

Virpi Törnroos

VIRKISTYSPÄIVÄ VAPAAEHTOISTYÖNTEKIJÖILLE

Sosiaalialan koulutusohjelma

2016



VIRKISTYSPÄIVÄ VAPAAEHTOISTYÖNTEKIJÖILLE

Törnroos, Virpi

Satakunnan ammattikorkeakoulu

Sosiaalialan koulutusohjelma

Marraskuu 2016

Ohjaaja: Ahosmäki, Merja

Sivumäärä: 27

Liitteitä: 3

Asiasanat: vapaaehtoistyö, virkistystoiminta, ryhmänohjaus

Tämän toiminnallisen opinnäytetyön aiheena oli virkistyspäivän järjestäminen vapaaehtoistyöntekijöille. Yhteistyötahona toimi Porin Helluntaiseurakunta. Opinnäytetyön keskeisimpänä kysymyksenasetteluna oli: Miten järjestetään yhteishenkeä vahvistava ja hyvinvointia edistävä virkistyspäivä seurakunnan vapaaehtoistyöntekijöille?

Opinnäytetyön teoreettisessa viitekehyksessä käsiteltiin vapaaehtoistyön merkitystä, periaatteita ja vapaaehtoistyötä seurakunnassa. Toisena pääaiheena oli hyvinvointi ja virkistystoiminta vapaaehtoistyössä sekä ryhmänohjaus ja ryhmätoiminnan rakentaminen tässä yhteydessä. Keskeisimpiä käsitteitä olivat vapaaehtoistyö, virkistystoiminta ja ryhmänohjaus.

Yhteistyössä Porin Helluntaiseurakunnan työntekijöiden kanssa järjestettiin virkistyspäivä vapaaehtoistyöntekijöille toukokuussa 2016. Päivä toteutettiin seurakunnan leirikeskuksessa, Noormarkun Rantaniemessä. Ohjelma koostui toimintaan virittävistä aloitusosioista, ryhmätyöskentelystä luonnossa, tutustumisesta, puheenvuoroista, ruokailusta, yhteislaulusta ja rukouksesta sekä yhteenvedosta. Lisäksi päivän aikana toteutettiin yhteinen taiteellinen tuotos. Päivä koettiin onnistuneeksi ja tarpeelliseksi niin osallistujien kuin järjestäjien puolesta. Luonnon ja ryhmänohjauksen merkitys nousi esiin päivän tavoitteiden saavuttamisessa. Virkistyspäivällä oli vaikutuksia kohderyhmän hyvinvointiin ja yhteishenkeen. Vastaavanlaisen toiminnan toivottiin jatkuvan myös tulevaisuudessa.

A WELFARE DAY FOR VOLUNTEER WORKERS

Törnroos, Virpi

Satakunta University of Applied Sciences

Degree Programme in Social Services

November 2016

Supervisor: Ahosmäki, Merja

Number of pages: 27

Appendices: 3

Keywords: volunteer work, welfare day, group leading

The topic of this thesis was to arrange a welfare day for volunteer workers. Cooperation partner was the Pentecostal church in the city of Pori. The most fundamental question in this thesis was: How to arrange a welfare day for church's volunteer workers and strengthen team spirit and increase welfare?

There are two main lines in the theoretical base. First includes the significance and principles of volunteer work and volunteer work in church. Second includes welfare and recreation in volunteer work, group leading and arranging group activities. Keywords in this thesis are volunteer work, welfare day and group leading.

The welfare day was arranged together with the workers of the Pentecostal church of Pori in May 2016. It was kept at the camping center of the church in Rantaniemi, Noormarkku. The day included a warming up session, group work in nature, getting to know each other, speeches, food, singing, praying and summary of the day. During the day volunteer workers painted also a shared artwork. Both participants and organizers felt that the welfare day had succeeded. According to the feedback, nature and group leading had a major effect in reaching our aims. The welfare day had effect on participants' welfare and team spirit. They hoped that similar action would continue in the future.

SISÄLLYS

1. JOHDANTO.....	5
2. VAPAAEHTOISTYÖ.....	6
2.1. Vapaaehtoistyön merkitys	6
2.2. Vapaaehtoistyön periaatteet	7
2.3. Vapaaehtoistyö seurakunnassa	8
2.4. Porin Helluntaiseurakunta.....	9
3. VIRKISTYSTOIMINTA VAPAAEHTOISTYÖN KENTÄLLÄ.....	10
3.1. Hyvinvointi vapaaehtoistyössä	10
3.2. Virkistystoiminta	11
3.3. Ryhmänohjaus virkistystoiminnassa.....	12
3.4. Ryhmätoiminnan rakentaminen	14
4. VIRKISTYSPÄIVÄ RANTANIEMESSÄ	16
4.1. Tavoitteet.....	16
4.2. Projektin aikataulu	16
4.3. Suunnittelutyö	17
4.4. Virkistyspäivän ohjelma.....	20
5. PALAUTE.....	21
5.1. Osallistujien palaute.....	22
5.2. Yhteistyökumppanin palaute	22
6. POHDINTA JA JOHTOPÄÄTÖKSET.....	24
LÄHTEET	26
LIITTEET	

1. JOHDANTO

Jo useamman vuoden ajan olen ollut mukana vapaaehtoistyössä ja tullut henkilökohtaisen kokemuksen kautta ymmärtämään työn merkityksen. Olen saanut nähdä sekä hyvin että huonosti voivia vapaaehtoistyön yhteisöjä ja vapaaehtoistyöntekijöitä aina loppuun palamisesta vuosikymmeniä kestäneeseen alttiiseen palvelemiseen. Vapaaehtoistyön kenttää mieltiessäni aloin pohtia, millä tavoin vapaaehtoistyöntekijöitä voitaisiin tukea ja auttaa jaksamaan merkityksellisessä työssään hyvinvoivina ja motivoituneina.

Vaikka vapaaehtoistyön tekeminen lähtee ihmisen omasta vapaasta tahdosta ja tapahtuu vapaa-ajalla, on sen tekijöille suunnatulle virkistystoiminnalle silti tilausta. Vapaaehtoistyön merkitys suomalaisessa yhteiskunnassa on ollut suuri jo useamman vuosikymmenen ajan ja nykyään kolmannen sektorin palveluilla on yhä merkittävämpi rooli kuntien toiminnassa. Vapaaehtoistyön merkityksen takia myös sen jatkuvuudesta tulee huolehtia ja tästä johtuen vapaaehtoistyöntekijöiden hyvinvoinnin tukemisen merkitys korostuu. Virkistystoiminnalla voidaan parantaa vapaaehtoisten välistä yhteishenkeä sekä toistensa että palkattujen työntekijöiden kanssa. Toisaalta se myös innostaa ja motivoi yhdessä tekemisen jatkamiseen ja synnyttää uusia ideoita jo olemassa olevaan toimintaan.

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli suunnitella ja toteuttaa virkistyspäivä Porin Helluntaiseurakunnan vapaaehtoistyöntekijöille yhteistyössä seurakunnan työntekijöiden kanssa. Toiminnan päätavoitteena oli edistää vapaaehtoistyöntekijöiden hyvinvointia ja yhteishenkeä sekä tämän ohessa jakaa seurakunnan visiota. Virkistyspäivä toteutettiin kesäaikaan ja siinä hyödynnettiin seurakunnan leirikeskusta sekä sen luontoalueita. Päivä koostui yhdessä olemisesta, ryhmätyöskentelystä, luonnossa liikkumisesta, ruokailusta, pastoreiden puheenvuoroista ja yhteisestä rukouksesta.

