahti 2009: 26–27.) Tässä kehittämistyössämme on mielestämme kyse uudenlaisesta ajattelutavasta toimintaterapian toteutusympäristön suhteen.

Kehittämistehtävässämme vastasimme yhteistyökumppanimme ryhmätöiminnan kehittämistarpeeseen sekä toimme samalla esille toimintaterapian mahdollisuuksia. Koska tämän työmme kohdalla kyseessä ei ollut ns. sairaala tai laitoshoidossa olevien ryhmä tai lääkinnällinen ryhmätöiminnallinen ryhmä, me emme paneutuneet työssämme lääketieteelliseen tai sairaudesta johtuvaan toimintaterapian näkökulmaan. Ryhmässämme oli kyse hyvin eri-ikäisistä, eri sosiaaliluokista ja eri ammattiryhmistä koostuva joukko miehiä, jotka muodostivat ryhmän, jonka toiminnan sisältöön me projektimme aikana toimme toimintaterapeuttisia elementtejä. Pohjana tässä työssä oli toimintaterapian teorioista, Doris Piercen ja Renée Taylorin mallit. Ne ohjasivat tiedonkeräämistä, vahvistivat toimintaamme ja valintojamme toiminnan muodoissa sekä tapaamme olla vuorovaikutuksessa.

Kehittämistyötämme voidaan kuvata seuraavan kaavion kautta. Tämä selventää projektityömme etenemistä sekä selkeyttää työmme käsittelytapaa. Tämän sama kaavio toimii myös meidän työssämme jäsentäjänä sekä sisällön näyttäjänä. Työmme etenee tämän kaavan mukaisesti.



Kuvio 1. Äijäfoto projektin etenemistapa

Kehittämistyömme käynnistyi kohteeseemme tutustumisella sekä teoreettisen pohjatiedon keräämisellä. Keräsimme tietoa miehistä, ryhmistä, valokuvauksesta ja sosiaalisesta mediasta sekä mielenterveyden ongelmien ennaltaehkäisystä. Pohdimme toimintaterapian eri teorialleja, joita voisimme tässä työssämme parhaiten käyttää ja valitsimme Doris Piercen ja Renée Taylorin ajatteluun pohjautuvat mallit. Ryhmätapaamisten alettua jatkoimme teorian keräämistä. Samalla ryhmien suunnitteluprosessi eteni tiedon keräämisen aikana ja sen pohjalta. Työmme aineiston keruu tapahtui samanaikaisesti ryhmien ohjauksen ollessa jo meneillään ja teorioiden keruun aikana. Prosesimme oli vertikaalinen ja horisontaalinen yhtäaikaaisesti. Lopputuloksena oli äijäfoto-ryhmä, jonka tavoitteet olivat olleet sekä meidän, yhteistyökumppanimme että määrättyiltä osin ryhmän jäsenten tekemiä.

Kehittämistyömme yhteistyökumppanimme oli Arabian asiakastalot Ry ja Kääntöpaikka- niminen asukasyhdistyksen toimintatila. Kääntöpaikka sijaitsee Helsingin Arabianrannassa, keskellä idyllistä kaupunkimaisemaa. Lähellä on niin luonto kuin kaupungin syke. Alueen historia ulottuu aina vuoteen 1550, jolloin Kustaa Vaasa, ruotsin kuningas päätti perustaa kuninkaan kartanon kaupungin yhteyteen. Kuninkaan kartanot toimivat sekä maatiloina, että kuninkaanvallan keskuksina. Näistä ajoista eteenpäin on tällä alueella ja lähialueella ollut elämää, joka on tavalla tai toisella sitoneet ihmiset yhteen ja yhteisöllisyyteen.

Tällä hetkellä Kääntöpaikalla järjestetään monimuotoista toimintaa alueen asukkaille. Talo toimii sekä avoimena pajatyyppisenä tilana asukkaille että monenlaisten harrastusryhmien ja tapahtumien tilana. Toiminta on vapaaehtoisvoimin käynnissä monien toimintojen osalta. Arabian asukastalot Ry on vuokrannut tilat vanhasta remontoidusta pankista Kääntöpaikan käyttöön. Kääntöpaikka on saanut nimensä sijainnistaan kuutosien raitiovaunun vanhan kääntöpaikan vieressä Intiankadun ja Hämeentien risteyksessä.

Kääntöpaikka on elävä kulttuuritalo, joka tarjoaa kaikenlaisille ihmisryhmille mahdollisuuksia osallistumiseen ja yhteisölliseen toimintaan. Kääntöpaikalla voi viihtyä harrastusten ja oppimisen parissa tai kahvikupposen äärellä jutellen. Kääntöpaikan toivotaan kasvavan ja muotoutuvan käyttäjiensä mukaan. Kääntöpaikka on mukana World Design Capital 2012 hankekokonaisuudessa. He ovat mukana mallintamassa mm. Design-koirapuistoa, Artova Film-festivaalia, Minun taloni Arabianranta, syötävä Arabianranta, Artova katufestivaali sekä Artova Kinoa. ( Artova/Kääntöpaikan kotisivut.)

Kehittämiskohteemme sijaitsee Helsingin Arabianrannan kaupunginosassa. Lähtökohteisesti Arabianrannasta on haluttu tehdä alueena yhteisöllinen, sosiaalinen ja ihmisen kohtaava asuinalue, jossa ihmiset kokevat hyvinvointia, oman vaikuttamisen mahdollisuuden sekä toiminnallisuuden. Kehittämistyössämme perehdyimme Arabianrannan mahdollisuuksiin, miellettyihin velvollisuuksiin sekä pyrimme luomaan samaa ilmapiiriä ja tukemaan toimintaterapeuttisin menetelmin asukkaiden yhteisöllisyyttä ja sosiaalisten suhteiden vahvistumista. Kehittämistehtävämme oli mielestämme Kääntöpaikan ja Arabianrannan kaupunginosan profiilia kunnioittava. Meidän tuli tehtävässämme tukea ja vahvistaa sitä, mikä on jo alueella aloitettu sekä löytää uusia toiminnallisuuden ja yhteisöllisyyden lisäämisen muotoja toimintaterapian keinoin.

Yhtenä perusteena luovan menetelmän eli valokuvauksen käyttöönotolle sekä ryhmämuotoiselle toiminnalle tässä työssämme oli myös alueen historia. Arabiarannan posliinitehtaan ympärille, Sörnäisistä Vantaanjoen suulle, rakentuneen asuinalueen kehittäminen alkoi 1890-luvun loppupuolella, kun asuntotuotantoa haluttiin laajentaa pääkaupungin rakentamattomille ranta-alueille. Arabiarantaan on nyt viimeaikoina haluttu lähteä rakentamaan täysin uudenlaista kaupunkikulttuuria. Se on täysin kotimaisten arkkitehtien luomus. Paikkaan on haluttu sisällyttää sekä vanhaa, että uusinta Helsinkiä, jossa kohtaavat monenlaiset elementit ja vastakohtaisuudet. Toimintoiltaan Arabianranta on asuntoalue, kampus ja työpaikka. Alueen erityispiirteenä on pidetty kokeilevaisuutta. Tämä näkyy mm. suunnittelussa ja ympäristössä, jossa on pyritty etsimään uusia ratkaisuja ja toimintamalleja. Näitä on näkyvillä uudenlaisissa yhteispihoissa, asukasyhdistyksen voimakkaalla näkymisellä sekä kerhotilojen runsaslukuisuudella. (Suomen Kiinteistölehti, 4/2012, 46–49.)

Arabiarannan sidosryhmiin kuuluu erittäin näkyvästi ja kiinteästi kaikki alueella jo asuvat ja sinne muuttavat ihmiset. Tarkoituksena on ollut tehdä yhteisöllinen kaupunginosa, jossa jokainen voi vaikuttaa omaan ympäristöön, sen toimintaan, sisältöön ja palveluntarjontaan sekä sosiaalisiin suhteisiin. Arabianranta korostaa merkityksellistä asukasyhteisöä, jonka mahdollisuudet vaikuttamiseen ovat suuret ja konkreettiset. Yksi Arabiarannan palkituista suunnittelijoista, arkkitehti Mikael Sundman kertoo, että alue haluttiin saada vaikuttamaan tiiviiltä kaupungilta samalla, kun sen yhteys maisemaan on aistittavissa. Hän kertoo myös, että kaupunginosassa on näkyvissä vahvasti alueen historia, joka perustuu Arabian tehtaaseen. Tästä syystä osa tehtaista on haluttu säilyttää. Mikael Sundmanin mukaan alueeseen on haluttu saada talojen yhteispihojen kautta, kaupunki olohuoneita jokaiselle asukkaalle ja yhteisölle Arabianrannassa. (Suomen Kiinteistölehti, 4/2012, 46–49.)

Suunnittelijat ovat halunneet pitää kiinni Arabiarannan historiasta, joka liittyy taiteeseen, tieteeseen ja taideteollisuuteen. Prosentti tai pari rakennuskustannuksista on varattava taiteelliseen yhteistyöhön. Tämä tarkoittaa sitä, että kiinteistöihin pitää sisällyttää tavalla tai toisella taidehankintoja ja ympäristötaidetta. Taiteesta on muodostunut Arabianrannalle merkittävä ja tärkeä osa alueen ominaispiirrettä. Taide on aina tavalla tai toisella läsnä rakennusten ulkoasussa. Taideteoksia on seinäpinnoilla, rappukäytävissä, piha-alueilla jne. Siksi juuri valitsemamme luova menetelmä, taidemuoto, valokuvaus sopii mielestämme hyvin tähän kokonaisuuteen.

Arkkitehti Sundman toteaa että, ”taide voi ilmaantua katsojille eri tavalla määräytyen, vaikkapa kokijan mielentilasta.” (Suomen Kiinteistölehti, 4/2012, 46–49.)

Alueen sosiaalinen rakenne on monipuolinen. Alueelta löytyy senioritalo, MS-liitto, ja opiskelija-asuntoja. Arabianrannasta on haluttu tehdä asukasystävällinen asuinpaikka, joka kuuntelee asukkaitaan ja heidän toiveitaan ja toteuttaa toiveet (Suomen Kiinteistölehti, 4/2012, 46–49.)

Kehittämistehtävä pyritään määrittämään mahdollisimman tarkasti, selvittäen mihin kehittämisellä pyritään. Kehittämistehtävä on usein hyvinkin konkreettinen tuotos, toimintatapa tai erilaisten kehittämisideoiden luominen ja esille tuominen. Kehittämistyön onnistumisen ja arvioinnin kannalta, on tärkeää määritellä hyvinkin tarkasti kehittämis-kohde sekä luoda tarkat ja selkeät mittarit, jotka mahdollistavat myöhemmin kehittämis-työn loppuvaiheessa olevan arvioinnin. (Ojasalo, Moilanen, Ritalahti 2009: 31–32.)

Toimintaterapeutteina olemme kiinnostuneita ihmisestä, ihmisen hyvinvoinnista ja ihmisen ympäristöstä. Näitä kaikkia tulee katsoa yhdessä ja erikseen. Toimintaterapia näkee ihmisen sisäisen tunteen (oman merkityksellisyyden, omanarvontunnon, toivon, sielun ja itsekunnioituksen) vahvistamisen ja mielekkääseen toimintaan osallistumisen vahvana kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin osatekijänä.

Yhteistyökumppanimme kanssa olemme rajanneet kehittämistehtävämme seuraavan-laiseksi; toiminnallisesti oikeudenmukainen, vetoava, yksilöä vahvistava, tuottelias, sosiaalista mediaa ja valokuvausta toimintana käyttävä, vertaistuellinen ja itseohjautuva miesten valokuvaryhmä. Yksilön ihmisoikeuksissakin todetaan, että jokaisella ihmisellä on mm. oikeus elää yhteiskunnassamme siten, että hän ei koe köyhyyttä tai sosiaalista syrjäytymistä sekä kansallis-rotu tai etnisiin vähemmistöihin liittyvää syrjintää. Ihmisillä on myös oikeus päästä osallistumaan yhteisön sivistystoimintaan ja ihmisellä on oikeus niin halutessaan päästä nauttimaan ja osallistumaan tieteellisestä, taiteellisesta ja kulttuurillisesta toiminnasta.

Kehittämistyön onnistumisen kannalta on tärkeää, tuntea aihe ja pystyä löytämään sellainen näkökulma, joka vie kehittämistyötä eteenpäin. Tässä auttoi teoriaan perustuva käsitejärjestelmä, joka jäsensi aihepiiriä. Kehittämistyön kirjallisuudessa käytetään nimitystä tietoperusta, joka kuvaa tarkoitusta kehittämistyön prosessissa. Tietoperustaa voidaan pitää järjestelmänä, joka pitää sisällään käsitteet ja niiden väliset suhteet ja

näiden määrittelyn. Tietoperusta on aina tavoitteellinen kokonaisuus. Tietoperustassa kuvataan aiheen keskeisimmät teoriat, mahdolliset mallit sekä tutkimustulokset (Ojasalo, Moilanen, Ritalahti, 2009, 34–35.)

Yhteistyökumppaneillamme on ollut halua saada ihmiset kiintymään alueeseen ja tätä kautta luomaan yhteisöllisyyttä. Ihmisille toivotan parempaa paikallisresurssi- verkostoa. Alueella on kolme suurta korkeakoulua ja valtaisa joukko alueella yrityksissä työsäikäyviä miehiä sekä alueen asukkaita. Toiminnallisen oikeudenmukaisuuden käsite tuli tässä kohtaa tarpeelliseksi ottaa mukaan taustateorioihin. Miehet voivat olla perheellisiä, jolloin heillä voi olla esteenä perhe, lapset, ajanpuute tai vaikeus irrottautua kotiympäristöstään. Miehet voivat olla myös yksinäisiä, vailla sosiaalista verkostoa tai he voivat olla myös lähialueen opiskelijoita tai työkomennuksella olevia miehiä, joilta puuttuu kontakti alueen ihmisiin.

Toimintaterapian tietoperusta kulkee tässä työssämme rinnakkain muiden alojen tutkimusten kanssa ja näin ne tukevat toisiaan. Doris Piercen mallia noudattaen, pystymme katsomaan aiheitamme mahdollisimman laajalta näkökannalta. Haluamme selvittää, mitä keinoja ja elementtejä toimintaterapia pystyy antamaan ja käyttämään miesryhmässä, sekä mitä hyötyä ja mahdollisuuksia tämän tyyppinen toimintaterapian toteutus voisi kolmannelle sektorille antaa.

### 3 Teoriat ja tietopohja

Valitsimme Doris Piercen Toiminnan terapeuttisen voiman mallin kehittämistyömme toimintaterapian teoreettiseksi pohjaksi, koska ajatuksenamme oli tarkastella yksilön toiminnan valintaa ja yksilön kokemaa vahvistavuutta toiminnan vetoavuuden kannalta. Halusimme myös saada selville näiden toiminnan terapeuttisten aineksien olemassaolon vetoavuuden ja yksilön näkökulmasta.

Olemme toimineet Piercen mallin mukaisesti teorian tiedon keruun osalta. Hänen mallissaan todetaan toiminnan täsmällisyydessä, terapeutin suunnittelutaitojen alla, tiedonkeruun olevan ensisijaisen tärkeää lähdettäessä terapiaprosessiin asiakkaan kanssa. Määrällisesti suuri ja laaja-alainen taustatiedon hankinta on edellytys terapiassa tarvittavaan ideoiden kehittelyyn. (Pierce 2003: 266). Olemme siksi tutustuneet hyvin laajasti mielestämme tässä yhteydessä tarvittavaan teorian tietoon.

Yksilön elämässä tulisi olla tasapaino eri elämän toiminnan osien välillä. Toimintaterapiassa yksilön toimintaa voidaan jakaa työhön, vapaa-aikaan, leikkiin ja itsestä huolehtimiseen (Pierce 2003: 40.) Näiden eri osa-alueiden tulisi olla tasapainossa. Mikäli yksilön elämässä tapahtuu jokin mullistus, joka siirtää painopistettä joltain alueelta pois tai lisää kuormitusta toiselle alueelle, se vaikuttaa yksilön toimintakykyyn. Esimerkiksi mielenterveys voi olla uhattuna yksilön jäädessä eläkkeelle, kun aiempi toiminnallinen ympäristö katoaa. Yksilön tuntema vahvistavuus, tuotteliaisuus ja mielihyvä toiminnasta saattaa silloin hävitä. Toiminnan häviämisen mukana häviää usein myös säännöllinen sosiaalinen kanssakäyminen. Tasapaino toiminnasta on poissa. Jäljelle on jäänyt liiallinen vapaa-aika ja lepo. Tällöin esimerkiksi vapaa-ajan toiminnan kautta voisi löytää uudelleen tasa-painoa toiminnallisuuteen. Harrasteen kautta voisi saada samoja tunteuksia kuin on aiemmin saanut työssään. Sitä kautta voisi kokea toiminnan olevan tuotteliasta, kokea sen aikaansaavan elvyttävyyttä ja mielihyvää. Toiminnassa on silloin vetoavuutta. Siihen voi silloin helposti sitoutua. Näin me näemme tässä työssämme toiminnallisen tasapainon, Doris Piercen mallin mukaan.

Protestanttinen työkäsityksemme ohjaa usein oman toimintamme arvostusta tuottavuuden mukaan. Toiminta, josta on lopputuloksena näkyvää tuottavuutta esim. palkkaa, pidetään yleensä arvokkaampana, kuin toimintaa, joka tuottaa tekijälleen vain mielihyvää. Seurauksen tästä ajattelutavasta ihmiset ovat kierteessä, joka ruokkii vain tyy-

tymättömyyden tunnetta omaan toimintaan ja suoritukseen. Emme saisi saada nautintoa työstämme tai harrastuksesta. Tehokkuuden ja tuottavuuden tulisi näkyä vapaa-ajallammekin. Ihmiset eivät tee sellaisia asioita, josta ei ole heidän mielestään hyötyä tai joka ei tuota jotain. (Pierce 2003: 41-43, 58-60.) Ihminen on yksilöllinen omine mielentymyksineen, toiminnasta saadun terapeuttisuuden suhteen on myös eri toiminta osaluokkien tarkastelun oltaava yksilöllistä ja tarkoin suunniteltua. Siihen Piercen toiminnan terapeuttisen voiman malli antaa erittäin hyvän pohjan.

### 3.1 Doris Pierce, toiminnan terapeuttinen voima

Doris Pierce näkee ihmisen toiminnan terapeuttisen voiman koostuvan kolmesta elementistä. Yksilö kokee aina toimiessaan jossain määrin toiminnan täsmällisyyttä (accuracy), toiminnan ainutlaatuisuutta (intactness) ja toiminnan vetoavuutta (appeal). Toiminta on jokaisella toteutumiskerralla yksilöllinen ja ainutkertainen kokemus. (Pierce 2003:10–11,44-45.)

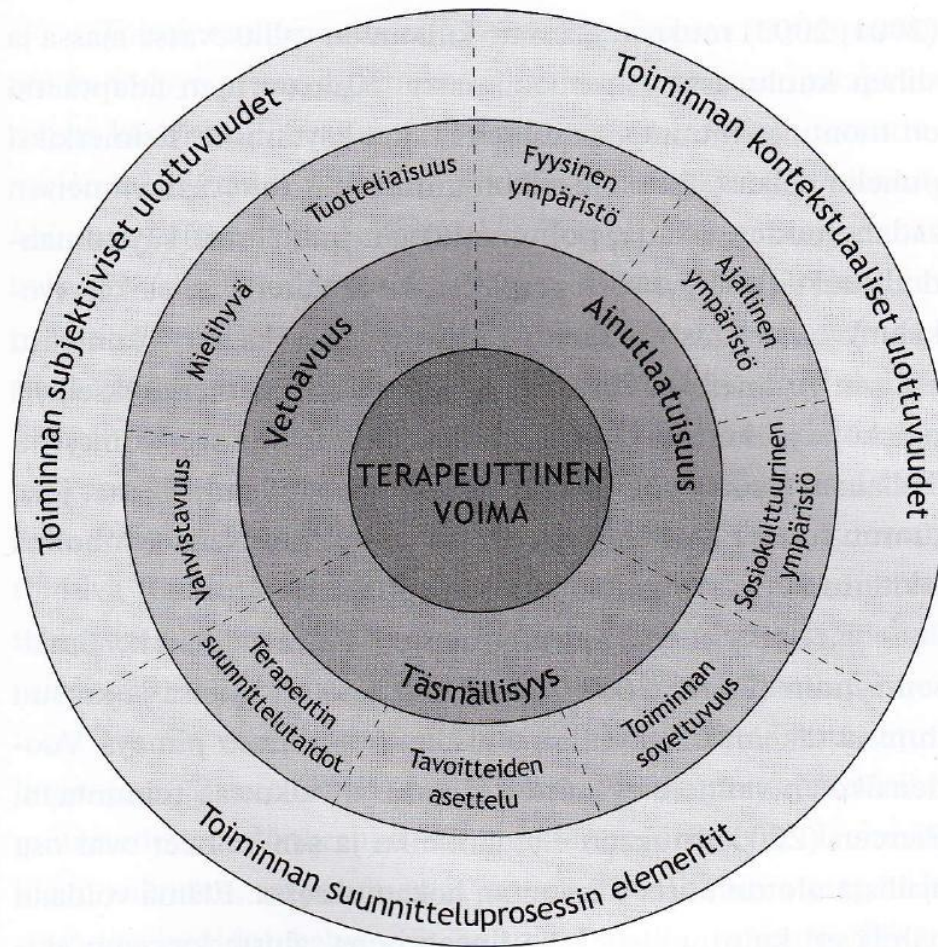
Toiminnan muodon tulee olla soveltuvaa tavoitteisiin nähden. Piercen mukainen toiminnan täsmällisyys muodostuu toimintaterapeutin kyvyistä kohdentaa oikea-aikainen ja ammatillisen harkinnan tuloksena aikaansaatu sopiva terapeuttisen toiminnan muoto asiakkaalleen (Pierce 2003:10–11, 264–265, 294.)

Toiminnan ulottuvuudet (contextual dimensions of occupation) eli mikä tekee toiminnasta ainutlaatuista, muodostuu siitä fyysisestä (spatial) ympäristöstä, jossa toiminta tapahtuu, toiminnan ajallisesta ympäristöstä (temporal) sekä toiminnan sosiokulttuurisesta (sociocultural) ympäristöstä. Yksilön mahdollisuus toiminnan muutokseen tapahtuu ympäristön kanssa vuorovaikutuksessa (Pierce 2003:10–11, 138-139.)

Toiminnan vetoavuus syntyy yksilön kokiessa toiminnassaan sopivassa suhteessa vahvistavuutta (restoration), tuotteliaisuuden tunnetta (productivity) ja mielihyvää (pleasures). (Pierce 2003:10-11, 40, 118,120).

Toiminnan vetoavuuden sisällä olevien elementtien eli toiminnasta saadun **mielihyvän**, **tuotteliaisuuden** ja **vahvistavuuden** löytyminen miesten valokuvausryhmästä ovat tämän työmme keskiössä. Doris Pierce kuvaa toiminnan terapeuttista voimaa kehämuodostelmana (kuvio 2).





Kuvio 2. Toiminnan terapeuttinen voima (Pierce 2003, Hautala, Tiina – Hämäläinen, Tuula – Mäkelä, Leila – Rusi-Pyykönen, Mari)

### 3.1.1 Toiminnan vetoavuus

**Vetoavuutta** toiminnassa on, kun sen sisällä olevia vahvistavuuden, mielihyvän ja tuotteliaisuuden elementtejä on löydettävissä. Koska yksilöt ovat erilaisia, jokainen kokee saman toiminnan eri tavoin, jokaisella kerrallakin eri tavalla. Toiminta siis vetoaa luonteellaan yksilöihin erilailla eri kerroilla. Piercen mallissa vetoavuus toiminnassa muodostuu samanaikaisesti tuotteliaasta, mielihyvää antavasta ja vahvistavasta toiminnasta.

Kun ihminen on keskittyneenä toimintaan, joka on tuottavaa, saattaa ajatuksena olla, että toimintaa tehdään vain lopputuloksen takia. Ihmiselle on tärkeää saada olla tuottava. Se kuuluu meidän perusluonteeseemme. (Pierce 2003:58.)

Ihmiskunnan historiassakin näkyy tämä seikka, jossa tuottelias ja tavoitesuuntautunut toiminta on ollut eloonjäämisen ehto. Ellei ole kyennyt suunnittelemaan saalistusta oikein, jotta eläimen saisi tapetuksi, ei ole saanut ruokaa. Toiminnan tuottavuus voi olla myös taiteellinen tai luova tuottavuus. Sellaiseen on mukava sitoutua. Tavoitteemme on silloin tuottavuuden lopputuloksen saavuttamisessa. Esimerkiksi juhlaillallisen valmistus. (Pierce 2003:59.) Kun toimintaterapeutti kykenee tarjoamaan suunnitellusti asiakkaalleen sellaista toimintaa, jossa käsityötaitojen käyttö mahdollistuu hän samalla lisää asiakkaan osallisuutta, motivaatiota ja ylpeyttä sekä tyytyväisyyttä omiin suorituksiin. (Pierce. 2003:63.)