2. VAPAAEHTOISTYÖ

2.1. Vapaaehtoistyön merkitys

Robert Lemberg (2006) kirjoitti kymmenen vuotta sitten, että vapaaehtoistyöstä ja kolmannesta sektorista on tullut yhä tärkeämpi hyvinvointipalvelujen tuottaja. Sama kehityssuunta jatkuu yhä edelleen. Tulevan sosiaali- ja terveystalouden uudistuksen myötä myös kolmannen sektorin mahdollisuudet tarjota palveluja on hallituksen linjauksen mukaan huomioitava (Kunnat.net, 2015, viitattu 20.2.2016). Tämä tarkoittaa sitä, että vapaaehtois- ja järjestötyö tulee jatkossakin säilyttämään paikkansa yhteiskunnassamme ja sen yhteensovittaminen muiden hyvinvointipalveluja tuottavien tahojen kanssa muuttuu yhä olennaisemmaksi. Kuluvan hallituskauden yhdeksi tavoitteeksi on asetettu, että kymmenen vuoden kuluessa järjestötyö ja vapaaehtoistoiminta helpottuvat ja yhteisöllisyys lisääntyy (Hallitusohjelma, s. 20, viitattu 22.2.2016). Vapaaehtoistoiminnan kysynnän laajentuessa edelleen, on sen jatkuvuuden takaamiseksi vapaaehtoistyöntekijöiden hyvinvointiin syytä kiinnittää erityisestä huomiota.

Yhteiskunnallisen merkityksen lisäksi vapaaehtoistoiminnalla on vaikutuksia myös yksilöiden elämään. Toiminnalle ominaista on se, että sekä auttaja että autettava kokevat rakentuvansa ja saavansa elämäänsä sisältöä toiminnasta. Vapaaehtoistoiminta voi tarjota tekijälle vertaistukea, mahdollisuuksia käyttää omia taitojaan tai ympäristön, jossa luoda uusia sosiaalisia kontakteja ja ystävyys-suhteita. Toiminnasta voi tulla harrastus, mielekäs vapaa-ajan viettotapa tai kanava auttaa muita vaikeuksissa, joista itse on selviytynyt aikaisemmin elämässään. (Harju ym. 2001, s. 36.)

Vapaaehtoistoimintaan osallistumisen motiiveja voivat olla esimerkiksi tekemisen halu, uuden oppiminen, elämän sisällön rikastuttaminen, sosiaaliset suhteet, auttamisen halu, kuulumisen tarve tai kansalaisvelvollisuus. (Harju ym. 2001, s. 36). Vahvoja motivaattoreja ovat myös vapaaehtoistyön kuuluminen omaan elämäntapaan ja

vapaaehtoistyön itselle tärkeät tavoitteet (Kuuluvainen, 2015, s. 46). Nämä motiivit ovat yleisiä erityisesti seurakunnan vapaaehtoistyössä.

2.2. Vapaaehtoistyön periaatteet

Vapaaehtoistyön periaatteet ovat kiteytettyinä vapaaehtoisuus, palkattomuus, ammattityön täydentäminen ja vapaa-ajalle sijoittuminen. Vapaaehtoistyö lähtee yksilön vapaasta tahdosta esimerkiksi auttaa muita tai osallistua yhteiseen toimintaan. Toiminta tapahtuu organisoituna, jolloin se liittyy yksilön toimintaa laajempaan, tavoitteelliseen kokonaisuuteen. Ilman tätä yhteyttä yksilön auttamistyö määritellään ystävänpalvelukseksi, josta esimerkkinä voisi olla omaisen tai naapurin auttaminen. Vapaaehtoistyö on sosiaalisyhteiskunnallista toimintaa. Se on lähellä käsitettä kolmas sektori, jolla kuvataan yhdistysten ja järjestöjen toimintaa. (Eskola & Kurki, toim. 2001, s. 15.)

Vapaaehtoistoimintaan osallistutaan aina vapaaehtoisesti (Harju ym. 2001, s. 34). Jokainen saa itse määrittellä kuinka usein, mihin aikaan, miten pitkään ja missä työmuodossa on mukana. Työtä ohjaavalla taholla ei ole samanlaista direktiovaltaa vapaaehtoistyöntekijään kuin palkkasuhteessa olevaan työntekijään, sillä työvoimaa ei osteta vaan sitä tarjotaan vapaaehtoisesti. Kolmannen sektorin järjestöjen organisatiokulttuurille on ominaista, että johdon ja vapaaehtoisten välille syntyy vastavuoroinen suhde, jossa hierarkia ei ole yhtä jyrkkä kuin työpaikalla. (Kuuluvainen, 2015, s. 109.)

Vapaaehtoistyötä tehdään ilman palkkaa. Työtä organisoivat henkilöt voivat kuitenkin olla palkattuja. Vapaaehtoistyön ja palkkatyön työtehtävien jakamisessa on harjoitettava harkintaa, sillä vapaaehtoistyöllä ei tule korvata palkkatyötä vaan sen rooli on täydentävä (Harju ym. 2001, s. 38). Palkkatyön korvaaminen vapaaehtoistyöllä on ongelmallista monesta syystä. Vapaaehtoistyötä tehdään tavallisen ihmisen tiedoin ja taidoin, ydinosaamisena elämäkokemus, joten mahdollisen epäpätevyyden johdosta

työn laatu saattaisi huonontua. Vapaaehtoistyöntekijän motivaatio ja hyvinvointi voivat myös kärsiä jos työtaakka ylittää vapaaehtoisuuden rajan.

Vapaaehtoistoiminta ei ole virka-aikaan sidottua vaan tapahtuu vapaa-ajalla (Harju ym. 2001, s. 38). Tämä on samalla sekä etu että haaste. Toisaalta toiminnan ja aikataulujen joustavuus on etu ja mahdollistaa myös päivätyöläisten osallistumisen, mutta toimintaa ohjaavan, palkatun työntekijän näkökulmasta aikataulujen yhteensovittaminen voi ajoittain olla haaste. Projektiluonteiselle työlle ominaista on usein ylitöytäntien kertyminen ja säännöllisen työajan puuttuminen. Tämä voi kuormittaa työntekijää ja lisätä riskiä työuupumuksen kehittymiseen tai työstä luopumiseen.

2.3. Vapaaehtoistyö seurakunnassa

"Rakasta Herraa, Jumalaasi, koko sydäimestäsi, koko sielustasi ja mielestäsi. Tämä on käskyistä suurin ja tärkein. Toinen yhtä tärkeä on tämä: Rakasta lähimmäistäsi niin kuin itseäsi." Matt 22:37-40.

Kristillisen uskon kulmakiven, rakkauden kaksoiskäskyn, mukaan emme elä itseämme varten, vaan palvellaksemme ja rakastaaksemme Jumalaa ja toisiamme. Tästä näkökulmasta katsottuna vapaaehtoistyö voi luontevasti olla osa kristityn elämäntapaa ja uskon todeksi elämistä. Seurakunnan vapaaehtoistyö on aina organisaation perustehtävän mukaista, kuten muissakin järjestöissä ja yhdistyksissä (Kuuluvainen, 2015, s. 9). Seurakunnissa tapahtuvan vapaaehtoistyön painopiste on osallistumisessa ja yhteisöllisyydessä. Seurakunta ei niinkään ole palveluorganisaatio vaan elävä yhteisö, jossa jokainen saa palvella omilla lahjoillaan ja toteuttaa omaa kutsumustaan yhteisen hyvän saavuttamiseksi. Seurakunnassa palvelevat vapaaehtoistyöntekijät tekevät työtä palkattujen työntekijöiden rinnalla, tasavertaisina seurakunnan jäseninä. (Lemberg, 2006, s. 10-12.)

Apostoli Paavalin (Ef 4:11-12) mukaan seurakunnan työntekijöiden tehtävä on muun muassa varustaa seurakuntalaiset palveluksen työhön. Tästä näkökulmasta seurakun-

nan vapaaehtoistyötä organisoivien on tärkeää huolehtia siitä, että seurakuntalaisille tehdään tarpeeksi tilaa toimia sekä luodaan tarvittavat puitteet, jotta jokaisella halukkaalla on mahdollisuus osallistua toimintaan omalla panoksellaan. Usein vapaaehtoistyöhön mukaan tuleminen sekä omien lahjojen ja palvelupaikan löytäminen vaativat rohkaisua ja mukaan kutsumista. Toisaalta myös omasta seurakunnasta koettu omistajuus ja sen toimintatarkoituksen sisäistäminen saavat aktivoitumaan rivijäsenestä vastuunkantajaksi. Palvelupaikka voi tällöin valikoitua myös tarpeen sanelemana. Jos esimerkiksi seurakuntalainen huomaa jumalanpalveluksiin alkavan osallistua tulkkausta tarvitsevia henkilöitä, hän voi taitojensa salliessa omatoimisesti ilmoittautua käytettäväksi tulkkaustehtäviin.

2.4. Porin Helluntaiseurakunta

Opinnäytetyön tilaajana toimi Porin Helluntaiseurakunta. Porin Helluntaiseurakunnassa on kattavasti vapaaehtoistoimintaa ja vapaaehtoisia on paljon, noin 150 henkilöä. Porin Helluntaiseurakunnan perustehtävä on julistaa evankeliumia, harjoittaa kristillistä toimintaa ja tehdä lähetystyötä, sosiaalista auttamistyötä ja kehitysaputyötä sekä kotimaassa että ulkomailla (Porin Helluntaiseurakunnan www-sivut, 2014. Viitattu 3.3.2016).

Porin Helluntaiseurakunnan vapaaehtoistyön muotoja ovat muun muassa lapsi- ja nuorisotyö, diakoniatyö ja ystäväpalvelu, lähiö- ja vankilatyö, maahanmuuttajatyö, järjestyksenvalvonta sekä musiikkitoiminta ja sielunhoito. Lisäksi seurakunnassa koostuu keskusteluun, kohtaamiseen ja rukoukseen tarkoitettuja pienryhmiä, soluja, joita johtavat koulutetut vapaaehtoiset ja olemassa on erilaisia vastuita liittyen jumalanpalveluksien toteuttamiseen, kuten valo- ja äänitekniikan käyttö, tulkkaus, kahvit ja juontaminen. Toimintaa järjestetään sekä kirkossa että sen ulkopuolella. Vapaaehtoiset ovat pääasiassa seurakunnan jäseniä, mutta toiminnan kautta tuotettu työ, kuten esimerkiksi kerhot, leirit tai tapahtumat suuntautuvat suurimmaksi osaksi ulospäin ja ovat avoimia myös seurakuntaan kuulumattomille. Seurakunnan jäsenille

suunnattua vapaaehtoistyöntekijöiden voimin järjestettyä toimintaa on muun muassa diakoniatyö ja musiikkitoiminta.

Virkistystoimintaa on seurakunnassa järjestetty jonkin verran pienemmissä ryhmissä, lähinnä eri työmuotojen tiimeille suunnattujen saunailtojen ja pikkujoulujen merkeissä. Kaikille yhteistä virkistystoimintaa on järjestetty melko harvoin. Isolle ryhmälle järjestettävä teemapäivä vaatii paljon suunnittelua ja valmistelua, johon tarvittavaa resurssia ei ole helppo löytää muun työn ohesta.

3. VIRKISTYSTOIMINTA VAPAAEHTOISTYÖN KENTÄLLÄ

3.1. Hyvinvointi vapaaehtoistyössä

Kuuluvaisen (2015, s. 109) mukaan vapaaehtoistyön tulisi olla mielekästä, hauskaa ja vaikuttavaa sekä omalta osaltaan luoda hyvää elämää. Tämän ihanteen saavuttamiseksi sekä vapaaehtoistyöntekijöiden, että sitä organisoivien tahojen on syytä kiinnittää huomiota vapaaehtoistyöntekijöiden hyvinvointiin vaikuttaviin seikkoihin. Vapaaehtoistyöntekijän tulee itse huolehtia siitä, että tuntee omat rajansa ja osaa oikeassa kohtaa sanoa ei. Itsetuntemus on yksi avain hyvinvointiin ja sen ylläpitoon. Kiinnostavat tehtävät ja hyvä yhteishenki kannustavat jaksamaan ja pitävät mielenkiintoa yllä, jolloin vapaaehtoistyö säilyttää elämää rikastuttavan puolensa eikä siitä tule liian taakoittavaa. Omalla toiminnallaan voi vaikuttaa hyvinvointiinsa myös sen kautta, että tiedostaa kykenevänsä auttamaan muita.

Lemberg (2006, s.20) mukaan organisaation johdon tulee huolehtia siitä, että vapaaehtoisille järjestetään tehtävien vaatimaa koulutusta, vertaistukea ja virkistystoimintaa. Vapaaehtoistyöntekijöiden koulutus voi olla varsinaisen ohjeistamisen lisäksi myös yhteistä suunnittelua, tekemistä ja yhdessä oppimista (Honkanen, 2006, s.77). Johdon tehtävä on myös antaa arvostusta, kiitosta, mielekkäitä tehtäviä sekä sopivas-

sa määrin vastuuta, jotta mielenkiinto vapaaehtoistyöhön säilyy ja uudistuu. Savolainen (2006, s. 44) kirjoittaa, että vapaaehtoisista huolehtiminen kokonaisena ihmisenä on tärkeää. Niin fyysisten, sosiaalisten kuin henkisten virikkeiden tarjoaminen on osa hyvinvoinnista huolehtimista. Hyvän ilmapiirin luominen, avoimuus, oikeudenmukaisuus sekä selkeät säännöt ja tavoitteet auttavat vapaaehtoistyöyhteisöä voimaan hyvin ja jaksamaan tehtävässään pitkään.

Seurakunnan vapaaehtoistyöntekijöiden hyvinvointiin vaikuttavat yllä mainittujen lisäksi myös kokemus yhteisöllisyydestä ja oman kutsumuksensa toteuttamisesta. Joukkoon kuulumisen tunne omassa yhteisössä vaikuttaa samalla tavalla kuin turvallisessa ryhmässä toimiminen. Turvallisessa ryhmässä ihminen uskaltaa olla oma itsensä ja paljastaa myös omia heikkouksiaan (Aalto, 2000, s. 16-17). Oman kutsumuksensa löytäminen ja sen toteuttaminen tarkoittavat samalla sekä omien lahjojen, kykyjen ja kiinnostuksen kohteiden tunnistamista ja käyttöön ottamista yhteisen hyvän toteutumiseksi että ympäristön tarpeiden huomioimista ja toimimista niiden täyttämiseksi. Tämän kaltaisesta toiminnasta syntyy oman elämän merkityksellisyyden kokemus, jonka voidaan sanoa olevan osa hyvinvointia.

3.2. Virkistystoiminta

Virkistystoiminnan tarkoitus on sananmukaisesti virkistää toimintaan osallistujia. Toiminnalla pyritään parantamaan sekä yksilöiden että yhteisöjen hyvinvointia ja tätä myötä myös osallisuutta omaan yhteisöön ja yhteiskuntaan. Toiminnan vaikutuksia voidaan kuvata voimaannuttavina, uudistavina, toimintakykyä edistävinä, rentouttavina ja innostavina. Yleisiä hyvinvointia edistäviä tekijöitä ovat toisten ihmisten läheisyys, rentous, meditaatio, rukous ja tuloksellinen aktiivisuus. Myös oivaltaminen sekä itseen kohdistuvan myötätunnon kokeminen tukevat hyvinvointia. (Ojanen, 2011, s. 212-213.) Näiden tekijöiden sisällyttäminen virkistyspäivään asiakasryhmälle sopivalla tavalla tukee toiminnan onnistumista ja edistää osallistujien hyvinvoinnin kokemusta.

Virkistystoiminnassa käytetään monenlaisia menetelmiä. Taide, musiikki, kulttuuri, luonto, seikkailu- ja elämyspedagogiikka, luovuus ja erilaiset työnohjausmenetelmät soveltuvat hyvin virkistystarkoitukseen. Virkistystoimintaa voidaan toteuttaa monella tapaa, esimerkiksi retket, yhdessä oleminen, ruokaileminen, illanvietot tai teemapäivät voivat olla hyvä tapa virkistyä yhdessä. Tärkeää on, että toiminta järjestetään jossain tavallisesta poikkeavassa paikassa tai tavallisesta toiminnasta poikkeavalla tavalla. (Tuovinen, 2006, s.65.) Uusi toimintaympäristö ja toiminta voi tuoda osallistujista uusia puolia esiin ja vaikuttaa myös ryhmädynamiikkaan.