Haluamme tuoda tätä teoriaa esiin koska, meidän käsityksenämme on, että tuotteliaisuutta ryhmässämme voisi ajatella olevan valokuvien ottamisen, niiden aikaansaamisen ja valmiiden versioiden näkemisen. Tuotteliaisuuden kokemus voisi olla myös irti pääseminen omasta totutusta ympäristöstä ja miesten ryhmään pääsy tekemään jotain itselleen tärkeää ja merkityksellistä tuottavaa toimintaa.

**Mielihyvää** voidaan kokea, kun toiminnan tekemisestä ja sen aikaansaamasta aistikokemuksesta nautitaan ja siihen sitoudutaan. (Pierce. 2003:124.) Mikäli toiminta on nautittavaa, se myös motivoi. Valitsemme mielellämme päiväämme toimintoja, jotka ovat elvyttäviä tai mielihyvää tuottavia. (Pierce. 2003:80.) Limbinen järjestelmämme käsittelee elintoimintojen lisäksi myös tunnepitoisia asioita ja muistia. Sieltä löytyy aivojen ”nautintojen” keskus. (Pierce. 2003:81–82.) Mielihyvään liittyy myös aistien kautta saatava kokemus. Kun käytetään sensorisia aisteja hyväksi toiminnassa ne herättelevät mielihyvän tuntemuksia. Toiminta, joka sisältää visuaalista, asento-liike-, auditiivista, maku- tai tuoksuaistia stimuloivaa elementtiä aktivoi mielihyvän tuntemuksia. (Pierce.2003:82–85) Valokuvaus ja kuvien käyttö on siis mielestämme Piercen mallia käyttäen juuri toimintaa, joka stimuloi visuaalista, asento- ja liikeaisteja. Siksi olemme valinneet sen toiminnan muodoksi.

**Mielihyvää** voidaan saada toiminnasta sen tuotteliaisuuden aikana tai vahvistavuuden aikana. Sitä voidaan ajatella saatavan esim. toiminnan suorittamisesta tai vaikkapa ryhmän kanssa yhdessä toimimisesta. Mielihyvän kokeminen on yksilökohtainen miel-

tymysten tulos. (Pierce 2003:80,82–87.) Me näkisimme, että miesten valokuvaryhmän toiminta joka stimuloi sensorisia aisteja valokuvien kautta ja tarjoaa mahdollisuuden tuoda esiin luovin menetelmin jokaisen omia henkilökohtaisia tunteita olisi vahvasti mielihyvää tuottavaa.

**Vahvistavuutta** toiminnassa tarvitaan, jotta elämän laatu säilyisi ja jotta voitaisiin pysyä keskittyneenä toimintaan. Kukaan ei voi toimia 24 tuntia vuorokaudessa ilman ravintoa ja unta. Suuri vahvistava toiminnan muoto on juuri uni ja lepo. Sitä kautta älykkyys, luovuus, onnellisuus sekä terveys parantuvat. (Pierce 2003:98–99.) Liian vähäinen lepo ja uni aiheuttaa immuunivasteen heikentymistä, heikentää kognitiivisia valmiuksia, saa aikaan masentuneisuutta ja tokkuraisuutta sekä hidastaa ajattelua. (Pierce.2003:101.) Ravinnon tarve on yhtälailla jokapäiväinen, jotta yksilö pystyy toimimaan. Erilaiset hiljaiset, rentouttavat toiminnot kuten lukeminen tai käsitöiden tekeminen voidaan kokea levollisina ja vahvistavina. Näissä toiminnoissa, jotka myös sisältävät runsaasti tuotteliaisuuden elementtiä tarkkaavaisuus ja keskittyminen toimintaan ovat keskeisessä osassa. (Pierce 2003:107.) Vahvistavuus sisältää niitä elementtejä, joiden avulla yksilö saa lisää energiaa ja hän kykenee sen avulla jatkamaan päivittäistä elämäänsä paremmin voimin ja sen avulla tuottavuus lisääntyy (Hautala ym. 2011: 118,119, Pierce.2003: 90.)

### 3.1.2 Toiminnan täsmällisyys

Täsmällisyyden toiminnan terapeuttisuuteen tuo toimintaterapeutin suunnittelutaidot. Pierce jakaa nämä taitojen vaiheet seuraavasti: Motivaatio, tiedonkeruu, tavoitteiden määrittely, ideointi ja idean valitseminen sekä toteutus ja arviointi. (Pierce 2003: 265).

Motivaatiolla Pierce tarkoittaa terapeutin omaa, ideoita luovaan prosessiin liittyvää – ja terapia-asiakkaan kanssa työskentelyyn sitoutumista. (Pierce 2003: 265).

Tiedonkeruun kohteesta tulisi olla määrällisesti suurta ja hyvin laaja-alaista, jotta terapeutin oma ideointi ja ajattelun saisi riittävästi virikkeitä. Ei pelkän kirjoitetun tiedon hankkiminen vaan myös ihmisten haastattelut ja keskustelut heidän kanssaan antavat ainutlaatuisia taustatietoja terapiaa ajatellen. (Pierce 2003: 266-267).

Tavoitteiden määrittelyvaiheella Pierce tarkoittaa halutun tavoitteen tarkentamista ja kohdentamista. Tämä tehdään joko yksin tai yhdessä. (Pierce 2003: 267).

Ideointivaiheessa kootaan runsaasti eri ideoita miettimättä vielä niiden onnistumismahdollisuuksia. Idean valitseminen tapahtuu vasta sen jälkeen ja sillä perusteella, mikä on ollut haluttu, määritelty tavoite. (Pierce 2003: 268-269).

Toteutuksen vaihe sisältää sekä tarkan suunnitelman teon toteutuksesta, että varsinaisen käytäntöönpanon. Tämän vaiheen tulee olla hyvin joustava ja sopeutuvainen, sillä tosielämässä ennalta-arvaamattomien seikkojen takia voidaan joutua muokkaamaan tehtyjä suunnitelmia ja toteutusta. (Pierce 2003: 269).

Prosessin viimeisessä vaiheessa, arviointivaiheessa, tarkastelun tulisi aina koskea niin saavutettuja terapian tavoitteita kuin myös terapeutin omia kokemuksia prosessista, omien vahvuuksien ja haasteiden pohdintaa. (Pierce 2003: 270).

### 3.2 Renée Taylorin Tarkoituksellisen vuorovaikutuksen malli

Renée Taylorin Tarkoituksellisen vuorovaikutuksen mallin (The Intentional Relationship Model) mukaan ohjaajan vuorovaikutuksellisen roolin tarkka valitseminen antaisi enemmän mahdollisuuksia ryhmän itsensä aikanaan ottamaan ohjaavuuden itselleen.

Tarkoituksellisen vuorovaikutuksen tulisi olla kulmakivenämme, muun osaamisen ohella. Olemme saaneet koulutuksen ohjata terapeuttisesti asiakkaan itsensä huomaamaan ne tavoitteet, joita hän kokee merkityksellisiksi ja tarpeellisiksi. Meidän tulee ajatella, että yksilö on itsensä paras asiantuntija. Toimintaterapia on vaikuttavaa, kun asiakas sitoutuu omaan terapiaprosessiinsa. Tehtävänäme on tukea häntä siinä ammatillisen osaamisemme keinoin. Emme aja omia päämääriä, vaan asiakkaan tavoitteiden mukaisia päämääriä.

Itsensä käyttö terapeuttisena välineenä on toimintaterapeutin taito, jossa vuorovaikutuksen kautta rakennetaan vahvistava terapiasuhde. (Hautala ym. 2011: 107–112.) Asiakkaan sitoutuminen toimintaan ja tavoitteisiin on vahvasti riippuvainen tästä vuorovaikutuksesta. Ajattelumme mukaan tulee toiminnassamme miesten valokuvausryhmässä huomioida juuri nämä Taylorin mallin mukaiset seikat. Ryhmäämme ei tässä työssä voida kutsua terapiaryhmäksi, on meidän toimintaterapeutteina toimittava mielestämme kuitenkin oman itsemme käytön suhteen siten, kuten terapiasuhteessa toimitaan.

Taylorin mallissa terapeutti, asiakas, toiminta ja terapiatilanne ovat vaikuttavia seikkoja itse terapiatilanteessa. Asiakas on pysyvästi vuorovaikutustavoiltaan persoonallinen.

Hänellä on lisäksi tilanteesta riippuvainen omanlaisensa tapa käyttäytyä. Toimintaterapeutin tehtävänä on toiminnan aikana rakentaa toimiva ja kannatteleva suhde asiakkaaseen ja erottaa hänen pysyvien ja tilannesidonnaisten käyttäytymistapojensa erot. Taitomme käyttää omaa persoonaamme, erilaisia terapiatyylejä ja vuorovaikutuksen perustaitoja rakentaa suhdettamme asiakkaaseemme.

Taylor näkee toimintaterapeutin vuorovaikutuksen taidot yhdeksänä luokkana. Niihin kuuluvat terapeutin kommunikointi, strategisten kysymysten esittäminen ja haastattelut, asiakassuhteen rakentaminen, perheiden ja sosiaalisten ryhmien kanssa toimiminen, yhteistyö muiden ammattilaisten kanssa, asiakkaan ilmaisemien tunteiden ymmärtäminen ja käsittely, ammattimainen käytös ja etiikka sekä arvot ja omasta itsestään huolehtiminen ja kehittyminen. (Hautala ym. 2011:110). Toiminnan valinta on ollut tulosta yhteistyöstä, jossa asiakkaan toivomien tavoitteiden ja terapeutin tekemä toiminnan analysointi on saatettu yhteen. Se miten asiakas kokee ja ilmaisee toiminnan aikaansaamat tunteet, osallistuu toimintaa ja suoriutuu toiminnasta, on seurausta terapeutin ja asiakkaan vuorovaikutussuhteesta. (Hautala ym 2011:112.)

Terapiatilanteessa tapahtuu asiakkaan ja terapeutin välillä vuorovaikutusta, joka joko vahvistaa tai heikentää terapeutista vaikutusta. Seikkoja, jotka terapeuttisuuteen vaikuttavat voivat olla ympäristö, jossa toiminta tapahtuu tai itse toiminta. Asiakkaan tulokset kokemuksista ja tunteista, joita terapiatilanteessa tehdään ja miten niihin terapeutti reagoi, ovat joko terapeuttisuutta vahvistavia tai heikentäviä. Terapiasuhte muotoutuu myös terapeutin käyttämien terapiatyyliden mukaan. Jokaisen terapeutin tulisi olla taitava käyttämään joustavasti kaikkia tai useita eri tyylejä toiminnassaan. Terapeutina on hyvä tiedostaa ne tyylit, jotka parhaiten sopivat omaan persoonaansa. Tyylejä Taylor katsoo olevan kuusi, joista ensimmäinen on edunvalvoja, joka neuvoo ja mahdollistaa asiakkaan yhteiskuntaan osallistumisen. Toisena on yhteistyöntekijä, joka olettaa asiakkaan ottavan tasa-arvoisen aseman terapiaan osallistumisen ja päätöksenteon suhteen. Tämän tyyppinen tyyli tukee asiakkaan omaa reflektiomahdollisuutta. Kolmantena tyylinä on empaattinen kuuntelija, jossa terapeutti on tarkkaavainen havainnoija ja kuuntelija, joka pyrkii sopivin lähestymistavoin ymmärtämään asiakkaan toimintojen ja reaktioiden taustoja ja syitä. Neljäs Taylorin tyyli on rohkaisija. Rohkaiseva tyyli painottaa oikeanlaisen ilmapiirin ja tunnelman luomista. Tässä tyyllissä terapeutti herättää asiakkaassa rohkeuden ja toivon osallistua häntä kiinnostavaan toimintaan. Viidentenä tyylinä on neuvonantaja. Tässä tyyllissä on toiminnat tarkasti strukturoitu ja hän on opettajamaisessa ohjaajan roolissa. Tarkoituksena on harjoittaa uutta, neuvoa

ja valmentaa asiakas toimintaan. Viimeisenä tyylinä Taylor lukee olevan ongelmanratkaisija-tyylin. Tässä on terapeutin roolina luovasti keksiä käytännöllisiä tai teknisiä ratkaisuja tai lähestymistapoja asiakkaan ongelmaan. ( Hautala ym. 2011: 110-111.)

Miesten valokuvausryhmässämme toimintaterapeutin tyyli on mielestämme yhteistyöntekijä sekä ryhmän tarkkaavainen ja empaattinen kuuntelija. Ohjaten ryhmän, sen itsensä määrittelemää tavoitetta kohti. Kunnioittaen samalla ryhmäläisiä ja heidän ainutlaatuista erilaisuuttaan. Terapeutilla tulee olla tässä työssä mielestämme vahva ymmärrys ryhmäprosesseista ja kyky luoda positiivista ilmapiiriä, olla rohkaisijana sekä edistää ryhmän omaehtoista luovuutta, jotta kaikkien osallistujien toiminnasta saamat ja kokemat tunteet ja toivon elementit ovat osana ryhmän toimintaa ja tavoiteltua päämäärää.

Miesten valokuvausryhmän toiminnassa ja suunnittelussa on vahvasti esillä vuorovaikutuksen merkitys. Halusimme siksi tuoda tämän edellä mainitun teorian mukaan työhömmme. Ilman selkeää terapeutin vuorovaikutustoiminnan suunnittelun mahdollistavaa teoriaa, emme kykene toimimaan ryhmätilanteessa tukien ryhmän itseohjautuvuutta ja samalla saada aikaan terapeutista vuorovaikutusta.

Kehittämistehtävämme tavoite mahdollisti työssämme vahvan perusteen ottaa myös fasilitaattorimaisen roolin ryhmien ohjaamisessa. Summanen, Tuominen toteavat 2009 ilmestyneessä Fasilitaattorin käsikirjassaan, fasilitaattorin tehtävän olevan ryhmän kuumeminen ja johdattaminen ryhmän itsensä määrittelemään päämäärään, kunnioittaen ryhmäläisiä ja heidän erilaisuuttaan. Fasilitaattorilla tulee olla vahva ymmärrys ryhmäprosesseista ja kyky rakentaa positiivista ilmapiiriä sekä edistää ryhmän luovuutta siten, että kaikkien ehdotukset ja toiveet muokkautuvat sujuvaksi osaksi ryhmän toimintaa ja päämäärää. (Summanen, Tuominen. 2009: 8-10.)

### 3.3 Toiminnallinen oikeudenmukaisuus

Toimintaterapeutti Ann Wilcock on kirjoittanut 1999 ilmestyneessä artikkelissaan ihmisen (doing, being and becoming) tekemisen, olemisen ja tulemisen eli toiminnan, olemassaolon ja joksikin tulemisen huomioimisen olevan yhden tärkeimmistä toimintaterapian lähtökohdista yksilön hyvinvointia ajatellen. Näiden kolmen tulisi olla tasapainossa, jotta jokaisen yksilöllinen, sisäinen ja sosiaalinen hyvinvointi ja kasvun sekä kehityksen mahdollistaminen onnistuisi. Toiminnallinen epäoikeus, - epätasapaino, -

vieraantuminen ja toiminnallinen marginalisaatio ovat nyky-yhteiskuntamme suuria sairauksia ja siihen voidaan toimintaterapian keinoin tarjota parempaa tasapainoa. Wilcockin tutkimuksien mukaan ihmiset ovat historian läpi käyttäneet erilaisia toiminnallisia tapoja selviytyäkseen ja edistääkseen hyvinvointiaan. (Townsend, Wilcock. 2004 :76.)

Maailman terveysjärjestön WHO:n mukaan (1999, 2007), terveys ja hyvinvointi voidaan katsoa yksilölliseksi ihmisen voimavaraksi, jonka avulla hän voi elää täysipainoista elämää.

Toiminnallisella oikeudenmukaisuudella tarkoitamme kehittämistyössämme toiminnallista, yhteisöllistä ryhmää, johon jokaisella on oikeus osallistua ikään, yhteiskunnalliseen asemaan ja sosiaaliseen luokkaan katsomatta. Ryhmä, joka käyttää hyödyksi terapeutteja ja jonka tarkoituksena on löytää keinoja tukea ja vahvistaa ihmisten omia voimaantumisen kokemuksia. Ohjata yksilöä löytämään itsestään voimavaroja arkeen mahdollistamalla osallistuminen valitsemansa yhteisön toimintaan.

Toimintaterapia pyrkii tuottamaan yksilöille hyvinvointia, terveyttä ja tasa-arvoista asemaa, yleensä perinteisen kuntoutuksen keinoin. Tavoitteena on saattaa yksilö oman toimintakykynsä ja voimavarojensa mukaiseen merkitykselliseen toimintaan. Ihmisillä on toiminnallisia oikeuksia ja niiden vastakohtina toiminnallisia epäoikeudenmukaisuuksia.

Toiminnallisen oikeudenmukaisuuden käsitteen pohjana ovat käsitteet toiminta, mahdollistaminen ja oikeudenmukaisuus. Toimintana käsitetään osallistuminen yksilön päivittäisen elämän toimintoihin, mahdollistamisella tarkoitetaan osallistumista ja voimaantumista tukevia lähestymistapoja elämäntyylin suunnittelussa ja toteutuksessa ja oikeudenmukaisuudella käsitetään toiminnallisen hyvinvoinnin ja sosiaalisen osallisuuden muodot, jotka vaihtelevat yksilöllisten eroavaisuuksien ja kontekstien mukaan.(Arnold, Rybski. 2010:143-144).

Hautala ym. ovat kirjassaan esittäneet toimintaterapeuttien Townsendin ja Wilcockin sosiaalisista oikeuksista mukailemat toiminnallisen oikeudenmukaisuuden käsitteet ja niiden määritelmät. Ensisijaiseksi määritellään merkityksellisen ja rikastavan toiminnan kokemisen oikeus. Seuraavina ovat terveyttä ja sosiaalista yhteisyyttä edistävään toimintaan osallistuminen ja sen kautta kehittyminen, oikeus toiminnallisiin valintoihin yksilön tai väestön itsemääräämisoikeutta koskevista asioista sekä oikeus osallistua

kohtuullisissa määrin vaihteleviin ja erilaisiin toimintoihin omassa sosiaalisessa ympäristössään. (Hautala ym. 2010:17–18.)

Toiminnallinen vieraantuminen on tilanne, jossa toiminnan merkityksellisyyttä tai rikastavuutta ei koeta. Esimerkiksi ulkomaalaiset, seniorit tai muut sosiaalisista rajoitteista kärsivät voivat olla tätä ryhmää. Tähän voidaan laskea kuuluvaksi myös ihmiset, jotka joutuvat tyytymään siihen toimintaan jota heille tarjotaan. (Hautala ym. 2010:18,19)

Näiden toiminnallisesta vieraantumisesta kärsivien yksilöiden tulisi saada ns. toiminnallisia unelmia, joiden avulla he voisivat visioida tulevaisuuttaan ja joiden avulla mahdollistuisi toiminnallinen kehittyminen tekemisen, olemisen ja toivon sekä joksikin tulemisen kautta. ( Arnold, Rybski 2010: 145.)

Kun yksilön osallistumisen mahdollisuudet merkitykselliseen toimintaan ovat rajoitettuja esim. laitosolosuhteiden takia tätä kutsutaan toiminnalliseksi deprivatioksi . Tähän ryhmään kuuluvat mm. pitkäaikaistyöttömät, vangit, sairaalapotilaat ja vaikeasti vammaiset. (Hautala ym. 2010:18,19.)

Toiminnalliseksi marginalisaatioksi kutsutaan tilannetta, jossa arjen toimintojen valintaan osallistumisen estävät mm. yhteiskunnalliset normit ja asenteet. On rajoitteita siitä, milloin, mitä ja missä saa osallistua määrättyihin toimintoihin. Toiminnallinen epätasapaino kertoo tilanteesta, jossa työn tekemisellä ja työtehtävillä on eri arvostuksia ja statuksia. Joillakuilla on liikaa työtä, joillain taas ei ole sitä lainkaan. Epätasapainoa tässä ryhmässä tulee myös joidenkin ammattien liiallisesta arvostamisesta yli muiden. (Hautala ym. 2010:18,19.)

Toimintaterapian varsinaisena tavoitteena ei siis ole taudista parantaminen, vaan yksilöiden ammattitaitoinen, tietoinen ja tavoitteellinen ohjaaminen heidän arkisten toimintojensa tekemisessä siten, että toiminnat, joita yksilö tekee pitävät sisällään merkityksen, tarkoituksen ja mielekkyyden ja sitä kautta toiminta ja sen suoritus tukee heidän kuntoutumistaan, terveyttään ja hyvinvointiaan.

Poliittinen, maantieteellinen, taloudellinen ja sosiokulttuurinen sekä järjestelmän vaikutus yksilöön asettavat toimintaterapian aina tilanteeseen, jossa asiakkaan hyvinvoinnin aikaansaamisessa, ylläpidossa ja parantamisessa tulee ottaa huomioon asiakkaan oma kokemus siitä, mitkä seikat eri toiminnoissa ja toiminnan tasoissa ovat riittäviä



hänen hyvinvoinnilleen.(Cohn ym. 2010: 132.) Toimintaterapiaa ei siksi voi nähdä vain jonakin yksittäisenä määrättynä toimintatapana, menetelmänä tai suorituksena. Sen tulee olla ammatillisen harkinnan ja jatkuvan reflektoinnin sekä asiakkaan kanssa käydyn vuoropuhelun yhteistulosta. Tämän lopputuloksen osana ovat myös asiakkaan mahdollisuudet osallistua haluamaansa toimintaan tai niiden mahdollisuuksien tarjoaminen toimintaterapian keinoin.

Toiminnallisen oikeudenmukaisuuden käsitteen halusimme ottaa kehittämistyöhömmekään mukaan yhdeksi teoriaperusteeksi, koska meidän ja yhteistyökumppanimme mielestä Arabianrannan, Toukolan ja Vanhankaupungin miesasukkaat tulee ottaa huomioon tasavertaisten, merkityksellisten toimintamahdollisuuksien tarjoamisen näkökulmasta.

### 3.4 Toimintaterapia, mielenterveys ja hyvinvointi

Halusimme työssämme nostaa esille toimintaterapian käytön mahdollisuuksia mielenterveyttä ylläpitävänä toimintana. Teoria aiheesta oli mielestämme tärkeää. Äijäfotoryhmässämme mahdollistuu sosiaalinen kanssakäyminen ja mielekäs toiminta. Näiden molempien avulla voidaan mielestämme ylläpitää mielenterveyttä.

Perusteet tähän sosiaalisen kanssakäymisen ja mielekkään toiminnan käyttämiseen löytyvät jo ammattimme historiasta. Toimintaterapia on saanut alkunsa juuri toiminnan käytöstä mielenterveyden sairauksien hoidossa. Ranskassa Bicêtren sairaalassa 1794 lääkäri Pinel vaihtoi erittäin vaaralliseksi ja parantumattomiksi luokiteltujen psykiatristen potilaiden hoidon humanimmaksi hoidoksi korvaten kahleet ja piiskaukset raikkaaseen ilmaan, puhtauteen ja työsaleihin. ( Creek, Lougher. 2008:5.) Jatkoa toiminnan käyttöön mielenterveyden sairauksien hoidoissa otti psykiatri Adolf Mayer 1800-luvulla. Hän oli huomannut, kuinka potilaiden paranemisella oli selvä yhteys heidän työskennellessään sellaisten tuottavien toimintojen parissa, joista he saivat tyydytystä ja mielihyvää. ( Verkkosivustot; Wikipedia: Adolf Meyer, Encyclopedia: Adolf Meyer, recreationtherapy)

Suomessa 1897 perustettu, maailman vanhin mielenterveysjärjestö ” Turvayhdistys mielenvikaisia varten” eli nykyinen Suomen mielenterveysseura oli jo aikanaan kiinnostunut edistämään mielen terveyttä.( Suomen mielenterveysseuran verkkosivu.) Nykyisin mielenterveyttä voidaan edistää käyttämällä laajempaa näkökulmaa ja yhteisöllistä interventiota mm. rakentamalla laajempia sosiaalisia tukiverkkoja tai yhteisöjen hyvin-

vointia parantamalla, jotta saadaan mieleltään terveempi yhteiskunta.( Creek, Lougher 2008: 21.)

Mielenterveyden käsite voidaan ajatella olevan yhdistelmä fyysistä, sosiaalista ja mielen hyvinvointia. Sen on määritelty olevan myös tunteiden tasolla olevaa henkistä kimmoisuuutta kestää surua, kipua ja pettymyksiä. Positiivinen mielen terveys antaa voimavaroja kestää elämän eri tilanteita sekä sopeutua niihin. Kykymme saavuttaa tavoitteitamme ja elämäntyytyväisyys kumpuaa siitä. Se edesauttaa kehittämään yksilön itsetuntoa. Se lisää kykyä ilmaista tunteita ja ajatuksia. Se auttaa yksilöä kehittämään ja ylläpitämään terveitä ihmissuhteita ja sen avulla yksilö voi kehittää empatiakykyään muita kohtaan.( Creek, Lougher. 2008:19.)