Virkistystoimintaa voidaan suunnata melkein mille tahansa ryhmälle. Kyseessä voi olla työyhteisö, omaishoitajien ryhmä, mielenterveyskuntoutujat, palvelutalon asukkaat tai vapaaehtoistyöntekijät. Vapaaehtoistyöntekijöille järjestetyn virkistystoiminnan tarkoitus on kiittää, virkistää ja kannustaa toiminnassa (Tuovinen, 2006, s.65). Toiminnalla voi olla lisäksi muita merkityksiä, kuten motivointi ja innostaminen, organisaation vision jakaminen, uusien toiminta- ja ajattelutapojen löytäminen tai yhteishengen vahvistaminen. Virkistystoimintaa voidaan järjestää sekä tiimikohtaisesti, että kaikille vapaaehtoisille yhteisesti esimerkiksi ruokailun, illanviettojen tai teemapäivien muodossa.

3.3. Ryhmänohjaus virkistystoiminnassa

Ryhmänohjaus kuuluu olennaisesti virkistystoiminnan järjestämiseen. Osallistujajoukon muodostuminen ryhmäksi eli ryhmäytyminen on tavoitteellisen työskentelyn perusta. Ryhmänohjaajalla on suuri rooli tämän prosessin etenemisessä ja ohjaamisessa. Jokainen ryhmä on erilainen, eikä ryhmäytymisen nopeutta voi ennalta arvioida, mutta luomalla puitteet turvalliseen kohtaamiseen ja toimivaan vuorovaikutukseen ryhmänohjaaja voi vaikuttaa merkittävästi ryhmäytymisen käynnistymiseen. (Niemi, 2002, s. 179.)

Hyvin ryhmäytyneen ryhmän tunnuspiirre on turvallinen ilmapiiri. Ryhmän turvallisuus syntyy luottamuksesta, hyväksynnästä, avoimuudesta, tuen antamisesta ja sitou-

tumisesta. Turvallinen ryhmä lisää henkistä hyvinvointia vahvistamalla itsetuntoa ja auttamalla jäseniään kasvamaan ihmisenä. Turvallisessa ryhmässä osallistuja kokee saavansa olla oma itsensä niin hyvien kuin huonojen puoliensa kanssa. Hyväksynnän, välittämisen ja arvostuksen ilmapiirissä yksilöiden parhaat puolet vahvistuvat ja kehittymättömämmissä piirteissä voi tapahtua jalostumista. (Aalto, 2000, s. 16-17.) Ohjaajan ja osallistujien välinen vuorovaikutus on yksi keskeisin ryhmän turvallisuuden vaikuttava tekijä. Hyviä vuorovaikutustaitoja ovat muun muassa kyky olla vuorovaikutuksessa itsensä kanssa, eri mieltä olemisen taito, virheen myöntäminen, palautteen antaminen ja vastaanottaminen sekä toisen pahan olon helpottaminen ja oman pahan olon ilmaiseminen. (Aalto, 2000 s. 26-27.)

Kohtaamisen taito on myös osa hyvää vuorovaikutusta. Sosiaalialan eettisten arvojen mukaan asiakkaalle kuuluu oikeus tulla kohdatuksi kokonaisvaltaisesti (Talentia, 2012, s. 8). Asiakkaan vahvuuksien löytäminen ja niiden kehittäminen on tästä esimerkki. Ryhmänohjaajan toimiessa näiden arvojen mukaisesti, jokainen ryhmän jäsen tulee kohdatuksi myös yksilönä sekä osana omaa yhteisöään. Nähdä ja kuulla tulemisen tarve on eräs yleismaailmallisimmista tarpeista, joita jokaisella ihmisellä on. Yksilöt huomioiva ja yhteishenkeä luova ryhmänohjaustyö voimaannuttaa koko ryhmää ja parhaimmillaan osallistujat voivat oppia kuulemaan ja näkemään itsensä ja toisensa uudella tavalla.

Ryhmänohjaajan itsetuntemus vaikuttaa merkittävästi ohjaukseen. Se, miten hyvin ohjaaja on käsitellyt omia, myös vaikeita tunteitaan ja minuuden alueitaan, auttaa häntä olemaan läsnä ja kohtaamaan myös muiden tunteita (Aalto, 2000, s. 38). Useat ihmiskohtaukset herättävät ajatuksia ja tunteita, joista jotkut saattavat koskettaa ohjaajan henkilökohtaisen elämän kipupisteitä. Jos ohjaaja on käsitellyt omia sisäisiä asioitaan etukäteen, hän voi tarjota aitoa ymmärrystä ja rinnallakulkijuutta asiakkaalle. Läsnä oleminen on puolestaan aidon kohtaamisen ja hyvän vuorovaikutuksen toteutumisen kannalta olennainen taito.

Musiikkiterapia- ja sosionomiopintoihini pohjautuvan ymmärryksen mukaan taide- lähtöisten menetelmien käyttäminen sopii hyvin ryhmänohjauksen työvälineistöön. Luovien menetelmien avulla abstrakteja asioita saadaan konkretisoitua, sisäistä saadaan tuotua näkyväksi sekä aiheeseen liittyvä tunneilmaisu on usein runsaampaa. Taiteellisten menetelmien kautta ihminen työstää sisäisiä aiheitaan eri tavalla kuin esimerkiksi puheen kautta. Yhteinen taiteellinen tuotos vahvistaa yhteenkuuluvuuden tunnetta ja voi myös kehittää ryhmätyötaitoja. Ryhmänohjaustaitojen ja luovien menetelmien käyttämisen merkitystä huolellisen suunnittelutyön ohella ei voi väheksyä virkistystoiminnan järjestämisessä. Ammattitaitoinen palveluntarjoaja hallitseekin hyvät vuorovaikutus- ja sosiaaliset taidot sekä osaa organisoida toimintoja käytännöllisestä näkökulmasta.

3.4. Ryhmätoiminnan rakentaminen

Ryhmätoiminnan rakentaminen koostuu huolellisesta suunnittelusta, tehokkaasta organisoinnista ja ammattitaitoisesta toteuttamisesta. Ryhmätoiminnan järjestämisessä tulee ottaa huomioon kyseisen asiakasryhmän erityispiirteet. Näitä ovat muun muassa osallistujien ikä, mahdolliset liikuntarajoitteet, ryhmän koko ja toimintatarkoitus. On tärkeää kerätä etukäteen tiedot osallistumisesta ja erityistarpeista, kuten ruokavaliosta, jotta toiminta voidaan mitoittaa oikein muun muassa ruoan määrän, ajankäytön ja soveltuvan ohjelman suhteen.

Onnistunut ryhmätuokio ei ole pelkkää perustehtävän työstämistä alusta loppuun, vaan se rakentuu useammasta eri elementistä. Hyvä ryhmätuokio muodostuu ryhmän virittäytymisestä, varsinaisesta työskentelystä ja lopettelemisesta. Ryhmätoiminnan aikataulutuksessa on huomioitava, että ohjelmaa ei ole liian paljon, jotta aikaa jää jokaisen elementin toteuttamiseen. (Martin ym., 2012, s. 22.)

Virittäminen ja lämmittely toimintaa varten kuuluvat ryhmänohjaajan tehtäviin. Uuden ryhmän alkaessa osallistujat ovat luonnollisesti varuillaan ja ilman toimintaan virittämistä osallistuminen voi olla heikompaa eikä työskentely välttämättä lähde

käyntiin. Virittäminen voi olla käytännössä orientoimista tehtävään, rajojen ja sääntöjen sopimista ja osallistujien liittämistä ryhmätilanteeseen. Toiminnan alkuvaiheessa on luontevaa, että ohjaaja ja osallistujat esittäytyvät. Selkeä aloitus ja tietoisuus ryhmän perustehtävästä sekä ohjattu, tasavertainen tutustuminen edesauttavat turvallisen ilmapiirin syntymistä. (Niemistö, 2002, s. 80-81, 179.) Ryhmästä löytyy usein niitä, jotka ovat toisia puheliaampia ja niitä, jotka ovat luonnostaan hiljaisempia tai vetäytyviä. Tällaisessa tilanteessa yksinkertaisen esittely- tai nimikierroksen avulla jokainen jäsen saa tasapuolisesti puheenvuoron ja tulee kuulluksi. Vastavuoroinen vuorovaikutus auttaa hyvän ryhmädynamiikan syntymistä. Esittäytyminen voi tapahtua myös toiminnallisesti, esimerkiksi itseään kuvaavan symboliesineen valinnalla.

Toiminnan ohjattu lopetus on yhtä tärkeä kuin aloituskin. Ilman huolellista purkamista ja yhteistä lopetusta, toiminnan tarkoitus ja vaikutus voi jäädä epäselväksi, irralliseksi tai keskeneräiseksi. Ryhmätoiminnan lopetuksessa osallistujat voivat jakaa sen hetkisen kokemuksensa, voidaan tehdä yhteenveto toiminnasta ja siihen sisältyneistä kokemuksista sekä arvioida aikaansaannoksia ja tavoitteiden täyttymistä. On hyödyllistä antaa myös mahdolliselle kritiikille sijaa. (Niemistö, 2002, s. 191.)

Ryhmätoimintaa järjestettäessä tulee huomioida ryhmän koko. Ryhmäkoko vaikuttaa ryhmädynamiikkaan ja ryhmän luonteeseen. Pienryhmäksi mielletään noin 5-12 henkilön ryhmä, keskikokoisena ryhmänä pidetään 13-20 henkilön ryhmää ja tästä suuremmat luokitellaan suurryhmiksi. Pienryhmät ja suurryhmät käyttäytyvät eri tavalla ja niissä on omat mahdollisuutensa ja haasteensa. Yleisesti ottaen pienryhmässä osallistujat pääsevät helpommin esiin, ovat aktiivisempia ja osallistuminen on tasaisempaa. Ryhmäkoon kasvaessa suhteellisesti harvemmat osallistuvat toimintaan, osallistuminen on epätasaisempaa, yksilön tarpeet hukkuvat helpommin ja ryhmän yleisilmapiiri on passiivisempi. Pienryhmässä ryhmäytyminen tapahtuu luonnollisemmin kun taas suurryhmässä tapahtuu hajoamista pienempiin alaryhmiin. (Niemistö, 2002, s. 57-59.) Suurryhmien käsittelyssä tarvitaan erityistä taitoa huomioida jokainen osallistuja ja varmistaa jokaisen mahdollisuudet päästä toimintaan mukaan.

Erilaiset yhteistoimintaharjoitteet ja ohjatut ryhmätyöt ovat omiaan edistämään ryhmäytymistä. Harjoitteiden tavoitteina ovat muun muassa tutustuminen, vapautuminen, yhteishengen vahvistuminen, hauskanpito ja yhteisen ilon kokeminen. Esimerkiksi yhteinen ongelmanratkaisu kehittää ryhmäytymätaitoja ja yhteishenkeä. Se aktivoi myös ryhmän luovuutta, mikä voi synnyttää ryhmässä uusia ideoita ja työskentelytapoja. Lisäksi leikkimielinen hauskanpito voi rentouttaa osallistujia ja vapauttaa ilma-
piiriä. (Aalto, 2000, s. 280).

4. VIRKISTYSPÄIVÄ RANTANIEMESSÄ

4.1. Tavoitteet

Toiminnan päätavoitteena oli edistää vapaaehtoistyöntekijöiden hyvinvointia ja yhteishenkeä sekä tämän ohessa jakaa seurakunnan visiota. Vapaaehtoistyöhön innostaminen ja motivointi jätettiin projektin ydinasioiden ulkopuolelle, mutta aiheet olivat kuitenkin esillä seurakunnan työntekijöiden pitämässä puheenvuorossa. Opinnäytetyön kohderyhmänä olivat seurakunnan vapaaehtoistyöntekijät, jotka olivat projektin välittömiä hyödynsääjiä. Välillisinä hyödynsääjinä olivat seurakunnan työntekijät, jotka olivat mukana toteuttamassa virkistyspäivää ja saivat tätä kautta osaamista virkistystoiminnan järjestämiseen. Minä olin päävastuussa projektin organisoinnista, virkistyspäivän järjestämisestä ja suunnittelupalaverien johtamisesta. Seurakunta vastasi mainonnasta ja ruokailusta. Suunnittelu toteutettiin yhdessä seurakunnan johtavan pastorin kanssa ja toteutus yhdessä seurakunnan palkattujen työntekijöiden kanssa.

4.2. Projektin aikataulu

Tammi-maaliskuussa perehdyin aiheeseen taustateorian kautta ja käynnistin virkistyspäivän ideointiprosessin. Tällöin laadin myös alustavan suunnitelman virkistys-

päivän ohjelmasta. Ensimmäinen palaveri yhteistyötahon kanssa pidettiin maaliskuussa ja siellä suunniteltiin virkistyspäivän tavoitteet sekä sovittiin aikataulusta, resursseista, mainonnasta, ilmoittautumiskäytännöistä ja muusta tarpeellisesta. Tapaaamisen jälkeen muokkasin ohjelmaa yhteistyötahon toiveiden mukaiseksi ja osallistujille sopivammaksi.

Huhtikuussa järjestettiin toinen palaveri, jossa käytiin läpi toiveiden ja tavoitteiden mukaisesti valmisteltu, aikataulutettu ohjelma, jaettiin vastuut sekä suunniteltiin mainoksen sisältö. Tämän jälkeen aloitettiin mainostus ja käynnistettiin ilmoittautuminen. Virkistyspäivän mainonta tapahtui seurakunnan internetsivuilla, kuukausiohjelmassa, ilmoitustaululla sekä jumalanpalveluksien yhteydessä. Tämän lisäksi työmuotojen johtajille lähetettiin postitse kutsu virkistyspäivään lyhyen infon kera.

Toukokuussa kokoonnuttiin yhteen yhteistyötahon kanssa vielä ennen virkistyspäivää. Palaverissa käytiin läpi osallistujien lopullinen määrä ja varmistettiin, että vastuut ovat selvillä järjestäjien kesken ja kaikki tarvittava on huomioitu tulevaa päivää varten. Virkistyspäivä järjestettiin toukokuussa seurakunnan leirikeskuksessa. Päivän jälkeen pidettiin päätöspalaveri yhteistyökumppanin kanssa, jossa arvioitiin projektin onnistumista ja vaikutuksia, sekä keskusteltiin seurakunnan virkistystoiminnan mahdollisuuksista tulevaisuudessa.

4.3. Suunnittelutyö

Ohjelman suunnittelemisessa johtoajatuksena oli viedä vapaaehtoistyöntekijöiden joukko pois tutusta työympäristöstä luonnon keskelle. Alustavassa suunnitelmassa osallistujille oli tarkoitus järjestää patikointipäivä luontoreitillä, jonka varrella olisi virkistystoimintaan soveltuvia tehtäviä ja määränpäässä tapahtuisi ruokailu ulkoilmassa. Yhteistyökumppanin kanssa pidetyn palaverin jälkeen suunnitelma kuitenkin tarkentui vastaamaan heidän tarpeitaan ja toiveitaan. Yhdessä suunniteltu aikataulu asetti selkeät raamit päivän ohjelmarungolle. Aloitus, ruokailu ja lopetus rytmittivät

päivää siten, että siihen mahtui kaksi ryhmätehtävää, toinen aamupäivälle ja toinen iltapäivälle.

Tarkka osallistujamäärä tiedettiin vain muutamaa päivää ennen virkistyspäivää, mutta yhteistyökumppani antoi ensimmäisessä palaverissa alustavan arvion, joka oli noin 80 henkilöä. Tämä oli noin puolet kaikista vapaaehtoistyöntekijöistä. Arvion perusteella valmistelin suurelle ryhmälle soveltuvan ohjelman, jossa ohjelmanumerosta toiseen siirtymiseen varattiin runsaasti aikaa, sillä suurien ryhmien siirtymävaiheet ovat hitaita. Jaoin osallistujat pienryhmiin, jotta massaa olisi helpompi hallita eikä kaaosta pääsisi syntymään ja jotta jokaisen osallistuminen olisi aktiivisempaa. Aktiivisemmän osallistumisen ja luontevamman ryhmäytymisen lisäksi myös ajankäytön näkökulmasta pienryhmissä toimiminen on järkevää. Esimerkiksi jokaisen henkilökohtainen esittäytyminen ja vapaaehtoistyötehtävän kertominen vie paljon aikaa. Virkistyspäivässä henkilökohtainen esittäytyminen tehtiin pienryhmissä ja myöhemmässä vaiheessa jokainen ryhmä esitteli itsensä toisille ryhmille.