Nykyisin mielenterveyden käsite yhdistää yksilön henkilökohtaiset luonteenpiirteet ja sosiaalisten suhteiden sekä ympäristön vaikutuksen. (Creek, Lougher. 2008:19.) Ihmistä ympäröi erilaisten kontekstien dynaamiset olosuhteet. Olemme jatkuvassa vuorovaikutuksessa niiden ihmisten, toimintojen, asioiden, fyysisen tilan ja kulttuurallisen taustan kanssa, jossa elämme ja toimimme. Tehtävämme on löytää asiakkaallemme oikein suunnitellun toiminnan kautta sopiva tasapaino hänen elämänsä kontekstin kanssa. ( Creek, Lougher 2008: 494.)

WHO:n määritelmän mukaan ihmisen terveyden, myös mielenterveyden, edistämistä on prosessi, jossa ihmistä autetaan lisäämään elämänsä kontrollia ja parantamaan sitä kautta terveyttään. ( WHO: Milestones in Health Promotion, Statements from Global Conferences: 2009:1.)

Opinnäytetyömme yhtenä näkemyksellisenä lähtökohtana pidämme WHO:n määritelmää erittäin hyvänä. Mielenterveyden edistäminen toimintaterapian keinoin on mielestämme tavoittelemisen arvoista. Siihen me pyrimme omalta osaltamme tämän äijäfoto-työmme kautta.

Toimintaterapian Lehtori Jari Pihlava korosti keväällä 2012 Metropoliasa pitämässään luennossaan hyvin voimakkaasti sitä, että toimintaterapian tulee pystyä laajentumaan uusille ja erilaisille ammattisektoreille ja tätä kautta laajentamaan myös toimintaterapian mahdollisuuksien ymmärrystä. Toiminnan muotoja ammattimaisesti ja ennaltaehkäisevästi käyttäen ja uusin silmin toimintaterapiaa katsoen, toimintaterapia ja kaikkien tarjoamat mahdollisuudet yhteiskunnalle tulisi olla tulevaisuuden fokuksemme.

Lehtori Pihlava piti luennossaan tärkeänä sitä, että toimintaterapia ei jäisi vain pieneksi ammattikunnaksi, joka peilaa omia teorioitaan ja näkemyksiään, mutta ei huomioi ympäristön tarvetta ja muutosta. Pihlava sanoi, että meidän tehtävänä on pyrkiä näkemään asioita laajasti, huomioiden useat eri teoriat ja näiden pohjalta rakentaa toimintaterapeuttinen malli, joka on laaja-alainen ja tässä hetkessä elävä.

Toimintaterapian tarkoitus ei ole puuttua asioihin vasta, kun ihmisellä menee huonosti, vaan myös pyrkiä yksilöiden toimintakyvyn ylläpitämiseen ennaltaehkäisevästi ja nähdä kokonaisvaltaisesti ihmisen toiminnallisuus. (Pihlava.J, 2012.) Uskomme erittäin vahvasti myös itse tähän J. Pihlavan esittämään ajatukseen.

Äijäfoto-ryhmän toimintaa voidaan pitää ennaltaehkäisevänä. Ihmiset voivat tavata omasta tahdostaan toisiaan, tehdä mielekkäitä toimintoja yhdessä ja ylläpitää näin omaa toiminnallisuuttaan.

Hyvinvointi on tilanne, jossa ihmisen perustarpeet ovat tyydytettyjä. Hyvinvointi voidaan vielä määritellä kahden osa-alueen kautta, elintason ja elämänlaadun kautta. Elintasoon liittyy asumistaso, työllisyys, koulutus, tulot sekä terveys. Elämänlaatu on taas itsensä toteuttaminen ja yhteissuhteet. Yhteissuhteisiin katsotaan kuuluvaksi perhe, ystävät, naapurit, sukulaiset. Tähän katsotaan kuuluvaksi myös vertais- ja ammattiauttajien tuki. Ihmisen kuuluminen johonkin paikkaan on hyvin olennaista ihmisen hyvinvointiin ja jaksamiseen. Itsensä toteuttamisessa ja kehittämisessä ihminen tuntee itsensä ainutlaatuiseksi ja hänellä on mahdollisuus kokea ja saada arvonantoa. (Miettinen.E. 2011: 7- 9.)

Hyvinvointi tarkoittaa kokonaisvaltaista onnellisuuden ja tasapainoisuuden tilannetta, jolloin ihminen kokee olevansa fyysisellä, psyykkisellä, henkisellä, sosiaalisella tasolla toimintakykyinen. Yksi yhteisön ja yhteiskunnan perustehtävistä on terveyden ja hyvinvoinnin edistäminen (Miettinen.M. 2008: 7).

Hyvinvointia ihmisten keskuuteen voidaan tuoda esimerkiksi ryhmien ja luovan toiminnan kautta. Kehittämistyössä käytämme menetelmänä terapeuttisia elementtejä sisältävää valokuvausta ja ryhmää. Valokuvaus ja ryhmä voi toimia konkreettisena välineenä hyvinvoinnin edistämässä. Sen avulla voidaan saada kokemuksia ja elämyksiä elämästä, se voi olla voimaannuttavaa ja mahdollistaa osallistumiseen. Valokuvaus ja kuuluminen ryhmään voi auttaa määrittelemään itsemme ja olemassaolomme. Mo-

lemmat voivat toimia välineenä ja keinona vuorovaikutuksessa ja tuovat tätä kautta sisältöä, kokemuksia ja elämyksiä. (Usean eri lähdemateriaalin päättelyä)

### 3.5 Valokuvaus luovana toimintana toimintaterapiassa

Valokuvalla on valtava voima. Valokuva sinänsä ei ole terapeutin. Terapiaa on se, millainen kuvaustilanteesta luodaan. Kuva ei ole tärkein, vaan vastavuoroisuus, luottamus, läsnäolo ja katse. (Ilkka 2012.)

Äijäfoto-ryhmän toiminnan muoto syntyi mukaellen yhteistyökumppanimme toiminnan tarjontaa sekä sulauttaen teoretietoa luovista menetelmistä toimintaterapiassa. Tulimme siihen tulokseen, että miesten toiminnallisen ryhmän toimintamuotona tulee olemaan valokuvaus.

Ihmisten uudeksi ongelmaksi on huomattu tutkimuksissa ”Tunneorpos”, joka vaikuttaa siihen kuinka ihminen kokee elämässään iloa, onnistumista ja osallisuutta. Ihminen ryhtyy projisoimaan omia kiukun ja vihan tunteitaan muihin ja näkee muissa sen mitä itsessään tuntee. Ihmissuhteet muuttuvat rikkonaisiksi. Ihmisen kyky arvostaa itseään on silloin heikko, kielteiset tunteet käännetään itseään kohti ja masennutaan sekä on vaikeuksia olla muiden ihmisten kanssa vaikka ei yksin haluta ollakaan (Reinola – Kirkko ja kaupunki 2012: 13). Tällaiset ihmiset tuntevat yksinäisyyttä ja turvattomuutta. Kyky olla läsnä ja rauhoittua on kadonnut. Puuhaaminen ja aikaansaaminen muuttuvat ajan täytteeksi, jottei tarvitse olla itseään kuulemassa. Tutkija Tiia Isokorpi on tähän yhteyteen todennut, että elämän tärkeät ratkaisut tehdään tunteilla ja niistä nousevat elämän ilon ja mielekkyyden kokemukset.

Valokuvaus voisi meistä olla tunteiden kuvaamisen keino. Valokuvauksen keinoja ja valokuvaa käytetään mm. psykoterapiassa ja valokuvaterapiassa juuri sanattoman vuorovaikutuksen syventämiseen sekä aikaansaamaan ihmissuhteisiin liittyviä muistoja ja tunnekokemuksia. ( Halkola ym. 2009: 51.) Siksi katsoimme tässä työssämme, että tunteet ja mahdollisuus niiden ilmaisuun tulee ottaa ryhmässämme huomioon. Tunteiden kautta ryhmämme miehet etsivät itselleen merkityksellistä kuvaa myöhemmin esitettäväksi. Valokuvan avulla voi kokea onnistumista, iloa ja onnellisuutta.

Toimintaterapian vahvana teoreettisena pohjana on ajatus merkityksellisen toiminnan parantavasta voimasta. Arjen mielekkäät toiminnot vaikuttavat positiivisesti yksilön terveyteen ja hyvinvointiin ja niitä voidaan käyttää terapeuttisesti. (Finlay. 2004: 40).

Meidän mielestämme nykyajan ihmiset käyttävät yhtenä luonnollisena osana arkeaan mm. matkapuhelintaan, joissa on lähes poikkeuksetta kamera sisäänrakennettuna. Valokuvien ottaminen mielletään nykyisin miellyttäväksi arjen dokumentoimiseksi. Päiväkirjaa enää harva meistä kirjoittaa. Valokuvien avulla teemme itsellemme muistoja, jaamme ystävillemme ja tuntemillemme ihmisille tunnelmia ja jollain tapaa merkityksellisiä päivän toimintojamme sosiaalisessa mediassa.

Valokuva, jonka ihminen ottaa on aina jonkin asteinen minäkuva, peili tai muisti, joka heijastaa menneisyyteen. Nämä kuvat tekevät ihmisen elämän näkyväksi, niissä hetkissä missä ovat olleet (henkisesti ja fyysisesti) ja minne ovat matkalla. Valokuvan merkitys ei ole pelkästään visuaalinen, vaan kuva herättää ottajan ja katsojan mielessä ja sydämessä merkityksen. Tämä merkitys (tunneviesti) riippuu aina katsojasta ja peilautuu ihmisen elämäkokemukseen. Valokuvat tallentavat tärkeitä hetkiä ja tunteita, ne voivatkin toimia siltana tai tienä ajatuksiin, muistoihin, myös niihin asioihin jotka olemme halunneet unohtaa. Valokuvien kanssa olemme vuorovaikutuksessa, niiden kanssa keskustelemme, kuuntelemme, kuvia voi muokata uudelleen ja tehdä uusi tarina. (Phototherapy-centre. verkkojulkaisu)

Valokuvassa yhdistyy valon ja kuvan voima. Valokuvan kautta voidaan tarkastella niitä asioita, joihin meidän sanat eivät yllä ja riitä. Valokuvaa hyödyntävässä, toimintaterapeuttisia elementtejä sisältävässä toiminnassa me käytämme hyödyksi ryhmälle/asiakkaalle merkityksellisiä valokuvia väylänä itsehavainnointiin, ymmärrykseen ja muutokseen. Valokuva antaa mahdollisuuden itsetutkiskeluun, omakohtaiseen kokeemukseen ja kasvuun. Vuorovaikutuksen ollessa luottamuksellista valokuvaus ja valokuva voivat toimia siltana tunteiden tunnistamiseen sekä niiden ilmaisemiseen ja esille tuomiseen. (Halkola, Mannermaa, Koffert, Koulu (toim.) 2009:13–17.)

Valokuva on konkreettinen esine tai asia, jossa jokainen meistä voi omistaa tärkeän tai merkityksellisen asian itselleen. Kuvan voi myös hylätä jos kokee sen vastenmieliseksi tai vieraaksi. Valokuva on aina vastaanottajalle totta ja henkilökohtainen. Valokuvassa todellisuus ja mielikuviutus ovat sekoittuneet keskenään, siinä tulee näkymättömät ja ei sanalliset asiat esille. Työskentely valokuvan kanssa mahdollistaa monen eri tason ja ajanjakson. (Michelsson 2009: 44–45.)

Kuviossa 3. olemme kuvanneet kuinka terapiassa valokuvia voidaan hyödyntää monella eri tavalla. Kuvia voidaan ottaa, katsoa toisten ottamia kuvia tai omia kuvia perhealbumista, esim. ennen sairastumista, ennen kriisiä. Voidaan hyödyntää omia itse otettuja kuvia tai läheisten ottamia kuvia itsestään. Kuvia voidaan katsoa myös lehdistä, korsteista tai symbolististen kuvien käyttäminen. Valokuvan terapeuttiset menetelmät voidaan jakaa viiteen luokkaan; asiakkaan ottamat kuvat tai hänen keräämänsä kuvat, asiakkaasta otetut kuvat, omakuvat, perhekuvat ja omaelämäkerralliset kuvat sekä kuvaprojektiot. (Halkola, Mannermaa, Koffert, Koulu (toim.) 2009:18–19.)



Kuvio 3. Valokuvan käytön menetelmiä (Halkola 2009: 236.)

Valokuvia ja valokuvausta voidaan edellisten lisäksi käyttää terapiassa menneisyyden asioiden tutkimiseen ja käsittelyyn, pohtia ihmissuhteita tunnetasolla. Asiat jotka ovat syystä tai toisesta jääneet kesken, voidaan valokuvien myötä palauttaa mieliin ja peilata niitä tunnetasolla elävästi. Valokuvalla voidaan ikuistaa hetki, ihmiselle tärkeä asia jota ei haluta unohtaa, valokuvan avulla muisto voidaan tallentaa muistiin. Valokuva mahdollistaa käsitellä elämän luopumiseen ja kuolevaisuuteen liittyviä kysymyksiä. Tätä mahdollisuutta voidaan käyttää sekä läheisen, oman itsen, että tapaturmaisesti

kuolleen läheisen prosessoinnissa. Pohtiminen tulevaisuuden näkymiä, voidaan kuvittaa valokuvien kautta. Valokuva mahdollistaa aikakauden ja siihen liittyvien kontekstien kuvaamisen. Vaatteet, kampaukset, tyylisuunnat, ympäristö, tavarat, esineet ja huonekalut ovat valokuvassa läsnä hyvin konkreettisesti. Näitä mahdollisuuksia voidaan toimintaterapiassa hyödyntää muistisairaiden parissa työskennellessä. Valokuvan käyttö terapiassa mahdollistaa sanattoman viestin käytön. Tällöin kuva toimii sanoittajana, tunteena, viestin välittäjänä. (Michelsson 2009: 45–46.) Valokuva on luovaa tunteiden ilmaisua.

Luovuutta on kaikkialla. Luovuus tuottaa uutta ja tarkoituksenmukaista toimintaa. Se voidaan nähdä hyödyllisenä niin yksilön kuin yhteiskunnankin kautta. Luovuus synnyttää aina jotain uutta ja tätä kautta se vahvistaa ihmistä. Yksilölle luovuus näyttäytyy usein silloin, kun tulee ratkaista ongelmia työssä tai yksityiselämässä. Luovuus on prosessi joka vaatii aina avoimuutta sekä kykyä katsoa asioita uudesta näkökulmasta. (Himberg-Salonen 2011:8.)

Yhtä ainutta totuutta luovuudesta ei ole olemassa. Luovuutta voidaan tarkastella useasta eri näkökulmasta. Luovuus elää aina ajassa ja yhteiskunnassa. Riippuu aina kasvatustajajärjestelmän ihmiskäsityksestä, koulumaailman ilmapiiristä sekä yhteiskunnan arvomaailmasta, kuinka luovuutta tuodaan esille ja kuinka paljon sitä hyödynnetään ja pidetäänkö sitä arvokkaana elämän ymmärryksessä. On kulttuureja, joiden perinteesen kuuluu vahvana osana luovuus ja luovuuden rikastuttaminen, tarinoiden, kertomusten ja kuvallisten keinojen kautta. Arjen jäsentäjänä luovuutta voivat olla hyvinkin konkreettiset toimet, se voi olla mielen toimintaa, kuvittelua, ajatusten tuottamista, erilaisia tapahtumia, liikettä ja kokemuksia. Luovuutta voidaan kokea toiminnan, mielikuvan ja kielen avulla. Luovuus ei ole pelkästään väline oman identiteetin ja itsensä ilmaisuun. Luovuus on meissä jokaisessa itsessämme, luovuus rakentuu ja elää tarinaa meissä. Luovuus on osa jokaisen meidän identiteettiämme ja me esitämme luovuutta jokapäiväisessämme elämässämme. (Sava, Vesänen-Laukkanen(toim) 2004:26-28.)

Luovuuden voidaan katsoa edistävän jokaisen meidän elämänlaatua ja hyvinvointia. Luovuus on ominaisuus, sekä itseisarvo ihmisen henkiselle, fyysiselle, että psyykkiselle hyvinvoinnille. Luovuus on voimanlähde terapiatyössä, jota kannattaa hyödyntää. Luovien toimintojen kautta voidaan käyttää hyödyksi ihmisen aktiivista osallistumista toimintaan. Tällaisia toimintoja voidaan hyödyntää yksilön omaa ymmärrystä omasta it-

sestään sekä syventämään ja kehittämään merkityksellistä ja tarkoituksenmukaista toimintaa ja sitä kautta kokea voimaantumisen. (Himberg, Salonen 2011:8.-9.)

Euroopassa aloitettiin jo 1900- luvun alkuvuosikymmenillä työhoidon keinojen käyttö kuntoutuksessa ja toimintaterapiassa. Tuolloin todettiin erilaisten käsitöiden teon, puutarhahoidon ja ulkotöiden olevan hyväksi niin potilaalle kuin potilaan mielelle. Suomeen luovien toimintojen käyttö tuli hoidolliseen toimintaan mukaan 1930-luvulla, jolloin Kellosken sairaalassa 90 prosenttia potilaista oli toiminnassa tai työskentelyssä mukana. Tuolloin toimintaterapian alkuvuosina katsottiin luovien toimintojen olevan yleishyödyllisiä ja sisältyvän lähinnä sairaalan arkeen. Tavoitteena kuitenkin tuolloin oli potilaan fyysinen ja psyykkinen aktivointi ja potilaan mielen kääntäminen pois sairaudesta tai vammasta. Luovien toimintojen toivottiin saavan aikaan potilaassa virkistystä, itsetunnon vahvistamista, luomisen iloa sekä toivoa. Tuolloin hoidossa käytetyt luovat toiminnot liittyivät pitkälle perinteikkääseen käsityöperinteeseen mm. korinpunontaa, verkkojen punomista, kirjansidontaa, kaisla -ja olkitöitä. (Suomen toimintaterapeuttiliitto 2005:35–48.)

Luovat toiminnot sisältävät toimintaa ja osallistumista. Toimintaterapia perustuu usein juuri näihin argumentteihin. Luovat toiminnot ja -tapahtumat, joihin ihmisen on helppo ryhtyä ja sitoutua ovat merkityksellisiä. Usein ihmiselle merkitykselliset ja tärkeät toiminnot luovat mielihyvää, mihin toimintaterapiassa pyritään. Erityyppisten toimintojen käyttö mahdollisuudet toimintaterapiassa ovat laajat. Luovia toimintoja voidaan käyttää hyödyksi niin ryhmätyöskentelyssä kuin yksilö työskentelyssä, arvioinnissa sekä toiminnan havainnoinnissa. Toimintaa voidaan hyödyntää myös merkityksellisten kokemusten esille tuomisessa. Toimintaterapiaprosessissa luovilla toiminnoilla on iso merkitys. Toimintaterapiassa voidaan auttaa luovien keinojen kautta löytämään selviytymiskeinoja vaikeista ja raskaista asioista, löytämään keinoja tunteiden puhumiseen, etsimään mielihyvää, toivoa ja oma-aloitteellisuuden tukemista sekä päivittäisistä toiminnoista selviytymistä. Toimintaterapiassa pyritään käyttämään hyödyksi asiakkaan omaa vahvuutta, jota tuetaan luovien toimintojen kautta. Erilaisia tapoja on yhtä monta kuin on toimintaterapeuttejakin. Usein toimintaterapeutti käyttää itselleen vahvaa ja mieluisaa luovuuden osa-aluetta. Näitä voi olla mm. kuvataide, naratiivinen työskentely, draama, tanssi, musiikki, liikunnan eri keinot, kirjallisuus, runot, kirjoittamisen prosessi. Nämä toiminnot mahdollistavat toimintojen käytön eri-ikäisten, sosiaaliluokasta, ymmärryksestä, toiminnan tasosta ja toiminnanhäiriöstä riippumatta kaikille jotka kokevat toiminnan merkitykselliseksi itselleen ja omalle mielelleen. Luovien toimintojen käyttö toi-



mintaterapiassa on aina edellytys sille, että toiminta on asiakkaalle tarkoituksenmukaista ja merkityksellistä. (Himberg, Salonen 2011:9–10.)

### 3.6 Mies kohderyhmänä

Mies, man, mannen, mann, homme, homen, hombre, 男子, 男, maður, mand

Meidän mielestämme miesten näkökulmaa ei tuoda esille ehkä niin suuressa määrin toimintaterapioita suunnitellessa kuin olisi syytä. Toki yksilöt ovat aina huomioituna terapiaa suunnitellessa, mutta, että kysymyksen asettelu lähtisikin sukupuolisuuden kautta, miehen roolien kautta tai että toiminta suunniteltaisiin vastaamaan miesten toiminnallisuuden tarpeita.

Miesten henkisen jaksamisen tukeminen oli mielestämme tärkeä osa tätä työtämme. Olipa elämän tilanne mikä vain, miehille helposti todetaan jopa työterveyshuollossa heidän kertoessaan olevansa henkisesti lopussa, että :” Niin... voi, voi. Koeta nyt vaan jaksaa” (Henkilöhaastattelu, liite 1) Heidän ahdistustaan tai mielenterveydellistä jaksamista ei oteta vakavasti riittävän ajoissa. Uskomme tulevina toimintaterapeutteina olevan velvollisia muistamaan interventioita suunnitellessamme, ihmisyyden sukupuolisuuden mukanaan tuoman jaon. Miehet ja naiset eivät toimi samoin sisäisin rakentein, eivät koe asioita samoin eivätkä ole psykologisestikaan samoin rakennettu. Näihin ajatuksiin vedoten, halusimme ryhmämme olevan juuri vain miehille tarkoitettu.

Mikä on miehen rooli? Sivistyssanakirja määrittelee roolin seuraavanlaisesti; Sosiaalisten odotusten tai vastaavasti asemanmukainen käyttäytymismuoto. (Manninen, Leikola 1986.)

Roolien kautta mies näkee ja kokee itsensä kokonaisena, tuntevana ja ajattelevana yksilönä. Roolien kautta mies samaistuu myös ihanteisiin. Mies voi olla aamulla työntekijä, illalla kaveriporukan salibändi jengin jäsen sekä isä ja aviomies. Roolit auttavat miestä toimimaan erilaisissa tilanteissa ja jäsentämään toimintaansa. Oleellista onkin puhuttaessa miesten arvomaailmasta, että roolit auttavat tuomaan esiin ne tärkeät arvot ja ominaisuudet joita mies pitää itselleen merkityksellisenä. Miesten rooleihin yhdistyy usein miehen omat valinnat ja toiveet sekä yhteiskunnan asettamat odotukset ja haasteet. (Nyman, Puohiniemi 2007: 59–63.)

Miestutkimuksissa miehen rooli on hyvin kiistanalainen liittyen ajatukseen tietystä miehen roolista ja oletuksista kuinka mies käyttäytyy ja toimii. Meille miehen rooli on yksi osa työtämme ja siihen liittyy sukupuoleen liittyviä odotuksia ja käsitteitä, miehen sosiaalisia suhteita, ympäristön ja toiminnan sidoksia.

Miehen rooli voi olla hyvinkin laaja pitäen sisällään miehen elämän viitekehyksen tai se voi olla vastaavasti hyvin konkreettinen esim. miehen asema. Rooli, oli sitten kyse miehen, naisen tai työntekijän roolista, on aina suhteessa johonkin olevaan kontekstiin. Miehen rooli käsitteenä pitää sisällään paljon odotuksia, toiveita ja merkityksiä muille ihmisille. Sosiaalinen ympäristö on luonut miehille tietyn aseman, käyttäytymismallin ja toiminnan muodon. Tällainen miehen pitäisi olla. Yhteiskunta asettaa miehille omat roolit, mallit ja normit joiden mukaan pitäisi käyttäytyä. Toisaalta taas miehet itsessään saattavat asettaa itselleen tietyn maskuliinisen ja testosteronia ylläpitävän miehisyyden haarniskan ympärilleen. Miehen elämänsäkki pitää sisällään syntymästä hautaan olevat tietyt odotukset. Vaikka miehen rooli olisi faktaa, fiktiota tai tietyn statuksen ylläpitämää määritelmää, miehet hankkivat sen aina, silläkin uhalla, että aseman voi menettää. Tästä syystä miehen täytyy todistaa omaa miehisyyttään jatkuvasti. Useinkin pinnan alla on jotain muuta kuin kova miehisuus. (Suominen 2005: 42–44.)

Miesten roolikirjoa, arvomaailmaa sekä tunneilmaisua hallitsee vielä nykypäivänäkin hyvin voimakkaasti vanhat ikäaikaiset ryhmäkäyttäytymisen sanelemat ohjeet, sanomatomat sanat, lainalaisuudet sekä biologiseen sukupuolikäyttäytymiseen liitettävät perustotuudet. On pidetty vallalla käsitystä testosteronista, joka tekee miehen ja miehestä voittajan. Todellisuudessa näin ei ole, maailma ei ole mustavalkoinen. Historiasta voimme lukea miehistä jotka ovat johdattaneet ritarit uusille urille, taistelleet sen puolesta minkä ovat nähneet olevan oikein henkensä kautta tai miehet ovat uskoneet uusiin keksintöihin tai ovat lähteneet ristiretkille valloittamaan uusia maanosia. Nykyaikaiset ristiretkelijät ovat tällä hetkellä asiantuntijoita ja oman alansa osaajia. Näissä ammateissa he jakavat tiedon ja taidon nykypäivänä naisten kanssa. Miesten rooli on muuttumassa ja enää miesten ei kannata kilpailla luolamiesten otteilla selvitäkseen elämästä hengissä. (Nyman, Puohiniemi 2007: 217–218.)