Päivän sisältöä suunnitellessa otettiin huomioon myös osallistujien ikä, liikuntarajoitteet ja erityisruokavaliot, jotta voitiin varmistaa etukäteen kaikkien yhtäläiset mahdollisuudet osallistua toimintaan ja aikatauluttaa virkistyspäivän ohjelma oikein. Alkuperäistä suunnitelmaa päädyttiin muokkaamaan siten, että toiminta tapahtuisi vaikeakulkuisen luontopolun sijasta seurakunnan leirikeskukseen alueella, jotta myös heikommassa fyysisessä kunnossa olevat vanhukset ja perheelliset osanottajat lapsiensä kanssa pystyisivät osallistumaan päivään ongelmitta. Sisällytin alkuperäisen luonnossa liikkumiseen liittyvän ajatuksen ohjelmaan symboliesine-tehtävän avulla, jossa ryhmä etsii ja valitsee itseään kuvaavan luontokappaleen ja esittelee ryhmänsä sen avulla muille. Symboliesine-tehtävä auttaa työstämään ja vahvistamaan ryhmän identiteettiä ja toimintatarkoitusta. Sen avulla ryhmien on helppo tutustua toistensa vapaaehtoistyön muotoihin ja oppia uutta niistä. Vaikka kyseessä on toiminnallinen tehtävä, vaati se onnistuakseen myös keskustelua ja pohdintaa ryhmäläisten kesken. Symboliesine-tehtävä sijoitettiin ensimmäisten ohjelmanumeroiden joukkoon liikun-

nallisuutensa vuoksi. Päivän alkuun haluttiin toiminnallisuutta, sillä se käynnistää ryhmätyöskentelyn tehokkaasti ja ryhmäyttää osallistujia yhdessä tekemisen kautta.

Yhteistyökumppanin toivomuksena oli saada päivän ohjelmaan yhteishenkeä ja ryhmäytymistä vahvistavaa ohjelmaa, esimerkiksi leikkimielistä kisailua. Koska symboliesine-tehtävään liittyi luonnossa liikkumista, päätin valita toiseksi aktiviteetiksi vähemmän fyysistä rasitusta vaativan, leikkimielisen visailun. Tämä pystyttäisiin toteuttamaan tarvittaessa sisätiloissa. Visailu soveltui hyvin ohjelmaan myös päivän tavoitteiden kannalta, sillä yhteinen ongelmanratkaisu kehittää ryhmätyötaitoja ja yhteishenkeä.

Ohjelman sisällössä huomioitiin vapaaehtoistyöntekijöiden työn konteksti ja perustehtävän sisältö, jotta toiminnalla pystyttäisiin tavoittamaan asiakasryhmän kokemusmaailmaa sekä luomaan yhteyden ja yhteisöllisyyden kokemuksia. Tämä tehtiin käytännössä niin, että jokaisessa ohjatussa toiminnossa oli viittaus osallistujien tekemään hengelliseen työhön. Esimerkiksi symboliesine-tehtävässä ei pyydetty pelkästään esittelemään ryhmään kuuluvia jäseniä vaan myös kyseistä työmuotoa. Ohjelmaan sisällytettiin myös seurakunnan työntekijöille varattuja puheenvuoroja ja mahdollisuus jakaa seurakunnan visiota. Ohjelman lopetusosioon haluttiin sisällyttää myös rukoushetki ja yhteislaulua, sillä nämä kuuluvat olennaisena osana yhteisön toimintakulttuuriin.

Hengellisessä työssä rukous on tärkeä ja luonnollinen osa kokonaisuutta. Rukouksessa koetaan yhteyttä itseensä, toisiin ja Luojaan. Yhteislaulu antaa kokemuksen yhteenkuuluvuudesta. Yhteisen äänen kuulemisen lisäksi musiikki resonoi kehossa ja saa arankin laulajan kokemaan osallisuutta yhteisestä laulusta. Vaikka laulaminen ei kuuluisi luonnollisiin vahvuuksiin, on isossa ryhmässä silti turvallista laulaa, sillä oma ääni sekoittuu yhteiseen kuoroon. Virkistyspäivään valittiin myös yksi taiteellisiin menetelmiin perustuva työmenetelmä, jonka tarkoituksena oli konkretisoida monialaista vapaaehtoistyötä, yhteyttä, oman osuuden merkitystä isossa kokonaisuudes-

sa ja yhteistyön aikaansaannoksia, muistuttaa näistä ja luoda yhteinen kokemus tekijöilleen.

4.4. Virkistyspäivän ohjelma

Päivä koostui yhdessä olemisesta ja tekemisestä, kuten ryhmätehtävistä, ruokailusta, pastorien puheenvuoroista ja rukouksesta. Virkistyspäivän kesto oli kuusi tuntia. Tervetulosanojen jälkeen osallistujat jaettiin toiminnallisesti ryhmiin, joissa osallistujat toimivat läpi päivän. Aamupäivällä oli yksi ryhmätehtävä, jonka jälkeen ruokailu ja kahvi. Iltapäivällä ohjelmassa oli toinen ryhmätehtävä sekä yhteinen rukoushetki ja päivän päättäminen.

Päivä aloitettiin kokoontumalla leirikeskuksen ruokalaan, jossa osallistujille oli nimetty istumapaikat kirjekuoria käyttäen. Seurakunnan johtava pastori ja opinnäytetyöntekijä avasivat päivän puheenvuorolla, jossa esiteltiin päivän kulkua ja tarkoitusta sekä viritettiin osallistujat virkistyspäivään. Alkusanon jälkeen osallistujat jaettiin toiminnallisesti ryhmiin. Nimetyn kirjekuoren sisältä löytyi värillinen paperi ja samanvärisen paperin saaneet ohjattiin etsiytymään toistensa luokse muodostaen näin ryhmän. Ryhmät oli suunniteltu etukäteen ja ryhmiin jaon perusteena toimivat vapaaehtoistyön palvelutiimit. Ryhmien jäsenet ohjeistettiin esittäytymään toisilleen.

Ensimmäinen tehtävä oli luonteeltaan toiminnallinen ja toteutettiin ulkona luonnossa. Kyseessä oli symboliesine-tehtävä, jossa jokaisen ryhmän oli tarkoitus valita jokin luontokappale, joka kuvaa kyseistä palvelutiimiä ja mieltä perustelu, miksi juuri se kuvaa heitä. Samalla oli mahdollisuus esitellä omaa työmuotoaan muille ryhmille. Ryhmille annettiin noin 15-20 minuuttia aikaa jalkautua lähialueelle esimerkiksi metsään tai rantaan etsimään symboliesinettä, jonka jälkeen ryhmät kokoontuvat leirikeskuksen nuotiopaikalle. Nuotion äärellä jokainen ryhmä sai vuorollaan kertoa, minkä luontokappaleen valitsi ja miksi. Tämän jälkeen pastori käytti puheenvuoron ja johdatti ruoan siunaukseen. Ruokailun jälkeen iltapäivän ohjelmallinen osio käynnistettiin leikkimielisellä visailulla. Visailun ensimmäisessä osiossa kukin ryhmä sai

keksiä muille ryhmille visailukysymyksen omaan työmuotoonsa liittyen. Toisessa ryhmätehtävässä ryhmien piti keksiä vanhalle esineelle mahdollisimman monta uutta käyttötarkoitusta minuutissa.

Päivän aikana jokainen osallistuja kävi painamassa kädenjälkensä esille ripustetulle kankaalle. Kankaalla oli kuva puusta, jonka lehdistö muodostui jokaisen jättämästä kädenjäljestä. Kädenjälkien tekemiseen käytettiin sormivärejä ja puun runko on valmiiksi maalattu kankaalle. Tämä tuotos ripustetaan seurakunnan seinälle muistuttamaan jokaisen panoksen merkityksestä.

Ennen päivän lopettamista kokoonnuttiin nuotiopaikalle kuulemaan seurakunnan lähetien puheenvuorot vapaaehtoistyöstä ja viettämään yhteistä rukoushetkeä, joka päätettiin yhteiseen lauluun. Päivä päätettiin yhteisesti pastorin ja allekirjoittaneen kiitospuheenvuoroon ja osallistujien palautteeseen. Alkuperäisen suunnitelman mukaan palaute oli tarkoitus tuottaa pienryhminä paperille ruokalassa, jossa päivä aloitettiin, mutta kauniin sään vuoksi päädyimme pitämään päivän viimeisen osion ulkona.