Kasvu mieheksi on pitkä prosessi, kuin elämä itse. (Nyman, Puohiniemi 2007: 235–236.) Useissa kulttuureissa on hyvin erilaisia tapoja, riittejä ja miehuuskokeita, joilla pyritään todistamaan ja osoittamaan valmius kasvamaan mieheksi, osoittamaan mie-

huutta, ottamaan miehuus vastaan tai olemaan mies. Esimerkiksi intiaaniriiteissä poika siirtyi riitin kautta uuteen elämänvaiheeseen sukukypsyyden lähestyessä, afrikkalaisessa kulttuurissa riitin myötä poika todistaa olevansa valmis miehisiin taistoihin ja huolehtimaan perheestään. Psykologit näkevät nämä riitit miehuuden todisteluna ja poikien siirtämisenä äidin sekä yhteisön muiden naispuolisten helmasta miesten keskuuteen. (Jokinen.A. (toim.)1999; 62–63) 236.)

Koska toimintaterapia katsoo ihmistä, yksilöä kokonaisuutena meidän tulee muistaa nämä ihmisen tärkeät kehitystehtävät, jotka antavat suunnan kasvulle ja kehitykselle. Jos jokin vaihe ei pääse toteutumaan täysivaltaisesti, siitä saattaa olla seurauksena yksilön toimintavalmiuksien heikkeneminen.

Työssämme emme erittele miehen ja naisen välistä toimintaterapiaa, vaan koemme molemmat sukupuolen edustajat yhtä arvokkaiksi käyttämään toimintaterapian palveluja ja olla osallisena toimintaterapiasta. Sitä voidaan pohtia, miksi usein miehet ovat vähemmistönä toimintaterapian asiakkaana ennaltaehkäisevässä mielessä tai sairaanhoidon piirissä. Miksi miehet siirtyvät toimintaterapian asiakkaaksi vasta, kun kaikki muu on jo tehty ja kokeiltu. Työssämme haluammekin tuoda esille näkökulman, joka ottaa jo heti alusta lähtien huomioon miehen, miehiseltä näkökannalta katsottuna. Pohdimme millaiset mahdollisuudet tämä toisi miesten toimintaterapiaan, miesten vahvistumisen tunteeseen, mielenterveyden ylläpitoon ja syrjäytymisen ehkäisyyn.

Psykologi Alon Gratch on kirjassaan pyrkinyt etsimään vastauksia siihen, miksi miesten on vaikea puhua tunteistaan, miten voisimme oppia kuuntelemaan, tulkitsemaan ja ymmärtämään miestä ja miehen käyttäytymistä. Alon Gratch pitää tiettyjä ominaisuuksia miehille kuuluvina, joita ei voida poistaa tai muuttaa. Halu ymmärtää asioita myötätuntoisesti ja arvostavasti, auttaa kohtaamaan mies tasavertaisena. Kirjoittaja on listannut seitsemän miehistä ominaisuutta ja olettamusta jotka selittävät miesten käyttäytymistä ja ajattelutapaa.

1. Pojat / miehet eivät itke (häpeä)
2. Emotionaalinen poissaolo (en tiedä, miltä minusta tuntuu)
3. Miehin epävarmuus (olen väsynyt pätemään)
4. Itsekeskeisyys (katso minua, kuule minua, kosketa minua, huomaa minut)
5. Aggressiivisuus (minä näytän, kuka täällä määrää)
6. Itsetuhoisuus (olen täysi nolla)
7. Tunteiden ilmaisu seksin kautta (haluan seksiä ja heti)

(Gratch. 2003: 18–30.)

Sukupuolentutkimuksessa nähdään sukupuoli kulttuurisesti määräytyvänä ja sosiaalisesti opittuna ilmiönä. Naiseus ja mieheys ovat kulttuurimme luomaa ja muokkaamaa. Näitä muokkaavia tekijöitä ovat aika, ympäristö ja ihmisen ikä. Tätä näkökulmaa hyväksikäyttäen, voidaan pitää miesten valtakulttuuria yhtenä tapana elää miesten elämää. Tutkimukset jotka käsittelevät sukupuolta, käytetään termejä ”mies”, ”maskuliinisuus” sekä ”mieheys”. Käsite / termi mies viittaa selkeästi yksilön biologisiin ominaisuuksiin ja biologiseen viitekehykseen. Kun taas, ”maskuliinisuus” ja ”mieheys” ovat usein synonyymejä toisilleen. Nämä termit kuvaavat tekijöitä, jotka tuovat esillä sitä tapaa, jolla mies esittää miestä. (Jokinen.A. (toim.)1999, 52–53.)

Mieheksi kasvaminen on prosessi, joka alkaa heti syntymästä, mutta joka tulee näkyvämmäksi noin parinkymmenen vuoden iässä. Tässä prosessissa on seitsemän vaihetta. Kehittyminen jää kuitenkin vajavaiseksi, jos jostain syystä ohitetaan joku tai jotkut prosessiin kuuluva vaiheet. Seuraavaksi tarkastelemme miehen kasvun prosessin vaihteita Nymanin ja Puohiniemi (2007 ) mukaan tarkemmin, jotta ymmärrettäisiin perusvaiheiden kehitystehtävät ja aikakauden riippumattomuuden. Tätä mieheksi kasvun prosessin ymmärrystä tarvitsemme, jotta voisimme suunnata toimintaa oikeanlaisessa kontekstissa eri ikäisille miehille äijäfoto-ryhmässämme. Ja jotta kykenisimme ymmärtämään oikein yksilöiden välisiä kehityksellisiä eroja ryhmässämme. Ryhmämmehän oli tarkoitettu alueen kaikille yli 18 vuotiaalle miehille.

Ensimmäisenä on irtautuminen lapsuudenkodista. Tätä vaihetta voidaan pitää ns. väli-vaiheena, ennen parisuhteen perustamista sekä lasten hankkimista. Tässä vaiheessa nuoruus ja vastuullinen aikuisuus nousevat esille. Viivästyminen oman perheen perustamisesta, jättää aukon aikuistumassa olevan miehen kehittymisen kaaressa. Nykypäivänä aukkoa täyttää ns. ”äijäily” kulttuuri, joka pitää sisällään miehisyden esille tuomista kaikin keinoin sekä uhoa lapsuudenkodistaan irtautumisesta.

Toisena tulee oman perheen perustaminen. Tässä elämänvaiheessa miehen ja naisen kehityskulku ja oman sukupuolensa edustavuus muuttuu. Parisuhde, oma perhe ja lapset muodostavat uuden näköalan elämään. Miehisestä maailmasta ei löydy vastinetta kantaan lasta sisällään, kokea synnytys, imettää ja huolehtia usein vauvan varhaisesta huolenpidosta. Mies ei välttämättä pysty koskaan varhaisvaiheessa, samanlaiseen jakamisen osa-alueisiin, kuin nainen tässä vaiheessa. Mies ei kasva yhtä nopeasti

isäksi kuin nainen äidiksi, tästä syystä miehet pysyvät poikina pitkään. Toisaalta nykyajan miehet ovat teknologiasta innostuneempia kuin vuosisatoja sitten, mikä tuo oman leimansa isäksi kasvamisessa sekä miehisyyden vahvistamisessa. Nykyaikana useat miehet saattavat pohtia isyyttä ja omaa kasvamistaan tietoverkkojen ja tietokone pelien maailmaa lastensa kannalta. Verkon kautta mies saa helpommin ja nopeammin vertaistukea kuin vaikkapa sählypelin juomatauolla. Tämä ei tietenkään korvaa ihmistä, eikä kasvokkain kommunikointia. Internet on vain yksi lisäväline ja keino hakeutua haluamaansa seuraan sekä tarvittaessa piiloutua nimimerkin suojaan.

Kolmas on miesyhteisössä eläminen. Käytettäessä mittarina miesten sosiaalista elämää verrattuna naisiin, miehet ovat naisia paljon vilkkaampia. Tutkimuksen mukaan miehillä on keskimäärin 13 ja naisilla 7 ystävää. Se kuinka syvällisiä suhteita nämä ovat, ei kerro todellista totuutta miesten sosiaalisista suhteista, sosiaalisesta kanssakäymisestä, yksinäisyydestä tai syrjäytymisestä. Miesyhteisöllisyys voidaan rajata sisältämään seuraaviin asioihin; työhön, urheiluun ja yhteisiin harrastuksiin. Oman lisänsä miesyhteisöllisyyteen tuo armeija-aika. Tämä aika on miehisyyden kasvun aikaa ja oman paikan löytämistä. Sota-aikana aseveljeys lujitti monet miehet ikuisiksi ystäviksi. Miesyhteisöllisyys saattaa olla hyvinkin yksipuolista ja suuntautuneisuutta, esim. jalkapallo harrastus. Tällaisessa yhteisössä mies voi olla vuosia mukana ja tavata vain kyseisen asioiden tiimoilta muita jäseniä.

Sitten tulee vaihe, jossa nuoremman sukupolven kasvattaminen on keskeistä. Yhteyden lapsiin ja nuorempaan sukupolveen, mies löytää tekemisen kautta. Usein tämä rooli näyttäytyy leikkimällä, pelaamalla ja lapsia harrastuksiin kuljettamalla. Vuosikymmeniä sitten, kun kotiäitiys oli yleisempää, mies jäi usein etäämmälle lapsistaan kuin nykyisin. Miehen rooli on näistä ajoista muuttunut ja nykyaikaistunut. Nykyään mies ei ole enää perheen elättäjä, ”perheen pää” sekä kodin asioiden päättäjä. Nykyaika on tuonut miehille, uuden tärkeän ja näkyvämmän roolin. Monelle se rooli on isänä oleminen.

Viidentenä on vallanotto edeltävältä sukupolvelta. Vallanotto merkitsee vastuunottoa ikääntyvistä vanhemmista sekä työelämässä siirtymistä vastuullisempiin tehtäviin. Vastuunotto omista vanhemmistaan tapahtuu usein hyvin yllättävästi. Yhtä äkkiä omat vanhemmat eivät enää jaksakaan huolehtia arkipäiväisistä asioista ja odotukset miestä kohtaan suvun päämieheksi nousevat esille. Tämä tarkoittaa miehelle uuden roolin omaksumista. Mies huomaakin, ettei hän enää ole poika tai nuori mies, vaan kasva-

massa uuteen velvollisuuteen. Uudessa roolissaan päämiehenä mies edustaa kaikkea sitä, mitä on olla mies.

Kuudentena tulee vallasta tai muusta itselle tärkeästä luopumisesta. Vallasta luopuminen on miehille usein haasteellista ja vaikea tapahtuma. Tyypillisin muoto vallasta luopumisesta voi olla mm. sairastuminen vakavasti, irtisanoutuminen sekä eläkkeelle jääminen. Kaikki mistä mies joutuu luopumaan ja hän kokee sen itse luopumisena, voidaan pitää vallasta luopumisen kokemuksena miehelle. Siirtyminen tekemisestä tekemättömyyteen, on miehelle erittäin suuri ja vaikea kokemus. Tästä saattaa muodostua myös ongelma. Mies osoittaa tunteensa ja oman arvonsa teoilla ja oman käden jäljillä sekä tuloksilla, mitä on aikaansaanut. Esim. mies joka on elänyt elämänsä työn kautta ja iloinnut työn jäljestä sekä aikaansaannoksista, hänelle voi olla eläkkeelle jäämisen jälkeen hankalaa löytää korvaavia ylpeyden ja ilon aiheita. Jokainen luopuminen jättää miehille aukon, jota voi olla vaikea täyttää. Toisaalta luopuminen voi olla myös uuden mahdollisuus, mies voi löytää elämälleen uuden suunnan vaikka se olisi pakon edessä tapahtuva. Esimerkiksi uuteen ammattiin kouluttautuminen. Tämä voi olla myös terapeutista, jos miehillä on mahdollisuus käydä läpi oma tilanteensa rauhassa, miesryhmässä sekä uusien tehtävien/harrastusten edessä.

Viimeinen tehtävä, rooli ja suoriutuminen on elämästä luopuminen. Se on väistämätön irtautuminen jokaiselle miehelle. Tilastojen valossa mies kuolee muutamia vuosia aikaisemmin kuin naiset vanhuuteen. (Nyman, Puohiniemi 2007:236–251.)

Tuleva äijäfoto-ryhmän jäsenet edustavat monia eri kehitystehtävien vaiheita. Ilman kehitysvaiheiden ymmärrystä on miehen elämän tarkastelu toimintaterapian silmin hankalaa. Meidän tulee kyetä näkemään kaikki eri toiminnat, joita eri ikään ja kehitysvaiheeseen kuuluu. Ilman tätä teoriapohjaa on hankala ymmärtää, millaiseen kontekstiin voi ryhmäläinen olla kiinnittyneenä kasvamisensa osalta.

### 3.7 Ryhmät toimintaterapiassa

Ryhmällä tarkoitetaan ihmisjoukkoa, joilla on sama tarkoitus ja tavoite ja jotka toimivat yhteisesti sen saavuttaakseen. Ensisijaiseksi ryhmäksi lasketaan ihmisjoukko, jotka voivat tavata toisiaan henkilökohtaisesti, tekevät yhteistyötä saavuttaakseen yhteisen tavoitteensa, jakavat yhteisiä ajatuksia ja ideoita sekä luottavat ainakin jossain määrin toisiinsa. Sekä tiedostavat heitä yhdistävät seikat. Tällaiset ryhmät ovat yleensä pienehköjä n. 20 ihmisen ryhmiä. Ryhmän yhden jäsenen käyttäytyminen vaikuttaa ryhmän

muiden jäsenten käyttäytymiseen, Jäsenet kokevat olevansa osa ryhmää ja he ovat kykeneviä oppimaan ryhmänä sekä saavuttamaan asioita yhdessä, joita yksikään heistä ei kykenisi saavuttamaan yksin.(Mosey 1996: 248-249.)

Ryhmän voidaan katsoa olevan terapeutti, koska se tarjoaa kaikki elementit muutokseen. Ryhmä antaa palautetta ja vahvistaa positiivista käytöstä. Ryhmä mahdollistaa uusien kokemusten saamisen joita tarvitaan, jotta voidaan laajentaa tarvittavia tietoja ja taitoja joiden avulla pärjätään yhteiskunnassa. Jokainen jäsen tuo ryhmään oman todellisuutensa ja tavoittensa, tarpeensa ja henkilökohtaiset näkemyksensä. Tästä johtuen erilaisuuden hyväksyminen on tärkeää ryhmän ilmapiirin kannalta. Ryhmän ollessa turvallinen yksilö voi tutkia siellä omia ongelmiaan ja lopulta yksilö voi saada tyydytyksen tunteilleen vain toisten tarpeita täyttämällä. Ryhmän jäsenen elämän yhden osa-alueen muutos vaikuttaa hänen muihin elämän alueisiin. Terapia ryhmän tavoitteena on aina jäsenten yksilöllinen kehittyminen.( Mosey 1996: 261).

Ryhmän toiminta voi sisältää terapeutista toimintaa, vaikka se ei olisikaan varsinaisessa merkityksessä terapiaryhmä. Terapeutista elementtejä sisältävä ryhmä sisältää seuraavat elementit; Ryhmä on oppimisen väline taitojen kehittämisessä ja tutkimisessa, ryhmä jäsentää aikaa sekä antaa tarkoituksen toiminnalle. Ryhmä mahdollistaa tavoitteellisen ja luovan toiminnan sekä mahdollisuuden tuottavuuteen. Tämä antaa mahdollisuuden ihmisille kokea mielen sekä henkisen hyvinvoinnin. Itseilmaisulle ja tunteiden tutkimiselle on tilaa ja aikaa. Terapeutti ryhmä aktivoi ja virkistää. Se antaa mahdollisuuden sosiaaliseen vuorovaikutukseen ja yhteyteen. Terapeutti ryhmä mahdollistaa uuden sosiaalisen roolin, joka auttaa jaksamaan (Finlay.L.2004: 50–51.)

Sisko Salo-Chydenius on tuonut esille kirjassaan Toimintaterapia mielenterveytyöissä useita seikkoja, jotka katsotaan toimintaterapian näkökulmasta tekevän myös ryhmätoiminnasta terapeutista. Koska toimintaterapeutti käyttää aina asiakkaansa kuntoutumisen suunnitteluun kaiken ammatillisen kokemuksensa ja ammattitaitonsa, kuunnellen asiakkaan omaa narraatiota hänelle tärkeistä ja merkityksellisistä toiminnoista, tarkoituksenmukaisen toiminnan myötä koostuu näin toiminnan terapeutisuus. Ryhmän toiminta on kokonaisvaltaista ja se kehittää yksilön erilaisia taitoja. Ryhmä edistää vuorovaikutusta niin sanallista kuin sanatontakin. Toiminnan tulee olla sellaista, jossa yksilöllä on mahdollisuus suojautua ja edetä omassa tahdissaan. Yksilön tulee voida säädellä toimintaa omien tarpeittensa ja kykyjen mukaisesti. Toiminta ei saa olla sellaista, joka aliarvioi jäsenen kyvyt. Toiminnan tulee sitouttaa ja jäsentää nykyhetkeä ja tule-

vaisuutta. Toiminta painottuu tekemiseen suoritusta ja lopputulosta aliarvioimatta. Toiminnasta saadun palautteen tulee olla rehellistä, myönteistä ja todellista. Toiminnan tulee tuottaa yksilöille iloa, huojennusta, tyytyväisyyttä ja virkistävyttä. Toiminnan tulisi antaa yksilöille vastavuoroisuuden ja osallisuuden kokemuksia. Toiminnan tulisi vaihdella antaen mahdollisuuden tutkia ja työstää tiedostamatonta. Sen tulisi antaa myös mahdollisuuden ajatuksien, tunteiden ja mielikuvien ilmaisemiseen ja symboliseen tuottamiseen. Toiminnan tulisi auttaa yksilöitä tunnistamaan, hallitsemaan ja sietämään erilaisia tunteita. Toiminta auttaisi myös kokeilemaan erilaisia rooleja, tutkimaan niitä ja hankkimaan vuorovaikutustaitoja. Sen tulisi kehittää ongelmanratkaisutaitoja ja auttaa ottamaan haltuun sekä kokeilemaan erilaisia todellisessa elämässä vaadittavia taitoja.

Hautala ym. esittävät kirjassaan Toiminnan voimaa s 167–168, Irvin Yalomien mukaiset ryhmän parantavat tekijät. Yalom on määritellyt ryhmän olemassaolon terapeuttisen merkityksen siihen osallistuvalla yksilöllä. Hän esittää ryhmän tarjoavan 11 eri terapeuttista elementtiä. Nämä voidaan laittaa luetteloksi, jonka jälkeen tarkastelemme niitä lähemmin.

1. Toivo
2. Tieto
3. Universaalisuus
4. Altruismi
5. Parantava kokemus
6. Suhteiden ylläpitotaidot
7. Mallioppiminen
8. Interpersoonallisuus
9. Puhdistautuminen
10. Eksintentiaaliset tekijät
11. Koheesio

Ryhmä herättää yksilössä toivoa, sillä yhteinen tavoite tai yhteiset arvostuksen kohteet auttavat yksilöä saamaan positiivisia kokemuksia ja sitoutumaan yhteiseen toimintaan. Ryhmä myös tarjoaa tietoa ja sen jakamista, sillä ryhmään osallistuvat yksilöt oppivat uutta niin itsestään kuin muidenkin osallistujien kokemuksista ja ryhmän aikana tapahtuu myös uuden oppimista, sillä koska jokainen on oman elämänsä tuote tuovat he jotain yksilöllistä ryhmään tämän kautta.

Ryhmän universaalius eli samankaltaisuuden kokemuksen tarjoaminen antaa yksilölle kokemuksen siitä, ettei omien ongelmien tai onnistumisiensa kanssa tarvitse olla yksin ja että muillakin on samankaltaisia kokemuksia. Ryhmässä yksilöt voivat antaa toisilleen auttamista, joka lisää oman tarpeellisuuden kokemuksia eli altruismia. Aikai-



semmat kokemukset omasta sisäistyneestä perheenmallista voivat myös saada uuden parantavan kokemuksen ryhmän kautta. Sosiaalisten suhteiden ylläpitotaidot myös karttuvat ja kehittyvät ryhmän kautta. Mallioppiminen tarjoaa ryhmässä osallistujille muiden toimintaa seuraamalla uusia ja erilaisia ratkaisumalleja. Yksilö oppii myös interpersoonallisesti eli itsestään, ihmissuhdetaidoistaan ja omasta käytöksestään kaiken aikaa saadessaan palautetta ryhmän muilta jäseniltä. Ryhmässä on yksilöillä mahdollisuus ilmaista tunteitaan ja sitä kautta kokea puhdistautumista eli katarsista. Syy, miksi sitten yksilöt pysyvät ryhmässä on ryhmän koheesion aikaansaama yhteenkuuluvuuden tunnetta. Vetovoimaa yhteiseen tavoitteeseen, luottamusta muihin osallistujiin ja halua olla valitsemassaan ryhmässä.

Professorit Hodgetts ja Rua ovat Uudessa Seelannissa tekemässään, etnograafisin keinoin tehdyssä, valokuvauksen menetelmää hyväksikäyttävässä tutkimuksessa saaneet miesten toiminnallisen ryhmän käyttöä puoltavia vastauksia. Tutkimuksessa tutkittiin mm. miesten käsitystä itsestään miehenä. Heiltä pyydettiin kuvaamaan paikkoja, tapahtumia ja ihmisiä, joilla on heidän elämässään miehinä merkityksiä. Yhtenä huomionarvoisena seikkana oli heidän tutkimuksessa esiin tulevan äijäkulttuurin (vapaa käännös sanasta Bloke culture) keskeinen tunteiden ilmaisun tapa eli asioiden yhdessä tekeminen. Miehet eivät osallistuneet yhdistyksiin tai ryhmätoimintaan vain keskustelukseen. He sitoutuvat yhteisen projektin, tavoitteen tai uuden taidon oppimisen kautta merkityksellisesti ryhmään ja toisiinsa. Yhdessäolo toiminnan aikana piti yllä miesten keskinäisiä ihmissuhteita, loi turvallisuuden tunnetta, lisäsi tuen ja yhteenkuuluvuuden tunnetta. Tutkimukseen osallistuneet miehet olivat mm. keskustelleet siitä, kuinka heistä yhteisöön kuuluvuuden tunne tuntui eniten toiminnallisten paikkojen kautta tai niissä olemalla. Tilojen ja paikkojen merkityksellisyydestä tapahtuneen toiminnan myötä puhuvat myös Hautala ym. Toiminnan voimaa kirjassaan s. 32. Myös Hodgetts ja Ruan tutkimuksen miehet olivat kokeneet noissa merkityksellisissä paikoissa, että heidät huomioidaan. Toimintaan sitoutuessaan miehet jakavat ilojaan, surujaan sekä kokevat yhteenkuuluvuutta sekä jakamisen tunteita ja toiminta siis voidaan nähdä miesten keskinäisenä välittämisen ja intymiyden osoituksena (Hodgetts, Rua: 2010).

Mosey toimintaterapiaryhmien jaottelun mukaisesti tuleva miesvalokuva-ryhmämme kuuluisi lähinnä tutkivan ryhmän piiriin. Tutkivalla ryhmällä (Task oriented group) Mosey tarkoittaa ryhmää, jossa yksilöiden oma ymmärrys omista tarpeista, arvoista ja tunteista tulee tietoiseksi. Toiminta, sen suunnittelu, ja toteutus ohjaavat tietoisesti tunteiden ja toiminnan välistä suhdetta. Jäsenet itse aikaansaavat keskustelun ja terapeut-

ti vain rohkaisee tarvittaessa. Toiminta itsessään ei ole keskipisteenä vaan se, kuinka sitä suoritetaan.(Mosey 1996:280-281). Toiminnan lopputulos, meidän tapauksessamme valokuvat, on ryhmälle konkreettista ja edistää sekä rajaa tunteiden ja ajatusten ilmaisua. Terapeutilla on tässä ryhmässä aluksi aktiivinen, johtava ote ja loppua kohden hänen roolinsa on väistyä taka-alalle. Juuri näin on miesryhmässämme tarkoitus toimia ohjaavuuden suhteen. Tällainen tutkiva ryhmä on mahdollinen sellaisille jäsenille, jotka kykenevät toimimaan korkealla tasolla ja jotka kykenevät sosiaaliseen ja verbaliin vuorovaikutukseen.