Virkistyspäivässä tarjottu ruoka oli tilattu pitopalvelusta, jotta myös keittiöllä palvelevat vapaaehtoiset pystyivät osallistumaan päivään. Ruokailuun ja kahvitteluun oli varattu runsaasti aikaa, jotta osallistujat saivat rauhassa seurustella keskenään sekä nauttia ruoasta ja yhteydestä kiireettömästi.

5. PALAUTE

Osallistujien palaute kerättiin suullisesti päivän loppuksi. Päivän järjestämiseen osallistuneiden työntekijöiden edustajalta pyydettiin palaute myöhemmin järjestetyssä palaverissa. Palautetta tuli kiitettävästi ja sen antajia pyydettiin nostamaan esiin niin päivän onnistumisia kuin kehittämiskohteita ja -ideoita.

5.1. Osallistujien palaute

Osallistujat pitivät päivää onnistuneena. Positiivista palautetta tuli muun muassa hyvin suunnitellusta ohjelmasta. Osallistujat kokivat, että virkistyspäivässä oli sopivasti ohjattua ohjelmaa ja tilaa vapaalle seurustelulle. Ohjelman sisällössä hengellinen anti, ryhmätyöskentely, eri työmuotojen esittely ja yhdessä olo olivat tasapainossa keskenään. Hyvä sää vaikutti suurelta osin päivän onnistumiseen. Aurinkoisena, lämpimänä päivänä seurakunnan leirikeskukseen luontoalue pystyttiin ottamaan käyttöön hyvin. Eräs osallistuja kertoi kokeneensa latautumista rankan työviikon jälkeen. Luontoympäristö koettiin virkistävänä ja voimaannuttavana. Ryhmänohjaustapa koettiin yhteishenkeä vahvistavana ja ryhmiin jakaminen selkeänä. Kädenjalkityö sai kiitosta useammalta osallistujalta. Se vaati heittäytymistä erityisesti vanhemmilta osallistujilta. Eräs iäkkäämpi osallistuja kertoi, että hän ei ollut koskaan aiemmin sotkenut käsiään sormiväreillä ja käyttänyt käsiään maalaamiseen, vaikka ikää oli jo kertynyt, mutta kokemus oli ollut miellyttävä.

Kehittämisideoita osallistujat antoivat muun muassa ohjelman sisältöön ja ryhmiin jakamisen perusteisiin liittyen. Työmuotojen esittelyt koettiin mielenkiintoisena ja jatkossa olisi halukkuutta kuulla niistä lisää. Osa toivoi, että ryhmät olisivat koostuneet eri työmuodoissa palvelevista, koska samassa työmuodossa palvelevat olivat suurimmaksi osaksi valmiiksi tuttuja keskenään. Toiminta haluttiin tietoisesti käynnistää tutuissa ryhmissä, mutta jatkossa ryhmiä olisi hyvä sekoittaa. Ryhmänhallinta koettiin ajoittain liian rennoksi ja kehitysideana ehdotettiin pillin käyttämistä tilanteiden nopeampaa haltuun ottamista varten. Koska osallistujat olivat aikuisia, ei tästä muodostunut kuitenkaan ongelmaa eikä se häirinnyt päivän kulkua. Nuorten kanssa tiukempi ja tehokkaampi ryhmänhallinta olisi hyvin olennaista.

5.2. Yhteistyökumppanin palaute

Yhteistyökumppanin antaman positiivisen palautteen mukaan virkistyspäivä oli onnistunut ja palveli tarkoitustaan. Ensisijainen tavoite oli vahvistaa vapaaehtoistyön-

tekijöiden yhteishenkeä ja edistää heidän hyvinvointiaan. Näiden toteutumisen lisäksi koettiin, että päivä motivoi jatkamaan ja jaksamaan vapaaehtoistyössä sekä sai osallistujat kokemaan oman työnsä ja mukana olemisensa tärkeäksi. Ohjelma koettiin osallistavana ja yhdistävänä. Osallistujien keskinäinen yhteys vahvistui, mitä yhteistyötaho piti erityisen tärkeänä asiana kyseiselle yhteisölle. Vahva yhteishenki välittyy seurakunnan ilmapiirissä, mikä palvelee sen perustehtävää - evankeliumin julistamista ja sosiaalista auttamistyötä.

Yhteistyökumppanin kehittämispalaute koski lähinnä päivän mainostamista. Informaation kulku oli ollut puutteellista eikä tieto virkistyspäivästä tavoittanut kaikkia vapaaehtoistyöntekijöitä tasapuolisesti ja tehokkaasti. Virkistyspäivän mainos oli lähetetty kirjeitse kaikkien työmuotojen johtajille, mutta varsinainen saatekirje oli puuttunut. Mainoksen mukana oli ollut pieni muistilappu, josta löytyi tärkeimmät tiedot, mutta esimerkiksi kehoitus kutsua oman työmuodon vapaaehtoistyöntekijät mukaan puuttui. Mukaan päivään olisi erityisesti toivottu nuorempaa sukupolvea. Tällä kertaa mukana oli neljä nuorta, loput olivat keski-ikäisiä ja vanhuksia. Jatkossa mainonnassa olisi tehokkuuden lisäksi hyvä ottaa huomioon päivän luonteen ja tarkoituksen kuvaus virkistävänä ja hyvinvointia tukevana. Jotkut vapaaehtoistyöntekijöistä voivat olla väsyneitä tekemiseen, eivätkä tahdo osallistua mihinkään ylimääräiseen, ajatellen virkistystoiminnan olevan enemmän velvollisuus kuin etuoikeus. Myös osallistujien kertomukset päivästä voivat rohkaista uusia ihmisiä osallistumaan vastaaviin päiviin tulevaisuudessa.

Toinen yhteistyökumppanin kehittämispalautteen painopiste oli ohjelman sisällössä ja tavoitteiden asettamisessa. Jatkossa vastaavanlaisiin virkistyspäiviin haluttaisiin sisällyttää enemmän seurakunnan vision jakamista ja vapaaehtoisten strategisen omistajuuden kokemista ja vahvistamista. Strategisella omistajuudella tarkoitetaan seurakunnan toimintastrategian ymmärtämistä ja sisäistämistä omassa työmuodossa niin, että vapaaehtoistyö ei ole vain ulkoa päin johdettua, vaan että tekemisen halu ja visio siihen lähtee yksilöstä itsestään.

Vision jakaminen oli toteutuneen virkistyspäivän toissijainen tavoite ja osuus oli si-
 joitettu seurakunnan työntekijöiden puheenvuoroihin. Tämä jäi kuitenkin hyvin
 pieneksi osuudeksi, koska seurakunnan visio ja strategia eivät ole vielä täysin valmi-
 ita. Yhteistyökumppanin kehitysidea oli sisällyttää tämä osuus jatkossa myös toimin-
 nalliseen ohjelmaan. Strategisen omistajuuden vahvistamista ei ollut asetettu tavoit-
 teisiin lainkaan, joten siihen liittyvää ohjelmaa ei varsinaisesti ollut. Toiminnallisessa
 ohjelmassa oli kuitenkin aiheina yhteistyön vahvistaminen ja oman työmuodon
 yhdistyminen kokonaisuuteen, jotka ovat osaltaan strategisen omistajuuden koke-
 muksen luomista, mutta jatkossa aihetta voisi työstää vielä syvemmin.

6. POHDINTA JA JOHTOPÄÄTÖKSET

Vapaaehtoistyön mahdollisuudet ovat monet. Siinä piilevän potentiaalın valjastami-
 nen yksilöiden, yhteisöjen ja yhteiskunnan palvelukseen tarvitsee oikeanlaisia toi-
 mintamalleja ja arvoja. Vapaaehtoistyö on kyllä palkatonta, mutta ei ilmaista. Kestä-
 vän, hyvinvoivan ja tuloksellisen vapaaehtoistyöyhteisön ylläpitäminen tarvitsee tai-
 tavaa johtamista, asianmukaista koulutusta ja laadukasta virkistystoimintaa. Kaikessa
 toiminnassa tulisi säilyttää tekijöitä ja heidän työtään arvostava ja yhteisöllisyyttä
 vaaliva ilmapiiri.