### 3.8 Miesryhmät

Ihmisen elämä, olkoon se naisen tai miehen, koostuu hyvin erilaisista ryhmistä. Usein nämä ryhmät muodostuvat sosiaalisista ryhmistä ja niiden muodoista. Kuuluminen johonkin ryhmään on ihmisen perustarpeita, joita toimintaterapiassa otetaan huomioon jo ryhmän suunnittelu ja tavoitteiden asettelu vaiheessa. Vuorovaikutukselliset taidot ovat ihmisen olemassaololle ja henkiselle sekä fyysiselle hyvinvoinnille tärkeä ja tarpeellinen hengissä pysymisen väline. Jääminen ulkopuolelle ryhmästä tai ryhmän kokemuksesta, johtaa helposti henkiseen ja fyysiseen syrjäytymiseen sekä toiminnalliseen deprivatioon. Ryhmää voidaan kuvailla sanalla peili, jolloin ihmiset peilaavat omaa kokemusmaailmaansa, sosiaalista toimintaansa ja minuutta ryhmän kautta. Ryhmä toimii voimavarana, tukijana ja kannattelijana.(Hautala T.(toim.) 2011:161–162.)

Toimintaterapiassa käytetään yhtenä toiminnanmuotona ryhmää ja ryhmän parantavaa elementtiä. Ryhmä voi koostua eri-ikäisistä, eri sukupuolen edustajista ja eri kokemusmaailmaan pohjautuvista ihmisistä. Ryhmä voidaan myös muodostaa saman sairauden yhdistävästä tekijästä, sukupuolesta tai toiminnan kautta sitouttavasta ryhmästä. Ryhmällä on aina tavoite ja päämäärä jota kohti edetään. Toimintaterapeutit ovat ryhmän ohjaajina asiantuntijoita. (usean lähteen vaikutus)

Miesten käsitys ja mielikuva ryhmästä on usein melko negatiivinen. Tämä saattaa asettaa haasteita järjestää ja luoda puitteita miesryhmälle. Miehiä on usein vaikea saada sitoutumaan toimintaan. Usein miehillä on mielikuva ryhmästä, jossa pitää puhua tunteista ja analysoida niitä. Miesryhmässä tuleekin ottaa huomioon, että toiminnalla on suuri merkitys ryhmän sisältöön ja jatkumoon. Miehillä suunnatun ryhmätoiminnan avulla miehillä on mahdollisuus saada rohkeutta, itseluottamusta sekä tulla hyväksytyksi miehenä juuri sellaisena kuin on. Miehillä suunnatun ryhmätoiminnan on todettu

helpottavan ja vahvistavan miesten itseilmaisua, jolloin tuen ja mahdollisen hoidon hakemisen kynnyks laskee. Miesryhmät ovat miesten arjen tukijoita. (Muurman-Ranta 2011: 18–19.)

Miesryhmät ovat yleensä keskusteluryhmiä miehille, miesten kielellä. Elämän ilot, surut, ongelmat, haasteet sekä onnistumiset voidaan käsitellä ryhmässä avoimesti ja rehellisesti miesten kesken. Miesryhmien avulla voidaan ennaltaehkäistä syrjäytymistä, ongelmien syntymistä sekä yksinäisyyttä. Ammatilaisena meidän tulee tiedostaa oma roolimme ja vastuumme. Henkilö, kuka on ei-ammattilainen ei voi samalla lailla tunnistaa ryhmän jäsenen avun tarvetta tai mielenterveydellistä ongelmaa kuin vaikkapa toimintaterapeutti joka on terveydenhuollon alan ammattilainen ja siinä mielessä mitä parhain ryhmän ohjaaja. (Peitsalo 2008:29.)

Miesryhmien toimintaa ohjaa neljä arvoa. Arvojen; avoimuus, tasavertaisuus, kunnioitus ja luottamus tehtävänä on luoda rakenteita ryhmälle. Nämä luovat perusteet miesryhmälle yhdessä kommunikaatiotapojen kanssa. Tällä tarkoitetaan pelkistetyksi sitä, että miehet pyrkivät pitäytymään asiassa, naisten mieltiessä tunteita, sosiaalisia suhteita ja peilaamaan itseään kokemuksiin ja tunteisiin. Miehet kommunikoivat yleensä melko samalla tavalla, mikä vähentää miesten väärinymmärtämisen riskiä sekä helpottaa miesten välistä vuorovaikutusta. Tulee kuitenkin muistaa, että jokaisella olkoonkin mies tai nainen, on omanlaisensa tapa kommunikoida ja puhua. Miesten ryhmätoimintaa tutkiessa on huomattu, että alussa miehet kuuntelevat muiden mielipiteitä ja vasta tämän jälkeen haluavat osallistua itse vastavuoroiseen vuorovaikutukseen. Tämä selittynee usein turvallisuuden tunteesta ja turvallisen kynnyksen ylittämällä. Onnistunut miesryhmä voi olla samaan aikaan sekä äijämäinen, että turvallinen. (Aulavuori-Saarela. 2011: 27–29.)

Yleisin syy miesten osallistumiseen miesryhmään on tarve selkiyttää mieskuvaa sekä rooleja. Ryhmästä saatetaan hakea myös itsetuntemusta ja parempaa itsetuntoa. Ryhmä auttaa usein miesryhmän toiminnan kautta ajatusten selkiyttämiseen. Tämän lisäksi mies saattaa hakea luottamuksellisia mieskontakteja elämäänsä. Miesryhmä tarjoaa vertaisuutta, jolla pyritään luomaan edellytyksiä toiminnan onnistumiselle. (Peitsalo 2008:29–30.)

Miesryhmien erityispiirre verrattuna muihin ryhmiin, usein liittyy ryhmän ilmapiiriin. Miesryhmässä oikeanlainen ilmapiiri on avainasemassa ryhmän onnistumisen kannal-

ta. Usein miesryhmässä keskustelu on hyvinkin henkilökohtaista ja näistä asioista puhuminen on miehille usein vierasta. Tällöin on tärkeää, että ilmapiiri on miehelle jollain tavalla tuttua. Tuttuus luo turvallisuutta, joka mahdollistaa edellytykset omista asioista keskustelulle. Onnistunut ilmapiiri on sekä rento, että humoristinen. (Peitsalo 2008: 36–37.)

### 3.9 Sosiaalinen media miesten valokuvausryhmässä

Sosiaalinen media määritellään verkkoviestintäympäristöksi. Se on tietotekniikkaa ja tietoverkkoja hyväksikäyttävä viestinnän muoto, joka käsittelee sekä hyödyntää sisältöjä, jotka kohdentuvat asiakaslähtöisyyteen ja ihmisten vuorovaikutukseen. Sosiaalisen median avulla pystytään luomaan ja ylläpitämään eri ihmisten välisiä suhteita, riippumatta ajasta, paikasta tai välimatkasta. Sosiaalisessa mediassa ihmiset voivat viettää aikaa, hakea ja jakaa tietoa sekä tuoda esille mielipiteitä. Myös yhteistyön, verkostoitumisen ja juttelu toisten sosiaalisen median jäsenen kanssa on mahdollista.

Sosiaalisen median palvelut jaotellaan sen mukaan, mikä niiden käyttötarkoitus on. Näitä voi olla mm. verkkoyhteisöpalvelu, sisällön jakopalvelu ja wikimäisen yhteistyön tekemisen alustat. Tällä hetkellä Suomessa olevia käytetyimpiä sosiaalisen median foorumeita voidaan pitää, Suomi24.fi, IRCgalleria, Facebook, YouTube ja pikaviestiohjelma Windows Live Messenger. (Webopas. Sosiaalinen media)

Kehittämistyömme sosiaalisen median roolina oli olla yhteydenpitokanava ryhmän jäsenten sekä ryhmän ohjaajien välillä. Verkossa keskusteltiin, vaihdettiin ajatuksia, liitettiin kuvia ja suunniteltiin ryhmän jatkoa ja aihealueita. Keskustelu tapahtui ryhmän itsensä luomassa suljetussa blogissa eli verkkosivustolla. Olemme sopineet miesten kanssa, että ohjattujen ryhmäkertojen jälkeen, mahdollisuutemme osallistua ryhmän jäsenten keskusteluun ja ajatustenvaihtoon heidän blogissaan raukeaa.

Sosiaalisen median hyötynä voidaan pitää sitä, että ihmiset ovat nopeasti ja helposti tavoitettavissa, kohdentuen juuri sinne missä he kulloinkin ovat. Organisoitu sosiaalinen media voi asettaa toiminnalleen ja sen sisällölleen tavoitteita, se voi määritellä ydintehtävän sekä mitä tarkoitusta varten verkko läsnäolo on. (Webopas. Sosiaalinen media)

Sosiaalinen media mahdollistaa erilaisten ihmisten, eri ammattiryhmien, eri sosiaalisten taustojen omaavat ihmiset samaan lähtökohtaan. Mahdollisen fyysisen kehon, aikataulu ongelmien ja välimatkallisten rajoittuneisuuden vaikeudet vähenevät huomattavasti verkkoympäristössä. Sosiaalinen media tuo esille viihteellisen ympäristön helposti sekä se mahdollistaa virtuaalisen voimaantumisen, uuden tavan olla ryhmän kanssa kommunikaatiossa sekä vaihtaa tehokkaasti tietoa, ajatuksia ja uusia tapoja toimia. Sosiaalinen media tuo keskusteluyhteyden jokaisen itsensä määrittämälle tasolle. Virtuaalimaailmassa voi itse päättää ne rajat ja raamit, millä tavalla haluaa olla läsnä ja saavutettavissa (Miettinen.M. 2008, 7-9.)

Ryhmän jäsenet määrittelevät toiminnan sisällön, vuorovaikutuksen ja sosiaalisen median mahdollisuudet suhteessa ryhmään. Se, mitä he toisilleen sosiaalisen median kautta jakavat, on aina yksilöstä ja heidän valinnoistaan kiinni. Ryhmän sisältöä peilaen se voi olla mm. valokuvia, videoita ja kommentteja. Projektimme yhtenä tarkoituksena, Piercen toiminnan terapeuttisen voiman malliin nämä ajatuksemme liittäen, on saada sosiaalisesta mediasta yksi keino yksilön hyvinvoinnin ja vahvistavuuden edistämiseen sekä toiminnan vetoavuuden ylläpidolle. Se, että ryhmän jäsenet itse ottavat vastuun myös virtuaalimaailman rakentamisesta, voi mahdollistaa heidän sitoutumisensa toimintaan ja lisätä yhteisöllisyyttä sekä ehkäistä syrjäytymistä.

Useimmilla ihmisillä on helppo ja luonteva tapa päästä virtuaalimaailmaan omalla tietokoneella. Projektimme ei kuitenkaan vaadi osallistujilta omaa tietokonetta, sillä yhteiskunta mahdollista myös muut keinot päästä osalliseksi sosiaalisen median piiriin esim. kirjaston yhteiskäytössä olevalla tietokoneella tai älypuhelimien nettiyhteyden kautta. Kääntöpaikka tarjosi miesten käyttöön jokaiselle kerralle hyvät, uudet tietokoneet nettiyhteyksin ja kuvankäsittelyohjelmin helpottaen ryhmäkertojen aikana otettujen valokuvien välitöntä siirtämistä blogiin. Koimme, että nykyaika vaatii myös toimintaterapian muuttumista nykyaikaisemmaksi toiminnan suorituksien ja toteutuksien suhteen. Toivoimme voivamme hyödyntää sosiaalista mediaa ja sen helppokäyttöisyyttä projektissamme. Vaatimatta kuitenkaan osallistujilta mitään ylimääräisiä hankintoja.

Miesten valokuvausryhmän tavoitteena oli toiminnan osana saada aikaan virtuaalinen kokoontumispaikka ryhmään osallistuville miehille. Tarkoituksena oli tarjota yhteisön tukipaikka myös niille osallistujille, joiden oli mahdoton päästä tapaamiskertoihin, mutta jotka halusivat olla mukana hengessä, ryhmän osallisena jäsenenä joka kerta, sekä tapaamiskertojen välillä, osana yhteisöään. Siksi tarvitsimme tätä sosiaalisen median

teoriapohjaa. Ymmärtääksemme ja tukeaksemme ryhmän toiminnan ohjaamista tältä osin.

Yhteisöllisyyden käsite on nykyaikana muuttunut paljon sähköisen yhteisöllisyyden lisääntymisen myötä. Ihmiset eivät enää kiireittensä takia tapaa toisiaan kasvokkain, vaan sen on osittain korvannut kommunikointi virtuaalisessa tilassa. Olemme nykyisin tottuneet siihen, että ihmisten välinen kanssakäyminen ja kommunikoiminen tapahtuvat useasti puhelimen, sähköpostin, sosiaalisen median ja Internetin avulla. Sosiaalisuuden merkitys ei ole kuitenkaan kadonnut. Luomme edelleen itsellemme merkityksellisiä yhteisöjä, mutta nyt niiden synnyinsija on useimmin verkkoyhteisöjen maassa Internetissä.

#### 4 Kehittämistyön ryhmän toteutus

Kehittämistyötämme koskien kuulimme tahosta, joka tarvitsi miehille suunnattua toimintaa. Otimme yhteyttä ja he kiinnostuivat asiasta. Tämän myötä yhteistyökumppanimme tuli Kääntöpaikka. Heidän kanssaan aloitimme henkilökohtaiset neuvottelut ja sähköpostikeskustelut siitä, mitä he toivoivat kehittämis- ja yhteistyöltä. Pääsimme sellaiseen ratkaisuun, että me suunnittelemme ja toteutamme heille miesten toiminnallisen ryhmän, jossa saamme käyttää toimintaterapian näkökulmia tuodessamme esiin toiminnallista oikeudenmukaisuutta ja toiminnan vetoavuutta. Toiveena heiltä olisi, että ryhmä jatkaisi itseohjautuvasti meidän siitä lähdettyä ja että toiminnan muotona tulee olla jokin sellainen, joka on mahdollista toteuttaa heidän käytössään olevissa tiloissa ja joka on ideologialtaan taide-kaupunginosaan istuva.

Kehittämistyömme tehtäväksi tuli luoda vain miehille tarkoitettu toiminnallisesti vetoava valokuvaus-ryhmä. Ohjattujen kertojen jälkeen miesten tulisi jatkaa itsenäisesti ryhmän toimintaa. Tämän toiminnan oli tarkoitus olla myös toiminnallisen oikeudenmukaisuuden periaatteita noudattavaa sekä vetoavaa, vertaistuellista ja yhteisöllistä. Yhtenä osana toiminnassaan miesten toivottiin käyttävän sosiaalista mediaa. Ryhmän toiminnan suunnittelumme perustui myös ryhmän terapeuttisten elementtien aikaansaamiselle eli, että ryhmä voi olla oppimisen väline ja että siellä ovat luovat toiminnat mukana.

Jotta kehittämiskohdetta voitaisiin lähteä tarkemmin prosessoimaan, tulee kehittämis-tehtävää tekevien ymmärtää se konteksti, jossa kohde toimii, tietää kehittämisen kohde tarkasti sekä ymmärtää kohteen historia. Nouseeko sieltä esim. jotakin sellaista, jotka on hyvä etukäteen tietää. Miten tätä tietoa voidaan käyttää hyödyksi niin, ettei kehittämisestä tule väärää kohdetta tai todelliset syyt jäävät sivuun. Tulee myös ottaa selvää, aikaisemmista tutkimuksista ja hankkeista. Tarvittava tieto jota voidaan hyödyntää on esimerkiksi; kohteen taustatiedot, arvot, asenteet, filosofia, henkilökunnan näkemys ja aatemaailma, ympäristön mahdollisuudet ja esteet. Myös tutustuminen henkilökohtaisesti kehittämiskohteeseen, sitouttaa ymmärtämään hankkeen taustaa ja kehittämis-kohteen merkitystä. (Ojasalo, Moilanen, Ritalahti, 2009, 28-30.)

Tutkimussuunnitelmassa jonkinlainen hahmotelma siitä, missä tutkimus suoritetaan ja mitä ryhmää tutkitaan, kuinka monta henkilö siihen kuuluisi ja kuinka heihin saataisi yhteys, olisi hyvä olla selvillä ennen tietojen keruuta. ( Hirsjärvi, Hurme. 2011:57)

Halusimme saada kesän 2012 aikana kattava kuvan miehisyydestä, sosiologian näkökulmasta, miestutkimuksista ja kaikesta, jolla voisimme omaa ajatteluamme vahvistaa. Tietoa haettiin kirjoista, lehtiartikkeleista, internetistä, haastatteleamalla erästä miestä sekä kyselemällä tuntemiltamme miehiltä erinäisiä asioita liittyen heidän näkemykseen miehille sopivista toiminnoista, joista he olisivat kiinnostuneita ja joka vetäisi heitä puoleensa. Vasta syyskuun 2012 alussa tuli virallinen selvyys kehittämistehtävämme alkamisesta sopimuksen allekirjoituksen muodossa.

Ryhmän toiminnallisena menetelmänä oli päätetty yhdessä yhteistyökumppanimme kanssa olevan valokuvaus. Valokuvaus ja valokuvan käyttö antaa mahdollisuuden omien tunteiden ilmaisuun. Se ei vaadi osallistujiltaan juurikaan fyysistä taitoa, voimaa, koordinaatiota tai liikkuvuutta. Sitä voi tehdä vaikka olisi aistien suhteen puutteellinen. Se ei vaadi luku- eikä kirjoitustaitoa. Tässä ajattelimme myös alueella asuvia maahanmuuttajia, mikäli heitä ryhmään tulisi. Tätä toimintaa voi tehdä kulttuurisista eroista huolimatta, sen tekniikat on helppo oppia ja siksi sen aiempaa osaamista ei vaadita. Siinä ei tarvitse olla taiteellinen eikä sitä tehdessä tarvitse kyetä ilmaisemaan itseään puheella. Tuotos itsessään on sen (tunne)(ajatus)ilmaisun lopputulos.

Teimme yhteistyökumppanimme kurssi-ilmoitusjulkaisuun mainoksen kuitenkin jo keväällä 2012 ja uuden verkkojulkaisumainoksen kesällä 2012. Mainos oli yhteistyökumppanimme sivulla myös englanninkielisenä. Tällä pyrittiin siihen, että mainoksen tulisi olla myös luettavissa muullakin kuin suomenkielisenä alueella asuvia ulkomaalais- taustaisia henkilöitä ajatellen. Miesryhmän ennakkomainokset, joissa teoriat miehestä olivat olleet taustalla, koetettiin muotoilla sellaisiksi, että ne kiinnostavat miestä. Samaiset teoriat ohjasivat jo ennakkoon koko ryhmän alkuunpanoa. Ilman tätä ymmärrystä emme olisi erityisesti miehille suunnattua, määrätynlaista toimintaa käyttävää toiminnallista ryhmää edes osanneet harkita. Toiminnallisen oikeudenmukaisuuden käsite oli mielestämme itsestään selvää ottaa tähän työhön mukaan teoriaksi, sillä juuri se oli ollut jo yhteistyökumppanimmekin erityistoive. Miehille suunnattua toimintaa.

Doris Piercen toiminnan terapeuttisen voiman malli tarjosi sisäisen rakenteen, yksilön sisäisen tunteen esiintulon ja toiminnan itsensä sisältävän vetoavuuden eri osalueiden tarkastelun. Toiminta on jokaisella toteutumiskerralla yksilöllinen ja ainutkertainen kokemus. (Pierce 2003:10–11,44-45.) Ryhmäkerrat suunniteltiin sisällöllisesti



siten, että toiminnot olivat vaihtelevia ja heillä oli mahdollisuus tehdä itse omat tavoitteensa, jotta sitoutuminen on heistä itsestään lähtöisin.

Koska mahdollisuus toiminnan muutokseen tapahtuu aina ympäristön kanssa vuorovaikutuksessa (Pierce 2003:10–11, 138-139.) halusimme suunnitella ryhmän, jossa se mahdollistuisi. Jokaiseen ryhmäkertaan tuli suunnitella vetoavuutta, vuorovaikutuksellisuutta toimintaa mahdollistavassa ympäristössä. Tuotteliaisuuden, mielihyvän ja vahvistumisen elementit koetettiin tuoda varsinaisen toiminnan avulla ryhmään. Valokuvien ja keskustelun keinoin sekä blogin avulla. Miehiin vetoavat tavat kommunikoida ja suorittaa toimintoja otettiin huomioon suunnittelussa.

Äijäfoto ryhmään ilmoittautui määräaikaan mennessä viisi eri-ikäistä miestä. Heillä kaikilla oli kiinnostus valokuvaukseen, vaikka osa kertoikin, ettei valokuvauksen tekniikka ole heille kovin tuttua. Oli mielenkiintoista heti ensi tapaamisella kuulla, kuinka teknisesti taitavammat miehet tarjosivat apua ja neuvoja teknisiin ongelmiin. Miesten iän vaihteluväli oli 40 vuodesta aina noin 70 ikävuoteen. Miesten sosiaalista suhteista tai sosioekonomista statusta ei ollut tarve tuoda esille, sillä ryhmän tarkoitus ei ollut perustaa pohjaa tälle. Tämä oli tieto, jonka toimme heti alussa heille esille. Niin ikään korostimme sitä, että jokainen sai määritellä itse kuinka paljon haluaa tuoda itsestään esille, kuinka paljon haluaa jakaa asioita toisten kanssa ja kuinka paljon on valmis vastavuoroiseen vuorovaikutukseen. Miehet olivat tulleet ryhmään jokainen omasta tahdostaan. Jokaisella oli jokin toive tai ajatus, mitä ryhmä voisi heille antaa.

Suurimpana toiveena oli, että kuvien, joita otetaan, pitää olla merkityksellisiä heille itselleen. Kuvien tekninen laatu tai -osaaminen ei ollut tavoitteena. Ryhmän sisällä oli yksi valokuvauksen ammattilainen, jolta muut ryhmäläiset saivat tarvittaessa apua teknisessä toteutuksessa. Tarjosimme miehille eri tapaamiskertojen (liite 4.) kuvausteema ehdotelman valokuvattavista asioista eri kokoontumiskerroille. He itse tekivät kuitenkin lopulta päätöksen niistä aiheista, mitä tulevat kuvaamaan. Miesten itse määrittelemäksi kuvattavaksi aiheeksi ja teemaksi tuli: Kuva, jonka voisi omallekin seinälle ripustaa.

Äijäfoto ryhmän ensimmäisellä tapaamiskerralla ryhmän jäsenille tarjottiin mahdollisuus oman suljetun sosiaalisen mediaryhmän perustamiseen. Oman blogin aikaansaaminen olisi yksi heidän toiminnoistaan. Blogi olisi keskustelua ja valokuvien jakamista varten. Ryhmän jäsenet halusivat asiaa miettiä ja he palasivatkin asiaan toisella ryhmätapaamisella. Tuolloin he olivat halukkaita jakamaan valokuvia ja kommentteja.

Ryhmä teki suljetun, tunnuksien takana olevan verkkoblogin. Tähän ryhmään pääsi ainoastaan jäsenten kutsumisen kautta. Meillä ohjaajilla oli myös mahdollista osallistua suljetun ryhmän keskusteluihin. Koimme, että he voisivat kuitenkin keskustella avoimesti käynnissä olevasta ryhmässä ja ryhmien sisällöstä ja jakaa ajatuksia ilman ”ohjaajan valvovaa silmää”, mikäli emme osallistusi. Uskoimme myös, että ryhmä pääsisi syvällisemmin ryhmäyhtymään ja verkostoitumaan keskenään ilman meidän mukanaoloamme.

Toimintaterapiassa käytettävät ryhmät voivat olla täysin suljettu ryhmä, puolisoljettu tai avoin ryhmä. Meidän ryhmämme oli puolisoljettu ryhmä. Tämä tarkoitti käytännössä sitä, että ryhmäläisten toiveesta tai ehdotuksesta ryhmään sai tulla uusia jäseniä. Me emme olleet mukana tässä valinnassa tai päätöksessä.

Toisella ryhmäkerralla mukaan tuli yksi jäsen lisää. Saimme kuitenkin uudelta jäseneltä postia ennen kolmatta kokoontumiskertaa, jossa hän kertoi eroavansa ryhmästä. Syytä hän ei kertonut. Joten kaikki, mitä me ohjaajina pohdimme olevan syynä tähän päätökseen perustui täysin meidän tulkintaamme. Toimintaterapiassa ryhmän voima perustuu nimenomaan ryhmään ja ryhmän kannattelevuuteen, uskoimme, ettei uutena jäsenenä ollut helppo raivata tietä joukkoon. Uusi jäsen koki itsensä ulkopuoliseksi. Hänen oli vaikea päästä mukaan ryhmän sisällä tapahtuvaan liikehdintään ja vuorovaikutukseen. Uuden jäsenen oli varmaankin vaikea myös päästä kokemaan samankaltaisia ajatuksia toisten ryhmän jäsenten kanssa, sillä toiset olivat jo ensimmäisellä kerralla jakaneet muille ryhmän jäsenille hyvin avoimesti oman elämäntilanteensa. Tämä kokemus näytti meille toimintaterapia ryhmien toisen puolen, sen kuinka haastavaa ja vaikeaa avoimen tyyppisten ryhmien kannattaminen on, sillä vastassa ovat monet tunteet ja toiveet.

Meille selvisi hyvin pian ryhmän alettua, että ryhmän jäsenillä oli samankaltaisuuksia. Oli yrittäjyyttä, elämän solmukohtia ja jaksamisen pulmia. Tässä kohtaa oli meistä todella helpottavaa huomata, että valitsemamme taustateoriat mielenterveyden ylläpidosta, miehen rooleista ja kehitystehtävistä unohtamatta luovien toimintojen käytön valintaa olivat osuneet kohdalleen. Ilman niiden ymmärrystä, olisi ryhmämme ohjaaminen ollut lähtökohdiltaan aivan toinen. Pystyimme myös muokkaamaan sisällöllisesti ryhmien aikana tapahtuvaa toimintaa ja eritoten vuorovaikutusta.

Renée Taylorin Tarkoituksellisen vuorovaikutuksen mallin mukaista ohjeistusta pidimme erittäin tärkeänä ryhmien ohjauksien aikana oman vuorovaikutuksessa olo tapamme kannalta. Terapeutin perusvuorovaikutustapa tulee olla aina sellainen, että yksilöä kuullaan ja hän tulee ymmärretyksi. Olemme ammattilaisina ”astioita” asiakkaamme tarjoamalle materiaalille. Tämä vaatii aina ohjaajalta suurta herkkyyttä, tarkkaa kuuntelun - ja läsnäolon taitoa. Ei kukaan voi ennalta tietää, mitä keskusteluissa tulee esiin ja missä muodossa. Vuorovaikutusta ei voi suunnitella. Se pitää osata elää siinä tilanteessa oikein. Ihmisten tunteet, tapahtumat, ympäristö ja koko yksilön historia on taustalla vaikuttamassa kulloinkin tapahtuvaan vuorovaikutustilanteeseen. Terapeuttisiin tilanteisiin tulee vain osata mennä tuntosarvet herkkänä ja sitä mukaan vaihtaa omaa tyyliään, kun tilanteet sitä vaativat. Näillä tavoin me etenimme. Kuunnellen, ymmärtäen, herkistäen itsemme läsnäololle. Ei tuputtaen ennalta mietittyä.

Ennen ensimmäistä tapaamiskertaa oli miesten kanssa oltu sähköpostitse yhteydessä, jotta ennakkotehtävä oli kaikilla mukana jo ensimmäiselle kerralle. Suunnittelimme muut ryhmäkerrat siten, että mukana on sekä miesten aiemmin ottamia kuvia, sekä niitä, jotka otetaan kunkin kerran aikana. Pohjana yksin ja yhdessä otettaville kuville olivat myös valokuvaterapian menetelmien aihepiirit (liite 4). Tapaamiskerroilla käytettiin myös Ulla Halkolan tekemää Spektro®-valokuvakorttisarjaa keskustelun herättelijänä. Miehet itse saivat päättää ensimmäisestä tapaamiskerrasta eteenpäin kotitehtäväkuvansa aiheen jokaisen tapaamisen lopussa. Viidellä tapaamiskerralla toimimme siten, että kuuntelemalla miesten tuntemuksia kokoontumisen alussa omien kuvien tarkastelun aikana lähdimme rakentamaan tarkemmin mielessämme sillä kerralla kuvattavaa aihetta. Aiheet olivat Doris Piercen toiminnan vetoavuuden; mielihyvä, tuotteliaisuus, vahvistavuus mukaeltuja otsikoita. Keskustelujen annettiin rönsytä aiheesta hyvin vapaana. Tämän luottamuksen ilmapiirin tuli saada kasvaa rauhassa. Olimme läsnä keskusteluissa. Joidenkin kuvaustehtävien aikana kyllä poistuimme viereiseen tilaan, jotta alkuun lähtenyt hyvin intiimin oloinen keskustelu sai rauhan. Miehet kyllä tiesivät meidän olevan kuuloetäisyydellä. Tätä ratkaisua pidimme silloin parhaana, jotta haluttuun aiheeseen annettiin miehille mahdollisuus päästä syvemmälle. Vuorovaikutuksemme oli mukautuvaa tilanteista riippuen. Olimme tarvittaessa aivan hiljaa ja annoimme miesten ohjailla tilannetta.

Pidimme etukäteen tärkeänä, että olemme varustautuneet tapaamiskertoihin runsaalla määrällä erilaisia miehiä kiinnostavia materiaaleja ja tavaroita, joiden avulla miehet voivat rakentaa otettavia kuvia. Heille annettiin kuvausaihe ( liite 3 ) ja sitten he ottivat

valokuvia annetun otsikon aikaansaamiseksi. Osa tuotoksista tehtiin yksilötyönä samaa tilaa ja tavaroita käyttäen. Osa kuvista tehtiin yhteistyönä, yhdessä kooten ja kuvaten.

Olimme mukana miesten ryhmän toiminnassa ensimmäiset viisi kertaa. Ohjasimme ryhmän alkuun, kuten olimme sopineet yhteistyökumppanimme kanssa. Keräsimme kirjallisena haastattelulomakkeella tietoja miesten ajatuksista Äijäfoto-ryhmä toiminnasta, toimintaan mukaantulon mielekkyydestä, toiminnan vetoavuudesta ja miesryhmään kuulumisen ajatuksista. Haastattelukysely suoritettiin neljännellä tapaamiskerralla siitä syystä, että neljästä ryhmään jääneestä miehestä yksi olisi pois viimeisellä meidän ohjaamalla kerralla ja halusimme myös saada hänen vastauksensa mukaan aineistoomme. Ryhmämme miehet päättivät tavoitteensa toiminnalleen ja valokuvalleen ja jatkoivat itselleen merkityksellisen kuvan etsimistä myöhemmin esitettäväksi. Seuraavissa kuvioissa ryhmäkertojen sisällöt lyhyesti esiteltynä.

#### **Ensimmäinen ryhmäkerta 11.9.2012**

- Esittäytyminen, miehet ja ohjaajat.
- Miehillä kerrotaan projektimme tarkoitus.
- Suostumuskaavakkeiden täyttö ja allekirjoittaminen osallistujien osalta.
- Keskustelua mitä valokuvaus on kullekin merkinnyt, mitä haluaisi valokuvauksesta oppia
- Ryhmän toiveet ja odotukset selville.
- Ryhmän tavoitteiden asettaminen.
- Tehtävän anto seuraavalle kerralta ota mukaan 5 valokuvaa, joka on itselle merkityksellinen ja jota haluaisi katsoa oman kodin seinällä.

#### **Toinen ryhmäkerta 18.9.2012**

- Ryhmän uuden jäsenen esittäytyminen ja tervetulleeksi toivottaminen
- Aloitus ja aiheeseen virittäytyminen Spektri® valokuvakorteilla
- Valitaan kuvista sellainen, joka kuvaa;
  - huumoria
  - tätä hetkeä elämässäsi
  - tulevaisuutta
- Omien valokuvien esittely
- Seuraavan valokuvatehtävän määrittäminen.

#### **Kolmas ryhmäkerta 25.9.2012**

- Ryhmäläiset kertoivat ryhtyneensä käyttämään sosiaalista mediaa ja julkaisemaan siellä omia valokuvia toisten ryhmäläisten nähtäväksi
- Erilaisten materiaalien, tavaroiden, esineiden pohjalta ryhmäläiset rakensivat kuvan vahvistavuuden, mielihyvän ja tuotteliaisuuden otsikoiden mukaan. Keskusteltiin valokuvista.
- Kotitehtävän määrittäminen.

### Neljäs ryhmäkerta 2.10.2012

- Ryhmäläiset työstivät yhdessä kollaasin annetuista materiaaleista kuvattavksi. Ensimmäinä aiheena oli toiminta ja toisena millainen ryhmä olemme. Miehet saivat kuvata omankuvansavaltsemastaan kollaasin kohdasta tai ottaa koko kollaasin kuvaan.
- Jokaiselle jaettiin haastattelukyselykaavake täytettäväksi.
- Suunniteltiin kotitehtävä: oman valokuvan työstämissuunnitelman kirjaaminen ranskalaisin viivoin ja laittaminen blogiin.

### Viides ryhmäkerta 9.10.2012

- Käytiin läpi lyhyesti edelliset yhteiset tapaamiset ja niiden sisällöt. Todettiin tämän kerran olevan viimeinen yhteinen tapaamiskertamme. Keskustelimme käytännön asioista ( avaimet, tilavaraukset ym. ). Ryhmä päätti itsenäisesti kuinka hoitavat ”vastaavan” tehtävät.
- Käytiin läpi annettu kotitehtävä. Tutustuttiin jokaisen ottamiin kuviin ja suunnitelmiin tulevaa tavoitekuvaa ajatellen. Laitettiin lisää kuvia blogiin tältä kerralta poissaolevaa henkilöä ajatellen.
- Toteutettavat tavoitteet- aikataulun tekeminen. Ryhmä teki yhdessä kartogille näkyvään muotoon ne todelliset toteutettavat asiat, joita pitää olla tehtynä ennen tavoitteena olevaa valokuvanäyttelyä.
- Keskustelimme vielä miesten ajatuksista
- Läksiäsjuhlat.

Etenimme ryhmän toimintaa suunnitellessamme ryhmää havainnoiden, suunnitellen sisältöä toiminnan subjektiivisten ulottuvuuksien vahvistamisen kautta. Käytimme toimintaa, toiminnasta havaintojemme mukaan koetun vahvistavuuden, mielihyvän ja tuotteliaisuuden elementtejä tapaamisten aikana. Rakenteet otimme keräämistämme teorioista koskien miehiä, valokuvausta, ryhmätoimintaa, toiminnan vetoavuutta ja tarkoituksellista vuorovaikutusta.

## 5 Tutkimuksellinen osuus

On hyvä pohtia ennen menetelmien valintaa, mikä on se lähestymistapa, jolla kehittämistehtävää lähdetään viemään eteenpäin. Lähestymistapa auttaa kehittämistyön suunnittelussa ja tutkimuksellisuus on näin helpompi sisällyttää kehittämiseen. Lähestymistapa liittyy kokonaisvaltaisesti kehittämisen tavoitteeseen. Lähestymistapoja on useita, esim. tapaustutkimus, toimintatutkimus, konstruktiivinen ja innovaatioiden tuottaminen (Ojasalo, Moilanen, Ritalahti, 2009, 36–37.)

Kehittämistyön tutkimuskysymykset perustuvat Doris Piercen ajatukseen toiminnan vetoavuudesta. Miten vetoavuus näkyy miesten valokuvausryhmässä ja miten miehet ovat kokeneet vetoavan toiminnan. Tämän lisäksi meillä on ollut tutkimuskysymyksiä yhteistyökumppanimme tavoitteet, pystymmekö luomaan sellaista toimintaa, jotka vastaavat tavoitteita. Näiden pohjalta olemme lähteneet kehittämistyössämme tutkimuksellista osuutta rakentamaan.

Koska Piercen malli korostaa tiedonkeruun tärkeyttä terapeutin suunnittelutaitojen osana, koimme tärkeäksi hahmottaa kehittämiskohde ja siihen liittyvien kontekstien summa, jotta voimme lähteä tutkimukselliseen osuuteen. Lähdimme tiedonkeruuvaiheeseen keräten hyvin laajasti tietoa niistä seikoista, joiden ajattelimme olevan osa tätä työtämme. Haimme tietoa kirjallisuudesta psykologiasta, mies-käsittelystä, valokuvauksesta, mielenterveydestä, toiminnallisesta oikeudenmukaisuudesta ja ryhmistä sekä tarkoituksellisesta vuorovaikutuksen mallista ja sosiaalisesta mediasta. Lisäksi teimme yhden ryhmäläisen henkilöhaastattelun ennen ryhmän tapaamisten alkamista.

Aineiston avulla suunnittelimme miesten valokuvausryhmän tapaamiskertojen muotoa ja niiden ohjaustapaa. Saadun kokonaistiedon varassa teimme myös aineistonamme tarvittavat haastattelukysymykset ryhmään osallistujille. Ryhmän tavatessa ensimmäistä kertaa saimme jokaiselta Äijäfoto-ryhmään osallistujalta kirjallisen suostumuksen (liite 2) käyttää tapaamistemme aikana keräämäämme materiaalia opinnäytetyöhömmemme. Miehet tiesivät koko ryhmäprosessimme ajan, että teemme havaintoja ja muistiinpanoja heidän työskentelystään.

Molemmat tekijät ovat olleet kehittämistyössä aktiivisesti mukana sekä molemmat tekijät ovat osallistuneet ryhmien ohjaamiseen. Alussa tekijöiden kesken jaettiin alueet mistä kumpikin tekijä lähtisi teoretietoa hakemaan. Näin välttyttiin päällekkäisyyksiltä ja saimme jonkinlaista taustatietoa ja pohjaa työllemme. Opponenttien roolia olemme hyödyntäneet tutkimuskysymysten analysoinnissa.

### 5.1 Kehittämistyön lähestymistapa

Tässä työssämme tapaustutkimus oli mielestämme sopivin lähestymistapa. Kyseessä oli miesten ryhmätoiminta, jonka suunnittelu ja alkuun ohjaus oli annettu tehtäväksemme.

Tapaustutkimuksessa tutkittava tapaus perustuu aina tutkimuskysymyksen määrittelylle, tutkimusasetelmaan ja aineiston analyysiin. Tapaustutkimus on lähestymistapa, ei niinkään aineiston keruu- tai analyysimenetelmä. Tapaustutkimuksella tehdään eri tyyppisiä tutkimuksia ja erilaisin tavoittein. Tästä johtuen tapaustutkimusta on vaikea määrittää. Nimittävänä tekijänä tapaustutkimuksessa on, että tarkastellaan yhtä tai useampaa tapausta jonka tavoitteena on määrittely, analysointi ja ratkaisu. Tyypillistä on yhteiskunnassa tapahtuvalle tutkimukselle, että tutkitaan ilmiötä ajan, paikan, tapahtuman, toiminnan, yksilön, ryhmän jne. mukaan. Kaikki laadullinen tutkimus ei ole tapaustutkimusta, mutta tapaustutkimus saa vaikutteita laadullisen tutkimuksen suuntauksesta. Tapaustutkimusta voidaan käyttää monenlaisten aineistojen analyysimenetelmänä. Tapaustutkimus on hyvä menetelmä, jos jokin seuraavista on tutkittavana : Mitä, miten ja miksi kysymykset - ovat keskeisiä. Tutkijalla ei ole mahdollisuutta vaikuttaa tapahtumiin, empiiristä tutkimusta on tehty vähän tai kyseessä on tässä hetkessä oleva ajan ilmiö. (Eriksson, Koistinen 2005: 1-5.)

### 5.2 Kehittämistyön aineistonkeruu

Etenimme aineiston keruun osalta prosessimme etenemistavalla (kuvio 1). Keräsimme siis teoriaa ja aineistoa samanaikaisesti, teorioiden ohjatessa ryhmien suunnittelua. Haastattelimme yhtä ryhmän jäsentä ennen kokoontumiskertoja aiheena valokuvaus, ryhmät ja mies. Haastateltavamme oli ollut itse miesten toiminnallista ryhmää ohjaamassa ja toteuttamassa. Haastateltavan ohjaamisen perusteet eivät olleet samankal-

taiset tai perustuneet samanlaiseen näkökulmaan kuin meillä. Hänen omakohtaisella historiallaan oli kuitenkin merkityksellinen rooli ja hänen kokemuksistaan tuli osa tutkimusmateriaalia. Hän oli työelämässä kokenut uupumista eikä haastateltavamme tuntunut aluksi saavan mistään apua. Työterveyshuoltokin suhtautui häneen ja hänen kokemuksiin ja tuntemuksiin vähättelevästi. Haastattelukeskustelu käytiin siten, että keskustelutilanne oli mahdollisimman vapautunut ja epävirallinen. Aihekokonaisuudet eivät olleet tiukasti sidottuja vaan keskustelun annettiin soljua vapaana. Haastateltava antoi luvan käyttää tätä haastattelua materiaalina tässä työssämme. Miehen vastaukset kirjattiin kirjalliseen muotoon keskustelun aikana. Haastattelu löytyy työmme liitteenä (liite 1) lyhennetyssä muodossa.

Keräsimme tutkimusmateriaalia omien päiväkirjamerkintöjen avulla, jokaisen äijäfoforyhmän aikana havaintoihimme perustuen. Halusimme tavoittaa yksilön omakohtaisia kokemuksia ja ajatuksia toiminnan vetoavuuden osalta.

Tavoitteena on saada tietoa tutkittavien ihmisten elämästä ja heidän kokemuksistaan päädyimme analyysin osalta aineiston koodaamiseen sen mukaisesti. (Hirsjärvi, Hurme. 2011:160–161.)

Varsinaista analysoitavaa aineistoa pääsimme tarkastelemaan toiseksi viimeisen ryhmäkerran 2.10.2012 jälkeen, jolloin miesten äijäfoto-ryhmän neljäs kerta oli ohjattu ja kyselykaavakkeet saatu miehiltä täytettyinä takaisin. Olimme päätyneet nimettöminä täytettäviin kyselykaavakkeisiin, sillä uskoimme siten saavamme enemmän rehellisiä vastauksia. Miehet täyttivät kaavakkeet yhtäaikaan, jokainen omissa rauhassaan.

Puolistrukturoitu haastattelun kysymykset ovat kaikille ryhmän jäsenille samat, vastausvaihtoehtoja ei ole kuitenkaan sidottu mihinkään vastausvaihtoehtoihin. Tämä mahdollistaa vastaajan vastaamisen omin sanoin, sekä mahdollisimman rehellisesti. Puolistrukturoidussa haastattelussa on mahdollista, että haastattelun näkökohta on lyöty lukkoon. (Hirsjärvi, Hurme 2001:47.)

Puolistrukturoidussa haastattelussa ei voida kysyä ihan mitä tahansa, tarkoituksena on pyrkiä löytämään sellaisia asioita, jotka ovat merkityksellisiä kehittämistyötämme ajatellen, ongelman asetteluun tai tutkimustehtävän mukaisesti. Etukäteen valitut teemat perustuvat tutkimuksen viitekehykseen eli tutkittavasta ilmiöstä jo tiedettyyn asiaan. Haastattelukysymykset ovat keskeisten teemojen mukaiset, jotka ovat etukäteen valittu sekä



näihin kysymyksiin liittyvien tarkentavien kysymysten muodot. Tässä puolistrukturoidussa haastattelumuodossa korostetaan ihmisten tulkintoja asioista, asioille antamia merkityksiä sekä merkitysten syntyä vuorovaikutuksessa. (Tuomi, Sarajärvi 2009:74–75.) Me rakensimme tässä työssämme haastattelukysymyksemme Doris Piercen toiminnan vetoavuuden teeman mukaisesti.

Havainnointia pidetään melko yleisenä tutkimuksen tiedonhankintamenetelmänä. Pelkästään havainnointiin perustuva analyysi ja tiedonhankinta ovat aina hyvin haasteellinen keino, joten on syytä pohtia, voidaanko haastattelu ja havainnointi yhdistää, jolloin tuloksia voidaan peilata useasta näkökulmasta. Havainnointia voidaan käyttää esimerkiksi silloin, kun tutkittavasta ilmiöstä tiedetään hyvin vähän tai ei lainkaan. Havainnointi mahdollistaa aineiston kytkemisen, muita aineistonkeruu menetelmiä paremmin, saatua tietoon. Havainnointi tuo esille johonkin ilmiöön tai asiaan liittyvät normit. Havainnointia voidaan käyttää hyödyksi, hyödyntämällä ja monipuolistamalla tutkittavasta asiasta saatua tietoa. Erilaiset havainnointimuodot voidaan jakaa piilohavainnointiin, havainnointiin ilman osallistumista, osallistuvaa havainnointia ja osallistavaa havainnointia. (Tuomi, Sarajärvi 2009:79–80.)

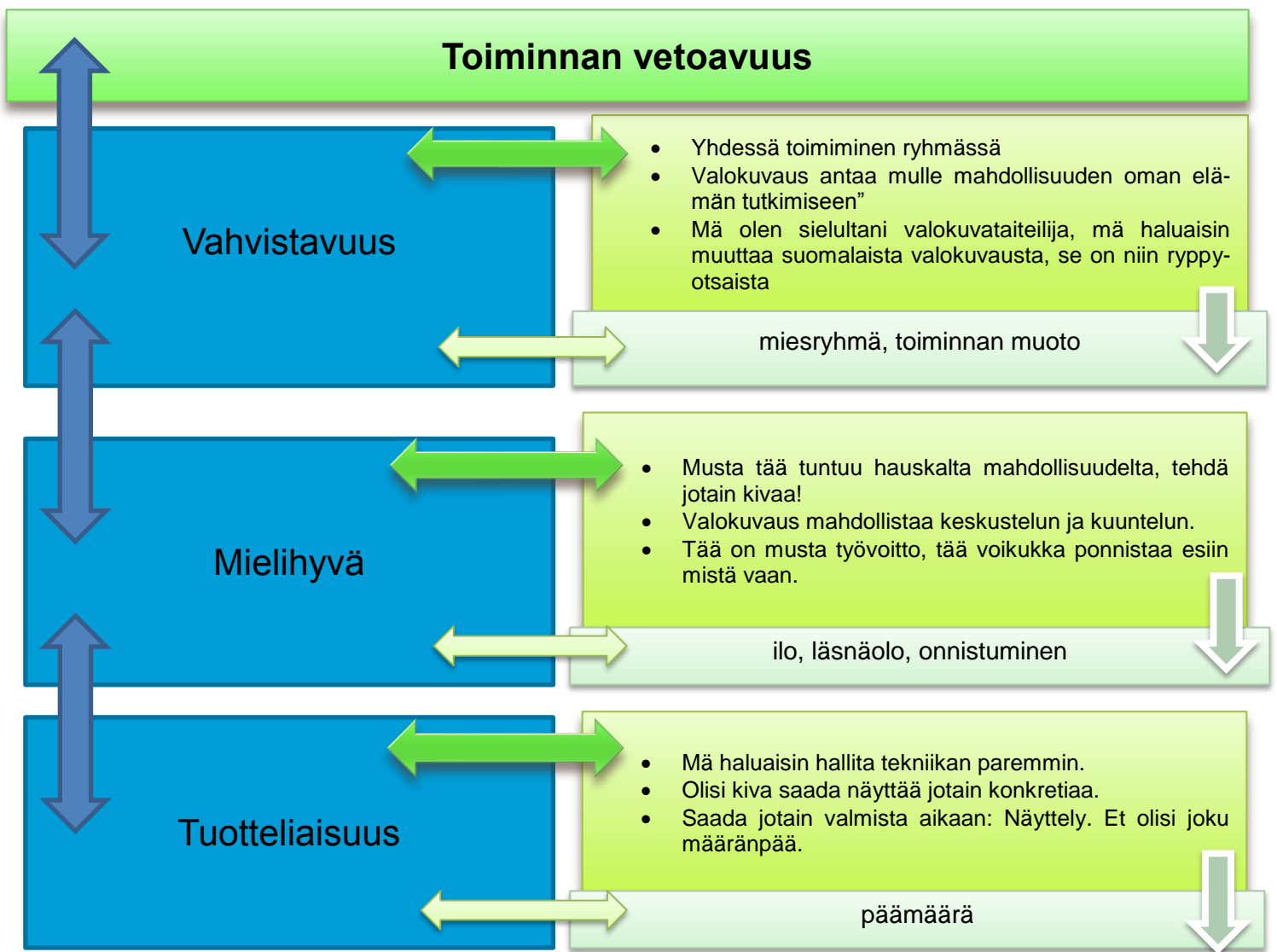
Kehittämistyötämme tehdessämme olemme joutuneet pohtimaan työssämme luotettavuuden ja eettisyyden rajoja ja mahdollisuuksia. Kuinka paljon voimme perustaa havaintoihimme ja ryhmän sisällä kokemaamme tunnelmaan ja näkemäämme toimintaan sekä ryhmän jäsentemme omaan ilmaisuun ja keskusteluun. Kuinka suuren painoarvon kehittämistyössämme voi saada puolistrukturoitu haastattelu, joka perustuu vain hyvin pieneen joukkoon ihmisiä. Pohdimme myös analysointia tehdessämme, kuinka vakuuttavia tulokset voivat olla, kun työssämme tulokset perustuvat ihmisten kokemuksiin ja tuntemuksiin. Kehittämistyömme tuloksia kun ei voida mitata mittareilla tai näkyvillä suoritteilla.