Porin Helluntaiseurakunnan vapaaehtoistyöntekijöille järjestetyssä virkistyspäivässä
 havaittiin, että virkistystoiminnalle on tilausta. Vastaavanlaisia päiviä voisi jatkossa
 toteuttaa uudelleen. Päivä toteutettiin vapaaehtoistyötä ja sen tekijöitä arvostavassa
 hengessä, jolloin yksilön tekemän vapaaehtoistyön merkitys isossa kokonaisuudessa
 konkretisoitui ja yhteenkuuluvuuden tunne lisääntyi. Vapaaehtoistyöntekijän arki voi
 olla joskus näköalaton puurtamista, jolloin yhteinen päivä ja muiden vertaisten ta-
 paaminen auttavat ymmärtämään oman panoksen merkitystä. Osallistujien puheen-
 vuoroista kävi ilmi, että pienryhmissä käydyissä keskusteluissa oli pysähdetty poh-
 timaan: ”Mitä teemme?”, ”Miksi teemme?” ja ”Millaisia vaikutuksia työllämme

on?”. Tämä on tärkeä piirre vapaaehtoistyöntekijöiden virkistyspäivässä, sillä arjen keskellä painopiste on usein toiminnassa ja tekemisessä, eikä työn sisältöjä tule välttämättä yhteisesti pohdittua. Virkistyspäivän onnistumisessa olennaista oli myös irrottautua ryhmälle tavallisesta toiminnasta vaihtamalla toimintaympäristöä ja haastamalla osallistujia heittäytymään uuden kokemiseen heille sopivalla tavalla. Heittäytyminen turvallisessa ympäristössä luovaan työskentelyyn on usein hyvin vapauttavaa ja edistää henkilön henkistä hyvinvointia.

Kokemus virkistyspäivän organisoinnista, suunnittelusta ja toteuttamisesta vahvistivat omaa ammatillista osaamistani muun muassa projektiluonteisessa työssä. Opin, että onnistuneen päivän perusta on huolellinen suunnittelutyö. Päivä onnistui ilman yllätyksiä tai ongelmia muun muassa perusteellisen ennakkoinnin vuoksi. Yhteistyökumppanin ammattitaito tapahtumanjärjestämisessä ja ryhmien ohjaamisessa oli suureksi avuksi virkistyspäivän suunnittelussa. Ryhmien kanssa työskenteleminen on sosionomin perusosaamista ja oli kiinnostavaa ja mielekästä työskennellä tavallista suuremman ryhmän kanssa ja kokea onnistumisia siinä. Virkistyspäivän ohjaamisessa sain hyödyntää jo aikaisempaa ryhmänohjauskokemustani. Minulle oli tärkeää pyrkiä luomaan turvallista ja hyväksyvää ilmapiiriä ja järjestää ryhmätoiminta niin, että toiminnan eri osiot - virittäminen, toteutus ja lopettaminen - toteutuivat.

Opin, että pienryhmillä on tapana ryhmäytyä ja suurryhmillä on taipumus hajota pienempiin alaryhmiin. Tämä oli varsin mielenkiintoinen havainto yhteistyötahonani toimineen suuren seurakunnan näkökulmasta. Näyttäisi siltä, että paras tapa saada suuren seurakunnan tai minkä tahansa suurryhmän jäsenet kokemaan yhteishenkeä ja yhteisöllisyyttä, olisi ohjata heitä tulemaan mukaan pienempiin toiminta- tai keskusteluryhmiin, joissa tutustuminen ja ryhmäytyminen on luontevampaa. Tämä nostaa jälleen esiin vapaaehtoistyön yhteisöllisen ja yksilöllisen merkityksen. Vapaaehtoistyöhön mukaan tuleminen edistää yhteenkuuluvuuden tunteen syntymistä ja ehkäisee ulkopuolelle jäämistä. Tästä syystä sen mahdollistaminen ja tukeminen ovat varsin ajankohtaisia myös yhteiskunnallisella tasolla.

LÄHTEET

Aalto, Mikko. Ryppäästä Ryhmäksi. 2000. My Generation Oy.

Eskola, Antti; Kurki, Leena, toim. Vapaaehtoistyö auttamisena ja oppimisena. 2001. Tampere: Osuuskunta Vastapaino.

Harju, Ulla ym. Vapaaehtoistyö seurakunnassa ja järjestöissä. 2001. Helsinki: Edita.

Kunnat.net. Sote-uudistuksen, itsehallintoalueiden perustamisen ja aluehallinnon uudistuksen eteneminen. 2015. Viitattu 20.2.2016. <http://www.kunnat.net/fi/asiantuntijapalvelut/soster/hallinto-jarjestaminen-tuottaminen/sote-palvelurakenneuudistus/Sivut/default.aspx>

Kuuluvainen, Salla. Vapaaehtoistyön johtaminen. 2015. Helsinki: Sivistysliitto Kansalaisfoorumi.

Lemberg, Robert; Tuovinen ym. Enemmän kuin työmuoto - vapaaehtoistoiminta kirkossa. 2006. Kirkkohallitus.

Martin, Minna; Heiska, Hanna; Syvälahti, Anne; Hoikkala, Marianne. Satoa ryhmästä, opas hyvinvointiryhmän vetäjälle. 2012. Multiprint Oy. Viitattu 5.10.2016. http://www.yths.fi/filebank/1546-Satoa_ryhmasta.pdf

Niemistö, Raimo. Ryhmän luovuus ja kehitysehdot. 2002. Tampere: Palmenia-kustannus.

Ojanen, Markku 2011. Hyvinvoinnin käsikirja. Helsinki: Kirjapaja.

Porin Helluntaiseurakunnan www-sivut. Seurakunnan säännöt. 2014. Viitattu 3.3.2016. <http://porinhelluntaiseurakunta.fi/usko-2/prh-rekisterointipaatos/>

Ratkaisujen Suomi. Juha Sipilän hallituksen strateginen ohjelma 29.5.2015. Viitattu 22.2.2016. http://valtioneuvosto.fi/documents/10184/1427398/Ratkaisujen+Suomi_-FI_YHDISTETTY_netti.pdf/801f523e-5dfb-45a4-8b4b-5b5491d6cc82

Talentia ry 2012. Arki, arvot, elämä ja etiikka. Sosiaalialan ammattilaisen eettiset ohjeet. Helsinki: Sosiaalialan koulutettujen ammattijärjestö Talentia ry. Viitattu 23.2.2016. http://www.talentia.fi/files/558/Etiikkaopas_2012.pdf

VIRKISTYSPÄIVÄN MAINOS

Loistava

VAPAAEHTOISTYÖN

YHTEYSPÄIVÄ

Rantaniemessä
La 28.5. klo 10-16

Ohjelmassa mm.
lounas ja kahvi,
mukavaa yhdessäoloa,
rukousta, vision jakamista.
Saunomismahdollisuus päivän jälkeen.

Kaikki te seurakunnassa palveleville.
Säännön sopiva varustus.
Ilmoittautuminen ja tiedot
erityisruokavalleista
info@porinhelluntaiseurakunta.fi tai
toimisto: 02-6331213 25.5. mennessä

porinhelluntaiseurakunta.fi

 PORIN
HELLUNTAISEURAKUNTA
RANTANIEMENMUT. 3

VIRKISTYSPÄIVÄN OHJELMA

LOISTAVA VAPAAEHTOISTYÖN YHTEYSPÄIVÄ

Virkistys- ja yhteyspäivä Porin Helluntaiseurakunnan vapaaehtoistyöntekijöille Rantaniemen leirikeskuksessa
28.5.2016 klo 10-16

Ohjelma

10.00	Tervetuloa!
10.45	Ryhmätehtävä Luonnossa
11.45	Pastorin puheenvuoro
12.15	Lounas ja kahvi
14.15	Aivopähkinä ryhmissä
15.00	Lähetystyöntekijöiden puheenvuoro, rukousta ja yhteislaulua
15.30	Yhteinen lopetus

Päivän jälkeen mahdollisuus jäädä saunomaan ja viettämään aikaa!

KÄDENJÄLKITYÖ