### 5.3 Tulosten analysointi

Kehittämistyössämme käytimme menetelmänä aineiston analysointiin ryhmätapaamisten keskusteluista lauseina kerättyjen suorien lainauksien tiivistämistä. Lisänä olivat meidän ryhmän ohjaajien päiväkirjamerkinnot, jotka pitivät sisällään meidän tekemiämme havaintoja, tunnelmia sekä reflektointia. Tälle aineistolle tehtiin samoin kuin edelliselle. Lisäksi aineistona oli ryhmän jäsenen haastattelu (liite 1.) Haastattelukysymykset, jotka esitimme kaikille ryhmän jäsenille ryhmätapaamisten toiseksi viimeisel-

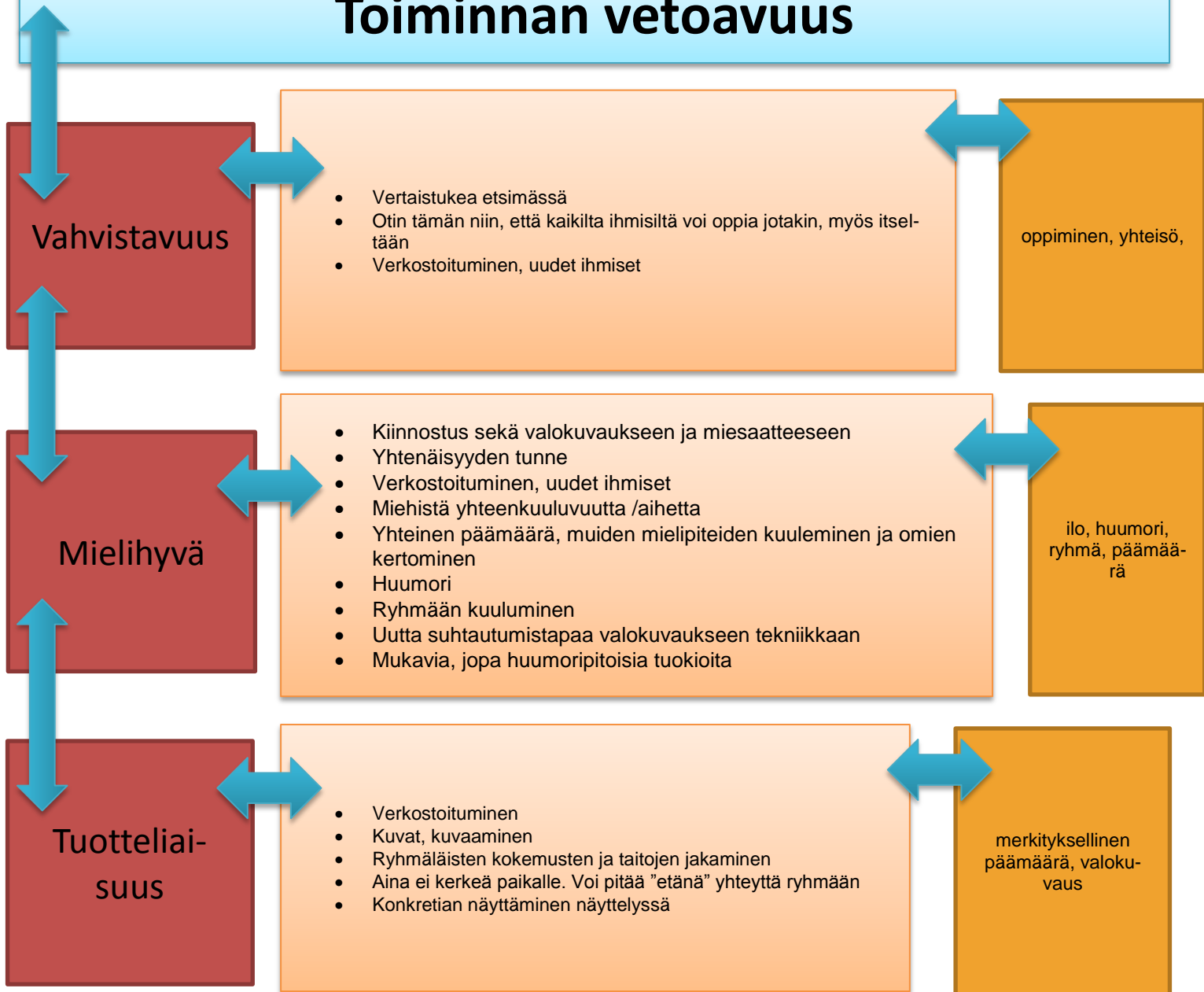
lä kerralla löytyvät työmme liitteenä (liite 5.) Kysymyksiin annetut vastaukset tiivistettiin myös taulukon avulla lauseen tarkoitusta merkitsevään sanaan.

Seuraavissa kuvioissa näkyy esimerkein tapa, jolla analysoimme miesten suoria lainauksia keskusteluista, kyselylomakehaastattelut sekä ohjaajien havainnoiteihin perustuvat päiväkirjamerkinnot. Koostimme yhdestä lähteestä saamamme tiedot samaan taulukkoon mielestämme samaa tarkoittavaan alalohkoon. Olemme jakaneet nämä toiminnan vetoavuuden osa-alueet kolmeen eri luokkaan Doris Piercen Toiminnan terapeutin voiman mallin mukaisesti. Lisäksi tiivistimme keskustelujen lauseita tarkoitettua merkitseviksi sanoiksi. Näiden sanojen pohjalta teimme lopputulokseen johtaneet päätelmät.

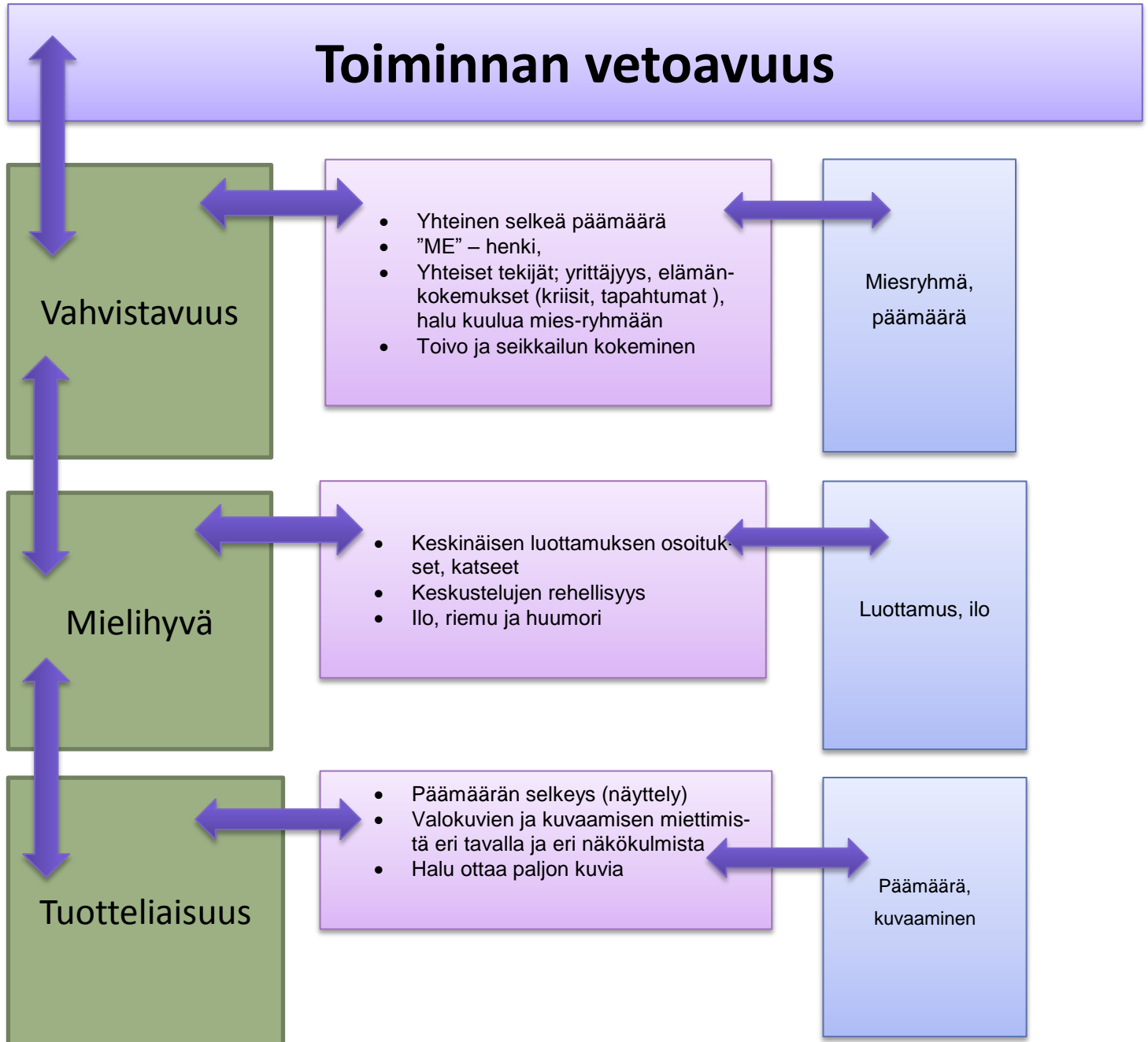


Kuvio 4. Keskustelujen analysointi

# Toiminnan vetoavuus



Kuvio 5. Kyselylomake, haastattelun analysointi



Kuvio 6. Ohjaajien päiväkirjamerkintöjen analysointi ryhmän havainnoinnista

Mielestämme oli mielekästä tarkastella ryhmän ja toiminnan tarjoamaa terapeutista voimaa, toiminnan vetoavuuden esiintuloa ja näiden elementtien käyttämistä miesten valokuvaryhmässä. Toiminnan vetoavuuden merkitys nousi vahvimaksi analyysimme kohteeksi. Pyrimme saamaan vastauksia kysymyksemme ”Miten toiminnan vetoavuus koetaan miesten valokuvausryhmässä? Osallistujat täyttivät haastattelu kyselykaavakkeen ja me keräsimme haluamamme anonyymit tiedot. Kyselykaavakkeita säilyttämämme hyvin turvatussa paikassa, kunnes työme on saatettu päätökseen. Säilyttämme materiaalin niin kauan, kuin se on lopullisen opinnäytetyön julkaisemisen kannalta välttämätöntä. Sen jälkeen kaikki kerätty haastattelu- ja kyselyaineisto tuhoetaan asiaan kuuluvasti.

## 6 Tulokset

Koska ohjaamamme valokuvausryhmän kesto, jossa olimme mukana, oli vain 5 ryhmätapaamisen verran, meillä ei ole tässä työssämme pidemmän aikavälin kokemusta ja analyysiä, miten suuria vaikutuksia ihmiselle itselleen ja hänen ympäristölleen ryhmä ja valokuvaus olisivat voineet mahdollistaa. Se, mitä toiminnan vetoavuus sisälsi kullekin ja kuinka se juuri tässä tapauksessa koettiin on tuloksemme. Perustanamme ovat sen hetkiset havaintomme, kokemukset ja tunnetilat sekä saadut haastattelukysymysten vastaukset. Näiden avulla toiminnan sisältämää vetoavuutta tarkasteltiin.

### 6.1 Vahvistavuuden elementtien löytyminen

Mielestämme analyysiemme tuloksena vahvistavuutta löytyi toisten ihmisten/miesten kanssa yhdessä olemisesta, keskusteluista, kuuntelusta, läsnäolosta ja yhdessä tekemisestä. Lisäksi yhteisöön kuulumisen ja miesten keskinäinen yhteys tuotiin esiin. Myös verkostoituminen ja oppiminen toisilta ihmisiltä koettiin vahvistavana. Toiminnan muodosta eli valokuvauksesta sekä päämäärän olemassaolosta saatiin vastausten perusteella vahvistavuutta.

Vahvistavuus tuli esille miesten keskusteluissa. Niissä sivuttiin aiheita työpaikkakiusaamisista aina eläkeläisen ajankäyttöön. Heillä oli kokemuksia isyyden merkityksen korostumisesta avio-onnen loppuessa. He pohtivat, kuinka yksin mies jää tai jätetään vaimon lähtiessä lasten kanssa pois. Miten suureksi muodostuu kaipuu omiin lapsiin. Kuinka suurta surua ja epätoivoa sellainen yksin jätetyn, hylätyksi tulemisen tunne synnyttää. Keskustelut saivat aina alkunsa käsitellessämme valokuvia ja tämä näkyi toiminnan vetoavuutena. Meistä tämä oli hieno tulos. Olimme saaneet heidät keskustelemaan keskenään hyvin merkityksellisistä seikoista, luottamuksellisesti. Vaikka olimme itse naisia tilanteessa, olimme silti onnistuneet oikeanlaisella vuorovaikutuksen käyttämisellä sekä valitsemalla oikeanlaisen toiminnan keskusteluun johdatuksen välineeksi luomaan sellaista luottamusta ja avoimuutta, jonka tuloksena miehet saivat toisistaan vertaistukea ja yhteisöllisyyttä. Saatoimme olla tyytyväisiä, että valokuvan käyttö miesten terapeuttisia elementtejä sisältävässä ryhmässä oli ainakin keskustelujen perusteella onnistunut avaamaan heille keskinäisen yhteyden ja tarjoamaan vahvistavuutta. Valokuva oli toiminut tässä toiminnan muotona, joka toi tunteita esiin.

Miesten vastauksissa ryhmän merkitys näyttäytyi suurena ja merkityksellisenä. Lähes jokaisessa tarkastelemassamme kohdassa tuli jollain tavalla miesten ryhmään kuulumisen tärkeys esiin. Ryhmän oli koettu olevan tiedon jakamisen ja saamisen kannalta tärkeä. Ryhmässä oli koettu toivon olemassaolo. Ryhmä oli antanut sosiaalisten suhteiden ylläpitoon ja laajentumiseen positiivista vastetta. Ryhmä oli toiminut jäseniä yhteen vetävänä ja -vahvistavana elementtinä.

## 6.2 Mielihyvän elementtien löytyminen

Mielihyvän kokeminen näyttäytyi yhteenkuuluvuutena kiinnostuksen valokuvaukseen ja mies-aatteeseen, toisten mielipiteiden kuuntelemiseen ja omien kertomiseen ja huumoriin. Mielihyvä nähtiin mahdollisuutena kokea uutta, uusien tekniikoiden oppimisena. Tärkeänä elementtinä nousi esille miesten välisten keskustelujen rehellisyys. Mielihyvää olivat onnistumisen kokemukset ja tyytyväisyys omiin otoksiin. Mielihyvää toi mahdollisuus tutustua valokuvaukseen uutena toiminnan muotona. Mielihyvää toi ajatus siitä, että voi koskettaa näyttelyllä ihmisiä julkisella paikalla, omilla valokuvillaan. Tämä liittyi haluun tavoitella yhteistä päämäärää. Miehet olivat jokainen kuitenkin kokeneet olleensa kiinteä osa ryhmää. Osallisuuden kokeminen oli tuntunut heistä hyvältä ja kannustavalta.

## 6.3 Tuotteliaisuuden elementtien löytyminen

Päämäärän selkeys eli näyttelyn aikaansaaminen ja yhdessä onnistuminen oli koettua tuotteliaisuutta. Tuotteliaisuutta koettiin analyysin perusteella olevan kokemusten ja taitojen jakamisessa sekä mahdollisuudessa uuden toiminnan kehittämiseen. Tekniikan haltuunotto sekä valokuvauksen rooli tukimuotona toisen taideharrastuksen rinnalla olivat myös tuotteliaisuuden tulosten alla. Valokuvien pohtiminen eri näkökulmista oli ajattelun laajentamisen kannalta tuotteliasta.

Sosiaalisen median kautta koettiin tuotteliaisuutta, sillä ryhmän oman kuva-blogin käytön koettiin olleen erittäin hyvin ryhmän tavoitteeseen sopivaa. Ryhmän yhteydenpito oli tuntunut vastaajista helpommalta ja sillä oli ollut merkitystä ryhmän toimivuuden kannalta. Luovien menetelmien ja erityisesti valokuvauksen käyttäminen oli taidemuotona tuntunut olevan tälle ryhmälle hyvä valinta. Kuvien saaminen esille oli antanut tunteen päämäärän merkityksellisyydestä ja sitä kautta kuvaaminen oli koettu mielihy-

vää tuottavaksi ja sitä kautta taas se näyttäytyi tuotteliaisuuden alla. Myös tiedon jakaminen muille oli antanut tuotteliaisuuden tunnetta.

#### 6.4 Vetoavuuden elementtien löytyminen

Tutkijat Hodgetts ja Rua olivat omissa tutkimuksissaan myös tulleet hyvin samankaltaisiin tuloksiin. Sosiaalisen ryhmän, miesryhmän, valitseminen toiminnan muotoa tukemaan oli ollut tässä työssämme ilmeisen hyvä päätös. Vetoavuus siis näyttäytyi miesten silmin toimintana, jossa ryhmässä jaetaan yhteisiä kokemuksia kivan toiminnan kautta, jakaen toiminnan osaamista, kuuluen johonkin sosiaalisesti.

Ohjaamiemme kertojen jälkeen äijäfoto-ryhmä on kasvanut kahdella uudella jäsenellä. Tämä kertoo mielestämme hyvin paljon siitä, miten toiminta voi olla niin vetoavaa, että siihen kutsutaan ystäviä ja tuttuja jakamaan tuota kokemusta.

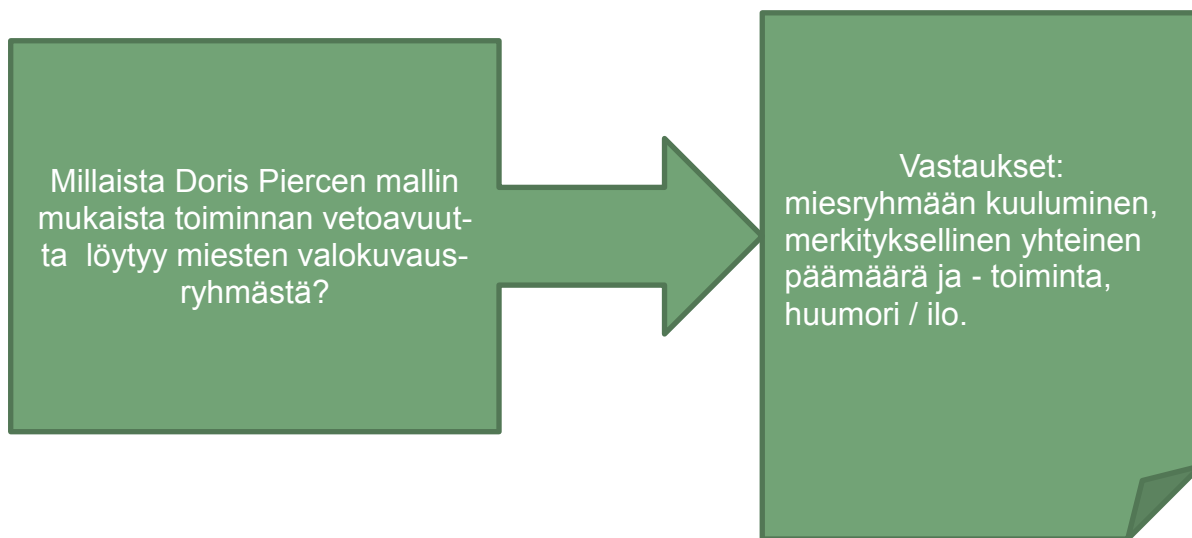
Näiden saamiemme kaikkien vastausten perusteella peilaten Doris Piercen mielihyvän, tuotteliaisuuden ja vahvistavuuden osa-alueisiin voimme huomata, että toiminnan muotona valokuvaus, miesryhmä ja tavoitteellinen päämäärä pitää sisällään toiminnan vetoavuutta. Jotta kaikki osa-alueet saadaan lopulta toiminnan vetoavuuden piiriin tulee ottaa huomioon myös täsmällisyyden ja ainutlaatuisuuden sektorit. Tulokset osoittavat mielestämme myös sen, että Doris Piercen malli on kokonaisuus, jota tulee tarkastella ja käyttää kokonaisuutena. Kaikki kolme eri sektoria vetoavuus, ainutlaatuisuus ja täsmällisyys tulee ottaa huomioon suunniteltaessa ja toteutettaessa toimintaa. Esimerkiksi me huomasimme ympäristötekijöiden olemassa olon merkityksellisyyden tulosten tarkastelussa.

Halusimme selvittää, mitä keinoja ja elementtejä toimintaterapia pystyy antamaan ja käyttämään miesryhmässä ennaltaehkäisevästi, yhteisöllisyyden näkökannalta sekä mitä iloa, hyötyä ja mahdollisuuksia tämän tyyppinen toimintaterapian toteutus voisi kolmannelle sektorille antaa. Toimintaterapian keinot mahdollistavat vahvan ryhmänohjaamisen sekä terapeuttisuuden ryhmän sisällä. Tämä antaa ihmisille mahdollisuuden toimintaan heidän omista lähtökohdistaan. Toimintaterapeutin työskentely kolmannella sektorilla mahdollistaisi mielestämme sekä mielenterveyden ennaltaehkäisevän työn että toiminnallisen oikeudenmukaisuuden. Ryhmämme kaltainen toiminta voisi toimia matalan kynnyksen paikkana esim. syrjäytymisen vaarassa oleville ihmisille, samassa elämäntilanteessa oleville tai ihmisille, jotka hakevat itselleen uutta suuntaa toiminnan



kautta. Kolmannen sektorin on myös helpompi järjestää toimintaa alueen tarpeen, toiveen ja kysynnän mukaan. Toiminnallinen oikeudenmukaisuus toteutuu selkeästi siinä näkemyksessä, että ryhmään osallistuminen ei aseta minkäänlaisia etukäteisvaatimuksia. Kaikki ikään kokoon tai sosiaaliluokkaan kuuluvat ovat tervetullut toimintaan mukaan. Tämän myötä näemme, että työmme on hyvin hyödynnettävissä ja sovellettavissa erilaisiin kolmannen sektorin tarpeisiin.

Kuviossa on kiteytettyjä vastaukset kehittämistyömme kysymykseen.



Kuvio 7. Miesten valokuvausryhmästä löytyvät vetoavuuden elementit

## 7 Pohdinta

Kaiken kaikkiaan olemme tuloksiin tyytyväisiä. Saimme huomata, kuinka yksilölle tarjottu mielekäs toiminta voidaan toimintaterapeuttisin keinoin muotoilla kolmannen sektorin kanssa yhteistössä sellaiseksi, että se koetaan kohderyhmässä vetoavana. Perusteet miesten ryhmälle, vetoavan toiminnan mahdollistamiselle, toiminnan oikeudenmukaisuuden ja luovien menetelmien käyttöön sekä uuden teknologian hyödyntämiseen olivat omalta osaltaan tuloksissa löydettävissä.

Vaikka polkumme kehittämistyön yhteistyökumppanin löytymisen ja työn loppuunsaattamiseen on ollut täynnä vastoinkäymisiä, voimme sanoa, että olemme oppineet tämän työemme kautta paljon. Saimme arvokkaan kokemuksen toimintaterapeutteina olla ryhmän ohjaajana kolmannen sektorin vapaa-ajan toiminnan suunnittelussa ja toteutuksessa. Näimme ryhmän jäsenten vahvistumista ja vertaistuen merkityksellisyyttä. Seurasimme kuinka ryhmä lähti kannattelemaan jäseniään yhteisen mielekkääksi koetun päämäärän kautta. Toivo oli syntynyt.

Kehittämishankkeemme on ollut pienimuotoinen kokeilu siitä, voiko kolmas sektori olla yhtenä osana toimintaterapiaa ja onko miesten ryhmille kysyntää suhteessa oman jakamisen, vahvistumisen ja mielihyvän löytämisen kautta. Vaikka meillä oli yhteistä matkaa tuon viiden ryhmäkerran ajan Äijäfoto-ryhmän kanssa, saimme nähdä jo siinäkin ajassa yhteenkuuluvuuden ja toivon merkityksen. Toimintaterapiahan perustuu pitkälle ihmisen toivoon ja toivon mahdollistamiseen. Tässä suhteessa koimme onnistuvamme. Yhteistyökumppanimme yhtenä toiveena oli ollut itseohjautuvan ryhmän aikaansaaminen. Meidän jälkeemme ryhmää kannattelevat nyt ryhmän jäsenet itse. Olimme saavuttaneet pyydetyt tavoitteet siltä osin.

Itse näkisimme, että tämän kokemuksen kautta voisi toimintaterapia hyödyntää laajempaa sektoria ja asiakaskuntaa ja jalkautua kentälle ja tehdä toimintaterapiasta mahdollista myös niin sanottujen ”tavallisten ihmisten parissa”. Toimintaterapia voisi mielestämme toimia yhtenä osana monenlaisessa ennaltaehkäisevässä työssä ja olla näin uusi osa muuttuvaa palvelujärjestelmäämme.

Tämä työemme osoitti mielestämme, että toiminnallisia ryhmiä ja niiden terapeuttista ohjaamista, terapiasuhdetta sekä ihmisten vuorovaikutusta tarvitaan kaikkialla. Toimin-

taterapeutin tulee tehdä itsensä asiakkaiden kanssa tarpeettomaksi, mutta työmme osoitti ainakin meidän näkemyksen mukaan, että näkyvyyden ja ammattimme jatkuvuuden kannalta, meidän on tehtävä itsemme näkyväksi ja tarpeelliseksi.

Mielestämme tietopohjan laajuus mm. mielenterveyden ennaltaehkäisevyyden ja hyvinvoinnin kannalta ja sen tietoinen mukanaolo ryhmän suunnittelun ja vuorovaikutuksen osalta osui oikeaan. Meidän havaintojemme perusteella, miehet saivat ryhmästä tukea jaksamiseen, he kokivat vahvistumista. Tapa, miten ryhmänohjausta oli tehty tarkoituksellisen vuorovaikutuksen mallin mukaisesti oli mielestämme tarjonnut mielen-terveyttä tukevaa, toiminnan kautta saatua vahvistavuutta.

Teoriat luovien menetelmien käytöstä osoittautuivat mielestämme tarpeellisiksi. Luovuus oli selkeästi näkyvässä uudella ja erilaisella ajattelutavalla. Jokaiselle ryhmän jäsenelle kuvat näyttäytyivät eri tavalla ja jokainen näki jotain uutta itse ottamissaan kuvissa, kun sitä katsottiin ryhmässä. Kuvaa lähdettiin työstämään ajatuksen tasolla eteenpäin ja siitä löydettiin uusia ajatuksia, keinoja ja oivalluksia. Luovuus oli ollut toiminnan tuotteliaisuuden osana.

Olimme lähteneet liikkeelle ajatuksella, että Doris Piercen Toiminnan terapeuttisen voiman mallin yhtä lohkoa, vetoavuutta voisi käyttää ja tarkastella irrallisena osana terapiaa suunniteltaessa. Kokemus kuitenkin osoitti, että malli on suunniteltu olemaan kokonaisuus. Kaikki sen osat: vetoavuus, täsmällisyys ja ainutlaatuisuus ovat yhtä tarpeellisia ja tärkeitä segmenttejä terapian suunnittelussa, toteutuksessa ja analysointivaiheessa.

Olemme mielestämme onnistuneet hyvin kootessamme eri alojen tutkimustietoa työskentelymme lähtökohdiksi. Olemme myös mielestämme onnistuneet ottamaan kehittämistehtävän vaatimukset ja työelämäkumppanimme toiveet hyvin huomioon ja saamaan aikaan uuteen kontekstiin siirretty toimintaterapeuttisia elementtejä sisältävä interventio. Yhteistyömme on meistä ollut antoisa ja hyödyllinen kokemus. Uskomme siitä olevan myös hyötyä jatkossa yhteistyökumppanillemme heidän suunnitellessaan toimintaansa. Lisäksi koemme olleemme sellaisella toimintaterapian uudella alueella, josta olisi jatkossa syytä tehdä enemmän tutkimuksellisia opinnäytteitä. Alamme ei mielestämme kehity, jollei erilaisia toimialoja oteta osaksi toimintaterapian toteutuksen kenttää. Osaksi muuttuvaa yhteiskuntaamme. Edelleen meitä kiinnostaisi saada enemmän tuloksia, uusin tutkimuksin, kolmannen sektorin mukaan ottamisesta uuden-

laisen toimintaterapian toteutuksen osaksi. Miesten toiminnallisia toiveita kunnioittavan, syrjäytymistä ennaltaehkäisevän sekä toiminnallisesti oikeudenmukaisen, yksilöä vahvistavan sekä yhteisöllisyyttä lisäävän toimintaterapian toimivuudesta olisi hyödyllistä tehdä lisätutkimuksia.

Jälkeenpäin ajatellen ryhmien ohjattuja tapaamisia olisi ehdottomasti pitänyt olla enemmän kuin viisi, jotta olisimme voineet saada tuloksia, joita voisi tutkia syvällisemmin. Olisimme myös voineet painottaa ryhmien tapaamiskertojen aikana meidän kahden tavoitetta enemmän, jotta päämäärättömyyden tunnetta ei olisi ryhmäläisille syntynyt. Jatkoa ajatellen, jotta ryhmiin saisi syvyyttä ja pidemmän aikavälin tutkimuksellisuutta, ryhmien kertoja pitäisi olla ehdottomasti vähintään 15 kertaa sekä mahdollisuus tavata tietyn ajan päästä ryhmä uudelleen ja tarkastella missä tällä hetkellä mennään. Meillä ei ollut siihen ajan puitteissa mahdollista. Tällä on ollut selkeästi vaikutusta ryhmän sisältöön, rakenteeseen sekä jossain määrin myös ryhmän jäsenten ja ohjaajien dynamiikkaan. Meidän piti jo heti ensimmäisestä kerrasta tehdä itsemme ulkopuoliseksi.

Kehittämistyömme tulokset eivät välttämättä näy tässä hetkessä. Jokainen ryhmän jäsen ja me olemme istuttaneet maahan jotakin, jonka juuret kasvavat, näkymättömissä maan pinnan alla. Hitaasti omaa tahtiaan.

Jokaisen ihmisen omat voimavarat löytyvät loppujen lopuksi ihmisestä itsestään, ihmisen omasta elämästä. Ihmisen palaa elämänsä aikana omaan lapsuuteen, nuoruuteen, aikuisuuteen, omiin kokemuksiin. Jokainen meistä kysyy matkan aikana, minkä jäljen olen jättänyt ja mihin olen menossa. Tämän vuoksi on meidän tehtävä toimintaterapeutteina pyrkiä antamaan ihmiselle välineitä omaan ilmaisuun, itsensä etsimiseen ja itsensä hyväksymiseen. Asioita, joita voi käyttää hyödyksi elämän pituisella matkalla, rakentamalla itseään kokonaiseksi pala palalta. Käytimme työmme alkuun runoa miehestä ja nyt loppuun löytämämme runo toivosta sopi mielestämme kuvaamaan sitä, mihin päädyimme.

”Toivo on meidän rakennettamme.

Toivo on suorastaan yksi olemisemme ilmenemismuoto. Se, että on elossa, on toivon tilassa elämistä. Toivo on olemassaolomme tukirunko.

Toivo on ikuinen kukka, joka kukkii lumessa. Toivo on ravinto, joka pitää meidät pystyssä joka päivä. Toivo on sydämemme ja sielumme happea.

Toivo on valonsäde, joka erottaa elämän kuolemasta. Toivo on sitä, että uudestaan nostamme oikeuksiin uskomme ihmiselämään ja maailmankaikkeuden mielekkyyteen.

Toivo on kaiken mielekkyyden, kaikkien pyrkimysten, kaiken toiminnan ennakkoehto. Toivon omaksuminen on viisauden muoto, sillä ilman sitä kuihdumme. ”

\*Skolimowski\*

## Lähteet

- ARTOVA- Kulttuuri- ja asukastalon verkkosivut < <http://artova.fi/kaantopaikka> >. Luettu 22.3.2012 ja 1.9.2012
- Aulavuori Janne-Saarela Rami 2011: Kahvia makkaraa ja suoraa puhetta isyydestä- isäkerho leikkipuistossa. Opinnäytetyö. Helsinki: Diakonia- Ammattikorkeakoulu. Sosionomin koulutusohjelma
- Arnold Melba J., Rybski Debra. 2010: Occupational Justice. Kirjassa Scaffa Marjorie E., Reitz S. Maggie, Pizzi Michael A. 2010: Occupational Therapy in the Promotion of Health and Wellness. F.A. Davis Company. U.S.A
- Cohn Ellen S., Barbara A. Boyt Schell, and Elizabeth Blesedell Crepaeu 2010: Occupational Therapy as a Reflective Practice. Kirjassa Handbook of Reflections and Reflective Inquiry. Mapping a Way of Knowing for Professional Reflective Inquiry. 2010. Springer. New York. Verkkokirja. <<http://www.springerlink.com.ezproxy.metropolia.fi/content/978-0-387-85743-5/#section=685934&page=3&locus=27> >. Luettu 24.4.2012
- Creek Jennifer, Lougher Lesley 2008: Occupational Therapy and Mental Health. Churchill Livingstone Elsevier. Edinburgh
- Encyclopedia- verkkosivu. Mayer Adolf <[http://www.encyclopedia.com/topic/Adolf\\_Meyer.aspx](http://www.encyclopedia.com/topic/Adolf_Meyer.aspx) >. Luettu 30.9.2012
- Eriksson Päivi, Koistinen Katri 2005: Monenlainen tapaustutkimus. Kuluttajatutkimuskeskuksen julkaisuja 4:2005. Helsinki
- Finlay Linda 2004: The Practice of Psychosocial Occupational Therapy. Nelson Thornes Ltd. Cheltenham. UK
- Gratch Alon 2003: Jos miehet puhuisivat. Otavan kirjapaino. Keuruu
- Halkola Ulla, Mannermaa Lauri, Koffert Tarja, Koulu Leena 2009: Valokuvan terapeut- tinen voima. Duodecim. Keuruu
- Hautala Tiina, Hämäläinen Tuula, Mäkelä Leila, Rusi-Pyykönen Mari 2011: Toiminnan Voimaa. Toimintaterapia käytännössä. Edita Publishing. Helsinki
- Helsingin Sanomat: 24.4.2012
- Himberg Essi, Salonen Emma 2011: Meidän luokan stoorit-valokuvan terapeuttiset menetelmät positiivisen luokkailmapiirin tukena. Opinnäytetyö. Turku: Turun Ammattikorkeakoulu. Toimintaterapian koulutusohjelma
- Hirsjärvi Sirkka, Hurme Helena 2011: Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelunteoria ja käytäntö. Gaudeamus Helsinki University Press. Tallinna raamatutrükikoda
- Hodgetts Darrin, Rua Mohi 2010: What does it mean to be a man today? Bloke Culture and the media. Amerikan Journal Community Psychology 45 (1-2): 155-168

Ilkka 10.04.2012: Miina Sillanpää: Arki ja ei

Jokinen Arto (toim.) 2007: Mies ja muutos, kriittisen miestutkimuksen teemoja. Vammalan kirjapaino.

Manninen Antero, Anto Leikola 1986: Sivistysanikirja. WSOY. Porvoo

Michelsson Minna 2009: Voimauttavaa valokuvausta Kolkatassa. Opinnäyte-työ.Helsinki: Diakonia Ammattikorkeakoulu. Sosionomin koulutusohjelma.

Miettinen Merja 2008: Taidetoiminnat hyvinvoinnin edistämisen välineenä. Pro Gradu tutkielma. Kuopio: Taidehallinnon maisteriohjelma. Sibelius Akatemia.

Mosey Anne Cronin 1996. Psychosocial Components of Occupational Therapy. Lippincott-Raven Publishers.Philadelphia. United States of America

Muurman, Antti-Ville , RantaVille 2011: Miesryhmän toiminnan arviointia ja ryhmän ohjaamista sosiokulttuurisen innostamisen näkökulmasta.Helsinki: Diakonia – Ammattikorkeakoulu. Sosionomin koulutusohjelma.

Nyman Göte, Puohiniemi Martti. Mies. Arvot, roolit ja tunteet 2007: Limor kustannus. Gummerus. Kirjapaino oy Jyväskylä

Office of the High Commissioner for Human Rights ; United Nations Human Rights. <<http://www.ohchr.org/EN/UDHR/Pages/Language.aspx?LangID=fin>>. Luettu 22.3.2012

Ojasalo Katri, Moilanen Teemu, Ritalahti Jarmo 2009: Kehittämistyön menetelmät. Uudenlaista osaamista liiketoimintaan.WSOYPro Oy. Helsinki

Phototherapy Center. Verkkosivu.< <http://www.phototherapy-centre.com> >. Luettu 30.4.2012

Pierce, Doris E. 2003: Occupation by Design. Building Therapeutic Power.F.A. Davis Company. Philadelphia

Pihlava, Jari 2012: Näyttöön perustuvuus, luento. Metropolia Ammattikorkeakoulu. Helsinki 21.3.2012

Peitsalo Peter 2008: Miesryhmät teoista sanoihin. Miessakit ry julkaisuja. Edita Prima Oy. Helsinki

Outi Reinola; Taakkana tunneorpus. Kirkko ja Kaupunki 11.01.2012 nro 1

Salo-Chydenius Sisko, Holvikivi Johanna, valvanne –Tommila Helena, Tiihonen Päivi. 1997: Toimintaterapia mielenterveystyössä. Opetushallitus. Helsinki

Sava Inkeri, Vesanen-Laukkanen Virpi (toim) 2004: Taiteeksi tarinoitu oma elämä. PS-kustannus. Juva

Summanen Terhi, Tuominen Kaisu 2009: Fasilitaattorin käsikirja. Menetelmiä sujuvaan ryhmätyöskentelyyn. Helsinki: Kehitysyhteistyön palvelukeskus KEPA ry.

Suominen Johanna2005: Moninkertainen mies, Maskuliinisuudet ja kerronta Petri Tammisen teoksissa; Elämiä, Miehen ikävä, Väärä asenne ja Piiloutujan maa.

Pro gradu –tutkielma. Kotimainen kirjallisuus. Taiteiden ja kulttuurin tutkimuksen laitos. Jyväskylän yliopisto

Suomen Kiinteistöliitto, Suomen Kiinteistölehti 2012: Artikkelij; Arabianranta, luo uudenlaista rakennuskulttuuria. 4

Suomen Mielenterveysseura. verkkosivu.  
<<http://www.mielenterveysseura.fi/mielenterveysseura/historia>>. Luettu 30.9.2012.

Suomen toimintaterapeuttiliitto ry: 2005. Mistä toi on tullut? Edita Prima Oy. Helsinki

Suomen toimintaterapeuttiliitto ry 2003: Toimintaterapeutinimikkeistö. Helsinki

Tuomi Jouni, Sarajärvi Anneli 2009: Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi

Townsend Elisabeth, Wilcock Ann A 2004: Occupational justice and client centered practice : A dialogue in progress. Canadian Journal of Occupational Therapy vol. 71. nro 2. ( verkkodokumentti)  
<[http://ot.creighton.edu/community/Occupational\\_Justice/Townsend%20and%20Wilcock%202004Occupational%20Justice%20and%20Client%20Centered%20Practice.pdf](http://ot.creighton.edu/community/Occupational_Justice/Townsend%20and%20Wilcock%202004Occupational%20Justice%20and%20Client%20Centered%20Practice.pdf) Canadian journal of occupationtherapy 2004 >. Luettu 26.4.2012.

WEB-opas. Verkkojulkaisu. <<http://www.webopas.net/sosmed.html> >. Luettu 25.4.2012.

Wilcock Ann Allart. 1999: Reflections on doing, being and becoming. Australian Occupational Therapy Journal 46, 1-11.

WHO.2009: Milestones in Health Promotion, Statements from Global Conferences  
Conferenceshttp.Verkkojulkaisu  
<[www.who.int/healthpromotion/Milestones\\_Health\\_Promotion\\_05022010.pdf](http://www.who.int/healthpromotion/Milestones_Health_Promotion_05022010.pdf) >. Luettu 30.9.2012.

Wikipedia- verkkosivu. Mayer Adolf  
<[http://en.wikipedia.org/wiki/Adolf\\_Meyer\\_\(psychiatrist\)](http://en.wikipedia.org/wiki/Adolf_Meyer_(psychiatrist)) >. Luettu 30.9.2012.



## **Kooste henkilöhaastattelusta.**

Kysymykset, joihin haastattelu perustuu on merkattu kursiivilla alkuun.

*Millaisesta ryhmästä oli kyse?*

*Kuka ryhmän kokosi ja ideoi?*

*Kuka valitsi ryhmäläiset?*

*Mikä oli ryhmän tavoite?*

*Tehtiinkö se selväksi ryhmän alussa?*

*Kuinka usein / pitkään ryhmä kokoontui?*

*Kuinka ryhmäläiset kokivat olonsa ryhmässä?*

*Kuinka kuvailisit ohjaamisesi lopputulosta?*

*Miten toimisit jatkossa?*

*Miten koet miesryhmän merkityksen?*

*Mitä valokuvaus merkitsee sinulle?*

*Onko itselläsi ollut tilannetta, jossa olisit tarvinnut mielestäsi ammattiapua oman jakamisesi kanssa?*

Otin yhtä koulutehtävääni varten valokuvia yhden Elokolon osaston työntekijöistä, jolloin joku tuolta osastolta kysyi, voisinko pitää siellä digikamerakurssin. Kynnys käyttää kameraa kuulema oli siellä monilla liian suuri. Elokolon on elämäntapaliiton ylläpitämä. Siellä käy runsaasti syrjäytymisuhkan alla olevia ihmisiä joista osa on vanhuksia. Elokololaiset laitoivat ilmoituksen digiryhmän alkamisesta elokolon seinälle ja sen perusteella ryhmään tuli myös muutama säännöllisesti elokolossa ”kävijä” muutamien vakiuisten vapaaehtoisten työntekijöiden lisäksi. Ilmoituksessa oli siitä tieto, ettei tarvitse olla kameraa, että voi osallistua. Ideana oli juuri se, ettei tarvitse olla varakas jotta voi olla mukana. Lopullisessa ryhmässä oli 5 ihmistä. Se tuntui lopulta itsestäni liian vähäiseltä.

Omana lähtökohtana oli, ettei tekniikkaa tarvitsisi pelätä ja että siihen mitä tekee, voi vaikuttaa. Saimme aikaan ensimmäisen ½ vuoden tapaamisten jälkeen valokuvanäyttelyn. Osallistujien taidot kartutettiin Ylen valokuvausperustietopaketin ”tekniikka”osaamisen oppimisen kautta. Ideana oli, että jokaiselle tuli ryhmätapaamisten jälkeen erilaisia kuvaustehtäviä. Nämä tekniikan opiskelut olivat ikäänkuin pohjana ryhmäkerroille ja niiden sisällölle. Seuraavan ½ vuoden kerroille oli tarkoituksena enemmän itsenäinen kuvaaminen.

Tarkoituksena oli alunperin, että ryhmän kokoontumiskerroista ½ oli tarkaan suunniteltua ja loput olisivat olleet itseohjautuvia. Mutta lopulta kävikin niin, että itseohjautuvuus vaati voimavaroja, joita ei ihmisillä ollut. Tarvittiin joku, kuka ohjaa tai vetää ihmisiä.

Olen ollut itse kuvaajana mukana 5-6 eri valokuvanäyttelyssä, jotka rakentuivat määrätyn ryhmän toiminnan pohjalle. Kun aktiivijäsenemme kuoli, koko ryhmän toiminta hiiptui. Monille miehille itse valokuvauslaitteet ovat se tärkeä osa, ei välttämättä kuva itessään.

Huomasin itse omasta elokolon ryhmästäni, että tekniikan kanssa näpertely innosti enemmän osallistujia kuin itse kuvaaminen. Valokuvanäyttely ei toiminut ainakaan heille porkkanana.

Huomasin itse, että olisi toivonut enemmän keskustelevuutta ryhmään, mutta passiivisuus yllätti. Muutama vain innostui ryhmän jälkeen pitämään yllä valokuvausta. Mielestäni tekniikan hallitseminen ei saisi olla lähtökohtana, mutta se on kuitenkin näköjään välttämätöntä. Sen turvin ei tarvitse laittaa itseään peliin, vaan voi piiloutua sen taakseen. Kuvien pitäisi olla ottajalleen tärkeitä, ei hyviä.

Mielestäni pitäisi miettiä millaisen kuvan haluan tehdä ja mitä haluan sillä kertoa.

-----

Olin mukana aikanaan yhdenlaisessa miesten ryhmässä. Siinä oli aluksi mukavaa. Olin kuvitellut enemmän keskustelevuutta, mutta he halusivatkin vain ajaa omia tarkoitusperiään. He miettivät mihin osallistutaan, jotta heidän järjestönsä näkyvyys lisääntyy. Ryhmäläiset jotenkin unohtui. Lopetin siinä porukassa, kun se ei oikein antanut sitä mitä hain.

Valokuvaaminen on kuin terapiaa. Olen kokenut aiemmassa työssäni uupumuksen ja kun hain työterveyshuollon kautta apua ei minua otettu vakavasti. Voivoteltiin vain. Tuli vähän sellainen tunne, että koeta nyt vaan jaksaa. Ei haluttu kuulla. Onneksi pääsin sellaiseen tilanteeseen, että sain lopulta hankittua itseni terpiaan. Se auttoi.

## SUOSTUMUS

Toimintaterapeuttiopiskelijat Marita Lindqvist ja Virve Lönnqvist pyytävät saada luvan Metropolia ammattikorkeakoululle v.2012 tekemässään opinnäytetyössään käyttää minusta saatua aineistoa (haastattelut, havainnointi, muu tutkimusaineisto, valokuvat).

Aineiston tulee noudattaa seuraavia ehtoja:

– Toiminnallisissa tilanteissa ryhmän kokoontumisien aikana saatuja tietoja, haastatteluja ja valokuvia ei saa käyttää muuhun tarkoitukseen, kuin opinnäytetyön aineistona ja tarvittaessa sen raportoinnissa.

-Ryhmässä käyty keskustelu ja esille tulleet tiedot ovat salassapitovelvollisuuden piirissä

– Aineistoa käsitellään luottamuksellisesti ja vain opinnäytteen tekijät saavat käsitellä sitä.

– Opinnäytetyössä tietoja tulee käyttää niin, ettei nimeäni tai muuta henkilöllisyyteni tunnistamista helpottavaa aineistoa käytetä.

– Kaikki minusta saatu ja kerätty aineisto tuhoetaan opinnäytetyön valmistuttua.

– Saan milloin tahansa kieltää minua koskevan aineiston käytön opinnäytetyöntutkimuksessa, tällöin kaikki minusta saatu tieto hävitetään välittömästi

– Suostumuksia tehdään kaksi kappaletta, joista toinen jää asianomistajalle.

Helsingissä \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Osallistujan allekirjoitus ja nimen selvennys

\_\_\_\_\_

Marita Lindqvist, toimintaterapeuttiopiskelija

\_\_\_\_\_

Virve Lönnqvist, toimintaterapeuttiopiskelija

**Miesten valokuvaryhmän kuvattavia teemojen eri tapaamiskerroille.**

- **Kuvaa miehen mielestä**
- **Toiminta, tuotteliaisuus**
- **Ilo, hauskuus**
- **Mielihyvä, nautinto**
- **Millainen olemme ryhmänä**
- **Minä ryhmän osana**
- **Vahvistavuus, voima**

## Valokuvaterapian menetelmät

Valokuvausterapiassa on viisi menetelmää joita voidaan käyttää sekä erillisenä tai rinnakkain. Ryhmän sisältönä voidaan pitää seuraavanlaista muotoa:

1. Asiakkaan ottamat tai suunnittelemat kuvat (asiakkaan itse ottamat valokuvat tai asiakkaan keräämät kuvat kuten postikortit, lehtikuvat, internetkuvat, digitaaliset manipulaatiot jne.)
2. Asiakkaasta otetut kuvat (joko tarkoituksella poseeratut kuvat tai tilannekuvat)
3. Omakuvat, joilla tarkoitetaan kaikenlaisia asiakkaan itsestään ottamia tai otattamia valokuvia, niin kirjaimellisesti kuin metaforisestikin (nämä ovat valokuvia, joiden tekemisessä asiakkaalla itsellään on ollut täysi kontrolli ja valta kaikissa kuvan suunnittelu- ja tekovaiheissa)
4. Perhekuvat ja muut omaelämäkerralliset valokuvakokoelmat (kuvat syntymäperheestä tai omavalintaisesta perheestä; muodollisesti albumissa pidettävät kuvat tai vapaammin asetetut tarinalliset kuvat esim. jääkaapin ovesa, näytönsäästäjässä, tietokoneella tai nettisivuilla)
5. "Projektiiviset kuvat", joissa käytetään hyväksi sitä tosiasiaa, että kuvan merkitys on ensisijaisesti kuvan katsojan luomus hänen prosessoidessaan kuvaa. Kuvan katsominen tuottaa havaintoja ja reaktioita, jotka ovat lähtöisin katsojan omasta todellisuudesta, mikä määrittää myös sen, kuinka hän ymmärtää näkemänsä. Siksi tämä menetelmä ei niinkään liity tietynlaiseen kuvaan vaan enemmänkin kuvan ja sen katsojan väliseen vuorovaikutukseen, "tilaan", missä jokainen ihminen muodostaa oman ainutlaatuisen vastineensa sille, mitä näkee (<http://www.phototherapy-centre.com>.)

## Haastattelukysymykset

- Oletko aikaisemmin ollut ns. miesten ryhmässä? Kyllä / ei
- Jos vastasit edelliseen kyllä: Miksi hakeuduit silloin miesryhmään?
- Mikä sai sinut liittymään äijäfotoon?
- Kuvaa kokemustasi miesten ”äijäfoto- valokuvausryhmästä”?
- Mistä asioista / toiminnoista pidit äijäfotossa?
- Mistä asioista et pitänyt äijäfotossa?
- Mitkä asiat / toiminnot tekevät äijäfotosta mieluista?
- Mitkä asiat / toiminnot tekevät äijäfotoon osallistumisesta vetoavaa?
- Millaisia ajatuksia sinulle nousi ryhmätapaamisten aikana omasta panoksestasi ryhmän toiminnan eteenpäin viejänä?
- Mitä ajatuksia sinulle tulee mieleen sanasta miesten toiminnallinen valokuvausryhmä?
- Mitä odotuksia sinulla oli ryhmää kohtaan?
- Olitko mielestäsi kiinteä osa ryhmää?
- Miltä tämä osallisuus tuntui?
- Onko äijäfotoryhmä sinulle tärkeä?
- Opitko ryhmässä jotain uutta?
- Saitko ryhmästä jotain muuta, mitä?
- Miten koit valokuvien roolin?
- Mikä merkitys valokuvilla ja valokuvien ottamisella oli sinulle?
- Kuinka yhteisen tavoitteen luominen (näyttely) vaikuttaa omaan valokuvaamiseen?
- Miten mielestäsi sosiaalinen media (blogi) sopi ryhmän toimintaan?
- Oliko sosiaalisella medially merkitystä sinulle ryhmän toimivuuden kannalta?
- Käytitkö itse sosiaalista mediaa hyödyksi palautteen antamiseen toisille? Entä saitko itse palautetta kuvistasi sitä kautta?
- Kuinka koit ohjaajien roolien sopivan ryhmän toimintaan?
- Osallistuisitko uudelleen, haluaisitko saada ryhmälle jatkumoa?